

# **Perfiles motivacionales y diferencias en función del género en clases de educación física.**

Gómez, Valeria Mariel y Riccetti, Ana Elisa.

Cita:

Gómez, Valeria Mariel y Riccetti, Ana Elisa (2016). *Perfiles motivacionales y diferencias en función del género en clases de educación física. VIII Congreso Internacional de Investigación y Práctica Profesional en Psicología XXIII Jornadas de Investigación XII Encuentro de Investigadores en Psicología del MERCOSUR. Facultad de Psicología - Universidad de Buenos Aires, Buenos Aires.*

Dirección estable: <https://www.aacademica.org/000-044/25>

ARK: <https://n2t.net/ark:/13683/eATh/Fzz>

# PERFILES MOTIVACIONALES Y DIFERENCIAS EN FUNCIÓN DEL GÉNERO EN CLASES DE EDUCACIÓN FÍSICA

Gómez, Valeria Mariel; Riccetti, Ana Elisa  
Universidad de Flores. Argentina

---

## RESUMEN

En este trabajo proponemos identificar los perfiles motivacionales de estudiantes de secundario en clases de educación física realizando un análisis según el género. El grupo de estudio comprende a adolescentes de las provincias de Buenos Aires, Córdoba, Corrientes, Chaco, Santa Fe y Chubut, tratándose de un total de 2741 adolescentes (N=1341 varones y N=1400 mujeres) con edades desde los 11 a 20 años (M=15). Se seleccionaron cuestionarios fundamentados en las teorías de las Metas de Logro y de la Autodeterminación. La metodología se caracterizó por ser descriptiva y correlacional, en este sentido, se realizaron análisis estadísticos que permitieron identificar perfiles motivacionales y analizar diferencias según el género. Los resultados señalan diferencias estadísticamente significativas a favor de los varones en todas las variables: la orientación motivacional ego y tarea, motivación intrínseca y gusto por la educación física. Finalmente, se proponen alternativas que promuevan procesos motivacionales positivos en clases de educación física, prestando atención a los gustos y patrones motivacionales de las adolescentes.

## Palabras clave

Motivación, Género, Clases de educación física, Adolescentes

## ABSTRACT

MOTIVATIONAL PROFILES AND GENDER DIFFERENCES IN PHYSICAL EDUCATION CLASSES

In this paper, we propose to identify motivational profiles of high school students in physical education classes by gender. The study group included adolescents of provinces of Buenos Aires, Córdoba, Corrientes, Chaco, Santa Fe and Chubut, involving a total of 2741 participants (N = 1341 males and N = 1400 women) aged from 11 to 20 years (M = 15). The questionnaires selected are grounded in Achievement Goals Theory and Self-Determination. The methodology was descriptive and correlational, allowing statistical analysis to identify and analyze motivations profiles and gender differences. The results show statistically significant differences in favor of males in all variables: motivational ego and task orientation, intrinsic motivation and like for physical education. Finally, are proposed alternatives that promote positive motivational processes in physical education classes, paying attention to the motivational patterns of female adolescents.

## Key words

Motivation, Gender, Physical education classes, Teenagers

## Consideraciones iniciales acerca del estudio de la motivación

Indagar acerca de la motivación en edades adolescentes resulta interesante por diversas razones, una de ellas es la necesidad de programar las clases de educación física a partir de los aportes que las teorías de la motivación realizan sobre el estudio de factores internos y externos que inciden en el estudiante. Esto es, identificar los patrones motivacionales de los sujetos y los factores del entorno de clase, es decir, reconocer que la motivación es situada y multidimensional (Kaplan y Maehr, 2002; Ryan y Deci, 2000 y 2009; Riccetti y Chiecher, 2013 y 2015). Otro motivo pone de manifiesto la importancia otorgada a las actividades físico-deportivas extraescolares para mantenerse físicamente activo en la adultez y los beneficios en la salud que ésta conlleva.

El estudio de la motivación permite explicar el origen, la dirección y la persistencia de la conducta, pues se trata de un proceso individual influenciado por diversas variables: sociales, individuales y ambientales (Jara Vega, Vives Benedicto y Garcés de los Fayos, 2009, Kaplan y Maehr, 2002; Ryan y Deci, 2009). Estar impulsado a actuar implica estar motivado, puesto que lo contrario sería un estado de desmotivación (Ryan y Deci, 2000).

Dos son las teorías que han demostrado mayores desarrollos y avances sobre la motivación, estas son: la Teoría de la Autodeterminación (Ryan y Deci, 2000 y 2009) y la Teoría de las Metas de Logro (Ames, 1992; Castillo, Balaguer, Duda, 2002).

Por un lado, la Teoría de la Autodeterminación entiende que el sujeto está motivado por factores internos y externos, reconociendo tres tipos de motivación: intrínseca, extrínseca y desmotivación (Ryan y Deci, 2000). Un sujeto motivado intrínsecamente lo hace por el interés, el disfrute y el placer que genera la actividad. La motivación extrínseca se vincula con la obtención de premios y reconocimiento, así como evitar castigos. Mientras que la desmotivación, es la ausencia o falta de motivación, cuando el sujeto no tiene la intención o no se siente capaz de realizar una actividad.

La Teoría de las Metas de Logro identifica dos orientaciones de meta por las que el sujeto juzga su competencia y define el éxito y el fracaso en un contexto de logro, éstas son: orientación a la tarea y orientación al ego (Castillo, Balaguer, Duda, 2002). Por un lado, en la orientación a la tarea el éxito es percibido como una instancia que implica esfuerzo y cooperación, donde el proceso de aprendizaje es central y el sujeto se siente competente; en cambio, un sujeto motivado por la orientación al ego juzga su éxito comparándose con los demás, demostrando que es el mejor, logrando reconocimiento del entorno y destacándose (Castillo, Balaguer, Duda, 2002).

Diversas son las investigaciones realizadas tanto en el ámbito deportivo, recreativo, de la salud y educativo acerca de la motivación desde la perspectiva teórica de Metas de Logro y de la Autodeterminación (Castillo, Balaguer, Duda, 2002; Hassandra, Goudas, Chroni, 2003; Martínez Galindo, Alonso Villodre, González-Cutre Coll, Parra Rojas, Moreno Murcia, 2010a; Martínez Galindo, Alonso Villodre, Si-

cilia Camacho, Moreno Murcia, 2010b; Moreno Murcia, Cervelló, González-Cutre Coll, González-Cutre Coll, 2006; Riccetti y Chiecher, 2015; Ryan y Deci, 2000 y 2009).

Por otra parte, se llevaron a cabo indagaciones acerca de la relación entre la motivación intrínseca, la orientación motivacional, el *flow*, autoestima y satisfacción de necesidades psicológicas en diferentes países, vinculados a la intención de práctica futura en adolescentes argentinos, colombianos, ecuatorianos y españoles (Franco, Coterón López y Gómez, 2015). Se lograron establecer patrones motivacionales que correlacionan con la intención de práctica de actividad física futura, más aún, los hallazgos permite llevar a cabo un proceso de revisión de las prácticas de educación física para promover la motivación y la permanencia (Gómez y Coterón, 2015). Respecto a las diferencias en función del género en edades adolescentes, se hallaron estudios que establecieron relaciones con la orientación disposicional de meta, el clima motivacional y la motivación autodeterminada (Amado, Sánchez-Miguel, Leo, Sánchez-Oliva y García-Calvo, 2014; Hellín, Moreno, y Rodríguez, 2006; Moreno, Martínez y Alonso, 2006; Moreno, Hellín, Hellín y Cervelló, 2006; Torregrosa, Viladrich, Ramis, Azócar, Latinjak y Cruz, 2011), más aún, se han llevado a cabo estudios sobre el contenido de la clase y factores motivacionales (Murillo, Julián, García-González, Albarca-Sos y Zaragoza, 2014; Sevil, Abós, Julián, Murillo, García-González, 2015). Conocer los patrones motivacionales según el género permite el desarrollo de clases basadas en la igualdad de oportunidades, generando propuestas educativas diversas, evitando reproducir modelos deportivos y prácticas corporales relacionadas a estereotipos sociales de género.

Los datos que aquí se presentan, en parte, fueron obtenidos en el marco de un proyecto realizado entre la Universidad de Flores y la Universidad Politécnica de Madrid, en el cual se estudiaron los patrones motivacionales de adolescentes de escuelas de Buenos Aires. Se trata de un estudio comparativo acerca de la relación entre la motivación intrínseca, la orientación motivacional, el *flow*, autoestima y satisfacción de necesidades psicológicas con la intención de ser físicamente activo en el futuro de los estudiantes de educación física de nivel medio. En esta comunicación ampliamos el grupo de estudio y consideramos a adolescentes de otras provincias del país. Más precisamente, proponemos identificar los perfiles motivacionales en estudiantes de secundario en clases de educación física, estableciendo correlaciones según el género, que nos permitan realizar aportes para promover la motivación.

### Diseño metodológico y muestra

Se trata de un diseño metodológico descriptivo y correlacional, a partir del cual se utilizaron procedimientos estadísticos para describir los patrones motivacionales, fundamentados en las teorías de las Metas de Logro y de la Autodeterminación, para luego establecer diferencias estadísticamente significativas según el género. La muestra estuvo compuesta por adolescentes de diversas provincias del país, como: Buenos Aires, Chaco, Chubut, Córdoba, Corrientes y Santa Fe, tratándose de un total de 2741 adolescentes (N=1341 varones y N=1400 mujeres), con edades entre los 11 y 20 años (M=15), quienes informaron asistir a instituciones educativas de nivel medio públicas (N=1478) y privadas (N=1263).

### Acceso y procedimiento para recolectar los datos

En un primer momento, se contactó e informó el propósito del estudio a los equipos directivos y/o responsables del departamento de educación física de las instituciones educativas, solicitando su colaboración. En un segundo momento, se administraron los cues-

tionarios durante una clase de educación física, en ausencia del profesor. La participación fue voluntaria y se informó a los estudiantes acerca de la confidencialidad de las respuestas.

### Instrumentos

#### Orientación motivacional

Se utilizó la versión española (Peiró y Sanchis, 2004) del Task and Ego Orientation Scale Questionnaire (TEOSQ; Walling y Duda, 1995). Este instrumento consta de 16 ítems, midiendo la orientación a la tarea (8 ítems) y la orientación al ego (8 ítems), que se responden con una escala tipo Likert (1= totalmente en desacuerdo y 5= totalmente de acuerdo).

#### Motivación intrínseca

Este cuestionario mide la desmotivación, la regulación externa, introyectada, identificada y la motivación intrínseca en el ámbito de la educación física. Se utilizaron los ítems correspondientes al factor motivación intrínseca de la versión española (Moreno, González-Cutre y Chillón, 2009) del Perceived Locus of Causality Scale (PLOC; Goudas et al., 1994). Se responde a partir de una escala tipo Likert (1= totalmente en desacuerdo y 5= totalmente de acuerdo).

### Datos significativos del estudio: resultados

En este apartado, presentamos resultados sobre los perfiles motivacionales en clases de educación física del nivel medio, para luego analizar las diferencias según el género de los adolescentes que participaron.

El análisis descriptivo de los factores que miden ambos cuestionarios, para todo el grupo (N=2741), no muestran diferencias claras. No obstante por orden de valoración hallamos que la motivación intrínseca (M=3,82; DS=1,01) es la que puntuó más alto, luego la orientación a la tarea (M=3,48; DS=,66) y finalmente la implicancia al ego (M=3,35; DS=,93). Esto es deseable y sugiere que el patrón motivacional de los adolescentes en este estudio es ligeramente más intrínseco, orientado al disfrute, el esfuerzo y la colaboración en las clases de educación física, favoreciendo el proceso de enseñanza y aprendizaje.

Por otra parte, en el análisis realizado a partir de la *prueba t de muestras independientes*, que compara las medias entre varones y mujeres, se hallaron diferencias estadísticamente significativas a favor de los varones en todos los factores: motivación intrínseca (t=7,056, gl=2739, a=,000); tarea (t= 2,570, gl=2739, a=,010) y ego (t=6,279, gl=2739, a=,000). En la tabla 1 se observa que los adolescentes varones tienen puntuaciones más altas y estadísticamente significativas (celdas griseas): motivación intrínseca (M=3,95 – DS=,946), tarea (M=3,55 – DS=,645) y ego (M=3,46 – DS=,911).

**Tabla 1. Media y desviación estándar en los factores: motivación intrínseca (MI), ego y tarea según el sexo (M=1341 - F=1400)**

Factores	Sexo	M	DS
MI	M	3,95	,946
	F	3,68	1,05
Tarea	M	3,52	,645
	F	3,45	,668
Ego	M	3,46	,911
	F	3,24	,937

Las diferencias según el género, en primer lugar, evidencian que tanto los varones como las mujeres se encuentran motivados intrínsecamente y orientados a la tarea, puesto que ambos puntuaron ligeramente más alto en los factores mencionados, y en menor medida en la orientación al ego. En segundo lugar, las diferencias estadísticamente significativas según el género, señalan que los adolescentes varones presentan perfiles que se caracterizan por participar en clases de educación física porque consideran que se divierten y disfrutan de aprender nuevas habilidades, les produce satisfacción aprender nuevas técnicas, se sienten capaces de continuar aprendiendo y mejorando, valorando el esfuerzo personal para avanzar y construir nuevos aprendizajes. No obstante, como señalamos anteriormente, si bien las chicas puntuaron más bajo que los varones también poseen un perfil motivacional similar (ver tabla 1).

### Aportes y alternativas futuras

Se lograron identificar los perfiles motivacionales (motivación intrínseca, orientación tarea y ego) en estudiantes de secundario en clases de educación física, a partir de los cuales encontramos que en general el grupo demuestra orientaciones ligadas más a la motivación intrínseca, esto es, a la satisfacción, disfrute y el esfuerzo para aprender y mejorar. También se lograron establecer correlaciones según el género, hallando que los chicos informaron una diferencia significativa en todos los factores motivacionales, con puntuaciones más altas en la motivación intrínseca. Esto permite realizar aportes para promover la motivación en clases de educación física considerando la selección del contenido y las actividades, la metodología y estrategias docentes que generen un entorno de aprendizaje donde se enfatice en la mejora personal y la toma de decisión por parte del estudiante; evitando tareas competitivas y de comparación, que además reproduzcan estereotipos de género (Murillo et al., 2014; Sevil et al., 2015). En este sentido, se encontró que las chicas prefieren actividades artístico expresivas, en oposición a los deportes que son más competitivos y saben ser los preferidos por los chicos (Sevil et al., 2015).

Por otra parte, un entorno que promueva la orientación a la tarea posibilita mayor satisfacción y diversión, mayor compromiso en aprender y superar las dificultades (Torregrosa et al., 2011). Más aún, las emociones positivas y el gusto que generen los contenidos desarrollados en las clases de educación física también inciden en la predisposición y motivación de los estudiantes por aprender (Moreno, Martínez y Alonso, 2006).

Los resultados obtenidos y diversos estudios ponen de manifiesto la necesidad de adecuar las propuestas educativas tomando en consideración aspectos vinculados a las personas y a los contenidos, teniendo en cuenta no solo su dimensión cognitiva sino también el aspecto social y emocional que inciden en la motivación (Coterón et al., 2013; Gómez, Franco, Coterón López, 2015; Moreno, Martínez y Alonso, 2006; Murillo et al., 2014; Riccetti y Chiecher, 2013).

En fin, indagar sobre motivación resulta interesante por la complejidad inherente a su estudio, así como por los aportes que a lo largo de las últimas tres décadas se han realizado en diversos ámbitos, siendo uno de ellos las clases de educación física. Es por eso que, para estudios futuros sería interesante investigar acerca de las estrategias y aspectos a considerar en la programación de la clase de educación física, para que los docentes promuevan entornos educativos que consideren los factores motivacionales (internos y externos) vinculados a los contenidos curriculares; posibilitando aprendizajes más reflexivos y un mayor compromiso por parte de los estudiantes en conocer y experimentar diversas prácticas corporales desde una perspectiva sociocultural, por lo tanto, multidimensional y situada.

### REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Amado, D.; Sánchez-Miguel, P.A.; Leo, F.M.; Sánchez-Oliva, D.; y García-Calvo, T. (2014) Diferencias de género en la motivación y percepción de utilidad del deporte escolar. *Revista Internacional de Medicina y Ciencias de la Actividad Física y el Deporte* vol. 14 (56) pp. 651-664.
- Ames, C. (1992). Achievement goals, motivational climate, and motivational processes. In G. C. Roberts (Ed.), *Motivation in sport and exercise* (pp. 161-176). Champaign, IL: Human Kinetics.
- Castillo, I., Balaguer, I. y Duda, J. (2002). Las perspectivas de meta de los adolescentes en el contexto deportivo. *Psicothema*, 2, 14, 280-287.
- Coterón, J., Sampedro, J., Franco, E., Pérez-Tejero, J. y Refoyo, I. (2013). The role of basic psychological needs in predicting dispositional flow of basketball players in training. Differences by sex. *Revista de Psicología del Deporte*, 22(1), 187-190.
- Franco, E. Coterón López, J. y Gómez, V. (2015) Motivación, flow y actitud hacia la práctica de actividad física. Estudio comparativo entre Argentina, Colombia, Ecuador y España. [en línea]. 11mo Congreso Argentino y 6º Latinoamericano de Educación Física y Ciencias, realizado en la Facultad de Humanidades y Ciencias de la Educación de la Universidad Nacional de La Plata. ISSN 1853-7316. Disponible en: <http://congreso-educacionfísica.fahce.unlp.edu.ar>
- Gómez, V. Franco, E. y Coterón López, J. (2015) Perfiles motivacionales y actividad física en adolescentes argentinos. [en línea]. 11mo Congreso Argentino y 6º Latinoamericano de Educación Física y Ciencias, realizado en la Facultad de Humanidades y Ciencias de la Educación de la Universidad Nacional de La Plata. ISSN 1853-7316. Disponible en: <http://congresoeducacionfísica.fahce.unlp.edu.ar>
- Gómez, V. y Coterón, J. (2015) Motivación intrínseca, orientación motivacional y estado disposicional de flow en estudiantes de educación física de nivel secundario: relación con su intención de práctica de actividad física en la adultez. VII Congreso Internacional de Investigación y Práctica Profesional en Psicología. XXII Jornada de Investigación. XI Encuentro de investigadores en Psicología del MERCOSUR, realizado en Facultad de Psicología. Universidad de Buenos Aires. Resumen escrito y ponencia completa oral.
- Goudas, M., Biddle, S. y Fox, K. (1994b). Perceived locus of causality, goal orientations, and perceived competence in school physical education classes. *British Journal of Educational Psychology*, 64, 453-463.
- Hassandra, M., Goudas, M. y Chroni, S. (2003). Examining factors associated with intrinsic motivation in physical education: a qualitative approach. *Psychology of Sport and Exercise*, 4, 211-223.
- Hellín, P., Moreno, J. A., y Rodríguez, P. L. (2006). Influencia social del género y de la percepción de competencia en la valoración de las clases de educación física. *Revista Española de Educación Física y Deportes*, 5, 37-49.
- Jara Veja, P., Vives Benedicto, L. y Garcés de los Fayos, E. (2009). Motivación para la práctica de actividad física y deportiva. En Márquez Rosa, S. y Garatachea Vallejo, N. (Dir.), *Actividad física y salud*. España: FUNIBER y Ediciones Díaz de Santos.
- Kaplan, A. y Maehr, M. (2002). "Adolescents' achievement goals. Situating motivation in sociocultural contexts". En Pajares, F y Urdan, T. (Eds.) *Academic motivation of adolescents*. Estados Unidos: IAP.
- Martínez Galindo, C., Alonso Villodre, N., González-Cutre Coll, D., Parra Rojas, N. y Moreno Murcia, J. (2010a). Las metas de logro y sociales como mecanismo de motivación en la práctica físico-deportiva: conceptualización. En Moreno, A. y Cervelló, E. (Coords.), *Motivación en la actividad física y el deporte*. Sevilla: Wanceulen.
- Martínez Galindo, C., Alonso Villodre, N., Sicilia Camacho, A. y Moreno Murcia, J. (2010b). Estrategias motivacionales para conseguir la coeducación en educación física. En Moreno, A. y Cervelló, E. (Coords.), *Motivación en la actividad física y el deporte*. Sevilla: Wanceulen.

- Moreno Murcia, J., Cervelló, E., González-Cutre Coll, G. y D. González-Cutre Coll (2006). Motivación autodeterminada y flujo disposicional en el deporte. *Anales de Psicología*, 2, 22, 310-317.
- Moreno, J. A., Martínez, C., Alonso, N. (2006). Actitudes hacia la práctica físico-deportiva según el sexo del practicante. *Revista Internacional de Ciencias del Deporte*. 3 (2), 20-43.
- Moreno, J. A., Hellín, P., Hellín, G., y Cervelló, E. (2006). Efectos del género, la edad y la práctica físico-deportiva en las estrategias de disciplina, la orientación disposicional y la motivación autodeterminada en estudiantes adolescentes de Educación Física. En A. Díaz (Ed.), VI Congreso Internacional de Educación Física e Interculturalidad. Murcia: ICD.
- Moreno, J. A., González-Cutre, D. y Chillón, M. (2009). Preliminary validation in Spanish of a scale designed to measure motivation in physical education classes: The perceived locus of causality (PLOC) scale. *The Spanish Journal of Psychology*, 12(1), 327-337.
- Murillo, B.; Julián, J.A.; García-González, L.; Albarca-Sos, A., y Zaragoza, J. (2014). Influencia del género y de los contenidos sobre la actividad física y la percepción de competencia en Educación Física. *RICYDE. Revista internacional de ciencias del deporte*, 36(10), 131-143 <http://dx.doi.org/10.5232/ricyde2014.03604>
- Peiró, C. y Sanchis, J. R. (2004). Las propiedades psicométricas de la versión inicial del cuestionario de orientación a la tarea y al ego (TEOSQ) adaptado a la educación física en su traducción al castellano. *Revista de Psicología del Deporte*, 13(1), 25-39.
- Riccetti, A. y Chiecher, A. (2012) Motivación, educación física y deporte: algunas consideraciones generales. En *Boletín Electrónico REDAF - Red Nacional de Actividad Física y Desarrollo Humano*, AÑO III, N° 45. Publicación electrónica <http://www.redaf.gov.ar/nodos/2NodoSocializaci%C3%B3nCient%C3%ADfca/boletines.html>
- Riccetti, A.; Chiecher, A. (2013) Estudiar la motivación en contextos de actividad físico deportiva: Aproximaciones teóricas y metodológicas [en línea]. 10mo Congreso Argentino de Educación Física y Ciencias, 9 al 13 de septiembre de 2013, La Plata. En *Memoria Académica*. Disponible en: [http://www.memoria.fahce.unlp.edu.ar/trab\\_eventos/ev.3084/ev.3084.pdf](http://www.memoria.fahce.unlp.edu.ar/trab_eventos/ev.3084/ev.3084.pdf)
- Riccetti, A. y Chiecher, A. (2015) La motivación en el contexto deportivo. Aportes de una investigación acerca de las dimensiones psicosociales [en línea]. 11mo Congreso Argentino y 6º Latinoamericano de Educación Física y Ciencias, realizado en la Facultad de Humanidades y Ciencias de la Educación de la Universidad Nacional de La Plata. ISSN 1853-7316. Disponible en: [http://congresoeducacionfisica.fahce.unlp.edu.ar/publicaciones-11ocongreso/Mesa%2003\\_Riccetti.pdf/view](http://congresoeducacionfisica.fahce.unlp.edu.ar/publicaciones-11ocongreso/Mesa%2003_Riccetti.pdf/view)
- Ryan, R y Deci, E. (2000). Self-determination theory and the facilitation of intrinsic motivation, social development, and well-being. *American Psychological Association*, 1, 55, 68-78.
- Ryan, R y Deci, E. (2009). "Promoting Self-Determined school engagement. Motivation, learning and well-being". En Wentzel, k y Wigfield, A. (Eds.) *Handbook of motivation at school*. New York: Routledge.
- Sevil, J.; Abós, A.; Julian, J. A.; Murillo, B.; García-González, L. (2015). Género y motivación situacional en Educación Física: claves para el desarrollo de estrategias de intervención. *RICYDE. Revista internacional de ciencias del deporte*, 41(11), 281-296. <http://dx.doi.org/10.5232/ricyde2015.04106>
- Torregrosa, M.; Viladrich, C.; Ramis, Y.; Azócar, F.; Latinjak, A. y J. Cruz (2011) Efectos en la percepción del clima motivacional generado por los entrenadores y compañeros sobre la diversión y el compromiso. Diferencias en función de género. *Revista de Psicología del Deporte*, Vol. 20, núm. 1, pp. 243-255
- Walling, M. D. y Duda, J. L. (1995). Goals and their associations with beliefs about success in and perceptions of the purposes of physical education. *Journal of Teaching in Physical Education*, 14(2), 140-156.