

**Relación entre la motivación y la afinidad de los usuarios por la didáctica y las características del docente en clase de aeróbicos de una caja de compensación familiar de Bogotá.**

Jhonnatan Andrés Díaz Vivas

Trabajo de grado para optar por el título de Magister en Pedagogía de la Cultura Física

Universidad Pedagógica y Tecnológica de Colombia

Facultad de Ciencias de la Educación

Escuela de Formación Posgraduada

Maestría en Pedagogía de la Cultura Física

2020

**Relación entre las orientaciones de meta y la afinidad de los usuarios por la didáctica y las características del docente en clase de aeróbicos de una caja de compensación familiar de Bogotá.**

Jhonnatan Andrés Díaz Vivas

Trabajo de grado para optar por el título de Magister en Pedagogía de la Cultura Física

Asesora de Proyecto

Dra. Luz Amelia Hoyos Cuartas

Universidad Pedagógica y Tecnológica de Colombia

Facultad de Ciencias de la Educación

Escuela de Formación Posgraduada

Maestría en Pedagogía de la Cultura Física

2020

## **Página de Aceptación**

## **Dedicatoria**

La culminación de este trabajo está dedicada inicialmente a Dios, por darme la fortaleza y sabiduría para afrontar y superar cada uno de los desafíos que se presentaron a lo largo de este tiempo de desarrollo y culminación en mi proceso como Magister.

A mi madre María Yolanda Vivas y mi padre Gentil Diaz, por apoyarme, motivarme y sobre todo, no dejarme desfallecer en la culminación de este desafío.

Al “chino”, mi gran hermano y mejor amigo Diego Díaz por su acompañamiento, apoyo y ayuda en aquellos momentos que lo necesite.

A mi Mama Clema: Clementina Carranza por su compañía, su sonrisa y sus deliciosas preparaciones que saciaron mi hambre y sed en más de una oportunidad mientras trabajaba en él computador.

A mi guerrero de vida, mi segundo padre, mi compañero por 30 años y ahora mi ángel, Papa Alcides: Alcides Vivas, que desde donde quiera que este espero se sienta igual de orgulloso de mi, así como yo me sentí siempre de él, quien con su ejemplo y tenacidad de vida en múltiples ocasiones se convirtió en mi fuerza y motivación.

Y finalmente, a ti: Diana Constanza Farfán Melo, mi compañera de vida, mi maestra, mi ejemplo, a quien admiro y respeto desde lo más profundo de mi ser, infinitas gracias por motivarme, impulsarme, acompañarme, orientarme y guiarme en este proceso, gracias por aguantar todos y cada uno de mis derrumbes momentáneos, gracias por ser el pilar que no me dejara caer y desistir de este gran proyecto, a ti, gracias por ser parte de este trabajo y de mi vida. Los dos sabemos que esto es tanto tuyo como mío.

## **Agradecimientos**

A la Universidad Pedagógica y Tecnológica de Colombia (UPTC) por abrir sus puertas a tan maravillosa oportunidad de superación y logro.

A la Doctora Luz Amelia Hoyos Cuartas por sus enseñanzas, asesorías y acompañamiento durante la realización y ejecución de este proyecto.

A mi colega Fernando Rojas del mundo de la actividad física grupal y musicalizada que me apoyo y ayudo siempre que lo requerí.

A mi mentor, maestro y amigo, Diego Villamizar a quien le debo, en gran parte, mi camino en este medio de la actividad física y quien fue uno de los que sembró, impulso y apoyo este proceso de desarrollo personal y académico.

A la vida, por permitirme culminar este proceso, en tiempos de gran dificultad que pasa la humanidad entera.

## Tabla de Contenido.

1.	Introducción .....	19
2.	Problema de Investigación .....	22
2.1.	Descripción del Problema .....	22
2.2.	Planteamiento Del Problema. ....	23
3.	Justificación. ....	24
4.	Objetivos .....	26
4.1.	Objetivo General .....	26
4.2.	Objetivos Específicos.....	26
5.	Marcos de Referencia .....	26
5.1.	Marco de Antecedentes.....	27
5.2.	Marco Conceptual.....	42
5.2.1.	Lo Aeróbicos o Aerobics. ....	43
5.2.2.	La Motivación.....	45
5.2.3.	Orientaciones De Meta. ....	47
5.3.	Marco Contextual.....	49
6.	Metodología .....	50
6.1.	Enfoque y Diseño de Investigación. ....	51
6.2.	Población y Muestra.....	52
6.2.1.	Criterios de Inclusión de la muestra.....	52
6.3.	Diseño de Construcción y Proceso de Validación. ....	52
6.3.1.	Cuestionario de Caracterización Sociodemográfica.....	53
6.3.2.	Cuestionario de Orientación al Ego y a la Tarea (TEOSQ) .....	54
6.3.3.	Cuestionario de Orientaciones al Ego y a la Tarea adaptado al Fitness Grupal.....	55
6.3.4.	Cuestionario de Afinidad del Usuario a la Didáctica del Docente de Aeróbicos.....	56
6.4.	Presentación Jurados Expertos. ....	61
6.4.4.	Experto #1: .....	61

6.4.5.	Experto #2: .....	62
6.4.6.	Experto #3 .....	62
6.4.4.	Experto #4: .....	63
6.4.5.	Experto #5: .....	63
6.5.	Análisis cuantitativo de la valoración de expertos para el instrumento de TEOSQ, adaptado a clases de aeróbicos fase 1.....	64
6.6.	Análisis cualitativo de la valoración de expertos para el instrumento de TEOSQ adaptado a clase de aeróbicos fase 1.....	67
6.7.	Análisis Cuantitativo de la valoración de expertos para el instrumento: Cuestionario de Afinidad del Usuario a la Didáctica del Docente de Aeróbicos (AUDDA).....	72
6.8.	Análisis cualitativo de la valoración de expertos para el instrumento: Cuestionario de Afinidad del Usuario a la Didáctica del Docente de Aeróbicos. ....	77
6.9.	Versión 2. Cuestionario de Afinidad del Usuario a la Didáctica De La Clase Y Características Del Docente de Aeróbicos.....	91
6.10.	Prueba Piloto de los Cuestionarios. ....	95
6.11.	Protocolo de Aplicación para los Cuestionarios.....	97
7.	Análisis de Resultados .....	99
7.1.	Características sociodemográficas de los participantes. ....	99
7.1.1.	Genero.....	100
7.1.2.	Edades de los usuairos. ....	100
7.1.3.	Agrupación por edades. ....	103
7.1.4.	Nivel de Complejidad. ....	104
7.1.5.	Asistencia semanal. ....	105
7.1.6.	Tiempo de experiencia de los usuarios en clases de aerobicos.....	106
7.1.7.	Tiempo de experiencia de los usuarios en clases de aerobicos agrupado.....	109
7.1.8.	.Practicas con la que se complementa la clase de Aeróbicos. ....	109
7.2.	Análisis Cuestionario De Orientación A La Tarea O El Ego TEOSQ Validado para Clases De Aeróbicos.....	111
7.2.4.	Análisis Ítem #1. En clase de aeróbicos me siento bien, cuando soy el único capaz de realizar una coreografía. ....	111

7.2.2.	Análisis Ítem# 2: Cuando me esfuerzo y soy capaz de ejecutar un paso .....	111
7.2.3.	Análisis del Ítem# 3: Cuando puedo hacer la coreografía mejor que mis compañeras/os.....	112
7.2.4.	Análisis Ítem# 4. Cuando aprendo un nuevo paso o movimiento. ....	113
7.2.5.	Análisis Ítem# 5. Cuando los/las otros/as no lo pueden hacer tan bien como yo..	113
7.2.6.	Análisis Ítem# 6. Cuando puedo hacer algo que no sabía hacer antes.....	114
7.2.7.	Análisis Ítem# 7. Cuando las/los demás fracasan y yo no.....	114
7.2.8.	Análisis Ítem# 8. Cuando aprendo una habilidad nueva gracias a mi esfuerzo. ....	115
7.2.9.	Análisis Ítem#9. Cuando comprendo una coreografía primero que los demás.....	115
7.2.10.	Análisis Ítem# 10. Cuando trabajo duro y logré hacer la coreografía.....	116
7.2.11.	Análisis Ítem#11. Cuando consigo destacar más que los demás .....	116
7.2.12.	Ítem# 12. Cuando algo hace que yo quiera practicar más.....	117
7.2.13.	Análisis Ítem# 13. Cuando soy la/el mejor.....	117
7.2.14.	Análisis Ítem# 14. Cuando aprender un moviente o paso me hace sentir mejor...	118
7.2.15.	Análisis Ítem# 15. Cuando tengo más habilidades que las/los demás.....	118
7.2.16.	Análisis Ítem# 16. Cuando puedo dar lo mejor de mí misma/o.....	119
7.3.	Interpretación General de los Resultados Obtenidos .....	120
7.4.	Análisis resultados cuestionario de orientaciones al ego y la tarea vs nivel de complejidad de la clase.....	121
7.5.	Cuestionario de Afinidad del Usuario a la Didáctica De La Clase Y Características Del Docente de Aeróbicos.....	123
7.5.1.	Ítem #1. La clase es más agradable cuando el profesor enseña una coreografía paso a paso, es decir, del paso más sencillo al paso más complejo.....	123
7.5.2.	Ítem #2. La clase es más agradable cuando el profesor dedica poco tiempo para enseñar la coreografía.....	124
7.5.3.	Ítem #3. Me gusta cuando la clase es: fluida, coherente, segura, resaltando la preparación de la clase por parte del profesor.....	125



7.5.4. Ítem #4. Me gusta cuando la clase es: rápida, espontánea y demostrando como pese a un olvido en determinado paso, el profesor rápidamente tiene la capacidad de improvisar uno nuevo. ....	125
7.5.5. Ítem #5. Las coreografías son más fáciles de aprender si el profesor utiliza señales verbales (indicaciones habladas del paso o dirección) y visuales (indicaciones con las manos) en cada paso.....	126
7.5.6. Ítem #6. El empoderamiento (la seguridad, confianza y dominio) del docente contribuyen en el buen desarrollo de la clase. ....	126
7.5.7. Ítem #7. Una postura encorvada, poco dialogo de instrucción y movimientos pequeños por parte del profesor, pueden afectar el ánimo y desarrollo de una clase.....	127
7.5.8. Ítem #8. Una postura encorvada, poco dialogo de instrucción y movimientos pequeños por parte del profesor, pueden afectar el ánimo y desarrollo de una clase.....	128
7.5.9. Ítem #9. Es agradable cuando el profesor tarda menor tiempo con otros grupos y enfoca un poco más de trabajo con mi grupo ya que puedo disfrutar más de la clase. ....	128
7.5.10. Ítem #10. Me gusta cuando mi profesor es paciente, se da cuenta que aún no he aprendido el paso con facilidad, me da el tiempo y repite la coreografía reforzar mi aprendizaje.....	129
7.5.11. Ítem #11 Prefiero cuando el profesor hace pasos que ya conozco y no cambia su estilo, ya que me permite realizar la coreografía de una manera más rápida y fácil. ....	129
7.5.12. Ítem #12 Prefiero cuando el profesor hace pasos nuevos, complejos y varia su estilo, generado un mayor reto. ....	130
7.5.13. Ítem #13 Comprendo una coreografía más rápido, cuando el profesor hace los pasos más amplios o grandes.....	130
7.5.14. Ítem #14 Los pasos grandes o amplios mostrados por el profesor no son relevantes durante el aprendizaje de una coreografía.....	131
7.5.15. Ítem #15 Doy más importancia y valor a clases con coreografías que contengan pasos nuevos, combinaciones entre coreografías y/o implementación de los brazos como acompañantes del paso. ....	132

7.5.16.	Ítem #16 No me gusta cuando el profesor implementa combinaciones o particiones diferentes a las que ya conozco. ....	132
7.5.17.	Ítem #17 La clase se vuelve más amena con herramientas musicales (tracks o pistas) que contengan sonidos latinos, modernos y con voz (cantos). ....	133
7.5.18.	Ítem #18 La clase es más amena con herramientas musicales (tracks o pistas) que contengan sonidos de géneros clásicos, más golpe musical y poca voz o cantos. ....	133
7.5.19.	Ítem #19 Me gusta cuando el profesor habla, anima, se emociona y sube el tono de voz. ....	134
7.5.20.	Ítem #20. Me gusta cuan el profesor controla su tono de voz, respeta la distancia, es calmado y dirige su clase de forma seria. ....	134
7.5.21.	Ítem #21 La personalidad del profesor influye al momento de elegir el ingreso a su clase. ....	135
7.5.22.	Ítem #22 El género del docente no influye en mi elección para entrar a clases. ...	136
7.5.23.	Ítem #23 Prefieren entrar a clases con profesoras mujeres porque considero que son más animadas y de carácter. ....	136
7.5.24.	Ítem #24 Prefiero ingresar a clases con profesores hombres porque son más animados y de carácter. ....	137
7.5.25.	Ítem #25 Prefiero ingresas a clases con profesores cuya condición física sea atlética y entrenada. ....	137
7.5.26.	Ítem #26 El aspecto físico del docente (sea obeso o delgado) no influyen en mi elección al momento de ingresar a una clase. ....	138
7.5.27.	Ítem #27 La presentación personal del profesor (forma de vestir, peinado, maquillaje, afeitado y aroma) influye en mi elección para tomar la clase. ....	139
7.5.28.	Ítem #28 Prefiero ingresar a las clases de los profesores con menor antigüedad. ....	139
7.5.29.	Ítem #29 Prefiero ingresar a las clases de los profesores con mayor antigüedad.. ....	140
7.6.	Análisis resultados cuestionario de afinidad a la didáctica y características del docente vs nivel de complejidad de la clase.....	143
7.7.	Correlación Entre Aspectos Sociodemográficos. ....	149
7.7.1.	Correlación entre algunos aspectos sociodemográficos.....	150

7.8.	Correlación de Pearson entre factores sociodemográficos vs TEOSQ.....	152
7.9.	Correlación de Pearson entre aspectos sociodemográficos vs categorías del cuestionario de afinidad del usuario hacia la didáctica y características del docente de aeróbicos.....	153
7.10.	Correlación de Pearson entre categorías de orientación al ego y tarea del cuestionario TEOSQ.	157
7.10.1.	Correlación de Pearson entre categorías del cuestionario de afinidad por la didáctica y características del docente de aeróbicos. orientación al ego y tarea del cuestionario TEOSQ.....	161
7.10.2.	Correlación de Pearson entre los cuestionarios TEOSQ VS Afinidad por la Didáctica y Características del Docente.....	164
8.	Discusión .....	166
9.	Conclusiones.....	174
10.	Limitaciones del Estudio.....	178
11.	Lista de Referencias.....	179
12.	Anexos .....	184
12.1.	Consentimiento Informado .....	184

## Índice de Tablas

Tabla 1 Caracterización Sociodemográfica Usuarios Caja de Compensación.....	54
Tabla 2 Versión Modificada y Validad del TASK and Ego Orientation in Sport Questionnaire (TEOSQ) Adaptado.....	55
Tabla 3 Cuestionario de Orientaciones al Ego y a la Terea adaptado al Fitness Grupal.....	56
Tabla 4. Cuestionario de afinidad del usuario a la didáctica del docente de aeróbicos.....	58
Tabla 5. Porcentajes Cuestionario de Orientaciones al Ego y a la Terea adaptado al Fitness Grupal. Versión: Análisis Cuantitativo Expertos. ....	65
Tabla 6. Cuestionario de Orientaciones al Ego y a la Terea adaptado al Fitness Grupal (TOESQ).....	67
Tabla 7. Cuestionario de Afinidad del Usuario a la Didáctica del Docente de Aeróbicos Versión: Análisis Cuantitativo Expertos. ....	72
Tabla 8. Cuestionario de Afinidad del Usuario a la Didáctica Y Características propias Del Docente de Aeróbicos.....	78
Tabla 9. Cuestionario de Afinidad del Usuario a la Didáctica De La Clase Y Características del Docente de Aeróbicos. ....	92
Tabla 10. Alfa de Cronbach Cuestionario del TEOSQ .....	96
Tabla 11. Alfa de Cronbach cuestionario de afinidad docente.....	97
Tabla 12. Codificación numérica género.....	100
Tabla 13. Genero de los usuarios.....	100
Tabla 14. Estadístico de Edad.....	101
Tabla 15. Edades de la población total de usuarios partícipes de la investigación. ....	101
Tabla 16. Agrupación por edades de los usuarios participantes.....	103
Tabla 17. Codificación numérica nieles de complejidad.....	104
Tabla 18. Nivel de complejidad.....	105
Tabla 19. Asistencia semanal a Clase de Aeróbicos .....	105
Tabla 20. Asistencia semanal de los usuarios a Clase de Aeróbicos.....	106
Tabla 21. Tiempo de experiencia de los usuarios en clases de aeróbicos. ....	107
Tabla 22. Tiempo de Experiencia de los Usuarios en Clases de Aerobicos.....	107

Tabla 23. Tiempo Experiencia En La Practica Agrupado.....	109
Tabla 24. Codificación numérica Practicas de Complemento de la Práctica Física.....	110
Tabla 25. Prácticas De Complemento De La Practica Física.....	110
Tabla 26 Ítem #1. En clase de aeróbicos me siento bien, cuando soy el único capaz de realizar una coreografía.....	111
Tabla 27. Ítem # 2: Cuando me esfuerzo y soy capaz de ejecutar un paso .....	112
Tabla 28. Ítem# 3: Cuando puedo hacer la coreografía mejor que mis compañeras/os .....	112
Tabla 29. Ítem# 4. Cuando aprendo un nuevo paso o movimiento.....	113
Tabla 30. Ítem# 5. Cuando los/las otros/as no lo pueden hacer tan bien como yo.....	113
Tabla 31. Ítem# 6. Cuando puedo hacer algo que no sabía hacer antes.....	114
Tabla 32. Ítem# 7. Cuando las/los demás fracasan y yo no.....	115
Tabla 33. Ítem#8. Cuando aprendo una habilidad nueva gracias a mi esfuerzo.....	115
Tabla 34. Ítem#9. Cuando comprendo una coreografía primero que los demás.....	116
Tabla 35. . Ítem# 10. Cuando trabajo duro y logré hacer la coreografía.....	116
Tabla 36. Cuando consigo destacar más que los demás.....	117
Tabla 37. Ítem# 12. Cuando algo hace que yo quiera practicar más.....	117
Tabla 38. Ítem# 13. Cuando soy la/el mejor.....	118
Tabla 39. Ítem# 14. Cuando aprender un movimiento o paso me hace sentir mejor .....	118
Tabla 40. Ítem# 15. Cuando tengo más habilidades que las/los demás.....	119
Tabla 41. Ítem# 16. Cuando puedo dar lo mejor de mí misma/o.....	119
Tabla 42. Respuestas ítems orientados al Ego.....	122
Tabla 43. Tabla 42. Respuestas ítems orientados al Ego.....	122
Tabla 44. Ítem #1. La clase es más agradable cuando el profesor enseña una coreografía paso a paso, es decir, del paso más sencillo al paso más complejo.....	124
Tabla 45. Ítem #2. La clase es más agradable cuando el profesor dedica poco tiempo para enseñar la coreografía.....	124
Tabla 46. Ítem #3. Me gusta cuando la clase es: fluida, coherente, segura, resaltando la preparación de la clase por parte del profesor.....	125
Tabla 47. Ítem #4. Me gusta cuando la clase es: rápida, espontánea y demostrando como pese a un olvido en determinado paso, el profesor rápidamente tiene la capacidad de improvisar uno nuevo.....	126

Tabla 48. Ítem #5. Las coreografías son más fáciles de aprender si el profesor utiliza señales verbales (indicaciones habladas del paso o dirección) y visuales (indicaciones con las manos) en cada paso.....	126
Tabla 49. Ítem #6. El empoderamiento (la seguridad, confianza y dominio) del docente contribuyen en el buen desarrollo de la clase. ....	127
Tabla 50. Ítem #7. Una postura encorvada, poco dialogo de instrucción y movimientos pequeños por parte del profesor, pueden afectar el ánimo y desarrollo de una clase.....	127
Tabla 51. Ítem #8. Una postura encorvada, poco dialogo de instrucción y movimientos pequeños por parte del profesor, pueden afectar el ánimo y desarrollo de una clase.....	128
Tabla 52. Ítem #9. Es agradable cuando el profesor tarda menor tiempo con otros grupos y enfoca un poco más de trabajo con mi grupo ya que puedo disfrutar más de la clase. ....	129
Tabla 53. . Ítem #10. Me gusta cuando mi profesor es paciente, se da cuenta que aún no he aprendido el paso con facilidad, me da el tiempo y repite la coreografía reforzar mi aprendizaje.....	129
Tabla 54. Ítem #11. Prefiero cuando el profesor hace pasos que ya conozco y no cambia su estilo, ya que me permite realizar la coreografía de una manera más rápida y fácil.....	130
Tabla 55. Ítem #12. Prefiero cuando el profesor hace pasos nuevos, complejos y varia su estilo, generado un mayor reto. ....	130
Tabla 56. Ítem #13 Comprendo una coreografía más rápido, cuando el profesor hace los pasos más amplios o grandes.....	131
Tabla 57. Ítem #14 Comprendo una coreografía más rápido, cuando el profesor hace los pasos más amplios o grandes.....	131
Tabla 58. Ítem # 15. Doy más importancia y valor a clases con coreografías que contengan pasos nuevos, combinaciones entre coreografías y/o implementación de los brazos como acompañantes del paso. ....	132
Tabla 59. Ítem # 16. No me gusta cuando el profesor implementa combinaciones o particiones diferentes a las que ya conozco.....	132
Tabla 60. Ítem # 17. La clase se vuelve más amena con herramientas musicales (tracks o pistas) que contengan sonidos latinos, modernos y con voz (cantos). ....	133
Tabla 61. Ítem # 18 La clase es más amena con herramientas musicales (track o pistas) que contengan sonidos de géneros clásicos, más golpe musical y poca voz o cantos. ....	134

Tabla 62. Ítem # 19. Me gusta cuando el profesor habla, anima, se emociona y sube el tono de voz.....	134
Tabla 63. Ítem # 20. Me gusta cuando el profesor controla su tono de voz, respeta la distancia, es calmado y dirige su clase de forma seria .....	135
Tabla 64. Ítem #21 La personalidad del profesor influye al momento de elegir el ingreso a su clase.....	135
Tabla 65. Ítem # 22. El género del docente no influye en mi elección para entrar a clases. ....	136
Tabla 66. Ítem # 23. Prefieren entrar a clases con profesoras mujeres porque considero que son más animadas y de carácter.....	137
Tabla 67. Ítem # 24. Prefiero ingresar a clases con profesores hombres porque son más animados y de carácter. ....	137
Tabla 68. Ítem # 25. Prefiero ingresar a clases con profesores cuya condición física sea atlética y entrenada. ....	138
Tabla 69. Ítem #26 El aspecto físico del docente (sea obeso o delgado) no influyen en mi elección al momento de ingresar a una clase.....	138
Tabla 70. Ítem #27 La presentación personal del profesor (forma de vestir, peinado, maquillaje, afeitado y aroma) influye en mi elección para tomar la clase. ....	139
Tabla 71. Ítem #28 Prefiero ingresar a las clases de los profesores con menor antigüedad .....	140
Tabla 72. Ítem # 29. Prefiero ingresar a las clases de los profesores con mayor antigüedad. ....	140
Tabla 73. Análisis de estilos de enseñanza y niveles de complejidad.....	144
Tabla 74. Construcción coreográfica y niveles de complejidad.....	145
Tabla 75. Ambiente en la clase y niveles de complejidad.....	146
Tabla 76. Carisma del docente en clase y niveles de complejidad.....	147
Tabla 77. Imagen del docente en clase y niveles de complejidad. ....	148
Tabla 78. puntuación en común (moda) del instrumento: Afinidad Hacia la Didáctica Y característica del Docente completo. ....	149
Tabla 79. Correlación entre algunos aspectos sociodemográficos .....	150
Tabla 80. Correlación de Pearson entre factores sociodemográficos vs TEOSQ .....	152

Tabla 81. Correlaciones de Pearson entre aspectos sociodemográficos vs categoría 1: Estilo de enseñanza del docente.....	153
Tabla 82. Correlaciones de Pearson entre aspectos sociodemográficos vs categoría 2: Construcción coreográfica.....	154
Tabla 83. Correlaciones de Pearson entre aspectos sociodemográficos vs categoría 3: Ambiente en la clase.....	154
Tabla 84. Correlaciones de Pearson entre aspectos sociodemográficos vs categoría 4: carisma del docente. ....	155
Tabla 85. Correlaciones de Pearson entre aspectos sociodemográficos vs categoría 5: Imagen del docente.....	156
Tabla 86. Correlaciones entre ítems impares de categoría: Ego.....	157
Tabla 87. Correlación de Pearson entre los ítems pares correspondientes a la categoría Tarea del cuestionario TEOSQ.....	159
Tabla 88. Correlaciones entre los ítems de las categorías Ego y Tarea del cuestionario TEOSQ.....	160
Tabla 89. Correlaciones entre los ítems de las categorías 1 (estilo de enseñanza) del cuestionario de afinidad del docente. ....	161
Tabla 90. Correlaciones entre los ítems de las categorías 2 (construcción coreográfica) del cuestionario de afinidad del docente. ....	162
Tabla 91. Correlaciones entre los ítems de las categorías 3 (ambiente en la clase) del cuestionario de afinidad del docente. ....	163
Tabla 92. Correlaciones entre los ítems de las categorías 4 (carisma del docente en clase) del cuestionario de afinidad del docente. ....	163
Tabla 93. Correlaciones entre los ítems de las categorías 4 (carisma del docente en clase) del cuestionario de afinidad del docente. ....	164
Tabla 94. Correlación de Pearson entre categoría de Ego cuestionario TEOSQ vs Categoría de Construcción Coreográfica del Instrumento Afinidad hacia la didáctica y características del docente.....	165



## Lista de Abreviaturas

**AF:** Actividad Física.

**AFGM:** Actividad Física Grupal Musicalizada.

**ANDI:** *Asociación Nacional de Industriales*

**AUDCCPA:** Afinidad del Usuario a la Didáctica De La Clase y Características

**AUDDA:** Afinidad del Usuario a la Didáctica del Docente de Aeróbicos.

**BPNES:** Basic Psychological Needs in Exercise Scale

**BRSQ:** Behavioral Regulation in Sport Questionnaire

**CCF:** Cajas de Compensación Familiar

**CV:** Coeficiente de Variación

**EE.UU.:** *Estados Unidos*

**EF:** Educación Física.

**ESDV-5:** Escala de Satisfacción para la Vida

**LAPOPECQ:** Learning and Performance Orientations in Physical Education Classes Questionnaire.

**NASA:** National Aeronautics and Space Administration

**OMS:** *Organización Mundial De La Salud.*

**PNSE:** Psychological Need Satisfaction in Exercise Scale

**POSQ:** Perception of Success Questionnaire

**POSQ:** Perception of Success Questionnaire.

Propias del Docente de Aeróbicos.

**TEOSQ:** Task and Ego Orientation in Sport Questionnaire

**UPTC:** Universidad Pedagógica Y Tecnológica de Colombia.

## 1. Introducción

La presente investigación tiene como propósito fundamental relacionar las orientaciones de meta de los usuarios de la clase de aeróbicos multinivel de una caja de compensación familiar de Bogotá, la afinidad por la didáctica empleada en clase y las características propias del docente. Dicho proceso se realizó a través de la implementación de dos cuestionarios, el primero el cuestionario de orientaciones al ego y a la tarea (TEOSQ) el cual pasó por un proceso de ajuste y revalidación al contexto de la presente investigación, la actividad física para la salud; el segundo instrumento se denomina Cuestionario de Afinidad del Usuario a la Didáctica y Características del Docente de Aeróbicos el cual fue creado y validado para los propósitos de la presente investigación.

Los Aerobics o Aeróbicos en español, de acuerdo a algunos autores, se pueden definir como una actividad física coreografía al ritmo de la música con diferentes modalidades de mayor a menor intensidad: (Alto - bajo impacto) y de diferentes estilos (Hermoso, 1998). Los Aeróbicos, también son considerados como una actividad gimnastica generalmente estructurada en secuencias lógicas o coreográficas que se desarrollan al ritmo de la música con el objetivo de conseguir una serie de beneficios en el plano psicofísico (Papi 2004). Esta modalidad de ejercicio físico es muy popular en los últimos tiempos dados sus componentes de estructuración, la música, las coreografías, los retos y la diversión que representan para algunos, por esto muchas personas eligen realizar esta práctica y se mantienen en el tiempo, pero así mismo hay muchas personas que desisten o no se atreven a involucrarse en ella dada la exigencia en aspectos como la coordinación, concentración y memoria motriz que implica. Es por esto que esta investigación se interesó por caracterizar de forma rigurosa las percepciones motivacionales de personas que practican esta modalidad de actividad física.

El desarrollo del presente ejercicio investigativo cuenta con un enfoque empírico analítico de investigación con un diseño descriptivo correlacional. Durante el

procedimiento de elaboración y construcción de la idea de investigación tuvieron lugar varios momentos, en primera medida una revisión documental acerca del objeto de estudio, la evaluación y caracterización de la motivación en prácticas relacionadas con el ejercicio y la actividad física para la salud, la cual arrojó entre otras cosas los instrumentos y las bases para la construcción del procedimiento a seguir, en un segundo momento se llevó a cabo el ajuste, creación y validación de los instrumentos bajo la modalidad de juicio de expertos; luego de dicho proceso se dio paso al tercer momento que fue la aplicación de los instrumentos en la población participante de éste proyecto y por último el análisis estadístico de los resultados que permitió describir y establecer las correlaciones entre la información recolectada logrando así definir resultados y las conclusiones del estudio.

En esta investigación se contó con la participación de 120 de clases de aeróbicos de la ciudad de Bogotá – Colombia, quienes aportaron información sociodemográfica como: edad, genero, tiempo de experiencia en la práctica de clases de aeróbicos, nivel de complejidad en el que se ubica al momento de la realización de dicha práctica, entre otros. Por otra parte, para este trabajo los participantes contribuyeron con diligenciamiento de dos cuestionarios, por un lado, se encuentra el cuestionario de orientación a la meta: TEOSQ integrado por 16 ítems, 8 ítems que hacían referencia a características motivacionales relacionadas con la tarea y 8 ítems con características motivacionales relacionadas con el ego. Finalmente, el cuestionario Afinidad Docente en el cual se buscó indagar aspectos relacionados con la didáctica que emplean los docentes a la hora de orientar una clase de aeróbicos y algunas características propias de los mismos que los usuarios prefieren al acceder a esta práctica.

La muestra estuvo integrada por un total de 120 personas, de los cuales 98 fueron del género femenino y 22 del género masculino, estos representan un 81.7% y un 18.3% respectivamente. Entre los criterios de inclusión de la población se encontraba: contar con mínimo dos meses de experiencia practicando clases de aeróbicos y en especial clases multinivel (complejidad) y realizar esta práctica al menos una vez por semana, no hubo restricciones de edad ni de ningún otro tipo ya que esta modalidad de ejercicio

físico es muy diversa y accesible para todo tipo de población. La prueba se aplicó vía correo electrónico a través de la herramienta de formularios Google. La prueba se difundió a más de 150 personas, haciendo la salvedad de que su participación era totalmente voluntaria y que sus respuestas debían tener en cuenta su experiencia en esta práctica en la modalidad presencial del año 2019 hacia atrás, dadas las condiciones de confinamiento que sufrió el mundo a causa el COVID – 19 en 2020.

En el capítulo resultados, el análisis de la información involucra algunas medidas estadísticas, entre ellas, los porcentajes, el promedio, la desviación estándar y el coeficiente de variación (CV), estas medidas posibilitan la descripción e interpretación de los resultados. Los análisis de consistencia interna de los instrumentos TEOSQ y Afinidad Docente con la medida del Alpha de Cronbach evidenciaron un 0,790 (bueno) y un 0.633 (aceptable) respectivamente, lo cual indica que los datos recolectados en la presente investigación son confiables para el contexto del estudio.

Esta investigación encuentra como conclusión que los practicantes de clases de aeróbicos encuestados en la ciudad de Bogotá muestran una orientación motivacional dirigida hacia características intrínsecas es decir hacia la tarea, se motivan por aspectos relacionados con la satisfacción propia y la adquisición de habilidades y aprendizajes en dicha actividad, así como prefieren docentes que empleen una didáctica caracterizada por el vigor, la alegría, la creatividad y el entusiasmo que demuestren los docentes a la hora de impartir una clase de aeróbicos multinivel.

Dado lo anterior, se invita a los lectores interesados por el proceso investigativo realizado aquí, a analizar detalladamente la características y propósitos de la investigación, a usufructuar los resultados de la misma con fines de reproducción del conocimiento y compartir las apreciaciones y sugerencias con el autor.

## **2. Problema de Investigación**

### **2.1. Descripción del Problema**

Los Aerobics o Aeróbicos (en español) son considerados como una modalidad de ejercicio físico de intensidad moderada a alta (pero no agotadora) y duración prolongada, donde se realizan pasos coreográficos estructurados lógicamente al ritmo de la música y con la finalidad de lograr una mejora cardio respiratoria y orgánica general (Papi 2000). Esta práctica caracterizada por su componente coordinativo y estímulo de la memoria motriz es orientado por un especialista en el campo de manera masiva o grupal (Vidal Vida 2002) cuyo origen se remonta a finales de los años 60 y cuya expansión y reconocimiento en Europa y Sur América (Incluida Colombia) se da en la década de los 80.

En la década de los 90, del siglo XX, los aeróbicos fueron una de las primeras clases impartidas por el área de actividad física y clase grupal en una de las cajas de compensación más reconocidas de la ciudad de Bogotá - Colombia, dando su inicio el 20 de octubre de 1992. Para esta época, la clase se impartía de la misma manera para todos, es decir, una estructura coreográfica debía ser seguida por todo el público asistente, lo que era una acción prácticamente imposible de seguir para muchos, y para otros, con el tiempo, se convirtió en una práctica lesiva a nivel articular debido a sus pasos de alto impacto (saltos). Ante tal problemática y con el desarrollo de nuevas tendencias en el campo del Fitness, los aeróbicos sufren una transformación en la caja de compensación, pasando a un sistema de trabajo físico dividido en niveles de dificultad: Básico, intermedio y avanzado, lo que generó una mayor adhesión del público asistente a la clase, y gracias a su modificación de coreografías más estructuradas, su trabajo bilateral y la fluidez de los pasos, los riesgos de lesión se hicieron menores. A raíz de las diversas modificaciones, actualmente, se ha logrado una aproximación hacia una estandarización con relación a las bases teóricas y

prácticas al momento de impartir esta clase, lo que genera, para el caso de la caja de compensación, que sus docentes de clases grupales, muestren unas técnicas de ejecución similares al impartir la clase.

A partir de una serie de observaciones no estructuradas, conversaciones dadas con otros docentes pertenecientes a la caja de compensación en cuestión y a lo largo de más de 9 años de experiencia como docente de actividad física grupal y musicalizada, se ha podido determinar qué; pese a la evolución de los aeróbicos, mencionada anteriormente, ha venido ocurriendo un suceso de deserción a la clase por parte de los usuarios, así como comportamientos propios y específicos de cada uno de los participantes dependiendo del nivel de dificultad en el que se encuentren al desarrollar la clase. Por un lado, la deserción en mayor número y baja adhesión por parte de los usuarios de nivel básico, por otra parte, el temor particular y recelo que se percibe en algunos de los participantes del nivel intermedio y finalmente, un ambiente de rivalidad y baja cordialidad entre los participantes del nivel avanzado. A lo anterior se le suma, el rechazo que muestran algunos usuarios de cualquiera de los tres niveles hacia determinados docentes, situación evidenciada al momento en el cual un docente asiste al área de clase y los participantes deciden retirarse del lugar y no ejecutar la sesión, así como, gestos de poco agrado que demuestran un bajo interés por parte de los participantes hacia la clase con algunos docentes. A lo anterior, es importante determinar cual es esa orientación motivacional de una persona al momento de hacer aeróbicos y que gusto o afinidad busca un sujeto a la hora de seleccionar una clase de aeróbicos con un docente determinado.

## **2.2. Planteamiento Del Problema.**

¿Cuáles son las relaciones que existen entre las orientaciones motivacionales de los usuarios de la clase de aeróbicos multinivel de una caja de compensación familiar, la afinidad por la didáctica empleada en clase y las características propias del docente?

### 3. Justificación.

El campo de la actividad física grupal musicalizada es un campo poco estudiado a nivel científico, las referencias y antecedentes indagados permiten concluir esto, es por ello que uno de los intereses fundamentales del presente ejercicio académico - científico y la importancia del mismo, radica en la posibilidad de aportar a ese constructo teórico una aproximación de las características de la motivación de personas que eligen este tipo de actividad (clases grupales musicalizadas) para trabajar su condición física y conseguir así beneficios relacionados con la salud física y psicológica específicamente.

El estudio y clasificación de la motivación es una variable que ha despertado el interés de muchos investigadores de la comunidad académica y científica, en el área de conocimiento del deporte, la educación física y la recreación no es ajena a este interés. Muchas investigaciones le han apuntado a describir y/o caracterizar la motivación de los practicantes de muchas disciplinas deportivas por ejemplo “Clima Motivacional Y Orientaciones De Meta En Futbolistas Peruanos De Primera División” (Reyes 2009), la escuela también ha sido fuente de estudio de la motivación en clases de educación física por ejemplo el estudio adelantado por Flores (2014), titulado “Orientaciones de Meta, el Clima Motivacional Percibido y la Habilidad Física Percibida en clases de Educación Física”, los espacios dedicados al ocio, la recreación y el aprovechamiento del tiempo libre también “Cómo Influye la Motivación en los Procesos de Recreación en los Niños de los 4 al 12 años” (Beltrán, López, Orjuela y Patiño 2002), sin embargo las referencias de estudio son limitadas el campo de la actividad física para la salud las referencias que reportan las bases de datos son limitadas y más aún cuando de clases grupales musicalizadas se refiere, pues es el principal interés del presente estudio.

Las clases grupales musicalizadas son una alternativa de ejercicio grupal muy popular en la actualidad, estas actividades representan generalmente:

Un servicio que prestan los gimnasios y centros de acondicionamiento y preparación física (CAPF). Estas actividades realizadas regularmente juegan un



papel preventivo excepcional en una serie de enfermedades, la práctica regular de actividad física puede ayudar a conservar la salud, pero depende de un número de factores como los demográficos, biológicos, psicológicos, (cognitivos, emocionales, atributos conductuales) destreza, hábitos saludables, factores sociales, culturales, físico ambientales y características propias de la actividad física. (Arévalo, Palacios, González 2010).

Esta modalidad de ejercicio físico está siendo utilizada y masificada actualmente por las instituciones gubernamentales encargadas de la promoción de la actividad física como hábito de vida saludable de muchos países, ya que representa una estrategia dinámica, divertida, atractiva y eficiente que permite generalizar las intervenciones realizadas y multiplicar los efectos ya comprobados de las mismas en el propósito de reducir los efectos negativos de enfermedades asociadas al sedentarismo y la inactividad física, esta, es otra de las razones por las cuales la investigación en este campo debe aumentarse y poder así mejorar las estrategias de cualificación de los profesionales y los servicios ofrecidos por las instituciones dedicadas a ello.

En cuanto a algunos de los aportes que esta investigación realiza en los campos de la actividad física se encuentran: Por un lado, la adaptación y validación a la actividad física grupal, de un instrumento de recolección de información diseñado inicialmente para los campos del deporte y la escuela como lo es el TEOSQ (cuestionario de orientación hacia la tarea o el ego en el deporte). Por otro lado, se encuentra la creación, diseño y validación de un instrumento que permita hacer valoraciones en cuanto a la afinidad que presenta un individuo el momento de ingresar a una clase de un docente determinado a nivel de la actividad física grupal especialmente en clase de aeróbicos y finalmente, la posibilidad por determinar factores que influyan en la deserción de participantes de usuarios, no solo que aplique en clases de aeróbicos, sino en cualquier clase grupal y así generar una reflexión docente que permita capturar de nuevo la atención y gusto de las personas por este tipo de prácticas físicas.

## **4. Objetivos**

### **4.1. Objetivo General**

Relacionar la motivación de los usuarios de la clase de aeróbicos multinivel de una caja de compensación familiar de Bogotá, la afinidad por la didáctica empleada en clase y las características propias del docente.

### **4.2. Objetivos Específicos**

- Reconocer las características sociodegráficamente de los usuarios de la clase de aeróbicos de una caja de compensación.
- Describir las orientaciones motivacionales de los usuarios que practican aeróbicos en una caja de compensación.
- Diseñar y validar un instrumento de evaluación de la didáctica empleada por los docentes de aeróbicos en una caja de compensación en Bogotá.
- Determinar la relación entre los resultados del instrumento TEOSQ y Afinidad Docente.

## **5. Marcos de Referencia**

## 5.1. Marco de Antecedentes

Después de una exhaustiva búsqueda acerca de estudios y/o documentación que desarrollen temas de motivación al interior de una clase de Aerobics grupal en salas de fitness, el resultado de la mencionada búsqueda ha sido muy bajo, no se han logrado hallar documentación que contenga el tema a tratar a precisión. Sin embargo, se han logrado encontrar investigaciones orientadas hacia la motivación no precisamente en la clase de Aeróbicos, pero si en diferentes clases que componen la práctica física en aulas de fitness, clases grupales o clases de salón, lo cual, es de gran utilidad para el desarrollo de la investigación.

Partiendo de lo anterior, Borges, Ruiz, Salar y Moreno (2017), desarrollaron una investigación denominada: Motivación, autoestima y satisfacción con la vida en mujeres practicantes de clases dirigidas en centros de fitness. El objetivo de este estudio fue comprobar la percepción de la satisfacción de las necesidades psicológicas, la motivación intrínseca y la autoestima sobre la satisfacción con la vida en 259 mujeres que practicaban diversas clases dirigidas (zumba, batuka, aeróbic, spinning, step, body pump, etc.) en centros de fitness en la región de Murcia – España, con edades comprendidas entre los 18 a 58 años de edad.

Para el desarrollo de la investigación, múltiples fueron los instrumentos utilizados por los investigadores en la recolección de datos: para la Percepción de satisfacción de las necesidades psicológicas básicas, se empleó la Psychological Need Satisfaction in Exercise Scale (PNSE) de Wilson, Rogers, Rodgers, y Wild (2006) validada al contexto español por Moreno- Murcia, Marzo, Martínez-Galindo, y Conte (2011), el cual mide las satisfacción de las tres necesidades psicológicas básicas de un sujeto en el contexto del ejercicio físico. Para la medición de la motivación intrínseca, los autores tomaron como instrumento de trabajo la sub escala del Behavioral Regulation in Sport Questionnaire (BRSQ) de Lonsdale, Hodge, y Rose (2008), validado al contexto español por Moreno-Murcia et al. (2011) y adaptado al contexto de ejercicio físico. En lo referente a la Autoestima se utilizó

el cuestionario de medida del autoconcepto físico de Moreno y Cervelló (2005), tomado del original Physical Self-Perception Profile (PSPP) de Fox y Corbin (1989) y finalmente en el ítem de: satisfacción con la vida se utilizó el cuestionario Escala de Satisfacción para la Vida (ESDV-5) de Vallerand, Blais, Brière, y Pelletier (1989) validada al contexto español (Atienza, Balaguer, & García-Merita, 2003; Atienza, Pons, Balaguer, & García-Merita, 2000). Cada uno de estos instrumentos fue analizado estadísticamente y posteriormente, correlacionado para determinar los resultados.

Finalmente, la investigación quiso aclarar aquellos factores que contribuyen en el comportamiento positivo de la mujer que practica clases dirigidas en los centros de fitness. Por lo tanto, garantizar la satisfacción de las necesidades psicológicas básicas que mide el efecto entre los constructos sociales y la motivación experimentada, podría llevar a consecuencias positivas en la vida de las mujeres, como una mayor autoestima y satisfacción con sus vidas.

Por otro lado, Borges, Prieto, Alias y Moreno (2015) de la universidad de San Antonio de Murcia España y la Universidad Miguel Hernández De Elche, en su estudio: “Predicción del motivo salud en el ejercicio físico en centros de fitness”. Utilizando una investigación esencialmente correlacional, en el cual se aplicaron una serie de instrumentos para valorar: la percepción de apoyo a la autonomía, las necesidades psicológicas básicas, la motivación intrínseca y finalmente un instrumento de valoración en salud/fitness. Estos instrumentos fueron entregados y desarrollados por 602 participantes, 237 chicos y 365 chicas, practicantes de actividades dirigidas no competitivas (zumba, aeróbic, step, figh box, batuka, danza contemporánea, flamenco, sevillanas y bailes latinos) inscritos en diferentes centros de fitness. Las edades de los participantes oscilaban entre los 18 a 69 años de edad.

Una vez se realizó el análisis de los estadísticos descriptivos de todas las variables de objeto de estudio y las correlaciones, según los autores, se comprueba que: “El soporte de autonomía del técnico deportivo, la satisfacción de las necesidades

psicológicas básicas (autonomía, relación con los demás y competencia) y la motivación intrínseca han predicho positivamente el motivo salud” (Pag.168).

Este estudio resulta de gran valor para la presente investigación, debido a su carácter pionero en el análisis de aspectos motivacionales y el análisis de soportes de autonomía como desencadenante social en actividades dirigidas con ritmo coreográfico en centros de fitness.

Otro artículo de gran valor para esta investigación, es el estudio de : Moreno et al, (2012) en Murcia, España. En este trabajo titulado: Motivación, frecuencia y tipos de actividad en prácticas de ejercicio físico, se toma la teoría de la Auto determinación y más específicamente, la motivación integrada como foco de trabajo. El objetivo de este estudio se basaba en la comprobación de la relación entre la motivación integrada y los motivos que tenían las personas para realizar la práctica de ejercicio físico según la frecuencia y el tipo de actividad realizada. Para este estudio se contó con una muestra de 358 participantes de ejercicio físico en salas de fitness, tanto en actividades colectivas como individuales (por ejemplo, musculación, Pilates, aerobio, ciclo indoor, natación, fitness acuático) con una edad media de 27 años a quienes se les entregó el Cuestionario de Metas de los Contenidos para el Ejercicio (Sebire, Standage, y Vansteenkiste, 2.008) con el cual se buscaría medir los motivos de practica hacia el ejercicio físico.

De acuerdo al análisis estadístico descriptivo y de correlaciones bivariadas entre todos los factores, los datos mostraron un mayor predominio hacia el motivo de salud, seguida de motivos como: desarrollo de habilidades, mejora de imagen y afiliación social. En cuanto a la frecuencia de práctica, las personas que asistían a estas actividades, mostraban una mayor motivación integrada que aquellos que solo asistían una o dos veces por semana. Finalmente, los autores concluyen la investigación reiterando la importancia que trae consigo el incremento de la motivación integrada en cada una de las practicas con el fin de obtener mayor compromiso y adhesión en las practicas físico deportivas.

Para este mismo año, 2012, se presenta otro trabajo que aporta al enriquecimiento teórico de esta investigación, esta vez, en la población de Cáceres, también en España. Los autores Broo, Ballart, Vallas y Latinjak, (2012) elaboraron un trabajo titulado: Motivación Situacional y Estado Afectivo En Clases Dirigidas De Actividad Física. Cuyo propósito se basó en conocer en qué grado la motivación afecta a niveles situacionales al estado afectivo en la actividad física. Para la ejecución de este estudio, se contó con un total de 172 practicantes de ejercicio físico de los cuales 147 eran mujeres. Las edades de los practicantes oscilaban entre los 17 y 90 años, quienes asistían a clases dirigidas de: acondicionamiento físico, mantenimiento, Body Balance, Aerobic, Body Pump, Ciclismo Indoor y Pilates. Para medir el grado de Autodeterminación, los autores tomaron como instrumento de base la versión española (Viladrich, Torregrosa, y Cruz, 2011) del Behavioral Regulation in Sports Questionnaire (BRSQ, Lonsdale, Hodge, y Rose, 2008).

Como resultado del estudio Broo, et al. (2012), determinan que: “Como más autodeterminada sea la motivación extrínseca en el momento de hacer ejercicio, más afecto positivo hay después del ejercicio, habiendo sido la regulación integrada incluso más importante que la percepción del rendimiento” (pag.155). A su vez, destacan la importancia de la creación de un clima motivacional que lleve a los practicantes hacia tipos de regulación más autodeterminadas, importantes en la promoción de la actividad física y un buen estilo de vida saludable.

Continuando por la línea que compete a este proyecto de investigación (la motivación), y tomando la misma teoría del trabajo anterior: Autodeterminación, los autores, Bermejo, Almagro y Rebollo, (2018), presentan su estudio denominado: “Factores motivacionales relacionados con la intención de seguir practicando ejercicio físico en mujeres adultas”. Para este trabajo, se contó tanto con determinados centros de fitness y zonas de recreación y deporte (polideportivos) propios de la población de Huelva, municipio de España. La muestra total del estudio realizado estuvo compuesta por 145 mujeres que practicaban actividad física dirigida (característica que ayuda de gran manera en el desarrollo teórico del presente trabajo) de edades comprendidas entre

los 20 y 75 años, con las cuales se buscaba analizar la influencia de la satisfacción de las necesidades psicológicas básicas y los diferentes tipos de motivación sobre la intención de seguir practicando ejercicio físico. El instrumento utilizado por los autores fue: Escala de las Necesidades Psicológicas Básicas en el Ejercicio (BPNES). Utilizando la versión española de Sánchez y Núñez (2007) de la Basic Psychological Needs in Exercise Scale (BPNES; Vlachopoulos & Michailidou, 2006).

Una vez obtenida la información requerida y realizado una serie de análisis estadísticos descriptivos y correlaciones bivariadas, se identificó que las necesidades psicológicas se correlacionaban de formas positivas y estadísticamente significativas entre ellas. Además, cada una de las tres necesidades psicológicas básicas guarda una estrecha correlación con la motivación intrínseca, la regulación integrada, la regulación identificada y la intención de continuar con la practica realizada.

Como conclusión en esta investigación, los autores encuentran que:

- La satisfacción de las necesidades psicológicas básicas y la motivación influyen en la adherencia a la práctica de ejercicio físico deportivo.
- La satisfacción de las necesidades psicológicas básicas, así como la regulación identificada, predijeron de forma positiva, la intencionalidad en continuar con las prácticas de ejercicio físico.
- Es importante que los responsables en la dirección de dichas actividades hagan una reflexión en cuanto a la ejecución de estrategias que favorezcan la satisfacción de las necesidades psicológicas básicas en los alumnos.

Hasta este momento se han evidenciado diferentes proyectos en los cuales el tema: motivación, se encuentra implícito dentro de sus contenidos (ya sea desde la perspectiva de diferentes teorías motivacionales). También se ha visto como en todos y cada uno de estos proyectos se da una asociación con las aulas de fitness, centro en entrenamiento físico y, sobre todo, lugares en los cuales se lleven a cabo prácticas físicas a nivel grupal (Pilates, step, bailoterapia y por supuesto Aerobics). Lamentablemente, y como se mencionó desde un principio, son muy pocas las referencias encontradas de manera específica, que cuenten

con los requisitos que se desean. También hasta este punto, puede decirse que ha sido prácticamente nulo el hallazgo de material bibliográfico que trate el tema de motivación tomado desde la teoría de orientaciones de meta, Nicholls, Patashnick y Nolen (1985) en los campos de las clases grupales o clases dirigidas en aulas de fitness (otro de los temas pilares del presente estudio). Por tal razón, se indagó por estudios que aborden esta teoría de motivación, como sustento, en la construcción de este proyecto tomados desde los campos del deporte y la educación física.

Continuando con la elaboración teórica de esta investigación, se toma como referencia inicial el trabajo realizado por Ruiz, Pierno y Zamarripa, (2011) titulado: “Versión española del “Task and Ego Orientation in Sport Questionnaire (TEOSQ) adaptado a Educación Física”. Cuyo propósito es analizar las propiedades psicométricas el cuestionario en mención, en una muestra española, implementado en áreas de la educación física en la escuela y de acuerdo a ello, comprobar su validez y fiabilidad como instrumento que se pueda utilizar en investigaciones en los campos de la educación física.

Para la ejecución del estudio se contó con la participación de 6170 estudiantes de diferentes lugares: Almería, Granada y Murcia – España. De edades comprendidas entre los 12 y 19 años. El desarrollo de este trabajo está dividido en dos partes: por un lado, y como primera parte, se realiza un estudio preliminar tomando como instrumento la versión española del *TEOSQ* (Balaguer *et al.*, 1996), al cual se le hacen una serie de variaciones, ya que esta versión fue diseñada para los campos del deporte y lo que se pretendía era emplearla en la educación física. Para ello la evaluación cualitativa de ítems se efectuó mediante juicio de cuatro expertos quienes debían juzgar su pertinencia y su comprensión. Una vez se contó con el nuevo instrumento, se administró la nueva versión a 50 alumnos, posterior a su análisis, se realizan cambios menores de redacción y otros aspectos.



En la segunda parte de la investigación, se implementa la versión final española del *TEOSQ* adaptado a Educación Física a la muestra total de estudiantes: 6170, comprendidos entre chicos y chicas de secundaria. De acuerdo a los resultados dados por los análisis y correlaciones entre los ítems, las edades el género entre otros factores, se concluye por los autores que: los análisis psicométricos de la nueva versión del cuestionario *TEOSQ-12EF* demuestran que las puntuaciones que obtenemos al aplicar el cuestionario resultarán válidas y fiables. Se destaca la gran utilidad que tiene esta versión en futuras investigaciones para valorar la tendencia que poseen los escolares hacia la tarea y el ego en el contexto español en la Educación Física escolar y, por tanto, las orientaciones pedagógicas que deben seguir los docentes.

Baena, Granero, Gomez y Abraldes, (2014) realizaron un trabajo de investigación continuando con la línea de orientaciones de meta en la Educación Física titulado: “Orientaciones de meta y clima motivacional según sexo y edad en educación física”. En este trabajo, se buscó analizar las diferencias existentes en función de la edad y el género del clima motivacional percibido y las orientaciones de meta en algunos jóvenes estudiantes de educación física de la población de Murcia España. Para este estudio participaron en total 846 alumnos: 463 varones y 363 mujeres de educación secundaria en un rango de edad entre los 12 a 19 años.

Para el estudio se contó con dos instrumentos de trabajo. El *Perception of Success Questionnaire* (POSQ) (Roberts & Balague, 1991; Roberts, Treasure, & Balague, 1995, 1998), se aplicó con el fin de medir las orientaciones de meta en la EF mediante dos dimensiones: por un lado, orientación hacia la tarea y por el otro, orientación hacia el ego. El segundo instrumento que se aplicó fue el *Cuestionario de Orientación al Aprendizaje y al Rendimiento en las Clases de EF* (LAPOPECQ). Se utilizó la versión española (Cervello et al., 2002) del original *Learning and Performance Orientations in Physical Education Classes Questionnaire* (Papaioannou, 1994). Este instrumento tiene como propósito medir la percepción del clima motivacional de los estudiantes de EF el cual se encuentra dividida en dos ítems: por un lado, se valora la Percepción del clima motivacional que implica al

aprendizaje y por el otro mide la Percepción del clima motivacional que implica al rendimiento.

De acuerdo a los análisis estadísticos, las correlaciones dadas entre ambos instrumentos y las correlaciones en cuanto a la edad y género, el estudio concluye que los docentes deben encontrar estrategias que faciliten y favorezcan la canalización positiva de la orientación al ego y de la percepción de un clima motivacional para el rendimiento de las chicas, haciendo que se sientan socialmente reforzadas e importantes, en las tareas que se realizan en clase. También se indica que, conforme el alumnado va creciendo los docentes deberán prestar mayor atención al clima motivacional que fomenta en clase. En palabras de los autores: *“Se ha de intentar que este clima creado sea más implicante al aprendizaje con el fin de favorecer una orientación motivacional a la tarea en el estudiante. De esta forma mejoraremos la opinión sobre la importancia de la asignatura y potenciaremos la adherencia físico-deportiva de tiempo libre”*(pag.126).

En este mismo año, se realizan la investigación de Flores (2014), enfocados hacia campos similares, uno de ellos titulado: Adaptación de un instrumento que mide las orientaciones de meta, el clima motivacional percibido y la habilidad física percibida en estudiantes de secundaria. Un estudio piloto elaborado por. en este trabajo, según Flores, este estudio tenía como finalidad determinar la validez y confiabilidad de diferentes instrumentos de investigación los cuales valorarían: Orientaciones de Meta, el Clima Motivacional Percibido y la Habilidad Física Percibida en clases de Educación Física. Flores (2014).

Entre los instrumentos utilizados por el investigador se encuentran: Cuestionario para valorar las Orientaciones de Meta adaptado a la Educación Física, por Walling y Duda (Walling & Duda, 1995), *TEOSQ*; validado por Peiró y Sanchis, (Peiró & Sanchis, 2004) y Escala de Habilidad Física Percibida (Ryckman, Robbins, Thornton, & Cantrell, 1982). *PPA*. Para el estudio se contó con la participación de 86 estudiantes (26

mujeres y 60 hombres) de tres colegios de la zona metropolitana de Bucaramanga, departamento de Santander Colombia. Todos de secundaria con edades comprendidas entre los 10 y 17 años. El estudio se dividió en dos partes y así mismo el grupo de estudio se dividió en un grupo A y un grupo B. en la primera parte de la investigación, se le entregó la batería de cuestionarios, momento en el que se realizan las correcciones pertinentes para su validación posterior a esto, ya en la segunda parte del estudio, se entrega la batería de instrumentos al grupo B, ya corregidos, para su posterior análisis.

De acuerdo a los análisis y correlaciones realizadas por el autor, teniendo en cuenta los resultados que arrojó la investigación, una vez corregidos y adaptados cada uno de los cuestionarios utilizados, se concluye que: los instrumentos son aptos para evaluar las Orientaciones de Meta, el Clima Motivacional Percibido y la Habilidad Física Percibida en clases de Educación Física, en jóvenes estudiantes colombianos.

El estudio de: Granero y Baena (2014) titulado: *Predicción de la motivación autodeterminada según las orientaciones de meta y el clima motivacional en Educación Física*. Este proyecto tiene como propósito, analizar la predicción de la motivación autodeterminada a partir de las orientaciones de meta y clima motivacional que perciben los alumnos en clases de educación física. La selección de la muestra fue de tipo no probabilístico y por conveniencia. Se contó con 1298 estudiantes (626 varones y 672 mujeres). de ocho centros de Educación Secundaria de las provincias de Almería, Granada y Málaga (España). El rango de edad estuvo comprendido entre 12 y 19 años. Los instrumentos que se utilizaron para esta investigación fueron: *Escala de Motivación en el Deporte* (SMS). Se empleó la versión validada al castellano por Núñez *et al.* (2006) y adaptada a la EF (Granero-Gallegos & Baena-Extremera, 2013). Esta escala busca medir, a través de sus 28 ítems, los diferentes tipos de motivación establecidos por la teoría de la autodeterminación. Otro instrumento utilizado por los investigadores fue: *Cuestionario de Orientación al Aprendizaje y al Rendimiento en las Clases de Educación Física* (LAPOPECQ). Se utilizó la versión española (Cervelló *et al.*, 2002) del original *Learning and Performance Orientations in Physical Education Classes Questionnaire* (Papaioannou, 1994) escala que mide la percepción del clima motivacional en las clases de Educación

Física. El tercer y último instrumento implementado fue el *Cuestionario de Percepción de Éxito* (POSQ). Se utilizó la versión en español (Cervelló, Escartí & Balagué, 1999) adaptada a la EF (Granero- Gallegos, Baena-Extremera, Gómez-López & Abraldes, en prensa) del original *Perception of Success Questionnaire* (Roberts & Balagué, 1991; Roberts, Treasure & Balagué, 1998) el cual consta de 12 ítems para medir las orientaciones de meta de los estudiantes en la clase de EF. Una vez desarrollados los instrumentos, los resultados se obtuvieron mediante un análisis descriptivo, de correlación y de regresión múltiple por pasos.

Como conclusión en la investigación, los autores dan a conocer como la mayoría del alumnado intervenido encuentran su motivación orientada hacia la tarea, perciben un clima de aprendizaje y se encuentran orientados hacia una motivación intrínseca. También se logra identificar como en los varones el principal predictor de la autodeterminación esta dado hacia el clima del rendimiento, mientras que en las mujeres es hacia el clima del aprendizaje.

Finalmente, Franco, Coterón y Martínez (2019), diseñaron un trabajo de investigación titulado: *Invarianza cultural del Cuestionario de la Orientación a la Tarea y al Ego (TEOSQ) y diferencias en las orientaciones motivacionales entre adolescentes de España, Argentina, Colombia y Ecuador*, cuyo objetivo estaba enfocado en examinar la medida en que las propiedades psicométricas del cuestionario de la orientación a la tarea y ego (TEOSQ) se mostraba estable o no en muestras de estudiantes de Educación Física en España, Argentina, Colombia y Ecuador. Para este estudio se contó con la participación de 3376 estudiantes de EF (1726 chicos y 1650 chicas) con edades comprendidas entre 12 y 16 años pertenecientes a colegios públicos y privados de España, Argentina, Colombia y Ecuador. Para este trabajo se utilizó la versión española adaptada a la EF (Peiró & Sanchis, 2004) del TEOSQ (Walling & Duda, 1995).

Una vez realizado el proceso de entrega y diligenciamiento de los cuestionarios a los diferentes grupos de estudiantes, Se examinó la consistencia interna con base en el

índice de fiabilidad compuesta para cada subescala del TEOSQ y el alfa de Cronbach, así como diferentes análisis estadísticos para determinar diferentes factores que comprueben la validez del mismo instrumento aplicado en diferentes países.

Terminado todo el proceso de investigación, se concluye que los resultados de este estudio apoyan el uso del TEOSQ en diversos contextos ofreciendo evidencia de la validación transcultural del TEOSQ para utilizarse con estudiantes de EF de cuatro países que comparten el mismo idioma.

En las investigaciones anteriores, se han expuesto una serie de análisis y resultados en cuanto a la motivación que presentan algunos jóvenes en las clases de educación física, teniendo base teoría, la teoría de las orientaciones de meta de Nicholls, Patashnick y Nolen (1985). Mas, sin embargo, esta teoría no solo se ha abordado desde los campos de la pedagogía y la EF, también ha sido de gran utilidad en trabajos de investigación propios a los campos del deporte a partir de una serie de adaptaciones, validadas, que se le ha realizado e los instrumentos pertenecientes a esta teoría.

Una muestra de lo dicho anteriormente se evidencia en los estudios realizados por Ruiz y Piéron, quienes presentan su trabajo de investigación en el año 2013, titulado: *Orientaciones de meta en Educación Física y nivel de actividad físico deportiva en estudiantes mexicanos*. Partiendo por el título de la investigación, se puede determinar cómo, ya el tema a tratar no está enfocado únicamente en el campo escolar de la Educación Física, ya que se muestra un carácter en actividades extra escolares al mencionar los niveles de actividades físico deportivas.

Para el estudio se contó con la participación de 1083 estudiantes (535 chicos y 548 chicas) entre un rango de edad de 12 a 16 años, pertenecientes a instituciones públicas y privadas de grados secundarios, pertenecientes a la población de Monte Rey (México). Como instrumento de recolección de datos Se utilizó el TEOSQ-12EF (Ruiz-Juan. 2011). El cual determinara el grado de orientación de meta de los estudiantes, si hacia la tarea o hacia el ego.

Como conclusión la investigación y basado en los análisis realizados de acuerdo al material suministrado por el instrumento, los autores destacan sus resultados en concordancia a resultados de literatura internacional, los cuales brindan un análisis similar: predominio de la tarea con relación hacia el ego, destacando como los alumnos presentan una mayor orientación

al ego que las alumnas. También se permite destacar que: En comparación con el alumnado que nunca ha participado o han abandonado la práctica de actividades físico-deportivas, los que se declaran activos son los que presentan orientaciones principalmente hacia la tarea. Con estos resultados, infiere que los docentes son quienes deben crear en sus clases un clima de motivación elevado hacia la tarea, que logre generar una motivación intrínseca, incitando a la práctica físico – deportiva en el tiempo libre.

Para finalizar, se da una última conclusión en la cual se destaca la fiabilidad y validez del instrumento TEOSQ-12EF que reproduce los factores hipotetizados desde el modelo teórico de partida en estudiantes mexicanos.

La anterior investigación, sumada con la realizada por: Ruiz, Pierno y Zamarripa, del año 2011, se destaca en gran medida el trabajo elaborado con el instrumento utilizado para la ejecución y desarrollo de los procesos investigativos. Se pudo observar la validación obtenida en el 2011 del TEOSQ traducida al español e implementada en España, y años más tarde en el 2013, destacar la validez del mismo instrumento ahora en territorios americanos (México), lo que lo hace sumamente importante y útil para el desarrollo del proyecto actual.

Tomando como referencia el instrumento nombrado anteriormente: TEOSQ, se destaca una investigación de: López, Balaguer, Melia, Castillo y Tristán (2011). Titulada: Adaptación a la población mexicana del Cuestionario de Orientación al Ego y a la Tarea en el Deporte (TEOSQ). El propósito del estudio se basaba en la adaptación del *Cuestionario de Orientación al Ego y a la Tarea en el Deporte* (TEOSQ por sus

siglas en inglés) a la población mexicana, siguiendo las directrices para la adaptación y validación transcultural de instrumentos de medición psicológica (*International Test Commission*).

Para esta investigación, ya no se contó con estudiantes de Educación Física, la muestra estaba formada por 239 deportistas participantes en la olimpiada nacional juvenil en los cuales 117 eran mujeres y 103 varones con edades comprendidas entre los 12 y los 18 años. Como se anunció anteriormente, el instrumento tomado fue la adaptación al contexto mexicano de la versión española del *Cuestionario de Orientación al Ego y a la Tarea en el Deporte* (TEOSQ, Duda, 1989, Balaguer et al., 1996). En cuanto al procedimiento del trabajo, como primera medida se realizó un estudio preliminar, el cual, a su vez, se divide en dos partes: una primera parte fue la revisión lingüística y cultural por expertos, debido a las modificaciones que debía sufrir el TEOSQ para la población en mención. Como segundo paso, se realizó un estudio piloto cualitativo a una pequeña muestra para evaluar la claridad del instrumento.

Una vez realizado lo anterior, se pasó a la segunda parte del estudio, la cual consistía en la aplicación del instrumento a los 239 deportistas. Aplicado el TEOSQ, se realizó su respectivo análisis en el cual se concluye por los autores que: El análisis factorial confirmatorio apoyó la estructura del instrumento y permiten considerar la versión mexicana del *Cuestionario de Orientación al Ego y a la Tarea en el Deporte* (TEOSQ) como un instrumento fiable y válido para valorar la orientación de las personas hacia la tarea y hacia el ego en el contexto deportivo mexicano, paralelo a esto, se logró identificar como la población femenina presentaba una mayor orientación hacia la tarea, a diferencia de los varones cuya orientación era más definida hacia el ego.

En la misma línea de investigaciones (Orientación de meta enfocado hacia el Deporte), se presentan dos estudios en Latino América. Por un lado, Reyes (2009) presenta su proyecto titulado: *Clima Motivacional Y Orientaciones De Meta En Futbolistas Peruanos De Primera División*. El objetivo del estudio consistió en determinar la relación entre el clima motivacional y las orientaciones de meta y así como la dependencia que podría existir

dependiendo de la edad de los sujetos. Para este estudio se contó con una muestra conformada por 111 participantes entre los 17 y 35 años de edad pertenecientes a 5 clubes diferentes de Lima Metropolitana. los instrumentos con los cuales se conto fue: La versión española del Cuestionario de Orientación al Ego y a la Tarea en el Deporte (TEOSQ), elaborado por Balaguer et al., 1996 por un lado, y por el otro: El Cuestionario de clima Motivacional percibido en el deporte (PMCSQ) Se utilizó la versión del cuestionario de clima motivacional percibido en el deporte trabajado por Seifriz, Duda y Chi (1992) y traducida para este estudio.

Después de desarrollar los instrumentos de investigación, se pasó a realizar un análisis mediante el método correlacional, basado en la relación entre el clima motivacional y la orientación de meta. En segundo lugar, se realizó una comparación entre las variables de estudio según la edad. De acuerdo a estos análisis se halló:

La existencia de relación entre las variables estudiadas, mostrando una relación positiva y moderada entre el clima tarea y la orientación de meta tarea.

No se encontró diferencia significativa en las variables de estudio según la edad.

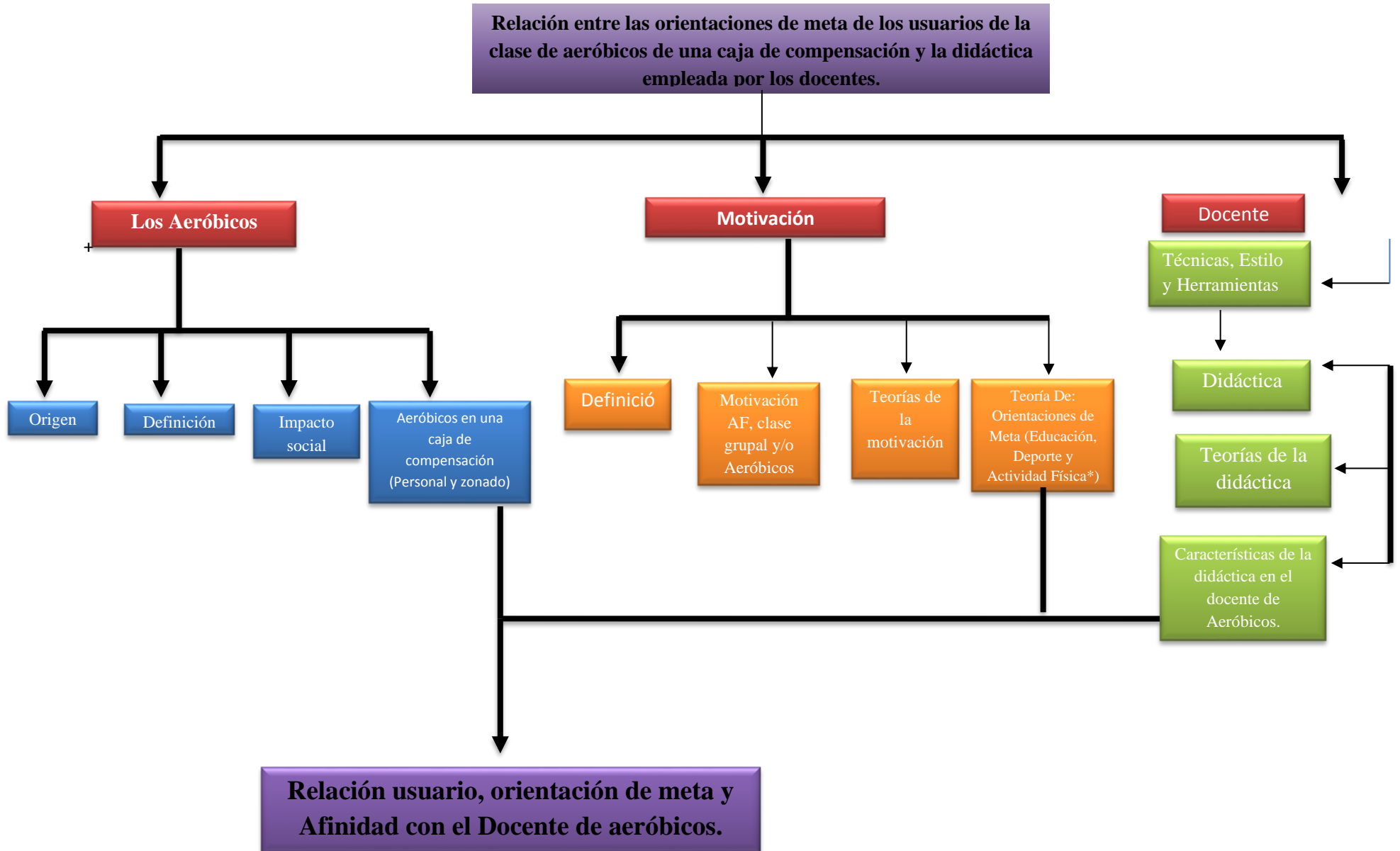
El segundo estudio de este mismo corte presente en Latino América, es procedente de la ciudad de Buenos Aires – Argentina, elaborado por los autores: Pinto y Sarries (2017) y titulado, “Validación Al Contexto Argentino De Los Instrumentos: Cuestionario De Orientación Al Ego Y A La Tarea En El Deporte, Cuestionario Del Clima Motivacional Iniciado Por Los Padres-2, Escala De Compromiso Hacia El Deporte Y Escala De Clima Motivacional”. El propósito de esta investigación, según los autores, surge de la necesidad de adaptar a la población argentina los instrumentos que permitan valorar las variables de compromiso deportivo y la motivación en la iniciación deportiva. Esta investigación conto con una muestra de 200 tenistas de nivel inicial y competitivo de ambos géneros entre los 9 a los 16 años pertenecientes a clubes de Buenos Aires y provincias.

Para el estudio se utilizaron como instrumentos: Cuestionario de Orientación al Ego y a la Tarea en el Deporte (TEOSQ; Duda & Nicholls, 1992), Cuestionario del Clima Motivacional Iniciado por los Padres-2 (PIMGQ-2; White,1996), Escala de Clima



Motivacional en el Deporte Juvenil (MCSYS; Smith, Cumming, Smoll, 2008), y Escala de Compromiso Hacia el Deporte (Orlick, 2004). Una vez implementado los instrumentos, Se examinaron las propiedades psicométricas de las escalas, específicamente la validez de contenido y de constructo, y la confiabilidad. Como conclusión se determina la validez y confiabilidad, de manera positiva, del instrumento adaptado a la población muestra.

## 5.2. Marco Conceptual.



Para la elaboración del presente marco conceptual, esta investigación, tomara los términos que, a consideración, son los de mayor importancia y valor para el desarrollo del documento. Para ello se tendrán en cuenta aquellas definiciones que diferentes autores describen en sus trabajos y sean de gran utilidad para darle mayor soporte y claridad a la investigación. Para lo cual, se realizó un mapa conceptual cuya estructura servirá como guía para el desarrollo y comprensión adecuada de este marco, partiendo de la temática de los Aeróbicos, pasando por el campo de la motivación y finalmente entrando al enunciado de la didáctica docente.

#### 5.2.1. Lo Aeróbicos o Aerobics.

Para comprender un poco más a cerca de esta práctica física, es importante hacer un breve recorrido histórico de la misma. Aunque no existe documentación reciente, la mayoría de escritos a cerca de los Aeróbicos hacen mención a los mismos sucesos históricos.

Remontando sus raíces, la palabra Aerobic etimológicamente, deriva de la palabra griega, Aerob (Oxígeno) este término fue utilizado por primera vez por el Dr Paesteur en sus tesis sobre bacteriología (Hermoso, 1998). Sin embargo, el concepto actual de Aerobics, debe situarse en la segunda mitad del siglo XX, más exactamente en los años 60, época en la cual, un médico, teniente coronel de la fuerza armada de los EE UU el Dr Kenneth h. Cooper, con el apoyo y financiamiento de la NASA, publica su libro en 1968, titulado: Aeribics. (Fernández, López y Moral. 2004) después de una serie de estudios, este libro, tenía como finalidad: determinar el más eficaz sistema de entrenamiento para los militares de aquella época (Papi 2000). Básicamente, se trataba de la elaboración de un programa que consista en llevar acabo esfuerzo durante un tiempo prolongado, con el fin de mejorar la resistencia y rendimiento de los soldados y a su vez, reducir los riesgos de padecer enfermedades cardiacas y respiratorias. Con la publicación de este trabajo, fue tal el éxito y acogida que la práctica de ejercicio de alta duración y baja intensidad se puso de moda entre la población estadounidense primero, y después a nivel mundial dando origen a

dos modalidades de ejercicio físico: por un lado, el Jogging y por el otro los Aeróbicos o Aerobics (Fernández, López y Moral. 2004).

Un año después, 1969, Jackie Sorensen, esposa de un militar norteamericano, de la mano del Dr. Cooper, diseña un programa de entrenamiento físico dirigido a las esposas de los soldados americanos que se encontraban en la base militar de Puerto Rico (Hermoso, 1998). Este programa se basaba en lo expuesto por el Dr. Cooper, pero, además, Sorensen, realiza una adaptación del mismo, agregando elementos como: la música, el Jogging, el Jazz, el baile clásico etc. Método al que se le conoció como: La Danza Aeróbica (Hermoso, 1998). Para 1970 Sorensen funda el primer estudio donde se impartían este tipo de clases Aerobicas llamado: Aerobic Dancing Inc. Para el año de 1980, los Aerobics llegan a Europa y para 1984, es Jane Fonda, una actriz de su época, lanza al mercado el primer video comercial de los Aerobics, video que se convirtió en el más vendido de todos los tiempos, generando así el boom de los Aeróbicos (Hermoso, 1998).

Los Aerobics o Aeróbicos en español, de acuerdo a algunos autores, se pueden definir como una actividad física coreografiada al ritmo de la música con diferentes modalidades de mayor a menor intensidad: Alto - bajo impacto) y de diferentes estilos (Hermoso, 1998). Para otros autores los AEROBICOS son un ejercicio físico de intensidad moderada a alta (pero no agotadora) y duración prolongada, estructurado lógicamente al ritmo de la música y con la finalidad de lograr una mejora cardiorespiratoria y orgánica general (Papi 2000). Este tipo de ejercicios deben ser realizados bajo la supervisión de un profesional cualificado, generalmente en programas de sesiones colectivas (Fernández, López y Moral. 2004). Los Aeróbicos, también son considerados como una actividad gimnástica generalmente estructurada en secuencias lógicas o coreográficas que se desarrollan al ritmo de la música con el objetivo de conseguir una serie de beneficios en el plano psicofísico (Papi 2000).

Finalmente, Vidal (2002), hace alusión a los Aeróbicos como un ejercicio físico de carácter aeróbico de manera dirigida, de práctica masiva (en grupo) y acompañamiento

musical que se desarrolla y organiza para mejorar – mantener la condición física orientada para la salud. Es decir, al bienestar físico, psíquico y social.

De acuerdo a las anteriores definiciones dada por autores expertos en el área, para esta investigación, los Aeróbicos serán tomados como una actividad física cuyo objetivo es trabajar el sistema cardiovascular, la memoria motriz y la coordinación de manera grupal y dirigida, realizando una serie de pasos coreográficos dividida en niveles (básico, intermedio y avanzado) coreografías que se irán construyendo teniendo como base una métrica musical y siguiendo un orden secuencial de forma bilateral (derecha – izquierda).

### 5.2.2. La Motivación.

El artículo elabora por Iso – Ahola y Clair (2000), titulado *Toward a theory of exercise motivation*, describe los fundamentos motivadores del comportamiento en el ejercicio. De acuerdo a los autores, se infiere que el estudio de la motivación es en realidad: La búsqueda por comprender el por qué las personas elijen determinadas formas de comportamiento y a su vez, estas se realizan con determinada intensidad y persistencia. Por lo que, al analizarlas con detalle, podría ser un determinante importante del compromiso, en este caso enfocado al deporte. Continuando con el mismo texto, (Murray, 1964 citado por Iso – Ahola y Clair 2000) coinciden al tratar el tema de la motivación como un factor interno, el cual suscita y dirige el comportamiento humano, señalándola como un mecanismo lógico que gobierna la dirección, la intensidad y la persistencia de comportamiento. Básicamente, la motivación es tomada como aquel objetivo o aquella dirección que una persona quiere perseguir, con una determinada intensidad y esfuerzo que el sujeto emplea para lograr aquel objetivo propuesto, sin importar el tiempo y persistencia entregada para desarrollar dicho propósito (Kanfer 1994 citado por Iso – Ahola y Clair 2000).

Idea compartida de forma similar a lo mencionado por Vallerand y Thill (1993) citado por Broo, Ballart, Valls y Latinjak (2012). En el cual se afirma que: “la motivación es un concepto hipotético usado para describir el resultado de las fuerzas internas y externas que producen la iniciación, la dirección, la intensidad y la persistencia del comportamiento”

(pág. 148). Para el psicólogo Norte americano Abraham Maslow, la motivación es aquel impulso que tiene el ser humano para satisfacer sus necesidades. Maslow en su libro: *Motivación y personalidad* 1991. Clasifica en 5 partes aquellas necesidades que indica, las cuales son: Auto relación, Reconocimiento, Afiliación, Seguridad y Fisiología.

Centrando un poco el Término de motivación hacia los campos del ejercicio y el deporte, Moreno, Martínez, González-Cutre, & Cervelló, (2008) titulado *Motivación y salud en la práctica físico deportiva: diferencias según el consumo de alcohol y tabaco*. Analizan la influencia que presentan dos teorías de la motivación: por un lado, la de orientación de meta y por el otro la de la Autodeterminación. En la adquisición de motivos para la práctica físico. Deportiva relacionados a la salud. Para los autores, la motivación juega un papel muy importante en la adhesión de la práctica de ejercicio físico puesto que esta determina en inicio, mantenimiento y abandono de una conducta.

Para el presente trabajo, la definición que da Balague (1990) citado por Ruiz, Piernón y Zamarripa (2014), respecto a la motivación, es de gran valor ya que se considera como una de las definiciones más completas y apropiadas para la investigación debido a su contenido, con el cual, este trabajo se ve altamente identificado de acuerdo al propósito que se desea. Mostrando a la motivación como:

“El conjunto de variables sociales, ambientales e individuales que determinan la elección de una actividad, la intensidad en la práctica de esa actividad, la persistencia en la tarea y el rendimiento. Es un concepto prominente para aquellas personas en roles tales como el de dirigente, maestro, líder religioso, coach, proveedor de cuidados de salud y padres, que implican el movilizar a otros para actuar” (P.180).

De acuerdo a lo anterior, se podría concluir que la motivación es un aspecto clave en la adquisición de resultados u objetivos planteados por un sujeto, es aquello que genera una exigencia, un sacrificio o disciplina en cuanto al tiempo y esfuerzo invertido en un propósito y finalmente, aquello que ínsita a la continuidad y constancia del mismo. Sin embargo, existen multitud de teorías acerca de cuáles son los impulsos o fuentes de

motivación que llevan a una persona a realizar cualquier tipo de acción ( Monroy Y Rodríguez. 2012).

### 5.2.3. Orientaciones De Meta.

A lo largo de este trabajo, se ha realizado un ejercicio de investigación exhaustivo con el fin de encontrar la teoría de motivación que más se ajuste a los propósitos de la misma, es de vital importancia anunciar, que las teorías buscadas y encontradas se encuentran relacionadas a los campos del deporte y la educación física, debido al vínculo que estas presenta en temas como el ejercicio y la actividad física (temas que siguen la línea de investigación de este trabajo). Durante la búsqueda, se han encontrado teorías como: la teoría de la Atribución de Heider (1958), la teoría de la Autoeficacia de Bandura (1977), la teoría de la Jerarquía De Las Necesidades según Maslow (1943) ente otras. Mas, sin embargo, es con la teoría de Orientaciones De Meta de Nicholls (1985) con la que este estudio, percibe gran vinculo para el desarrollo de sus objetivos.

La teoría de orientaciones de meta tiene su origen en los campos de investigación en la educación y la pedagogía (Nicholls, Patashnick y Nolen 1985 citados por Ruiz y Piaron 2013.) en esta teoría se expone la idea en el cual, la meta de un individuo se basa en demostrar competencias y habilidades en diferentes contextos de logro como a nivel educativo o deportivo (Dweck, 1986; Maehr y Braskamp, 1986 citado por Ruiz, Maurice y Zamarripa 2014). En esta teoría, Nicholls 1992, considera la existencia de dos orientaciones de meta: por un lado, se encuentra la orientación hacia la Tarea, en la cual, el éxito está basado en las sensaciones intrincadas, la motivación hacia un determinado enfoque se da hacia el logro propio, sin la obtención de recompensa alguna.

En campos del deporte, se presenta cuando el deportista se enfoca en la mejora de sus habilidades, el desarrollo de sus talentos, es decir, el esfuerzo en la mejora del sujeto como atleta. Caso contrario ocurre con la segunda orientación mencionada por Nicholls 1992, orientación dirigida hacia el Ego, el éxito está basado en sensaciones de carácter extrínseco, se toma al otro como punto de referencia, el éxito está enfocado en hacer las cosas mejor que los compañeros lo cual se demuestra, ganando en una actividad, puntuando más que el

otro o realizando un trabajo o ejercicio en el cual se considera bueno y pueda ser más destacado que otra persona. “El alumnado orientado al ego corre el riesgo demostrar conductas de inadaptación como, por ejemplo, la resistencia a esforzarse ante actividades que requieren una alta exigencia y la tendencia a evitar actividades que le suponen un reto. Como su criterio de éxito depende de la acción de los demás, la mejora o el progreso en una tarea no es suficiente para producirle sentimientos de competencia” p.181 (Ruiz, Maurice y Zamarripa 2014) . Finalmente, es de gran importancia destacar que, aunque estas orientaciones de meta son independientes, no deben ser tomadas como polos totalmente opuestos, en los cuales, un sujeto presente una tendencia 100% hacia una sola orientación y no a la otra. Es posible que un sujeto posea una orientación baja y la otra alta y viceversa, o bien que posea ambas orientaciones bajas o ambas orientaciones altas. No se adquiere una orientación de un tipo a expensas del otro (Duda y Nicholls, 1992).



### 5.3. Marco Contextual

Los orígenes de las cajas de compensación familiar (CCF) se remontan en los años 50, más exactamente en 1954. Surgen ante la preocupación de empresarios antioqueños por el costo elevado que presentaba la canasta familiar para su época y por el deterioro del ingreso de las familias, sobre todo aquellas que contaban con varios hijos. Ante esta preocupación, aquellos empresarios deciden otorgar un subsidio monetario por cada uno de los hijos con que contaban las familias, estableciendo un aporte del 4% de la nómina de los trabajadores. (Revista Dinero, 2006).

Para ese mismo año (1954) teniendo como referencia la anterior idea, se propone la creación de las CCF ante la asamblea de la ANDI. Con esta propuesta se buscaba que las CCF se hicieran cargo de la administración del subsidio a los trabajadores. El 24 de mayo de este mismo año, se crea Comfam, La caja de compensación de Antioquia. Revista Dinero (2006).

Para el año de 1957, el Gobierno nacional, vuelve obligatorio el subsidio para todas las empresas del país al incorporarlo al Código Sustantivo de Trabajo con su decreto: 118/57. A partir de ese momento, surge en Colombia el sistema de subsidio familiar, lo que genero que en cada región del país se fueran creando las CCF. Revista Diner (2006).

Para el año de 1961, mediante el Decreto 3151, las CCF ya no solo brindaría subsidios monetarios, ahora debería encargarse de suministrar subsidios en servicio social, ampliando lo servicios de subsidio a los campos de la salud, los supermercados, educación, recreación y cultura. Para el año 1981, bajo la ley 25, se crea la Superintendencia de Subsidio Familiar para la vigilancia de las CCF, Revista Dinero (2006).

Básicamente las Cajas de Compensación Familiar son entidades de carácter privado, sin ánimo de lucro, de retribución económica y naturaleza social, creadas con el fin de mejorar la calidad de vida de las familias de los trabajadores Colombianos, por medio de la entrega

de subsidios y servicios de una parte de los aportes de seguridad social que realizan los empleados.

Entre los beneficios que prestan las CCF se pueden encontrar beneficios en aspectos como: salud, educación, cultura, turismo, vivienda, crédito, recreación y deporte, estos últimos de gran interés para esta investigación.

En Bogotá, se cuenta con múltiples entidades dedicadas a prestar los servicios de CCF, como se menciona anteriormente y para interés del estudio, algunos de los servicios que ofrecen dichas CCF son de recreación y deporte, para lo cual se ha contado con diferentes espacios en alguna sedes de las mismas, zonas especializadas y equipadas para brindar servicios no solo en el ámbito deportivo sino también en campos de la actividad física para la salud, contando con espacios como Gimnasios o aulas para clases grupales musicalizadas ofreciendo todo un menú de clases que se encargan de trabajar diferentes capacidades físicas a partir de una serie de instrucciones brindadas por un monitor o profesor a un grupo de afiliados o usuarios. Es a partir de una de estas clases grupales (aeróbicos) brindadas por una de las cajas de compensación más grandes de la ciudad, donde se da origen a el tema de estudio para esta investigación.

## **6. Metodología**

### **6.1. Enfoque y Diseño de Investigación.**

Esta investigación es de enfoque empírico analítico y diseño no experimental el cual según Hernández Sampieri (2014) “Es aquella que se realiza sin manipular deliberadamente las variables. Se observan fenómenos tal y como se dan en su contexto natural”, para el caso de la presente investigación no se realizará intervención, estímulo o afectación alguna en la población seleccionada, se pretenden describir las orientaciones de meta de los usuarios que participan en la clase de aeróbicos de una caja de compensación y la didáctica empleada por los docentes bajo la perspectiva de los participantes de la misma.

El tipo de investigación es descriptiva correlacional/causal la cual “tiene como objetivo describir relaciones entre dos o más variables en un momento determinado” Sampieri (2014). Para efectos de este tipo de diseños se recolectan datos en un solo momento y se busca establecer relaciones con o sin sentido de causalidad. La presente investigación analiza la relación existente entre los resultados arrojados por el Cuestionario de la Orientación a la Tarea y al Ego (TEOSQ) y el cuestionador de afinidad del usuario a la didáctica del docente de aeróbicos.

Ambos cuestionarios, antes de ser enviados a los usuarios, fueron sometidos a un respectivo proceso de valoración y validación mediante un juicio de expertos, método utilizado para comprobar la fiabilidad de un instrumento en una investigación. Este método, se define como “una opinión informada de personas con trayectoria en el tema, que son reconocidas por otros como expertos cualificados en éste, y que pueden dar información, evidencia, juicios y valoraciones” (Escobar-Pérez y Cuervo-Martínez, 2008 pag. 29). Esta valoración permitió eliminar aspectos irrelevantes, incorporando aquellos que fueron imprescindibles y/o modificando aquellos aspectos que se requirieron. Culminada la validación y fiabilidad de los instrumentos, estos fueron entregados a un grupo muestra de usuarios para realizar una prueba piloto y verificar la comprensión del instrumento por personas ajenas a la investigación. Una vez desarrollada la prueba piloto, se efectuó un análisis estadístico y así se determinó su veracidad. Culminado lo anterior, y comprobada su validez, estos fueron enviados a todos los participantes con los cuales se contó para el estudio.

Los cuestionarios fueron enviados vía correo electrónico a los usuarios que participaron de las clases de aeróbicos inscritos en los programas de clases grupales de la caja de compensación, utilizando la herramienta de: formularios Google, en el mismo se les indico el plazo de 3 semanas para contestar, bajo su total autonomía y haciendo énfasis en la necesidad de contestarlo con la mayor sinceridad posible.

## **6.2. Población y Muestra**

La población de la presente investigación estuvo constituida por, hombres y mujeres usuarios de clase de aeróbicos de una Caja de Compensación de Bogotá. 98 de género femenino y 22 de género masculino, con edades comprendidas entre los 18 años en adelante.

Para la aplicación de la prueba piloto se contó con una muestra de investigación comprendida por 23 usuarios: 20 mujeres y 3 de hombres.

### **6.2.1. Criterios de Inclusión de la muestra**

Para la presente investigación como criterios de participación en las encuestas del estudio por parte de los usuarios se toma que:

- Mayor de 18 años.
- Perteneciente a cualquier género: masculino o femenino
- practicante de aeróbicos.
- Experiencia en la práctica de los aeróbicos de mínimo: 2 meses.
- Que asista a clases de aeróbicos por lo menos una o dos veces por semana.

## **6.3. Diseño de Construcción y Proceso de Validación.**

Para el desarrollo idóneo del estudio, inicialmente se contó con un formato de caracterización sociodemográfica de autoría propia, el cual, conto con preguntas básicas que permitieran reconocer un poco la población participe del estudio (tabla 1). Seguido a ello, se contó con la aplicación de dos cuestionarios de investigación diferentes. Por una parte, una vez realizado el trabajo de búsqueda bibliográfica, se logró contar con un cuestionario apropiado para los propósitos de esta investigación, cuestionario que permite identificar las Orientaciones de Meta de una persona que realiza una actividad, enfocada inicialmente hacia el deporte y creada por Nicholls (1992) denominado: Task and Ego Orientation in Sport Questionnaire (TEOSQ) , validado y modificado levemente en cuanto a su estructura, orientándola, en este caso, hacia la educación física, trabajo realizado por Duda y Walling (1995) y validada al español y a la educación física por Peiró y Sanchis (2004).

Este instrumento fue ajustado en cuanto a su contenido, sin alterar el sentido del del ítem, esto con el propósito de llevar el instrumento a un lenguaje apropiado y familiar a la población de estudio (tabla 3), por lo que debió ser sometida a una validación mediante juicio de expertos. Finalmente, se presenta el tercer y último instrumento llamado inicialmente: Cuestionario de Afinidad del Usuario a la Didáctica del Docente de Aeróbicos (tabla 6) de autoría propia, al cual, se le realizaron notorias modificaciones en cuanto a estructura, contenido y título después de su validación y recomendaciones dadas por 5 expertos en el tema, titulándose finalmente como: Cuestionario de Afinidad del Usuario a la Didáctica De La Clase Y Características Propias Del Docente de Aeróbicos (tabla 11).

### 6.3.1. Cuestionario de Caracterización Sociodemográfica

A continuación, se presenta el cuestionario de caracterización sociodemográfica de elaboración propia para fines del estudio, en él se indagó en los aspectos de los

participantes como: Género, edad, nivel de complejidad al cual asiste en una clase de aeróbicos entre otras.

**Tabla 1 Caracterización Sociodemográfica Usuarios Caja de Compensación**

Antes de iniciar el cuestionario, solicitamos su colaboración con la respuesta a la siguiente serie de preguntas de orden personal que nos ayudará a caracterizar la población participe. Por favor seleccione la opción que más se adapte a su respuesta.

**Genero**

- Masculino
- Femenino
- Otro

**Edad:**

- 

**Horario en el que prefiere asistir a la clase de aeróbicos**

- Mañana
- Tarde
- Noche

**Nivel de Complejidad de la clase de aeróbicos en la que participa**

- Básico
- Intermedio
- Avanzado

**¿Cuántas veces por semana práctica clase de aeróbicos?**

- 

**¿Cuántos meses lleva realizando clases de aeróbicos?**

- 

**Complementa su práctica de actividad física con alguna de las siguientes alternativas**

- Gimnasio
- Otras clases grupales como:

Fuente: Elaboración propia para fines del estudio.

### 6.3.2. Cuestionario de Orientación al Ego y a la Tarea (TEOSQ)

A continuación, se presenta en la Tabla 2 el instrumento original que sirve como base para el desarrollo del presente estudio: Cuestionario de Orientaciones al ego y la tarea en el deporte (TEOSQ), empleado por Peiró y Sanchis, 2004 quienes lo tradujeron

al español, validaron y emplearon en estudiantes de Educación física en España, tomado del cuestionario original de 16 ítems utilizado por Walling y Duda, 1995.

**Tabla 2 Versión Modificada y Validad del TASK and Ego Orientation in Sport Questionnaire (TEOSQ) Adaptado.**

El presente cuestionario es el instrumento original utilizado por Walling y Duda, 1995 del TEOSQ adaptado a la educación física y traducido al castellano por Peiró y Sanchis 2004. El cual cuenta con una escala tipo Likert de 5 puntos, que oscila entre el 1 (muy en desacuerdo) y el 5 (muy de acuerdo).

1: Muy en desacuerdo

2. En desacuerdo

3. Neutro

4: En Acuerdo

5: Muy de Acuerdo

<b>ÍTEM</b>	1	2	3	4	5
<b>En clase de Educación Física me siento bien:</b>					
<b>1</b> Cuando soy el/la único/a capaz de realizar un ejercicio					
<b>2</b> Cuando soy capaz de esforzarme en la práctica de una habilidad					
<b>3</b> Cuando lo puedo hacer mejor que mis compañeras/os					
<b>4</b> Cuando aprendo una nueva habilidad.					
<b>5</b> Cuando los/las otros/as no lo pueden hacer tan bien como yo					
<b>6</b> Cuando puedo hacer algo que no sabía hacer antes					
<b>7</b> Cuando las/los demás fracasan y yo no					
<b>8</b> Cuando aprendo una habilidad nueva gracias a mi esfuerzo					
<b>9</b> Cuando gano a los/las demás					
<b>10</b> Cuando trabajo duro					
<b>11</b> Cuando consigo la puntuación más alta					
<b>12</b> Cuando algo hace que yo quiera practicar mas					
<b>13</b> Cuando soy la/el mejor					
<b>14</b> Cuando aprendo un ejercicio/habilidad me hace sentir mejor					
<b>15</b> Cuando tengo más habilidades que las/los demás					
<b>16</b> Cuando puedo sacar lo mejor de mí misma/o					

**Fuente:** Peiró y Sanchis (2004)

### 6.3.3. Cuestionario de Orientaciones al Ego y a la Terea adaptado al Fitness Grupal.

El siguiente cuestionario es tomado del cuestionario original del (TEOSQ) aplicado por Peiró y Sanchis (2004). Este cuestionario cuenta con una serie de variaciones en cuanto a algunos conceptos y términos, los cuales se acercan más al lenguaje de las personas que

practican aeróbicos en una caja de compensación de la ciudad de Bogotá. De acuerdo aquellas modificaciones, este fue uno de los instrumentos que debió ser sometido a una valoración por juicio de expertos en la fase 1, quienes dieron sus criterios de validez y así poder pasar a la ejecución de la prueba piloto con población.

A continuación, se presenta la tabla 3 del cuestionario de orientación al ego y a la tarea adaptado al fitness grupal.

**Tabla 3 Cuestionario de Orientaciones al Ego y a la Tarea adaptado al Fitness Grupal.**

El presente cuestionario pretende ser una herramienta para evaluar las razones principales que lo motivan a participar de la clase de aeróbicos en una caja de compensación en la ciudad de Bogotá. A continuación, se presentan una serie de afirmaciones sobre el desempeño de los mismos, por favor ubique y señale su opinión sobre cada una de ellas de acuerdo con la siguiente escala:

- 1: Muy en desacuerdo
2. En desacuerdo
3. Neutro
- 4: En Acuerdo
- 5: Muy de Acuerdo

ÍTEMS	1	2	3	4	5
<b>En clase de Aeróbicos me siento bien:</b>					
<b>1</b> Cuando soy el/la único/a capaz de realizar una coreografía					
<b>2</b> Cuando soy capaz de esforzarme para ejecutar un paso					
<b>3</b> Cuando lo puedo hacer mejor que mis compañeras/os					
<b>4</b> Cuando aprendo una nuevo paso o movimiento					
<b>5</b> Cuando los/las otros/as no lo pueden hacer tan bien como yo					
<b>6</b> Cuando puedo hacer algo que no sabía hacer antes					
<b>7</b> Cuando las/los demás fracasan y yo no					
<b>8</b> Cuando aprendo una habilidad nueva gracias a mi esfuerzo					
<b>9</b> Cuando comprendo una coreografía primero que los demás					
<b>10</b> Cuando trabajo duro					
<b>11</b> Cuando consigo destacar más que los demás					
<b>12</b> Cuando algo hace que yo quiera practicar mas					
<b>13</b> Cuando soy la/el mejor					
<b>14</b> Cuando aprendo un moviente o paso me hace sentir mejor					
<b>15</b> Cuando tengo más habilidades que las/los demás					
<b>16</b> Cuando puedo dar lo mejor de mí misma/o					

**Fuente:** Peiró y Sanchis (2004)

#### 6.3.4. Cuestionario de Afinidad del Usuario a la Didáctica del Docente de Aeróbicos.



El siguiente cuestionario es otro de los instrumentos con los cuales se soporta esta investigación. Esta herramienta, fue elaborada teniendo como bases experiencias y vivencias propias dadas en el campo de las clases grupales y para ser más precisos, en las clases de aeróbicos multi nivel. Como dicho cuestionario ha sido elaborado desde cero, es decir, sin tener un punto de partida, ya que no se cuentan con registros de una herramienta de investigación similar propia para la actividad física musicalizada, fue de vital importancia contar con la valoración, opinión y corrección de los 5 expertos mencionados anteriormente, puesto que a diferencia del anterior instrumento, que ya había presentado algunos estudios de validación parecidos, en este caso no se cuenta con ninguna información o soporte de un instrumento similar.

A continuación, en la tabla 4 se presenta la primera fase de este instrumento, en ella se observa el instrumento propio como se le entregaría al usuario para su posterior diligenciamiento. Este instrumento presento algunas modificaciones para poder ser entregado a los expertos, aquellas modificaciones fueron:

En cuanto a la escala de valores, se manejó de 1 a 5 igual para los expertos que para los usuarios, más, sin embargo, el enunciado de valor para los expertos fue diferente, en ella no se contemplaba el termino: de acuerdo o desacuerdo, en cambios se utilizaban los valores: 1 no adecuado, 2 poco adecuado, 3 aceptablemente adecuado, 4 bastante adecuado y 5 totalmente adecuado. Finalmente, el cuestionario para el experto presentaba una casilla de valoración cualitativa, en la cual se plasmaban las apreciaciones del experto por escrito (observaciones o comentarios)

**Tabla 4. Cuestionario de afinidad del usuario a la didáctica del docente de aeróbicos**

El presente cuestionario pretende ser una herramienta para evaluar las razones principales por las cuales un usuario presenta mayor afinidad o gusto al momento de seleccionar el ingreso a la clase de un docente de aeróbicos de una caja de compensación de la ciudad de Bogotá. A continuación, se presentan una serie de afirmaciones acerca de las percepciones que usted tiene al participar de una clase de aeróbicos, por favor indique su grado de acuerdo con las mismas teniendo en cuenta la siguiente escala: 1: Muy en desacuerdo 2. En desacuerdo 3. Neutro 4: En Acuerdo 5: Muy de Acuerdo.

Categorías	Aspecto a Evaluar	Ítem N°	Ítems	Escala				
				Muy En Desacuerdo	En Desacuerdo	Neutro	De Acuerdo	Muy De Acuerdo
Estilo Enseñanza	Progresiones de las coreografías	1	Prefiero cuando el profesor enseña una coreografía paso a paso.					
		2	Prefiero cuando el profesor tarda menos enseñando una coreografía y le agregas más pasos.					
	Preparación de la clase	3	Me gusta cuando mi profesor prepara la clase.					
		4	Me gusta cuando mi profesor improvisa					
Expresión Corporal		5	Las coreografías son más fáciles de asimilar si el profesor utiliza señales verbales y visuales para cada paso.					
		6	Las coreografías son fáciles dependiendo de la claridad y forma como el profesor la enseñe					
		7	El empoderamiento y seguridad del docente contribuyen en el buen desarrollo de la clase.					
		8	La falta de seguridad del docente no afecta el buen desarrollo de una clase.					

	<b>Tiempos de ejecución y desarrollo.</b>	9	Me gusta cuando el profesor mide su tiempo entre los grupos, se desplaza por el salón, acompaña y orienta el trabajo de las personas que se encuentran adelante o atrás del grupo.					
		10	Me gusta cuando el profesor tarda menos con otros grupos y enfoca más tiempo de trabajo en mi grupo.					
		11	Me gusta cuando mi profesor es paciente, se da cuenta que aún no he aprendido el paso con facilidad, me da el tiempo y repite la coreografía reforzar mi aprendizaje					
Construcción Coreográfica	<b>Claridad pasos</b>	12	Prefiero cuando el profesor hace pasos que ya conozco y no cambia de estilo, ya que me permite realizar la coreografía más de manera más fácil.					
		13	Prefiero cuando el profesor hace pasos nuevos, complejos y varia su estilo, generado un mayor reto.					
		14	Comprendo una coreografía más rápido, cuando el profesor hace los pasos más amplios o grandes.					
		15	Los pasos grandes o amplios mostrados por el profesor no son relevantes durante el aprendizaje de una coreografía.					
		16	Doy más importancia y valor a clases con coreografías que contengan pasos nuevos, combinaciones entre coreografías y/o implementación de los brazos como acompañantes del paso.					

		17	No me gusta cuando el profesor implementa combinaciones o particiones diferentes a las que ya conozco.					
Ambiente en la Clase	<b>Música</b>	18	La clase se vuelve más amena con pistas musicales de remix latinos, modernos y cantados.					
		19	La clase es más amena con pistas musicales clásicas y electrónicas.					
Carisma del profesor en clase	<b>Energía / entusiasmo</b>	20	Me gusta cuando el profesor habla, anima, se emociona y sube el tono de voz.					
		21	Me gusta cuando el profesor controla su tono de voz, respeta la distancia, es calmado y dirige su clase de forma seria					
	<b>Personalidad</b>	22	La personalidad del profesor influye al momento de elegir el ingreso a su clase.					
Imagen del Profesor	<b>Hombre - Mujer</b>	23	El género del docente no influye en mi elección para entrar a clases.					
		24	Prefieren entrar a clases con profesoras mujeres porque considero que son más animadas y de carácter.					
		25	Prefiero ingresar a clases con profesores hombres porque son más animados y de carácter					
	<b>Condición Física</b>	26	La condición física del profesor influye en mi elección para tomar la clase.					
	<b>Presentación personal.</b>	27	La presentación personal del profesor influye en mi elección para tomar la clase.					
<b>Experiencia</b>	28	Prefiero ingresar a las clases de los profesores con menor antigüedad en.						

29	Prefiero ingresar a las clases de los profesores con mayor antigüedad en.					
----	---	--	--	--	--	--

#### **6.4. Presentación Jurados Expertos.**

Como se anunció anteriormente, previo a la implementación de los instrumentos de investigación, esto debieron ser sometidos por el criterio y juicio de 5 profesionales expertas en el campo de las clases grupales musicalizadas, investigación y diseño de cuestionarios, quienes, con sus aportes, comentarios y valor, permitieron darles a los instrumentos, una orientación pertinente para el buen desarrollo y comprensión de los participantes al momento de responder cada ítem de los cuestionarios. Es importante destacar el trabajo de estos expertos antes de continuar con la explicación precisa de la labor realizada en los cuestionarios. A continuación, se resalta la identidad y labora de los expertos:

##### 6.4.4. Experto #1:

- Didier Fernando Rojas Fierro

Profesional en Cultura Física y Deporte

Especialista en Pedagogía y Docencia

Magister en ciencias y tecnología del Deporte

- Experiencia en docencia:

Docente Universitario de 2015 a 2019 dirigiendo cátedras de entrenamiento deportivo, entrenamiento de fuerza y práctica profesional.

- Experiencia en clases grupales:

Docente de clases grupales desde el año 2000 en entidades de acondicionamiento (IDRD, BODYTECH, COMPENSAR- 15 años) experto en modalidades como: step, aeróbicos, rumba, tono o musculación, estiramiento, pilates, ciclismo bajo techo entre otras.

- Experiencia en investigación:

Investigador y evaluador de proyectos de grado.

#### 6.4.5. Experto #2:

- Edwin Ancizar Valencia Barrera.

Licenciado en Educación Física

Magíster en Educación Física

- Experiencia en Clases grupales:

Docente y gestor del programa Recreovia - IDRDR 6 años.

Monitor programa HEVS Coldeportes 1 año.

- Experiencia docente:

Universidad Militar Nueva Granada (Docente Catedrático 2 años)

- Experiencia en investigación:

Integrante de los grupos de investigación:

-GPES/ Universidad de Pernambuco (Brasil)

-Epiandes/ Universidad de los Andes.

#### 6.4.6. Experto #3

- Diego Fernando Villamizar Gómez.

Licenciado en educación física. Universidad pedagógica Nacional.

Magister en educación. Pontificia universidad javeriana.

Candidato a Doctor en educación. Universidad autónoma de Madrid, España.

- Experiencia en Clases grupales:

Docente junior, máster, durante 9 años del programa de Recreovia IDRDR Bogotá.

Coordinador de punto durante 3 años en el mismo programa.

Administrador de acondicionamiento físico en compensar durante 3 años.

Docente de varias modalidades de clases grupales durante 14 años: Experto en modalidades como: step, aeróbicos, rumba, tono o musculación, estiramiento, Pilates, ciclismo bajo techo entre otras.

- Experiencia docente:

Docente investigador de la universitaria Agustiniiana y de la Universidad Minuto Bogotá.

Dos publicaciones de investigación.

#### 6.4.4. Experto #4:

- Nathalia Pilar Guzmán Pinzón.

Licenciada en Deporte de la UPN.

Magíster en Desarrollo Educativo y social de la UPN-CINDE.

Tres años como docente de la Universidad Pedagógica Nacional de la Licenciatura en Deporte y tres años asesorando proyectos de grado en la Licenciatura en Deporte.

#### 6.4.5. Experto #5:

- Diana Constanza Farfán Melo.

Licenciada en Educación Física de la Universidad Pedagógica Nacional.

Magister en Pedagogía de la Cultura Física de la UPTC.

- Experiencia en Clases grupales:

Docente de clase grupal junior durante 3 años en el programa Recreovia del IDRDR Bogotá. Experta en modalidades como: step, aeróbicos, rumba, tono o musculación, estiramiento, pilates, ciclismo bajo techo entre otras.

- Experiencia docente:

Docente Bienestar Universitario Universidad Manuela Beltrán por 1 año.

Instructora en Programas de Actividad Física del SENA 5 años.

Líder de semilleros del grupo de investigación del Centro de Formación Actividad Física y Cultura del SENA 1 año.

### **6.5. Análisis cuantitativo de la valoración de expertos para el instrumento de TEOSQ, adaptado a clases de aeróbicos fase 1.**

Antes de ejecutar la prueba piloto de los cuestionarios con usuarios que hacen aeróbicos multi nivel en una caja de compensación de Bogotá, como ya se anunció anteriormente, se contó con el apoyo de 5 jueces, expertos en el campo de la actividad física grupal musicalizada y la elaboración de instrumento para investigación a nivel maestría, quienes se encargaron de valorar y evaluar los dos instrumentos propios de esta investigación. Como primera medida, los expertos valoraron el cuestionario modificado del TOESQ, el cual, como se dijo anteriormente, ha presentado algunas modificaciones en cuanto a su lenguaje o términos, los cuales, serían más acordes en temas de comprensión para los usuarios de aeróbicos que participen del estudio.

A continuación, se realiza el análisis en cuanto a las valoraciones cuantitativas dadas por los expertos para este cuestionario:



Tabla 5. Porcentajes Cuestionario de Orientaciones al Ego y a la Terea adaptado al Fitness Grupal.  
Versión: Análisis Cuantitativo Expertos.

ÍTEMS	1	2	3	4	5	Porcentaje De Respuestas.
En clase de Aeróbicos me siento bien:	Experto #1	Experto #2	Experto #3	Experto #4	Experto #5	
1 Cuando soy el/la único/a capaz de realizar una coreografía	3	5	5	5	5	4,6
2 Cuando soy capaz de esforzarme para ejecutar un paso	5	5	5	5	5	5
3 Cuando lo puedo hacer mejor que mis compañeras/os	3	5	5	5	5	4,6
4 Cuando aprendo una nuevo paso o movimiento	5	5	5	5	5	5
5 Cuando los/las otros/as no lo pueden hacer tan bien como yo	3	5	5	5	5	4,6
6 Cuando puedo hacer algo que no sabía hacer antes	5	5	5	4	5	4,8
7 Cuando las/los demás fracasan y yo no	3	5	5	5	5	4,6
8 Cuando aprendo una habilidad nueva gracias a mi esfuerzo	5	5	5	5	5	5
9 Cuando comprendo una coreografía primero que los demás	3	5	5	5	5	4,6
10 Cuando trabajo duro	5	5	5	5	5	5
11 Cuando consigo destacar más que los demás	3	5	5	5	5	4,6
12 Cuando algo hace que yo quiera practicar mas	5	5	5	4	4	4,6
13 Cuando soy la/el mejor	5	5	5	5	5	5
14 Cuando aprendo un moviente o paso me hace sentir mejor	5	5	5	5	4	4,8
15 Cuando tengo más habilidades que las/los demás	3	5	5	5	5	4,6
16 Cuando puedo dar lo mejor de mí misma/o	5	5	5	5	5	5
<b>Valor Total</b>						4,775

Fuente: Elaboración Propia

Para esta valoración, cada experto contaba con un cuestionario idéntico en contenido al que cada usuario iba a tener, con únicos cambios en su parte valorativa ya que, similar a los usuarios, su calificación estaba en una escala de 1 a 5 con la diferencia en que 1 quería decir: muy inadecuado, 2 poco adecuado, 3 aceptablemente adecuado, 4 bastante adecuado y 5 totalmente adecuado. Prácticamente, al hacer un análisis detallado de la evaluación numérica del cuestionario por parte de los expertos, cada ítem contaba con una calificación en promedio de 4 o 5 puntos, visto este porcentaje en la calificación de todos los jueces. Tan solo algunos ítems calificados con 3 puntos por un solo experto, fueron levemente modificados para una mayor comprensión. En general, este instrumento logro obtener una calificación de aprobación por parte de los expertos de: 4,8 lo que lo hacía un instrumento seguro para ser ejecutado en la prueba piloto por usuarios y no requerir de una segunda fase de valoración por parte de los expertos.

### 6.6. Análisis cualitativo de la valoración de expertos para el instrumento de TEOSQ adaptado a clase de aeróbicos fase 1.

A continuación, se presentan las observaciones y comentarios dados por cada uno de los expertos ante cada ítem del cuestionario:

**Tabla 6. Cuestionario de Orientaciones al Ego y a la Terea adaptado al Fitness Grupal (TOESQ).**

ITEMS	Experto #1	Experto #2	Experto #3	Experto #4	Experto #5
En clase de Aeróbicos me siento bien:	Muy en Adecuado	Poco Adecuado	Aceptablemente Adecuado	Bastante Adecuado	Totalmente Adecuado.
1 Cuando soy el/la único/a capaz de realizar una coreografía	Si el objetivo del estudio es evaluar los motivos o razones que llevan al usuario a ingresar en una clase de Aeróbicos, este ítem está relacionado con el Ego personal al vencer a otros en una tarea, no en una actividad relacionada directamente con la modalidad; considero que no apuntaría al objetivo que se pretende.	En general me parece un instrumento claro y objetivo, Las preguntas están bien enfocadas al tema principal de las clases de aeróbicos, además si es un instrumento validado y esto permite tener un grado de confiabilidad. sin embargo, se debe realizar prueba piloto (antes y después) para determinar	En general, el instrumento cuenta con un lenguaje claro y apropiado para la comprensión y entendimiento de las personas a quienes se les entregara el cuestionario.	Sin comentario.	No cambia el sentido de la pregunta sino el contexto.
2 Cuando soy capaz de esforzarme para ejecutar un paso	Este ítem permite evaluar el cumplimiento de tareas que generan satisfacción y motivación, por ello creo que es coherente con el objetivo del estudio.			Sin comentario.	Muy adecuado pues busca garantizar la comprensión de la pregunta en el usuario sin cambiar el sentido de la pregunta en el instrumento original.

3	Cuando lo puedo hacer mejor que mis compañeras/os	Si el objetivo del estudio es evaluar los motivos o razones que llevan al usuario a ingresar en una clase de Aeróbicos, este ítem está relacionado con el Ego personal al vencer a otros en una tarea, no en una actividad relacionada directamente con la modalidad; considero que no apuntaría al objetivo que se pretende.	estadísticamente los grados de reproductibilidad y de consistencia interna.		Sin comentario.	Igual a la original
4	Cuando aprendo un nuevo paso o movimiento	Este ítem permite evaluar el cumplimiento de tareas que generan satisfacción y motivación, por ello creo que es coherente con el objetivo del estudio.			Recomiendo cambiar movimiento por coreografía	Muy adecuado pues busca garantizar la comprensión de la pregunta en el usuario sin cambiar el sentido de la pregunta en el instrumento original.
5	Cuando los/las otros/as no lo pueden hacer tan bien como yo	Si el objetivo del estudio es evaluar los motivos o razones que llevan al usuario a ingresar en una clase de Aeróbicos, este ítem está relacionado con el Ego personal al vencer a otros en una tarea, no en una actividad relacionada directamente con la modalidad; considero que no apuntaría al objetivo que se pretende.			Sin comentario.	Igual a la original
6	Cuando puedo hacer algo que no sabía hacer antes	Este ítem permite evaluar el cumplimiento de tareas que generan satisfacción y motivación, por ello creo que es coherente con el objetivo del estudio.			Considero pertinente ser más preciso con la palabra "algo".	Igual a la original

7	Cuando las/los demás fracasan y yo no	Si el objetivo del estudio es evaluar los motivos o razones que llevan al usuario a ingresar en una clase de Aeróbicos, este ítem está relacionado con el Ego personal al vencer a otros en una tarea, no en una actividad relacionada directamente con la modalidad; considero que no apuntaría al objetivo que se pretende.			Sin comentario.	Igual a la original
8	Cuando aprendo una habilidad nueva gracias a mi esfuerzo	Este ítem permite evaluar el cumplimiento de tareas que generan satisfacción y motivación, por ello creo que es coherente con el objetivo del estudio.			Sin comentario.	Igual a la original
9	Cuando comprendo una coreografía primero que los demás	Si el objetivo del estudio es evaluar los motivos o razones que llevan al usuario a ingresar en una clase de Aeróbicos, este ítem está relacionado con el Ego personal al vencer a otros en una tarea, no en una actividad relacionada directamente con la modalidad; considero que no apuntaría al objetivo que se pretende.			Sin comentario.	Muy adecuado pues busca garantizar la comprensión de la pregunta en el usuario sin cambiar el sentido de la pregunta en el instrumento original.
10	Cuando trabajo duro	Este ítem permite evaluar el cumplimiento de tareas que generan satisfacción y motivación, por ello creo que es coherente con el objetivo del estudio.			Sin comentario.	Igual a la original

11	Cuando consigo destacar más que los demás	Si el objetivo del estudio es evaluar los motivos o razones que llevan al usuario a ingresar en una clase de Aeróbicos, este ítem está relacionado con el Ego personal al vencer a otros en una tarea, no en una actividad relacionada directamente con la modalidad; considero que no apuntaría al objetivo que se pretende.			Sin comentario.	Muy adecuado pues busca garantizar la comprensión de la pregunta en el usuario sin cambiar el sentido de la pregunta en el instrumento original.
12	Cuando algo hace que yo quiera practicar más	Este ítem permite evaluar el cumplimiento de tareas que generan satisfacción y motivación, por ello creo que es coherente con el objetivo del estudio.			Ser más preciso con la palabra "algo"	Igual a la original (Podría ser más explícito, ¿Qué es ese algo que hace que yo quiera practicar más?)
13	Cuando soy la/el mejor	Este ítem permite evaluar el cumplimiento de tareas que generan satisfacción y motivación, por ello creo que es coherente con el objetivo del estudio.			Sin comentario.	Igual a la original
14	Cuando aprendo un movimiento o paso me hace sentir mejor	Este ítem permite evaluar el cumplimiento de tareas que generan satisfacción y motivación, por ello creo que es coherente con el objetivo del estudio.			Sin comentario.	"Cuando aprendo un nuevo movimiento o paso me hace sentir mejor" "Recomiendo este ajuste" (Revisar Ortografía y redacción)

15	Cuando tengo más habilidades que las/los demás	Si el objetivo del estudio es evaluar los motivos o razones que llevan al usuario a ingresar en una clase de Aeróbicos, este ítem está relacionado con el Ego personal al vencer a otros en una tarea, no en una actividad relacionada directamente con la modalidad; considero que no apuntaría al objetivo que se pretende.			Sin comentario.	Igual a la original
16	Cuando puedo dar lo mejor de mí misma/o	Este ítem permite evaluar el cumplimiento de tareas que generan satisfacción y motivación, por ello creo que es coherente con el objetivo del estudio.			Sin comentario.	Igual a la original

Como se pudo observar en la tabla anterior, los comentarios dados por los expertos en general fueron positivos he involucraban mínimas modificaciones en cuanto a la estructura de cada uno de los ítems.

Con relación a lo indicado por el experto #1, no se tenía claridad con lo que se pretendía del cuestionario, dado que es un instrumento para valorar el esfuerzo intrínseco o extrínseco de una persona hacia una tarea, para el experto, aquellos ítems dirigidos hacia el ego, opacaban un poco con el ideal del estudio a su entender, situación que permitió aclarar el propósito del mismo no solo para este experto sino para todos los demás.

Con relación a los expertos # 2,3,4 y 5, sus comentarios en general son positivos por lo cual indicaban que los ajustes del instrumento son pertinentes para el objeto de estudio.

**6.7. Análisis Cuantitativo de la valoración de expertos para el instrumento:  
Cuestionario de Afinidad del Usuario a la Didáctica del Docente de Aeróbicos  
(AUDDA).**

Anteriormente, se presentó la tabla 4 en la cual se mostraba la primera fase del instrumento que sería entregado a los participantes del estudio, el cual, debió pasar por una valoración de expertos y para ello este instrumento presento algunas modificaciones para poder ser entregado a los jueces, entre las modificaciones se encontraron:

En cuanto a la escala de valores, se manejó de 1 a 5 igual para los expertos que para los usuarios, más, sin embargo, el enunciado de valor para los expertos fue diferente, en ella no se contemplaba el termino: de acuerdo o desacuerdo, en cambios se utilizaban los valores: 1 no adecuado, 2 poco adecuado, 3 aceptablemente adecuado, 4 bastante adecuado y 5 totalmente adecuado. Finalmente, el cuestionario para el experto presentaba una casilla de valoración cualitativa, en la cual se plasmaban las apreciaciones del experto por escrito (observaciones o comentarios)

A continuación, se presenta la tabla 7 en la cual se evidencian los resultados en cuanto a la valoración cuantitativa del cuestionario dada por los expertos.

<b>Tabla 7. Cuestionario de Afinidad del Usuario a la Didáctica del Docente de Aeróbicos Versión: Análisis Cuantitativo Expertos.</b>									
Categorías	Aspecto a Evaluar	Ítem N°	Ítems	Puntuación					Porcentaje de respuesta.
				Experto #1	Experto #2	Experto #3	Experto #4	Experto #5	
Estilo Enseñanza	<b>Progresiones de las coreografías.</b>	1	Prefiero cuando el profesor enseña una coreografía paso a paso	3	3	4	4	4	3,6
		2	Prefiero cuando el profesor tarda menos enseñando una coreografía y le agregas más pasos.	3	3	4	4	4	3,6



	<b>Preparación de la clase</b>	3	Me gusta cuando mi profesor prepara la clase.	3	3	5	1	4	3,2
		4	Me gusta cuando mi profesor improvisa.	3	1	4	1	4	2,6
	<b>Expresión Corporal</b>	5	Las coreografías son más fáciles de asimilar si el profesor utiliza señales verbales y visuales para cada paso.	5	5	5	4	4	4,6
		6	Las coreografías son fáciles dependiendo de la claridad y forma como el profesor la enseñe	2	3	4	3	4	3,2
		7	El empoderamiento y seguridad del docente contribuyen en el buen desarrollo de la clase.	3	5	5	1	4	3,6
		8	La falta de seguridad del docente no afecta el buen desarrollo de una clase.	3	1	5	1	4	2,8
		9	Me gusta cuando el profesor mide su tiempo entre los grupos, se desplaza por el salón, acompaña y orienta el trabajo de las personas que se encuentran adelante o atrás del grupo.	3	3	4	4	4	3,6
	<b>Tiempos de ejecución y desarrollo.</b>	10	Me gusta cuando el profesor tarda menos con otros grupos y enfoca más tiempo de trabajo en mi grupo.	3	5	4	1	4	3,4

		11	Me gusta cuando mi profesor es paciente, se da cuenta que aún no he aprendido el paso con facilidad, me da el tiempo y repite la coreografía reforzar mi aprendizaje	5	5	5	4	4	4,6
Construcción Coreográfica	<b>Claridad pasos</b>	12	Prefiero cuando el profesor hace pasos que ya conozco y no cambia de estilo, ya que me permite realizar la coreografía más de manera más fácil.	5	3	5	5	4	4,4
		13	Prefiero cuando el profesor hace pasos nuevos, complejos y varia su estilo, generado un mayor reto.	5	4	4	4	4	4,2
		14	Comprendo una coreografía más rápido, cuando el profesor hace los pasos más amplios o grandes.	5	3	4	1	4	3,4
		15	Los pasos grandes o amplios mostrados por el profesor no son relevantes durante el aprendizaje de una coreografía.	5	1	5	5	4	4,0
		16	Doy as importancia y valor clases con coreografías que contengan pasos nuevos, combinaciones entre coreografías y/o implementación de los brazos como	5	3	5	5	4	4,4

			acompañantes del paso.						
		17	No me gusta cuando el profesor implementa combinaciones o particiones diferentes a las que ya conozco.	5	5	4	5	4	4,6
Ambiente en la Clase	<b>Música</b>	18	La clase se vuelve más amena con pistas musicales de remix latinos, modernos y cantados.	5	3	4	5	2	3,8
		19	La clase es más amena con pistas musicales clásicas y electrónicas.	3	3	5	5	2	3,6
Carisma del profesor en clase	<b>Energía / entusiasmo</b>	20	Me gusta cuando el profesor habla, anima, se emociona y sube el tono de voz.	5	5	3	5	2	4,0
		21	Me gusta cuando el profesor controla su tono de voz, respeta la distancia, es calmado y dirige su clase de forma seria	5	4	4	5	2	4,0
	<b>Personalidad</b>	22	La personalidad del profesor influye al momento de elegir el ingreso a su clase.	2	5	5	1	3	3,2
Imagen del Profesor	<b>Hombre - Mujer</b>	23	El género del docente no influye en mi elección para entrar a clases.	2	5	5	1	2	3,0

		24	Prefieren entrar a clases con profesoras mujeres porque considero que son más animadas y de carácter.	2	3	4	4	2	3,0
		25	Prefiero ingresar a clases con profesores hombres porque son más animados y de carácter	2	3	5	4	2	3,2
	<b>Condición Física</b>	26	La condición física del profesor influye en mi elección para tomar la clase.	2	5	5	5	3	4,0
	<b>Presentación personal.</b>	27	La presentación personal del profesor influye en mi elección para tomar la clase.	2	5	4	5	3	3,8
	<b>Experiencia</b>	28	Prefiero ingresar a las clases de los profesores con menor antigüedad en la caja de compensación.	2	3	4	5	3	3,4
		29	Prefiero ingresar a las clases de los profesores con mayor antigüedad en la caja de compensación.	2	3	5	5	3	3,6
								Total	3,7

Analizando la valoración cuantitativa dado por los expertos para este instrumento, a diferencia del instrumento del TOESQ, los puntajes presentan algunos rangos de valor bajos en determinados ítems. En algunos casos, los ítems presentan valores de 1 o 2 puntos, lo que ocasiona que el promedio de valor del ítem no supere un puntaje mínimo (3,5) esperado para tomar el ítem como sólido y adecuado al momento de realizar una prueba piloto con los usuarios.

A nivel general, de acuerdo al promedio total de todo el cuestionario, el cual dio como resultado un 3,7, no se considera como un instrumento 100% fiable para su

posterior pilotaje, por tal razón, este cuestionario debió pasar a una segunda fase de revisión de los expertos teniendo en cuenta el análisis cualitativo expresado a continuación.

**6.8. Análisis cualitativo de la valoración de expertos para el instrumento:  
Cuestionario de Afinidad del Usuario a la Didáctica del Docente de Aeróbicos.**

A continuación, se presenta la tabla 8 en la cual se muestra cada una de las opiniones y comentarios de los expertos ante cada uno de los ítems que componen el instrumento de investigación:

**Tabla 8. Cuestionario de Afinidad del Usuario a la Didáctica Y Características propias Del Docente de Aeróbicos**

Categorías	Aspecto a Evaluar	Ítem N.º	Ítems	Comentarios				
				Experto # 1	Experto # 2	Experto # 3	Experto # 4	Experto # 5
				1	2	3	4	5
Estilo Enseñanza	<b>Progresiones de las coreografías.</b>	1	Prefiero cuando el profesor enseña una coreografía paso a paso	Es necesario definir qué sería ir paso a paso; como es un ítem pedagógico, los evaluados ¿tienen el criterio para evaluar metodología? Es un ítem que no estaría estandarizado ni sería objetivo, porque depende del gusto personal; lo que para unos es ir paso a paso, para otros no.	Sin comentario.	Pertinente para los fines del estudio: patentar el instrumento y revisar aquellos ítems que no hacen parte de la didáctica, ítems 18 en adelante.	Se sugiere ajustar la redacción: La clase es más agradable cuando el profesor enseña una coreografía paso a paso.	Sugiero presentar al "usuario" las preguntas emparejadas, es decir las dos opciones de la categoría para que pueda comprender mejor el ítem. (Revisar si metodológicamente eso es viable)

	2	Prefiero cuando el profesor tarda menos enseñando una coreografía y le agregas más pasos.	No es clara una escala de medición o punto de referencia que permita identificar cuál es el tiempo estándar para enseñar una coreografía y a partir de él, poder definir qué es tardar menos enseñándola.	¿Esta categoría no utiliza un paso a paso? Encuentro los ítems 1 y 2 similares. Debería ser más clara la diferencia, por ejemplo: Tiempo en construcción, número de pasos.	Pertinente para los fines del estudio: patentar el instrumento y revisar aquellos ítems que no hacen parte de la didáctica, ítems 18 en adelante.	Considero que de este ítem se pueden señalar dos, con mayor claridad. 1. La clase es más agradable cuando el profesor dedica poco tiempo a enseñar la coreografía. 2. La clase es más agradable cuando el profesor enseña los pasos de manera progresiva.	
<b>Preparación de la clase</b>	3	Me gusta cuando mi profesor prepara la clase .	Se debe ajustar la pregunta, hay que definir criterios que permitan al usuario identificar si el profesor prepara o no la clase.	¿Cómo el usuario sabe que el profesor preparo la clase o no? En este tipo de preguntas se puede inferir que el participante va a decir en un 100% que le gusta que el profesor prepare la clase. Yo intentaría formular diferente la pregunta	Pertinente para los fines del estudio: patentar el instrumento y revisar aquellos ítems que no hacen parte de la didáctica, ítems 18 en adelante.	Considero que no es apropiado preguntar al usuario por este aspecto.	Sugiero presentar al "usuario" las preguntas emparejadas, es decir las dos opciones de la categoría para que pueda comprender mejor el ítem. (Revisar si metodológicamente eso es viable)
	4	Me gusta cuando mi profesor improvisa.	Se debe ajustar la pregunta, hay que definir criterios que permitan al usuario identificar si el profesor prepara o no la clase.		Pertinente para los fines del estudio: patentar el instrumento y revisar aquellos ítems que no hacen parte de la didáctica, ítems 18 en adelante.		

<b>Expresión Corporal</b>	5	Las coreografías son más fáciles de asimilar si el profesor utiliza señales verbales y visuales para cada paso.	El usuario sabe, ¿a qué se refiere el concepto de señal visual y verbal? Debería realizarse una socialización con los usuarios para clarificar y unificar conceptos que permiten una evaluación más objetiva.	bien	Pertinente para los fines del estudio: patentar el instrumento y revisar aquellos ítems que no hacen parte de la didáctica, ítems 18 en adelante.	Se recomienda cambiar la palabra asimilar por aprender.	Considero que estos dos ítems son iguales. No serían claros para el usuario
	6	Las coreografías son fáciles dependiendo de la claridad y forma como el profesor la enseñe	La claridad y forma de enseñar tiene que ver con metodología, y no dependen de la expresión corporal. Luego este ítem quizás tenga más relación con las progresiones.	La claridad y forma deben ser evaluados en términos más concretos, especifique las formas para así poder determinar el grado de facilidad.	Pertinente para los fines del estudio: patentar el instrumento y revisar aquellos ítems que no hacen parte de la didáctica, ítems 18 en adelante.	Considero que este ítem está señalado en los primeros aspectos de evaluación.	
	7	El empoderamiento y seguridad del docente contribuyen en el buen desarrollo de la clase.	Se debe ajustar la pregunta, hay que definir criterios que permitan determinar cuándo un docente proyecta seguridad y empoderamiento.	bien	Pertinente para los fines del estudio: patentar el instrumento y revisar aquellos ítems que no hacen parte de la didáctica, ítems 18 en adelante.	Considero que este ítem no llega a ser tan claro para el usuario, la palabra empoderamiento puede ser asumida de múltiples maneras.	OK
	8	La falta de seguridad del docente no afecta el buen desarrollo de una clase.	Existe un sesgo en la pregunta, porque de entrada ya está indicando que existe falta de seguridad en el docente;	Es lo mismo que la pregunta anterior pero dicho, al contrario, la pregunta anterior	Pertinente para los fines del estudio: patentar el instrumento y revisar aquellos ítems que no	Considero que la valoración para este ítem ya está dada con el anterior. En cuanto al aspecto	OK



			sugiero que se redacte mejor para eliminar el sesgo.	permite inferirá esta.	hacen parte de la didáctica, ítems 18 en adelante.	de evaluación (Expresión corporal) creo que se necesita preguntar específicamente por el movimiento, la comunicación y la creatividad del docente.	
<b>Tiempos de ejecución y desarrollo.</b>	9	Me gusta cuando el profesor mide su tiempo entre los grupos, se desplaza por el salón, acompaña y orienta el trabajo de las personas que se encuentran adelante o atrás del grupo.	El tiempo es una variable de tipo cuantitativo y objetivo, si se pretende evaluar el gusto personal del evaluado, el tiempo no debería ser un ítem a evaluar. Debe redactar la pregunta para que apunte al objetivo que pretende la investigación.	Aquí estas evaluando diferentes aspectos: Tiempo, desplazamiento, acompañamiento. Debe ser uno solo para entender el sentido de la respuesta. ¿Qué pasa si me gusta que mida el tiempo, pero no que se desplace por el salón?	Pertinente para los fines del estudio: patentar el instrumento y revisar aquellos ítems que no hacen parte de la didáctica, ítems 18 en adelante.	Este aspecto de evaluación se define más en la línea de "Ejecución y desarrollo". Se recomienda ajustar la redacción de este ítem: Es agradable cuando el profesor se desplaza por el salón, acompañando y orientando el trabajo de todos los grupos.	OK
	10	Me gusta cuando el profesor tarda menos con otros grupos y enfoca más tiempo de trabajo en mi grupo.	Nuevamente aparecen los términos "menos" y "más"; lo cual al no tener criterios definidos genera perdida de objetividad. Hay que definir un punto	bien	Pertinente para los fines del estudio: patentar el instrumento y revisar aquellos ítems que no hacen parte de la didáctica,	Considero que este ítem sobra.	Redactar mejor

				de referencia para a partir de él definir: menos, más, entre otros.		ítems 18 en adelante.		
		11	Me gusta cuando mi profesor es paciente, se da cuenta que aún no he aprendido el paso con facilidad, me da el tiempo y repite la coreografía reforzar mi aprendizaje	Este tipo de redacción sería objetivo y pertinente, puesto que apunta al objetivo de la investigación, y evalúa a partir de criterios que permiten al usuario emitir un juicio con claridad.	bien	Pertinente para los fines del estudio: patentar el instrumento y revisar aquellos ítems que no hacen parte de la didáctica, ítems 18 en adelante.	Se recomienda ajustar la redacción de este ítem: La clase es más interesante cuando el profesor repite paso a paso la coreografía para quienes todavía no les ha sido posible aprenderla.	OK
Construcción Coreográfica	<b>Claridad pasos</b>	12	Prefiero cuando el profesor hace pasos que ya conozco y no cambia de estilo, ya que me permite realizar la coreografía más de manera más fácil.	Este tipo de redacción sería objetivo y pertinente, puesto que apunta al objetivo de la investigación, y evalúa a partir de criterios que permiten al usuario emitir un juicio con claridad.	¿Pasos y estilo son cosas iguales? ¿Puedo mantener el estilo con pasos nuevos? Creo que estas evaluando dos cosas diferentes.	Pertinente para los fines del estudio: patentar el instrumento y revisar aquellos ítems que no hacen parte de la didáctica, ítems 18 en adelante.	Sin comentario.	OK
		13	Prefiero cuando el profesor hace pasos nuevos, complejos y varía su estilo, generando un mayor reto.	Este tipo de redacción sería objetivo y pertinente, puesto que apunta al objetivo de la investigación, y	Me gusta, pero nuevamente metes el tema del estilo, ¿y aquí me surge una duda, ¿cuáles son los estilos?	Pertinente para los fines del estudio: patentar el instrumento y revisar aquellos ítems que no hacen parte de	Considero que la última frase predetermina la respuesta "Generando un mayor reto".	OK

			evalúa a partir de criterios que permiten al usuario emitir un juicio con claridad.		la didáctica, ítems 18 en adelante.		
14	Comprendo una coreografía más rápido, cuando el profesor hace los pasos más amplios o grandes.	Este tipo de redacción sería objetivo y pertinente, puesto que apunta al objetivo de la investigación, y evalúa a partir de criterios que permiten al usuario emitir un juicio con claridad.	¿Siento que estas direccionando la pregunta, y te lo digo porque a quien no le gusta que un profesor realice unos pasos grandes y amplios, o, dicho de otra manera, cuantos van a responder que les gusta que el profesor realice pasos pequeños? Me parece un ítem importante, pero yo lo formularia de la siguiente manera: 1. De los siguientes ítems, evalúe cuales afectan en mayor o menor medida su aprendizaje de la coreografía. Responda de 0 a 5: - Pasos grandes y amplios - Pasos nuevos - Estilo moderno - Estilo tradicional	Pertinente para los fines del estudio: patentar el instrumento y revisar aquellos ítems que no hacen parte de la didáctica, ítems 18 en adelante.	Considero que este ítem sobra.	OK	

	15	Los pasos grandes o amplios mostrados por el profesor no son relevantes durante el aprendizaje de una coreografía.	Este tipo de redacción sería objetivo y pertinente, puesto que apunta al objetivo de la investigación, y evalúa a partir de criterios que permiten al usuario emitir un juicio con claridad.	La misma observación anterior. Además, es una pregunta que se respondería con la pregunta anterior.	Pertinente para los fines del estudio: patentar el instrumento y revisar aquellos ítems que no hacen parte de la didáctica, ítems 18 en adelante.		Redactar mejor
	16	Doy más importancia y valor a clases con coreografías que contengan pasos nuevos, combinaciones entre coreografías y/o implementación de los brazos como acompañantes del paso.	Este tipo de redacción sería objetivo y pertinente, puesto que apunta al objetivo de la investigación, y evalúa a partir de criterios que permiten al usuario emitir un juicio con claridad.	Bien, pero siento que estas evaluando cosas diferentes: ¿qué pasa si a mí me gusta trabajar con pasos nuevos, pero no con brazos?	Pertinente para los fines del estudio: patentar el instrumento y revisar aquellos ítems que no hacen parte de la didáctica, ítems 18 en adelante.	Al parecer el ítem 16 y 17 es uno solo. Ajustar.	OK
	17	No me gusta cuando el profesor implementa combinaciones o particiones diferentes a las que ya conozco.	Este tipo de redacción sería objetivo y pertinente, puesto que apunta al objetivo de la investigación, y evalúa a partir de criterios que permiten al usuario emitir un juicio con claridad.	bien	Pertinente para los fines del estudio: patentar el instrumento y revisar aquellos ítems que no hacen parte de la didáctica, ítems 18 en adelante.	Sin comentario.	OK

Ambiente en la Clase	<b>Música</b>	18	La clase se vuelve más amena con pistas musicales de remix latinos, modernos y cantados.	Sin comentario	Tengo sentimientos encontrados en estas dos preguntas, ya que me parece importante la música dentro de la clase, pero siento que las preguntas no están encontrando el objetivo directo, a mi parecer son ambiguas, ya que toda la música se construye sobre una base	Pertinente para los fines del estudio: patentar el instrumento y revisar aquellos ítems que no hacen parte de la didáctica, ítems 18 en adelante.	Sin comentario.	No corresponde a elementos de la didáctica
----------------------	---------------	----	--	----------------	---	---	-----------------	--

		19	La clase es más amena con pistas musicales clásicas y electrónicas.	Importante definir que es una pista musical clásica; adicionalmente las pistas musicales para Aeróbicos siempre tienen una base electrónica.	electrónica, y encima de esta van los remixes, reguetón y todo lo que se le quiera meter, incluso se mezcla música viejita con moderna. entonces me pregunto si los usuarios saben diferenciar eso. Yo preguntaría: 1. en una escala de 1 a 5 diga que tan importante es la música dentro de la clase. 2. ¿La música le permite conectarse y sentirse más a gusto con la clase?	Pertinente para los fines del estudio: patentar el instrumento y revisar aquellos ítems que no hacen parte de la didáctica, ítems 18 en adelante.	Sin comentario.	No corresponde a elementos de la didáctica
Carisma del profesor en clase	<b>Energía / entusiasmo</b>	20	Me gusta cuando el profesor habla, anima, se emociona y sube el tono de voz.	Este tipo de redacción sería objetivo y pertinente, puesto que apunta al objetivo de la investigación, y evalúa a partir de criterios que permiten al usuario emitir un juicio con claridad.	bien	Pertinente para los fines del estudio: patentar el instrumento y revisar aquellos ítems que no hacen parte de la didáctica, ítems 18 en adelante.	Considero que lo señalado en esta categoría se debe trabajar desde la expresión corporal.	No corresponde a elementos de la didáctica

		21	Me gusta cuan el profesor controla su tono de voz, respeta la distancia, es calmado y dirige su clase de forma seria	Este tipo de redacción sería objetivo y pertinente, puesto que apunta al objetivo de la investigación, y evalúa a partir de criterios que permiten al usuario emitir un juicio con claridad.	bien, pero vuelvo a sentir que con la anterior se puede responder esta. Revisala para que no tengas conflicto entre ambas.	Pertinente para los fines del estudio: patentar el instrumento y revisar aquellos ítems que no hacen parte de la didáctica, ítems 18 en adelante.		No corresponde a elementos de la didáctica
	<b>Personalidad</b>	22	La personalidad del profesor influye al momento de elegir el ingreso a su clase.	Este tipo de redacción sería objetivo y pertinente, sin embargo, no tiene relación con el objetivo de la investigación (Didáctica), sino con el gusto personal del usuario.	Bien	Pertinente para los fines del estudio: patentar el instrumento y revisar aquellos ítems que no hacen parte de la didáctica, ítems 18 en adelante.	Este ítem es bastante ambiguo.	No corresponde a elementos de la didáctica
Imagen del Profesor	<b>Hombre - Mujer</b>	23	El género del docente no influye en mi elección para entrar a clases.	Considero que ese ítem no tiene relación con la didáctica, sino con el gusto personal del usuario. ¿Existe alguna relación entre la género y didáctica?	Bien	Pertinente para los fines del estudio: patentar el instrumento y revisar aquellos ítems que no hacen parte de la didáctica, ítems 18 en adelante.	Recomiendo trabajar esta categoría como aspecto a evaluar en la categoría de "Ambiente de la clase". Considero que este ítem sobra. Los dos siguientes son más precisos.	No corresponde a elementos de la didáctica

	24	Prefieren entrar a clases con profesoras mujeres porque considero que son más animadas y de carácter.	Considero que ese ítem no tiene relación con la didáctica, sino con el gusto personal del usuario. ¿Existe alguna relación entre la género y didáctica?	Bien pero no direcciones la respuesta, sobra el "animadas y de carácter". Qué pasa si a mí me gusta porque huelen más rico, o porque son bonitas, etc.	Pertinente para los fines del estudio: patentar el instrumento y revisar aquellos ítems que no hacen parte de la didáctica, ítems 18 en adelante.	Se recomienda ajustar la redacción: Las clases las profesoras (mujeres) son más animadas... (ampliar el ítem)	No corresponde a elementos de la didáctica
	25	Prefiero ingresar a clases con profesores hombres porque son más animados y de carácter	Considero que ese ítem no tiene relación con la didáctica, sino con el gusto personal del usuario. ¿Existe alguna relación entre la género y didáctica?	Igual observación a la anterior.	Pertinente para los fines del estudio: patentar el instrumento y revisar aquellos ítems que no hacen parte de la didáctica, ítems 18 en adelante.	Se recomienda ajustar la redacción: Las clases con los profesores (hombres) son más animadas... (ampliar el ítem)	No corresponde a elementos de la didáctica
<b>Condición Física</b>	26	La condición física del profesor influye en mi elección para tomar la clase.	Considero que la condición física no tiene relación con el objetivo principal de la investigación (Didáctica). La condición física generalmente se entiende por un estado de la capacidad cardiovascular, muscular, de movilidad articular y de composición corporal. SI se pretende evaluar la composición	bien	Pertinente para los fines del estudio: patentar el instrumento y revisar aquellos ítems que no hacen parte de la didáctica, ítems 18 en adelante.	Se recomienda cambiar condición física por apariencia física.	No corresponde a elementos de la didáctica



			corporal y apariencia física, la pregunta no aplica.				
<b>Presentación personal.</b>	27	La presentación personal del profesor influye en mi elección para tomar la clase.	Considero que la presentación personal no tiene relación con el objetivo principal de la investigación (Didáctica).	bien	Pertinente para los fines del estudio: patentar el instrumento y revisar aquellos ítems que no hacen parte de la didáctica, ítems 18 en adelante.	Sin comentario.	No corresponde a elementos de la didáctica
<b>Experiencia</b>	28	Prefiero ingresar a las clases de los profesores con menor antigüedad.	Considero que ese ítem no tiene relación con la didáctica, sino con el gusto personal del usuario. ¿Existe alguna relación entre la didáctica y la antigüedad?	bien, pero preferiría preguntar: 1. de 1-5 que tan importante es la antigüedad del profesor para elegir entrar a su clase?	Pertinente para los fines del estudio: patentar el instrumento y revisar aquellos ítems que no hacen parte de la didáctica, ítems 18 en adelante.	Sin comentario.	No corresponde a elementos de la didáctica
	29	Prefiero ingresar a las clases de los profesores con mayor antigüedad.	Considero que ese ítem no tiene relación con la didáctica, sino con el gusto personal del usuario. ¿Existe alguna relación entre la didáctica y la antigüedad?	Se responde con la anterior. Misma observación anterior.	Pertinente para los fines del estudio: patentar el instrumento y revisar aquellos ítems que no hacen parte de la didáctica, ítems 18 en adelante.	Sin comentario.	No corresponde a elementos de la didáctica

Analizando cada una de las observación y comentarios de los expertos dados en la tabla 8, se puede evidenciar la confusión que generan diferentes terminos, la falta de criterios para determinados ítems, la poca claridad en unos y la correcta elaboración en otros.

Inicialmente, tomando lo indicado por los expertos 1 y 5, se hace énfasis en cómo algunos ítems del instrumento se salen de lo que compete a la didáctica. En palabras propias de uno de ellos se describe que: “algunos de los ítems en las diferentes categorías (género, apariencia, gusto personal) no tienen relación con la didáctica entendida como aquella disciplina encargada de entender, analizar y explicar el proceso de enseñanza- aprendizaje” observación que, al considerar, tiene gran importancia para el buen desarrollo del cuestionario y su posterior modificación.

Continuando con las observaciones de los jueces 3 y 4, se destaca la comprensión de algunos ítems debido a algunos términos que para el usuario podrían generar confusión, así como comentarios con relación a la coherencia de algunos otros, ya que se plasman ideas similares, pero con diferentes palabras, lo que también podría ocasionar en el usuario, poco entendimiento a la hora de desarrollar el instrumento.

Finalmente, para el experto número 3, los comentarios son totalmente positivos, destacando la ejecución de uno de los primeros instrumentos que permita hacer una valoración académica en cuanto a una clase de fitness grupal, recomendando patentar el instrumento de trabajo.

De acuerdo al análisis realizado ante las valoraciones cuantitativas y cualitativas dadas por los expertos, se realizan una serie de modificaciones en algunos de sus ítems y, además, se hace un ajuste en el título del mismo, con lo cual se pretende ser más claros en lo que se desea valorar y así evitar por un lado la eliminación de ítems que se consideran importantes para los propósitos de la investigación y por otro, evitar confusiones tanto en el experto como en el usuario. Finalmente, el cuestionario, ya

modificado, entra a una segunda fase de evaluación con los expertos previo a la prueba piloto con los usuarios.

### **6.9. Versión 2. Cuestionario de Afinidad del Usuario a la Didáctica De La Clase Y Características Del Docente de Aeróbicos**

De acuerdo al análisis realizado anteriormente, tanto a nivel cuantitativo como cualitativo de las valoraciones realizadas por los expertos en cuanto al cuestionario de Afinidad del Usuario. Se realizaron diferentes modificaciones al instrumento, partiendo por el título al cual se le agrega el carácter: características del profesor. También se modificó la estructura y contenido de algunos ítems, se eliminaron otros y fueron reemplazados por algunos más acordes a los comentarios de los expertos. Teniendo en cuenta las modificaciones realizadas, se diseñó una nueva versión del cuestionario presentado en la tabla 4. Esta versión paso por un segundo proceso de evaluación de los mismos 5 expertos, quienes valoraron de nuevo de manera cuantitativa y cualitativa.

Resumiendo, el proceso, El nuevo cuestionario obtuvo una calificación en general basado en una escala likert de 1 a 5 de 4,7 puntos en promedio. En cuanto a su valoración cualitativa, los expertos concuerdan en que la nueva versión, abarca todos los ítems necesarios para la investigación, estos son más claros y por ende serán más comprensibles para la población participe en el estudio, también concuerdan en que la modificación del título permite englobar los ítems que se necesitan utilizar para el propósito de la investigación y así no se tiene la necesidad de eliminar alguno.

Básicamente, la segunda versión de este instrumento fue aprobada y validada por los 5 expertos. A continuación, se presenta el instrumento de: Afinidad del Usuario a la Didáctica De La Clase Y Características Del Profesor de Aeróbicos, AUDCCPA tabla 9.

**Tabla 9. Cuestionario de Afinidad del Usuario a la Didáctica De La Clase  
Y Características del Docente de Aeróbicos.**

El presente cuestionario pretende ser una herramienta para evaluar las razones principales por las cuales un usuario presenta mayor afinidad o gusto al momento de seleccionar el ingreso a la clase de un docente de aeróbico. A continuación, se presentan una serie de afirmaciones acerca de las percepciones que usted tiene al participar de una clase de aeróbicos, por favor indique su grado de acuerdo con las mismas teniendo en cuenta la siguiente escala: 1: Muy en desacuerdo 2. En desacuerdo 3. Neutro 4: En Acuerdo 5: Muy de Acuerdo.

Categorías	Aspecto a Evaluar	Ítem N°	Ítems	Escala				
				Muy En Desacuerdo	En Desacuerdo	Neutro	De Acuerdo	Muy De Acuerdo
				1	2	3	4	5
Estilo Enseñanza	<b>Progresiones de las coreografías.</b>	1	La clase es más agradable cuando el profesor enseña una coreografía paso a paso, es decir, del paso más sencillo al paso más complejo.					
		2	La clase es más agradable cuando el profesor dedica poco tiempo para enseñar la coreografía.					
	<b>Preparación de la clase</b>	3	Me gusta cuando la clase es: fluida, coherente, segura, resaltando la preparación de la clase por parte del profesor.					
		4	Me gusta cuando la clase es: rápida, espontánea y demostrando como pese a un olvido en determinado paso, el profesor rápidamente tiene la capacidad de improvisar uno nuevo.					

	<b>Expresión Corporal</b>	5	Las coreografías son más fáciles de aprender si el profesor utiliza señales verbales (indicaciones habladas del paso o dirección) y visuales (indicaciones con las manos) en cada paso.						
		6	El empoderamiento (la seguridad, confianza y dominio) del docente contribuyen en el buen desarrollo de la clase.						
		7	Una postura encorvada, poco dialogo de instrucción y movimientos pequeños por parte del profesor, pueden afectar el ánimo y desarrollo de una clase.						
	<b>Tiempos de ejecución y desarrollo.</b>	8	Es agradable cuando el profesor es equitativo con los tiempos de enseñanza entre los grupos.						
		9	Es agradable cuando el profesor tarda menor tiempo con otros grupos y enfoca un poco más de trabajo con mi grupo ya que puedo disfrutar más de la clase.						
		10	Me gusta cuando mi profesor es paciente, se da cuenta que aún no he aprendido el paso con facilidad, me da el tiempo y repite la coreografía reforzar mi aprendizaje						
	Construcción Coreográfica	<b>Claridad pasos</b>	11	Prefiero cuando el profesor hace pasos que ya conozco y no cambia su estilo, ya que me permite realizar la coreografía de una manera más rápida y fácil.					
			12	Prefiero cuando el profesor hace pasos nuevos, complejos y varia su estilo, generado un mayor reto.					
			13	Comprendo una coreografía más rápido, cuando el profesor hace los pasos más amplios o grandes.					

		14	Los pasos grandes o amplios mostrados por el profesor no son relevantes durante el aprendizaje de una coreografía.					
		15	Doy más importancia y valor a clases con coreografías que contengan pasos nuevos, combinaciones entre coreografías y/o implementación de los brazos como acompañantes del paso.					
		16	No me gusta cuando el profesor implementa combinaciones o particiones diferentes a las que ya conozco.					
Ambiente en la Clase	<b>Música</b>	17	La clase se vuelve más amena con herramientas musicales (tracks o pistas) que contengan sonidos latinos, modernos y con voz (cantos).					
		18	La clase es más amena con herramientas musicales (track o pistas) que contengan sonidos de géneros clásicos, más golpe musical y poca voz o cantos.					
Carisma del profesor en clase	<b>Energía / entusiasmo</b>	19	Me gusta cuando el profesor habla, anima, se emociona y sube el tono de voz.					
		20	Me gusta cuando el profesor controla su tono de voz, respeta la distancia, es calmado y dirige su clase de forma seria					
	<b>Personalidad</b>	21	La personalidad del profesor influye al momento de elegir el ingreso a su clase.					
Imagen del Profesor	<b>Hombre - Mujer</b>	22	El género del docente no influye en mi elección para entrar a clases.					
		23	Prefieren entrar a clases con profesoras mujeres porque considero que son más animadas y de carácter.					

		24	Prefiero ingresar a clases con profesores hombres porque son más animados y de carácter.					
<b>Condición Física</b>		25	Prefiero ingresar a clases con profesores cuya condición física sea atlética y entrenada.					
		26	El aspecto físico del docente (sea obeso o delgado) no influyen en mi elección al momento de ingresar a una clase.					
<b>Presentación personal.</b>		27	La presentación personal del profesor (forma de vestir, peinado, maquillaje, afeitado y aroma) influye en mi elección para tomar la clase.					
<b>Experiencia</b>		28	Prefiero ingresar a las clases de los profesores con menor antigüedad.					
		29	Prefiero ingresar a las clases de los profesores con mayor antigüedad.					

#### 6.10. Prueba Piloto de los Cuestionarios.

Una vez realizada la valoración, corrección y aprobación por los expertos, los instrumentos fueron sometidos a una prueba de ejecución con una muestra de la población total que participaron en la investigación. Los cuestionarios fueron entregados a 23 personas, quienes cumplían todos los criterios de inclusión mencionados en apartados anteriores: mayores de 18 años, participación en clase de aeróbicos multi nivel con una experiencia mínima de dos meses y asistencia de mínimo uno o dos días por semana.

Como ya se indicó anteriormente, la prueba piloto fue llevada a cabo con una muestra de 23 personas (3 de género masculino y 20 de género femenino) practicantes de aeróbicos de diferentes niveles de complejidad divididos entre básico, intermedio y avanzado, a quienes se les envió el link de acceso a los cuestionarios realizados a través de la plataforma de formulación Google.

Una vez obtenidos los resultados de los cuestionarios realizados por la población muestra, se destaca que:

- En cuanto al consentimiento informado, los participantes no presentaron ninguna duda o inquietud, por lo cual, de las 23 personas 23 aceptaron contestar todo el cuestionario.
- Los participantes, destacaron la claridad de las preguntas y la facilidad para responderlas, en ningún momento se recibió algún tipo de comentario con relación a su comprensión y desarrollo.
- Algunos participantes destacaron la claridad de los ítems y como algunos de ellos los hacían remontar al pasado y reavivar momentos durante las clases.
- Durante el desarrollo de los instrumentos, los participantes únicamente solicitaban que se les diera claridad con relación al momento temporal que se debía tener en cuenta al desarrollar las encuestas, ya que debido a la pandemia, la intensidad con la cual asistían a clases de este año, es totalmente diferente a años pasados en donde se contaba con la presencialidad, por lo cual se hizo necesario hacer una anotación en la parte inicial del cuestionario, en el cual se indicaba a la persona participante que el instrumento debería ser desarrollado en base a las experiencias vividas durante el año 2019.
- Una vez obtenidos los resultados, se pasó a realizar el análisis del coeficiente de fiabilidad de consistencia interna alfa de Cronbach.

Tabla 10. Alfa de Cronbach Cuestionario del TEOSQ

<b>Estadísticas de fiabilidad</b>	
Alfa de Cronbach	N de elementos
,790	16

Como se puede observar en la tabla 10, el resultado del cálculo realizado para determinar la confiabilidad del cuestionario es de 0,8 una puntuación buena que permite



definir al instrumento como confiable y listo para ser aplicado a la población total del estudio.

Tabla 11. Alfa de Cronbach cuestionario de afinidad docente

<b>Estadísticas de fiabilidad</b>	
Alfa de Cronbach	N de elementos
,633	29

La puntuación dada ante el análisis de los datos adquiridos durante el desarrollo del método de consistencia interna (tabla 11) es de 0,63, lo que permite interpretar que el instrumento presenta un grado de confiabilidad adecuado para su implementación ante la población total de la investigación.

De acuerdo al análisis realizado anteriormente de la prueba piloto, se infirió que los instrumentos eran aptos para ser entregados y desarrollados por toda la población pertinente para el desarrollo del estudio, lo que permitió continuar con la siguiente etapa de la investigación.

#### **6.11. Protocolo de Aplicación para los Cuestionarios.**

Una vez realizado todo el proceso de corrección y validación, los instrumentos de investigación junto con el formato de caracterización socio demográfica y el consentimiento informado, fueron llevados y plasmados en la aplicación de formularios Google el cual fue enviado a cada uno de los usuarios a través del correo electrónico o vía Whatsapp. Es necesario aclarar que, antes del envío de los cuestionarios, inicialmente se realizó un contacto vía telefónica con cada una de las personas, con el fin de explicar a grandes rasgos el fin de la investigación, el anonimato y cuidado de la información que se llevaría con los cuestionarios y finalmente, dar claridad a preguntas que se pudieran presentar, esto se realizó con el ánimo de generar en los participantes mayor seguridad al

momento de participar en el estudio. Una vez enviados los cuestionarios, pasadas tres semanas, los usuarios terminaron de enviar los cuestionarios diligenciados y posterior a ello se realizó el respectivo cierre de respuestas para así poder dar paso al análisis de los datos respectivo.

## **7. Análisis de Resultados**

Una vez completado todo el proceso de formulación, entrega y desarrollo de los instrumentos de investigación, se dio paso a la ejecución del respectivo análisis de los datos brindados por las respuestas de los participantes.

Los análisis estadísticos de la presente investigación se realizaron a través del programa SPSS versión 25 estudiantil y programa Excel 2019. El análisis de la información inicial involucra medidas de estadística descriptiva como: porcentajes, promedios, frecuencias, mínimos, máximos y desviación estándar.

Finalmente, para el análisis de estadística inferencial se utilizaron medidas como: el coeficiente de Pearson, con el cual se establecieron grados de correlación entre aspectos como: los resultados sociodemográficos, los instrumentos de investigación y cada uno de los ítems desarrollados por cada instrumento.

Para esta etapa de la investigación se realizó un análisis de los resultados generados en este estudio, el cual conto con una población de 120 usuarios practicantes de aeróbicos multinivel de una caja de compensación de Bogotá, quienes dieron a conocer su orientación motivacional al momento de realizar una clase de aeróbicos a través del cuestionario de orientación hacia la tarea o hacia el ego TEOSQ adaptado y validado a un lenguaje de mayor familiaridad para los usuarios asistentes a prácticas de aeróbicos y quienes también expresaron su afinidad o gusto hacia determinadas didácticas de clase y características del profesor mediante el Cuestionario: Afinidad hacia la didáctica y características del docente de aeróbicos. A continuación, se presenta la caracterización sociodemográfica, y los resultados de los dos cuestionarios.

### **7.1. Características sociodemográficas de los participantes.**

En este apartado se realizará un análisis descriptivo de las siguientes características de los usuarios participes de la investigación: Edad, genero, nivel de complejidad al cual asiste durante las clases, número de días por semana que asiste a clase, tiempo que lleva realizando esa práctica y se realiza otras actividades físicas.

### 7.1.1. Genero.

En el presente estudio, el género de los participantes fue clasificado en femenino y masculino más, sin embargo, para una mayor facilidad y comprensión al momento de realizar el análisis de los datos en el programa SPSS se realizó una codificación numérica de los géneros (ver Tabla 12).

Codificación numérica genero	
<b>Femenino</b>	<b>1</b>
<b>Masculino</b>	<b>2</b>

En total el grupo de usuarios que participo en la investigación está conformado por 120 personas, de los cuales 98 son del género femenino y 22 del género masculino, estos representan un 81.7% y un 18.3% respectivamente (ver Tabla13). Puede observarse una amplia diferencia de participación del género femenino sobre el género masculino.

<b>Género de los usuarios</b>	Frecuencia	Porcentaje	Porcenta je válido	Porcentaje acumulado
1	98	81.7	81.7	81.7
2	22	18.3	18.3	100.0
Total	120	100.0	100.0	

### 7.1.2. Edades de los usuairos.

Como se indicó en apartados anteriores, uno de los criterios de inclusión para la investigación es que el usuario debía ser mayor de 18 años y no se presentaba límite de edad alguno, por lo cual durante el análisis de los datos se encontró que: de las 120 personas el mínimo es 18 años y el máximo 72 años con un promedio de edad de 42.7

años  $\pm$  13.9, Finalmente la edad que se repite con mayor frecuencia en los datos es 21 años (frecuencia 6) (ver Tabla14).

**Tabla 14. Estadístico de Edad.**

<b>Edad de los usuarios</b>		
N	Válido	120
	Perdidos	0
Media		42.72
Moda		21
Desv. Desviación		13.902
Mínimo		18
Máximo		72

En cuanto a la frecuencia y porcentaje de las edades, en la Tabla 15, se puede determinar que la edad que se presenta con mayor frecuencia en el estudio es: 21 años la cual se presenta 6 veces, seguido de las edades de 35,36, 37,40, 44,45 y 55 que se repiten 5 veces cada una. En cuanto al porcentaje de estas edades, tomando la edad de mayor frecuencia de repetición (21 años) corresponde al 5% del porcentaje total de edades de los usuarios que participaron de esta investigación. Por otro lado, aquellas edades que contaron con una frecuencia o repetición de 5 (35,36,37 etc.) corresponden al 14,17% del porcentaje total de edades de los usuarios participantes. Algunos ejemplos de aquellas edades con una frecuencia o repetición mínima son: 18, 22,41,46 etc. Quienes presentaban un porcentaje del 0,83% (ver Tabla 15).

**Tabla 15. Edades de la población total de usuarios participes de la investigación.**

<b>Edad</b>				
	Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
18	1	.8	.8	.8

20	2	1.7	1.7	2.5
21	6	5.0	5.0	7.5
22	1	.8	.8	8.3
23	2	1.7	1.7	10.0
25	1	.8	.8	10.8
27	3	2.5	2.5	13.3
28	2	1.7	1.7	15.0
29	3	2.5	2.5	17.5
30	4	3.3	3.3	20.8
31	3	2.5	2.5	23.3
32	3	2.5	2.5	25.8
33	2	1.7	1.7	27.5
34	3	2.5	2.5	30.0
35	5	4.2	4.2	34.2
36	5	4.2	4.2	38.3
37	5	4.2	4.2	42.5
38	3	2.5	2.5	45.0
39	5	4.2	4.2	49.2
40	3	2.5	2.5	51.7
41	1	.8	.8	52.5
42	4	3.3	3.3	55.8
44	5	4.2	4.2	60.0
45	5	4.2	4.2	64.2
46	1	.8	.8	65.0
50	2	1.7	1.7	66.7
51	3	2.5	2.5	69.2
53	2	1.7	1.7	70.8
54	2	1.7	1.7	72.5
55	5	4.2	4.2	76.7
56	3	2.5	2.5	79.2
57	2	1.7	1.7	80.8
58	3	2.5	2.5	83.3
59	2	1.7	1.7	85.0
60	3	2.5	2.5	87.5
61	2	1.7	1.7	89.2
62	1	.8	.8	90.0
63	1	.8	.8	90.8
64	2	1.7	1.7	92.5
65	2	1.7	1.7	94.2

66	1	.8	.8	95.0
67	3	2.5	2.5	97.5
69	1	.8	.8	98.3
70	1	.8	.8	99.2
72	1	.8	.8	100.0
Tot	120	100.0	100.0	
al				

### 7.1.3. Agrupación por edades.

Debido a la gran diversidad de edades de los usuarios que hicieron parte de la investigación, comprendidas entre los 18 y 72 años de edad, es importante, para brindar mayor claridad y facilitar los análisis estadísticos futuros, ordenar los datos en 6 grupos comprendidos de la siguiente forma:  $\leq 20$ , 21 – 30, 31 – 40, 41- 50, 51- 60, 61+ (ver Tabla 16).

**Tabla 16. Agrupación por edades de los usuarios participantes**

<b>Agrupación por edades de los usuarios participantes.</b>		
<b>de los usuarios</b>	<b>Frecuencia</b>	<b>Porcentaje</b>
$\leq 20$	3	2.5
21 – 30	22	18.3
31 – 40	37	30.8
41 – 50	18	15.0
51 – 60	25	20.8
61+	15	12.5
Total	120	100.0

De acuerdo a lo expresado por la Tabla 16, se puede observar la agrupación que se ha hecho de acuerdo el rango de edad al que pertenece cada usuario. Así mismo, se evidencia la frecuencia y porcentaje de acuerdo a cada uno de los grupos: menores o iguales a 20 años de edad representa al 2.5% de la población total con una frecuencia de 3 usuarios, entre 21

y 30 años de edad representan a un 18.3% de la población con una frecuencia de 22 usuarios pertenecientes a este grupo, de 31 a 40 años se encuentra el 30.8% de la población total del estudio, grupo de edad con mayor porcentaje, con una frecuencia de 37 usuarios. En el grupo de 41 a 50 años de edad se representa el 15% de la población total con una frecuencia de 18 usuarios, seguido del grupo de 51 a 60 años de edad cuya población es de 20,8% de la población total cuya frecuencia de usuarios es de 25. Finalmente se encuentra el grupo de mayores de 61 años con un porcentaje de 12.5% de la población total con una frecuencia de 15 usuarios.

#### 7.1.4. Nivel de Complejidad.

Para este estudio, los usuarios que participaron asistían a uno de los 3 niveles de complejidad con los cuales cuenta la clase de aeróbicos multi nivel, para mayor comodidad y comprensión al momento de realizar el análisis de los datos en el programa SPSS se realizó una codificación numérica de los niveles de complejidad (ver Tabla 17).

**Tabla 17. Codificación numérica niveles de complejidad.**

<b>Codificación numérica niveles de complejidad.</b>	
Básico	1
Intermedio	2
Avanzado	3

De los 120 usuarios que practican aerobicos multi nivel, 14 pertenecen al nivel basico (1), 49 a nivel intermedio (2) y con una predominancia (moda) 57 al nivel avanzado, con un porcentaje de asistencia por nivel respectivo al: 11.7%, 40.8% y 47.5% (ver Tabla 18).



<b>Tabla 18. Nivel de complejidad</b>				
	Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
1	14	11.7	11.7	11.7
2	49	40.8	40.8	52.5
3	57	47.5	47.5	100.0
Total	120	100.0	100.0	

Una representación gráfica de la distribución de frecuencia y porcentaje para las características denominadas "Nivel de complejidad" se pueden apreciar en la Figura 4, en la cual se visualiza un amplio predominio entre los usuarios de nivel avanzado (1) a diferencia del nivel básico (2).

#### 7.1.5. Asistencia semanal.

Anteriormente se indicó que uno de los criterios de inclusión para la investigación es que el usuario debía asistir por lo menos una vez por semana a clases de aerobicos multi nivel, dado esto, durante el analisis de los datos se encontro que: de las 120 personas el minimo de días que asistian a clase era de 1 y el maximo de 7 con un promedio (media) de asistencia de  $3,4 \pm 1,5$ . Finalmente la asistencia que más se repite con mayor frecuencia en los datos (moda) es 3 veces por semana (ver Tabla19).

<b>Tabla 19. Asistencia semanal a Clase de Aeróbicos</b>		
N	Válido	120
	Perdidos	0
Media		3.42
Moda		3
Desv. Desviación		1.570
Mínimo		1
Máximo		7

En cuanto a la frecuencia y porcentaje de las asistencias, en la Tabla 19, se puede determinar que la asistencia que presentan los usuarios durante los 7 días a la semana corresponde a: 1 día a la semana – 11 usuarios, 2 días a la semana – 23. 3 días a la semana – 37 usuarios, 4 días a la semana – 24 usuarios, 5 días a la semana - 13 usuarios, 6 días a la semana – 3 usuarios y 7 días a la semana – 9 usuarios. En cuanto los porcentajes de acuerdo a la asistencia semanal de los usuarios es: 1 vez – 9.2%, 2 veces – 19.2%, 3 veces 30.8 %, 4 veces – 20%, 5 veces 10,8%, 6 veces 2.5%, 7 veces 7.5%. (ver Tabla 20). Por lo tanto, al interpretar el resultado se concluye que, la clase de aeróbicos es una práctica que se realiza de forma sistemática por los usuarios, es decir, los aeróbicos al ser una práctica recurrente, pueden ser considerados como una alternativa para complementar su actividad físico o que sirvan como parte de su entrenamiento programado.

**Tabla 20. Asistencia semanal de los usuarios a Clase de Aeróbicos.**

	Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
1	11	9.2	9.2	9.2
2	23	19.2	19.2	28.3
3	37	30.8	30.8	59.2
4	24	20.0	20.0	79.2
5	13	10.8	10.8	90.0
6	3	2.5	2.5	92.5
7	9	7.5	7.5	100.0
Total	120	100.0	100.0	

#### 7.1.6. Tiempo de experiencia de los usuarios en clases de aerobicos.

En esta parte del cuestionario, algunos usuarios dieron sus respuestas en meses de experiencia mientras que otros los dieron en años, por tal razón para poder llevar a cabo un análisis adecuado, todos los resultados fueron convertidos en años y transferidos de esta manera al programa de SPSS. por consiguiente, aquellos resultados indicados en meses se pasaban a años dando como valor un numero decimal, por ejemplo: 4 meses de experiencia se consideraban como 0,48 años.

De los 120 usuarios, que respondieron, el tiempo mínimo de práctica es de 0,48 años, y el máximo es de 35 años. En cuanto al promedio (media) de experiencia es de 8.15 años  $\pm$  6,68. Finalmente, los casos de experiencia que se repiten con mayor frecuencia en los datos (moda) son de 2,00 años (ver Tabla 21).

**Tabla 21. Tiempo de experiencia de los usuarios en clases de aeróbicos.**

N	Válido	120
	Perdidos	0
Media	8.1013	
Moda	2.00 <sup>a</sup>	
Desv. Desviación	6.68366	
Mínimo	.48	
Máximo	35.00	

a. Existen múltiples modos. Se muestra el valor más pequeño.

En la Tabla 22 se aprecia la frecuencia y porcentaje de los años de experiencia de los usuarios en clase de aerobicos, en ella se puede determinar que los años que se presentan con mayor frecuencia en el estudio son: 2, 3 y 10 años de experiencia la cual se presenta 16 veces y con una menor frecuencia de respuesta en años de 0.48, 0.72, 0.96, 17, 19, 22, 26, 30 y 35 años con una frecuencia de 1.

**Tabla 22. Tiempo de Experiencia de los Usuarios en Clases de Aerobicos.**

	Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
.48	1	.8	.8	.8
.72	1	.8	.8	1.7
.96	1	.8	.8	2.5
1.00	3	2.5	2.5	5.0

2.00	16	13.3	13.3	18.3
3.00	16	13.3	13.3	31.7
4.00	7	5.8	5.8	37.5
5.00	7	5.8	5.8	43.3
6.00	7	5.8	5.8	49.2
7.00	12	10.0	10.0	59.2
8.00	5	4.2	4.2	63.3
9.00	1	.8	.8	64.2
10.00	16	13.3	13.3	77.5
11.00	3	2.5	2.5	80.0
12.00	1	.8	.8	80.8
13.00	2	1.7	1.7	82.5
14.00	1	.8	.8	83.3
15.00	8	6.7	6.7	90.0
17.00	1	.8	.8	90.8
19.00	1	.8	.8	91.7
20.00	3	2.5	2.5	94.2
22.00	1	.8	.8	95.0
25.00	3	2.5	2.5	97.5
26.00	1	.8	.8	98.3
30.00	1	.8	.8	99.2
35.00	1	.8	.8	100.0
Tota	120	100.0	100.0	
1				

### 7.1.7. Tiempo de experiencia de los usuarios en clases de aerobicos agrupado.

Debido a la gran diversidad de respuestas en cuanto al tiempo de experiencia de los usuarios con relación a los aeróbicos, comprendidas entre 0,48 y 35 años de edad, es importante, para brindar mayor claridad y facilitar los análisis estadísticos futuros, ordenar los datos en 6 grupos comprendidos de la siguiente forma en años:  $\leq 1$ , 1,01 – 7, 7,01 – 13, 13,01 – 19, 19,01- 2 y mayores de 25,01. (ver Tabla 23).

<b>Tabla 23. Tiempo Experiencia En La</b>			
	<b>Practica Agrupado.</b>	<b>Frecuencia</b>	<b>Porcentaje</b>
<b>Válido</b>	$\leq 1.00$	6	5.0
	1.01 - 7.00	64	53.3
	7.01 - 13.00	27	22.5
	13.01 - 19.00	11	9.2
	19.01 - 25.00	7	5.8
	25.01+	3	2.5
	Total	118	98.3
<b>Perdidos</b>	Sistema	2	1.7
<b>Total</b>		120	100.0

De la tabla 23 se puede concluir que, una vez adquirido el gusto y comprensión por la misma, las personas pueden llegar a ser de esta práctica un hábito perdurable en el tiempo.

### 7.1.8. .Prácticas con la que se complementa la clase de Aeróbicos.

Los usuarios que participaron en la investigación, no solo realizan aeróbicos como única práctica para mantener o mejorar su condición física, también realizan otro tipo de actividades complementarias que ayudan a obtener sus objetivos, por lo cual ellos indicaban si dicho complemento se realizaba a través de: otras clases grupales, entrenamiento en gimnasio o en otras prácticas deportivas. Teniendo en cuenta lo anterior,

para mayor comodidad y comprensión al momento de realizar el análisis de los datos en el programa SPSS se realizó una codificación numérica de estas tres opciones (ver Tabla 24).

**Tabla 24. Codificación numérica Prácticas de Complemento de la Práctica Física.**

Otros casos grupales	1
Gimnasio	2
Otras prácticas deportivas	3

De acuerdo a las frecuencias y porcentajes de respuestas dadas por los usuarios se evidencia que: 81 usuarios practican otras clases grupales como complemento a su preparación física lo que corresponde al 67.5 %, 30 realizan su complemento en el gym correspondiente al 25.0 % y finalmente 9 usuarios realizaban otro tipo de practicas deportivas a lo que corresponde el 7.5% de la poblacion total. (ver Tabla 25).

**Tabla 25. Prácticas De Complemento De La Practica Física.**

	Frecuencia	Porcentaje
1	81	67.5
2	30	25.0
3	9	7.5
Total	120	100.0

Del anterior resultado, se concluye que las personas que practican aeróbicos encuentran mayor afinidad y gusto para realizar ejercicio físico de forma grupal y musicalizada, lo cual, para una situación de pandemia en la que se encuentra actualmente la humanidad, se podría inferir que este escenario resulta perjudicial para este tipo de población, la cual encuentran en la interacción social una motivación para la ejecución de su práctica física.

## 7.2. Análisis Cuestionario De Orientación A La Tarea O El Ego TEOSQ Validado para Clases De Aeróbicos.

En este apartado se realizará un análisis descriptivo de las respuestas brindadas por los usuarios. La labor precisa que a realizar fue un análisis de carácter descriptivo general sobre los resultados arrojados en cuento a la: frecuencia, promedio, moda y desviación estándar de los 16 ítems con los cuales cuenta el cuestionario de TEOSQ validado para clase de aeróbicos el cual emplea una escala tipo Likert de 1 a 5.

### 7.2.4. Análisis Ítem #1. En clase de aeróbicos me siento bien, cuando soy el único capaz de realizar una coreografía.

Con base a los resultados arrojados por el análisis, se determina que: 13 personas respondieron que están totalmente en desacuerdo, 30 usuarios se encuentran en desacuerdo, 41 contestaron neutro, 27 de acuerdo y finalmente 9 usuarios afirmaron estar muy de acuerdo con el ítem. En cuanto al promedio de respuesta de la escala likert de 1 a 5 está comprendido en un resultado de  $2,91 \pm 1,10$ . Se describe también como moda una puntuación de 3 entre los resultados, es decir, que la opinión de los usuarios que predomina frente al ítem es neutra (Ver tabla 26.).

**Tabla 26 Ítem #1. En clase de aeróbicos me siento bien, cuando soy el único capaz de realizar una coreografía.**

Ítem #1	Frecuencia: Totalmente En Desacuerdo	Frecuencia: En Desacuerdo	Frecuencia: Neutro	Frecuencia: De Acuerdo	Frecuencia: Muy De Acuerdo	Media	Moda	Desviación Estándar
	13	30	41	27	9	2.91	3	1.1

### 7.2.2. Análisis Ítem# 2: Cuando me esfuerzo y soy capaz de ejecutar un paso

Con base a los resultados arrojados por el análisis, se determina que: 0 usuarios respondieron que están totalmente en desacuerdo, 0 usuarios se encuentran en desacuerdo,

1 contesto neutro, 31 de acuerdo y finalmente 78 usuarios afirmaron estar muy de acuerdo con el ítem. En cuanto al promedio (media) de respuesta de la escala likert de 1 a 5 está comprendido en un resultado de  $4,64 \pm 0.5$ . Se describe también como moda una puntuación de 5 entre los resultados, es decir, que la opinión de los usuarios que predomina frente al ítem es muy de acuerdo (Ver tabla 27.).

**Tabla 27. Ítem # 2: Cuando me esfuerzo y soy capaz de ejecutar un paso**

Ítem #2	Frecuencia: totalmente en desacuerdo	Frecuencia: En desacuerdo	Frecuencia: Neutro	Frecuencia: De acuerdo	Frecuencia: Muy de acuerdo	Media	Moda	Desviación estándar
	0	0	1	31	78	4.64	5	0.5

### 7.2.3. Análisis del Ítem# 3: Cuando puedo hacer la coreografía mejor que mis compañeras/os

Con base a los resultados arrojados por el análisis, se determina que: 4 usuarios respondieron que están totalmente en desacuerdo, 26 usuarios se encuentran en desacuerdo, 40 usuarios contestaron neutro, 36 de acuerdo y finalmente 14 usuarios afirmaron estar muy de acuerdo con el ítem. En cuanto al promedio (media) de respuesta de la escala likert de 1 a 5 está comprendido en un resultado de  $3,25 \pm 1,03$ . Se describe también como moda una puntuación de 3 entre los resultados, es decir, que la opinión de los usuarios que predomina frente al ítem es neutra (Ver tabla 28.).

**Tabla 28. Ítem# 3: Cuando puedo hacer la coreografía mejor que mis compañeras/os**

Ítem #3	frecuencia: totalmente en desacuerdo	Frecuencia: En desacuerdo	Frecuencia: Neutro	Frecuencia: De acuerdo	Frecuencia: Muy de acuerdo	Media	Moda	Desviación estándar
	4	26	40	36	14	3.25	3	1.03





31	42	35	8	4	2.27	2	1.027
----	----	----	---	---	------	---	-------

#### 7.2.6. Análisis Ítem# 6. Cuando puedo hacer algo que no sabía hacer antes.

Con base a los resultados arrojados por el análisis, se determina que: 0 usuarios respondieron que están totalmente en desacuerdo, 0 usuarios se encuentran en desacuerdo, 0 contesto neutro, 34 de acuerdo y finalmente 86 usuarios afirmaron estar muy de acuerdo con el ítem. En cuanto al promedio (media) de respuesta de la escala Likert de 1 a 5 está comprendido en un resultado de  $4.72 \pm 0.45$ . Se describe también como moda una puntuación de 5 entre los resultados, es decir, que la opinión de los usuarios que predomina frente al ítem es muy de acuerdo. (Ver tabla 31.).

**Tabla 31. Ítem# 6. Cuando puedo hacer algo que no sabía hacer antes.**

Ítem #6	Frecuencia: totalmente en desacuerdo	Frecuencia: En desacuerdo	Frecuencia: Neutro	Frecuencia: De acuerdo	Frecuencia: Muy de acuerdo	Media	Moda	Desviación estándar
	0	0	0	34	86	4.72	5	0.45

#### 7.2.7. Análisis Ítem# 7. Cuando las/los demás fracasan y yo no.

Con base a los resultados arrojados por el análisis, se determina que: 50 usuarios respondieron que están totalmente en desacuerdo, 41 usuarios se encuentran en desacuerdo, 24 contestaron neutro, 4 de acuerdo y finalmente un solo usuario afirmo estar muy de acuerdo con el ítem. En cuanto al promedio (media) de respuesta de la escala Likert de 1 a 5 está comprendido en un resultado de  $1,88 \pm 0.903$ . Se describe también como moda una puntuación de 1 entre los resultados, es decir, que la opinión de los usuarios que predomina frente al ítem es totalmente en desacuerdo. (Ver tabla 32.).

**Tabla 32. Ítem# 7. Cuando las/los demás fracasan y yo no.**

Ítem #7	Frecuencia: totalmente en desacuerdo	Frecuencia: En desacuerdo	Frecuencia: Neutro	Frecuencia: De acuerdo	Frecuencia: Muy de acuerdo	Media	Moda	Desviación estándar
	50	41	24	4	1	1.88	1	0.903

#### 7.2.8. Análisis Ítem# 8. Cuando aprendo una habilidad nueva gracias a mi esfuerzo.

Con base a los resultados arrojados por el análisis, se determina que: 0 usuarios respondieron que están totalmente en desacuerdo, 0 usuarios se encuentran en desacuerdo, 1 contestó neutro, 35 de acuerdo y finalmente 84 usuarios afirmaron estar muy de acuerdo con el ítem. En cuanto al promedio (media) de respuesta de la escala likert de 1 a 5 está comprendido en un resultado de  $4.69 \pm 0.482$ . Se describe también como moda una puntuación de 5 entre los resultados, es decir, que la opinión de los usuarios que predomina frente al ítem es muy de acuerdo. (Ver tabla 33.).

**Tabla 33. Ítem#8. Cuando aprendo una habilidad nueva gracias a mi esfuerzo.**

Ítem #8	Frecuencia: totalmente en desacuerdo	Frecuencia: En desacuerdo	Frecuencia: Neutro	Frecuencia: De acuerdo	Frecuencia: Muy de acuerdo	Media	Moda	Desviación estándar
	0	0	1	35	84	4.69	5	0.482

#### 7.2.9. Análisis Ítem#9. Cuando comprendo una coreografía primero que los demás.

Con base a los resultados arrojados por el análisis, se determina que: 4 usuarios respondieron que están totalmente en desacuerdo, 18 usuarios se encuentran en desacuerdo, 42 contestó neutro, 45 de acuerdo y finalmente 11 usuarios afirmaron estar muy de acuerdo con el ítem. En cuanto al promedio (media) de respuesta de la escala Likert de 1 a 5 está comprendido en un resultado de  $4.69 \pm 0.482$ . Se describe también como moda una

puntuación de 5 entre los resultados, es decir, que la opinión de los usuarios que predomina frente al ítem es muy de acuerdo. (Ver tabla 34.).

**Tabla 34. Ítem#9. Cuando comprendo una coreografía primero que los demás.**

Ítem #9	Frecuencia: totalmente en desacuerdo	Frecuencia: En desacuerdo	Frecuencia: Neutro	Frecuencia: De acuerdo	Frecuencia: Muy de acuerdo	Media	Moda	Desviación estándar
	4	18	42	45	11	3.34	4	0.957

#### 7.2.10. Análisis Ítem# 10. Cuando trabajo duro y logró hacer la coreografía.

Con base a los resultados arrojados por el análisis, se determina que: 0 usuarios respondieron que están totalmente en desacuerdo, 2 usuarios se encuentran en desacuerdo, 3 contesto neutro, 46 de acuerdo y finalmente 69 usuarios afirmaron estar muy de acuerdo con el ítem. En cuanto al promedio (media) de respuesta de la escala Likert de 1 a 5 está comprendido en un resultado de  $4.52 \pm 0.635$ . Se describe también como moda una puntuación de 5 entre los resultados, es decir, que la opinión de los usuarios que predomina frente al ítem es muy de acuerdo. (Ver tabla 35).

**Tabla 35. . Ítem# 10. Cuando trabajo duro y logró hacer la coreografía**

Ítem #10	Frecuencia: totalmente en desacuerdo	Frecuencia: En desacuerdo	Frecuencia: Neutro	Frecuencia: De acuerdo	Frecuencia: Muy de acuerdo	Media	Moda	Desviación estándar
	0	2	3	46	69	4.52	5	0.635

#### 7.2.11. Análisis Ítem#11. Cuando consigo destacar más que los demás

Con base a los resultados arrojados por el análisis, se determina que: 8 usuarios respondieron que están totalmente en desacuerdo, 27 usuarios se encuentran en desacuerdo, 55 contesto neutro, 23 de acuerdo y finalmente 7 usuarios afirmaron estar muy de acuerdo con el ítem. En cuanto al promedio (media) de respuesta de la escala likert de 1 a 5 está comprendido en un resultado de  $2.95 \pm 0.960$ . Se describe también

como moda una puntuación de 3 entre los resultados, es decir, que la opinión de los usuarios que predomina frente al ítem es neutra. (Ver tabla 36).

**Tabla 36. Cuando consigo destacar más que los demás**

Ítem #11	Frecuencia: totalmente en desacuerdo	Frecuencia: En desacuerdo	Frecuencia: Neutro	Frecuencia: De acuerdo	Frecuencia: Muy de acuerdo	Media	Moda	Desviación estándar
	8	27	55	23	7	2.95	3	0.960

#### 7.2.12. Ítem# 12. Cuando algo hace que yo quiera practicar más.

Con base a los resultados arrojados por el análisis, se determina que: 0 usuarios respondieron que están totalmente en desacuerdo, 0 usuarios se encuentran en desacuerdo, 1 contestó neutro, 43 de acuerdo y finalmente 76 usuarios afirmaron estar muy de acuerdo con el ítem. En cuanto al promedio (media) de respuesta de la escala likert de 1 a 5 está comprendido en un resultado de  $4.63 \pm 0.503$ . Se describe también como moda una puntuación de 5 entre los resultados, es decir, que la opinión de los usuarios que predomina frente al ítem es muy de acuerdo. (Ver tabla 37).

**Tabla 37. Ítem# 12. Cuando algo hace que yo quiera practicar más.**

Ítem #12	frecuencia: totalmente en desacuerdo	Frecuencia: En desacuerdo	Frecuencia: Neutro	Frecuencia: De acuerdo	Frecuencia: Muy de acuerdo	Media	Moda	Desviación estándar
	0	0	1	43	76	4.63	5	0.503

#### 7.2.13. Análisis Ítem# 13. Cuando soy la/el mejor.

Con base a los resultados arrojados por el análisis, se determina que: 6 usuarios respondieron que están totalmente en desacuerdo, 19 usuarios se encuentran en desacuerdo, 53 contestó neutro, 32 de acuerdo y finalmente 10 usuarios afirmaron estar muy de acuerdo con el ítem. En cuanto al promedio (media) de respuesta de la escala likert de 1 a 5 está comprendido en un resultado de  $3.18 \pm 0.967$ . Se describe también como moda una

puntuación de 3 entre los resultados, es decir, que la opinión de los usuarios que predomina frente al ítem es neutra. (Ver tabla 38).

**Tabla 38. Ítem# 13. Cuando soy la/el mejor.**

Ítem #13	frecuencia: totalmente en desacuerdo	Frecuencia: En desacuerdo	Frecuencia: Neutro	Frecuencia: De acuerdo	Frecuencia: Muy de acuerdo	Media	Moda	Desviación estándar
	6	19	53	32	10	3.18	3	0.967

#### 7.2.14. Análisis Ítem# 14. Cuando aprender un movimiento o paso me hace sentir mejor.

Con base a los resultados arrojados por el análisis, se determina que: 0 usuarios respondieron que están totalmente en desacuerdo, 0 usuarios se encuentran en desacuerdo, 3 contesto neutro, 42 de acuerdo y finalmente 75 usuarios afirmaron estar muy de acuerdo con el ítem. En cuanto al promedio (media) de respuesta de la escala likert de 1 a 5 está comprendido en un resultado de  $4,60 \pm 0.541$ . Se describe también como moda una puntuación de 5 entre los resultados, es decir, que la opinión de los usuarios que predomina frente al ítem es muy de acuerdo. (Ver tabla 39).

**Tabla 39. Ítem# 14. Cuando aprender un movimiento o paso me hace sentir mejor**

Ítem #14	Frecuencia: totalmente en desacuerdo	Frecuencia: En desacuerdo	Frecuencia: Neutro	Frecuencia: De acuerdo	Frecuencia: Muy de acuerdo	Media	Moda	Desviación estándar
	0	0	3	42	75	4.60	5	0.541

#### 7.2.15. Análisis Ítem# 15. Cuando tengo más habilidades que las/los demás.

Con base a los resultados arrojados por el análisis, se determina que: 9 usuarios respondieron que están totalmente en desacuerdo, 20 usuarios se encuentran en desacuerdo, 62 contesto neutro, 27 de acuerdo y finalmente 3 usuarios afirmaron estar muy de acuerdo con el ítem. En cuanto al promedio (media) de respuesta de la escala

likert de 1 a 5 está comprendido en un resultado de  $2.98 \pm 0.874$ . Se describe también como moda una puntuación de 3 entre los resultados, es decir, que la opinión de los usuarios que predomina frente al ítem es neutra. (Ver tabla 40).

**Tabla 40. Ítem# 15. Cuando tengo más habilidades que las/los demás.**

<b>Ítem #15</b>	Frecuencia Totalmente en Desacuerdo	Frecuencia En desacuerdo	Frecuencia: Neutro	Frecuencia: De acuerdo	Frecuencia: Muy de acuerdo	Media	Moda	Desviación estándar
	9	20	62	27	3	2.98	3	0.874

#### 7.2.16. Análisis Ítem# 16. Cuando puedo dar lo mejor de mí misma/o.

Con base a los resultados arrojados por el análisis, se determina que: 0 usuarios respondieron que están totalmente en desacuerdo, 0 usuarios se encuentran en desacuerdo, 1 contestó neutro, 32 de acuerdo y finalmente 87 usuarios afirmaron estar muy de acuerdo con el ítem. En cuanto al promedio (media) de respuesta de la escala likert de 1 a 5 está comprendido en un resultado de  $4.72 \pm 0.471$ . Se describe también como moda una puntuación de 5 entre los resultados, es decir, que la opinión de los usuarios que predomina frente al ítem es muy de acuerdo. (Ver tabla 41).

**Tabla 41. Ítem# 16. Cuando puedo dar lo mejor de mí misma/o.**

<b>Ítem #16</b>	Frecuencia Totalmente en Desacuerdo	Frecuencia: En desacuerdo	Frecuencia: Neutro	Frecuencia: De acuerdo	Frecuencia: Muy de acuerdo	Media	Moda	Desviación estándar
	0	0	1	32	87	4.72	5	0.471

### 7.3. Interpretación General de los Resultados Obtenidos

De las tablas anteriores, se establece que los ítems cuya frecuencia (moda) de respuesta, de acuerdo a una escala likert, fue calificado con una puntuación de 1 es el ítem numero 7: *Cuando las/los demás fracasan y yo no*, lo cual quiere decir que la mayoría de usuarios está totalmente en desacuerdo con lo enunciado por el ítem. Con relación a una puntuación de 2 de acuerdo a una escala likert se encuentra con mayor frecuencia de votación el ítem numero 5: *Cuando los/las otros/as no lo pueden hacer tan bien como yo*. Este puntaje expresa la opinión de la gran mayoría de los usuarios quienes están en desacuerdo con el enunciado anterior. Continuando con el análisis de las tablas anteriormente expuestas, aquellos ítems con mayor frecuencia de puntuación 3 fueron: 1 (Cuando soy el/la único/a capaz de realizar una coreografía), 3 (Cuando puedo hacer la coreografía mejor que mis compañeras/os), 11 (Cuando consigo destacar más que los demás), 13 (Cuando soy la/el mejor) y 15 (Cuando tengo más habilidades que las/los demás). Al realizar una interpretación de acuerdo al puntaje dado, se indica que la posición frente al contenido de los ítems es neutra, es decir que no se expresa una postura de orientación motivacional hacia el ego o la tarea por parte de los participantes del estudio, Nicholls, Duda (1995) o simplemente se puede inferir que les es difícil expresar una puntuación que los dirija hacia una orientación motivacional dada por el ego.

Con relación a aquellos ítems cuya puntuación frecuente fue 4 entre los usuarios, se encuentra el ítem 9: *Cuando comprendo una coreografía primero que los demás*. Esta puntuación indica que los usuarios se sientan en acuerdo con lo mencionado del ítem, lo cual se traduce en una orientación motivacional orientada hacia el ego, es decir que la importancia social o el factor competencia, al momento de comprender una coreografía es lo que causa mayor motivación en los usuarios. Finalmente, aquellos ítem con una puntuación frecuente de 5 son: 2 (Cuando me esfuerzo y soy capaz de ejecutar un paso), 4 (Cuando aprendo un nuevo paso o movimiento), 6 (Cuando puedo hacer algo que no sabía hacer antes), 8 (Cuando aprendo una habilidad nueva gracias a mi esfuerzo), 10



(Cuando trabajo duro), 12 (Cuando algo hace que yo quiera practicar más), 14 (Cuando aprender un movimiento o paso me hace sentir mejor) y 16 (Cuando puedo dar lo mejor de mí misma/o). De acuerdo a lo anterior, aquellos usuarios que dieron una puntuación de 5 a los anteriores ítems, están afirmando que se sienten totalmente de acuerdo con lo planteado por cada uno de ellos, por lo cual, se puede inferir que hay mayor seguridad al momento de expresar una calificación determinada de los ítems que orienta la motivación de un usuario hacia aquello que pueda brindar una satisfacción propia o la dirija hacia una orientación dada por la tarea. Del anterior análisis se puede concluir que la orientación motivacional de los usuarios que practican aeróbicos, sin importar su género, experiencia en clase, edad o nivel de complejidad, se encuentra dada por una orientación hacia la tarea, es decir que los motivos por los cuales las personas realizan esta actividad está dada por un algo intrínseco, en otras palabras, los usuarios realizan esta clase por una satisfacción propia, para sentirse mejor consigo mismo y por gusto propio.

#### **7.4. Análisis resultados cuestionario de orientaciones al ego y la tarea vs nivel de complejidad de la clase.**

Al realizar un análisis más detallado por niveles de complejidad y de acuerdo a la estructura propia del cuestionario de orientación a la meta TEOSQ, en el cual los enunciados de los ítems impares están orientados hacia el ego y los enunciados de los ítems pares hacia la tarea, Peiró y Sanchis (2004), se puede evidenciar claramente que en cuanto a los ítems impares (orientación al ego) los usuarios pertenecientes a los tres niveles de complejidad mostraron una similitud en cuanto a su respuesta, tomando una posición enmarcada por las puntuaciones (neutra) es decir que no se evidencia una posición totalmente enmarcada (ver Tabla 28), caso contrario a lo ocurrido con las respuestas de los ítems pares (orientados a la tarea) en el cual todos los niveles se destacan por tener una similitud en su puntuación de 5 (totalmente de acuerdo) tomando una posición aparentemente dada hacia una orientación motivacional orientada por la tarea (ver tabla 42)

**Tabla 42. Respuestas ítems orientados al Ego.**

#Ítem	Moda Básico	Moda Intermedio	Moda Avanzado
<b>1</b>	3	3	2
<b>3</b>	3	4	3
<b>5</b>	3	2	1
<b>7</b>	2	1	1
<b>9</b>	4	4	3
<b>11</b>	3	3	3
<b>13</b>	3	3	3
<b>15</b>	3	3	3
<b>Moda total</b>	3	3	3

**Tabla 43. Tabla 42. Respuestas ítems orientados al Tarea.**

#Ítem	Moda Básico	Moda Intermedio	Moda Avanzado
<b>2</b>	5	5	5
<b>4</b>	5	5	5
<b>6</b>	5	5	5
<b>8</b>	5	5	5
<b>10</b>	5	5	5
<b>12</b>	5	5	5
<b>14</b>	5	5	5
<b>16</b>	4	5	5
<b>Moda total</b>	5	5	5

De las tablas 42 y 43 se puede concluir que:

Los usuarios pertenecientes a cualquiera de los tres niveles de complejidad muestran una clara y notoria orientación motivacional dada hacia la tarea, es decir, de acuerdo a la relación en cuanto a la puntuación dada, los tres niveles presentan una puntuación total de 5 lo que indica que están muy de acuerdo con cada uno de los ítems pares del instrumento TEOSQ. Interpretando el resultado se puede destacar como los usuarios

realizan aeróbicos motivados por una satisfacción propia, ya sea por mejorar su condición física, sentirse mejor consigo mismo etc.

Aunque las puntuaciones dadas por los usuarios de cualquiera de los tres niveles fue la misma para aquellos ítems orientados hacia la tarea (5 muy de acuerdo), también se destaca que para aquellos ítems orientados hacia el ego, la puntuación en común que se evidencia es de 3 (neutra) por lo cual se podría decir que existe alguna razón que dificulta a los usuarios de cualquiera de los tres niveles a dar una calificación concluyente, lo anterior podría ser interpretado como una forma de evadir su opinión real frente a una calificación concreta debido a falta de comprensión del ítem o dudas en cuanto a prejuicios social que el mismo usuario cree que se podrían generar al reconocer una afinidad por el ítem.

### **7.5. Cuestionario de Afinidad del Usuario a la Didáctica De La Clase Y Características Del Docente de Aeróbicos.**

En este apartado se realizará un análisis descriptivo de las respuestas brindadas por los usuarios una vez desarrollado y consolidado el instrumento. La labor precisa que se realizó es un análisis de carácter descriptivo general sobre los resultados arrojados en cuanto a la frecuencia, media, moda y desviación estándar de los 29 ítems con los cuales cuenta el cuestionario de Afinidad Docente valorado y validado previamente.

#### **7.5.1. Ítem #1. La clase es más agradable cuando el profesor enseña una coreografía paso a paso, es decir, del paso más sencillo al paso más complejo.**

Con base a los resultados arrojados por el análisis, se determina que: 0 usuarios respondieron que están totalmente en desacuerdo, 2 usuarios se encuentran en desacuerdo, 6 contestaron neutro, 55 de acuerdo y finalmente 57 usuarios afirmaron estar muy de acuerdo con el ítem. En cuanto al promedio (media) de respuesta de la escala likert de 1 a 5 está comprendido en un resultado de  $4,49 \pm 0,66$ . Se describe también como moda una puntuación de 5 entre los resultados, es decir, que la opinión de los usuarios que predomina frente al ítem es muy de acuerdo (Ver tabla 44.).

**Tabla 44. Ítem #1. La clase es más agradable cuando el profesor enseña una coreografía paso a paso, es decir, del paso más sencillo al paso más complejo.**

Ítem #1	Frecuencia: totalmente en desacuerdo	Frecuencia: En desacuerdo	Frecuencia: Neutro	Frecuencia: De acuerdo	Frecuencia: Muy de acuerdo	Media	Moda	Desviación estándar
	0	2	6	55	57	4.49	5	0.665

7.5.2. Ítem #2. La clase es más agradable cuando el profesor dedica poco tiempo para enseñar la coreografía.

Con base a los resultados arrojados por el análisis, se determina que: 21 usuarios respondieron que están totalmente en desacuerdo, 60 usuarios se encuentran en desacuerdo, 18 contestaron neutro, 8 de acuerdo y finalmente 13 usuarios afirmaron estar muy de acuerdo con el ítem. En cuanto al promedio (media) de respuesta de la escala likert de 1 a 5 está comprendido en un resultado de  $2.43 \pm 1.17$ . Se describe también como moda una puntuación de 2 entre los resultados, es decir, que la opinión de los usuarios que predomina frente al ítem es en desacuerdo (Ver tabla 45.).

**Tabla 45. Ítem #2. La clase es más agradable cuando el profesor dedica poco tiempo para enseñar la coreografía.**

Ítem #2	Frecuencia: totalmente en desacuerdo	Frecuencia: En desacuerdo	Frecuencia: Neutro	Frecuencia: De acuerdo	Frecuencia: Muy de acuerdo	Media	Moda	Desviación estándar
	21	60	18	8	13	2.43	2	1.179

7.5.3. Ítem #3. Me gusta cuando la clase es: fluida, coherente, segura, resaltando la preparación de la clase por parte del profesor.

Con base a los resultados arrojados por el análisis, se determina que: 0 usuarios respondieron que están totalmente en desacuerdo, 0 usuarios se encuentran en desacuerdo, 0 contestaron neutro, 30 de acuerdo y finalmente 90 usuarios afirmaron estar muy de acuerdo con el ítem. En cuanto al promedio (media) de respuesta de la escala likert de 1 a 5 está comprendido en un resultado de  $4.75 \pm 0.435$ . Se describe también como moda una puntuación de 5 entre los resultados, es decir, que la opinión de los usuarios que predomina frente al ítem es muy de acuerdo. (Ver tabla 46.).

**Tabla 46. Ítem #3. Me gusta cuando la clase es: fluida, coherente, segura, resaltando la preparación de la clase por parte del profesor.**

Ítem #3	frecuencia: totalmente en desacuerdo	Frecuencia: En desacuerdo	Frecuencia: Neutro	Frecuencia: De acuerdo	Frecuencia: Muy de acuerdo	Media	Moda	Desviación estándar
	0	0	0	30	90	4.75	5	0.435

7.5.4. Ítem #4. Me gusta cuando la clase es: rápida, espontánea y demostrando como pese a un olvido en determinado paso, el profesor rápidamente tiene la capacidad de improvisar uno nuevo.

Con base a los resultados arrojados por el análisis, se determina que: 5 usuarios respondieron que están totalmente en desacuerdo, 11 usuarios se encuentran en desacuerdo, 19 contestaron neutro, 54 de acuerdo y finalmente 31 usuarios afirmaron estar muy de acuerdo con el ítem. En cuanto al promedio (media) de respuesta de la escala likert de 1 a 5 está comprendido en un resultado de  $3.79 \pm 1.06$ . Se describe también como moda una puntuación de 4 entre los resultados, es decir, que la opinión de los usuarios que predomina frente al ítem es de acuerdo. (Ver tabla 47.).

**Tabla 47. Ítem #4. Me gusta cuando la clase es: rápida, espontánea y demostrando como pese a un olvido en determinado paso, el profesor rápidamente tiene la capacidad de improvisar uno nuevo.**

Ítem #4	Frecuencia: totalmente en desacuerdo	Frecuencia: En desacuerdo	Frecuencia: Neutro	Frecuencia: De acuerdo	Frecuencia: Muy de acuerdo	Media	Moda	Desviación estándar
	5	11	19	54	31	3.79	4	1.060

7.5.5. Ítem #5. Las coreografías son más fáciles de aprender si el profesor utiliza señales verbales (indicaciones habladas del paso o dirección) y visuales (indicaciones con las manos) en cada paso.

Con base a los resultados arrojados por el análisis, se determina que: 0 usuarios respondieron que están totalmente en desacuerdo, 0 usuarios se encuentran en desacuerdo, 6 contestaron neutro, 50 de acuerdo y finalmente 64 usuarios afirmaron estar muy de acuerdo con el ítem. En cuanto al promedio (media) de respuesta de la escala likert de 1 a 5 está comprendido en un resultado de  $4.48 \pm 0.59$ . Se describe también como moda una puntuación de 5 entre los resultados, es decir, que la opinión de los usuarios que predomina frente al ítem es muy de acuerdo. (Ver tabla 48.).

**Tabla 48. Ítem #5. Las coreografías son más fáciles de aprender si el profesor utiliza señales verbales (indicaciones habladas del paso o dirección) y visuales (indicaciones con las manos) en cada paso.**

Ítem #5	Frecuencia: totalmente en desacuerdo	Frecuencia: En desacuerdo	Frecuencia: Neutro	Frecuencia: De acuerdo	Frecuencia: Muy de acuerdo	Media	Moda	Desviación estándar
	0	0	6	50	64	4.48	5	0.594

7.5.6. Ítem #6. El empoderamiento (la seguridad, confianza y dominio) del docente contribuyen en el buen desarrollo de la clase.

Con base a los resultados arrojados por el análisis, se determina que: 0 usuarios respondieron que están totalmente en desacuerdo, 1 usuarios se encuentran en desacuerdo, 2 contestaron neutro, 31 de acuerdo y finalmente 86 usuarios afirmaron

estar muy de acuerdo con el ítem. En cuanto al promedio (media) de respuesta de la escala likert de 1 a 5 está comprendido en un resultado de  $4.68 \pm 0.5$ . Se describe también como moda una puntuación de 5 entre los resultados, es decir, que la opinión de los usuarios que predomina frente al ítem es muy de acuerdo. (Ver tabla 49.).

**Tabla 49. Ítem #6. El empoderamiento (la seguridad, confianza y dominio) del docente contribuyen en el buen desarrollo de la clase.**

Ítem #6	frecuencia: totalmente en desacuerdo	Frecuencia: En desacuerdo	Frecuencia: Neutro	Frecuencia: De acuerdo	Frecuencia: Muy de acuerdo	Media	Moda	Desviación estándar
	0	1	2	31	86	4.68	5	0.550

7.5.7. Ítem #7. Una postura encorvada, poco dialogo de instrucción y movimientos pequeños por parte del profesor, pueden afectar el ánimo y desarrollo de una clase.

Con base a los resultados arrojados por el análisis, se determina que: 0 usuarios respondieron que están totalmente en desacuerdo, 1 usuarios se encuentran en desacuerdo, 5 contestaron neutro, 43 de acuerdo y finalmente 71 usuarios afirmaron estar muy de acuerdo con el ítem. En cuanto al promedio (media) de respuesta de la escala likert de 1 a 5 está comprendido en un resultado de  $4.53 \pm 0.6$ . Se describe también como moda una puntuación de 5 entre los resultados, es decir, que la opinión de los usuarios que predomina frente al ítem es muy de acuerdo. (Ver tabla 50.).

**Tabla 50. Ítem #7. Una postura encorvada, poco dialogo de instrucción y movimientos pequeños por parte del profesor, pueden afectar el ánimo y desarrollo de una clase.**

Ítem #7	Frecuencia: totalmente en desacuerdo	Frecuencia: En desacuerdo	Frecuencia: Neutro	Frecuencia: De acuerdo	Frecuencia: Muy de acuerdo	Media	Moda	Desviación estándar
	0	1	5	43	71	4.53	5	0.621

7.5.8. Ítem #8. Una postura encorvada, poco dialogo de instrucción y movimientos pequeños por parte del profesor, pueden afectar el ánimo y desarrollo de una clase.

Con base a los resultados arrojados por el análisis, se determina que: 0 usuarios respondieron que están totalmente en desacuerdo, 1 usuarios se encuentran en desacuerdo, 5 contestaron neutro, 59 de acuerdo y finalmente 55 usuarios afirmaron estar muy de acuerdo con el ítem. En cuanto al promedio (media) de respuesta de la escala likert de 1 a 5 está comprendido en un resultado de  $4.40 \pm 0.6$ . Se describe también como moda una puntuación de 4 entre los resultados, es decir, que la opinión de los usuarios que predomina frente al ítem es de acuerdo. (Ver tabla 51.).

**Tabla 51. Ítem #8. Una postura encorvada, poco dialogo de instrucción y movimientos pequeños por parte del profesor, pueden afectar el ánimo y desarrollo de una clase.**

Ítem #8	frecuencia: totalmente en desacuerdo	Frecuencia: En desacuerdo	Frecuencia: Neutro	Frecuencia: De acuerdo	Frecuencia: Muy de acuerdo	Media	Moda	Desviación estándar
	0	1	5	59	55	4.40	4	0.614

7.5.9. Ítem #9. Es agradable cuando el profesor tarda menor tiempo con otros grupos y enfoca un poco más de trabajo con mi grupo ya que puedo disfrutar más de la clase.

Con base a los resultados arrojados por el análisis, se determina que: 0 usuarios respondieron que están totalmente en desacuerdo, 14 usuarios se encuentran en desacuerdo, 48 contestaron neutro, 36 de acuerdo y finalmente 17 usuarios afirmaron estar muy de acuerdo con el ítem. En cuanto al promedio (media) de respuesta de la escala likert de 1 a 5 está comprendido en un resultado de  $2.59 \pm 1$ . Se describe también como moda una puntuación de 2 entre los resultados, es decir, que la opinión de los usuarios que predomina frente al ítem es en desacuerdo. (Ver tabla 52.).



**Tabla 52. Ítem #9. Es agradable cuando el profesor tarda menor tiempo con otros grupos y enfoca un poco más de trabajo con mi grupo ya que puedo disfrutar más de la clase.**

Ítem #9	Frecuencia: totalmente en desacuerdo	Frecuencia: En desacuerdo	Frecuencia: Neutro	Frecuencia: De acuerdo	Frecuencia: Muy de acuerdo	Media	Moda	Desviación estándar
	0	14	48	36	17	2.59	2	1.008

7.5.10. Ítem #10. Me gusta cuando mi profesor es paciente, se da cuenta que aún no he aprendido el paso con facilidad, me da el tiempo y repite la coreografía reforzar mi aprendizaje.

Con base a los resultados arrojados por el análisis, se determina que: 0 usuarios respondieron que están totalmente en desacuerdo, 3 usuarios se encuentran en desacuerdo, 13 contestaron neutro, 60 de acuerdo y finalmente 44 usuarios afirmaron estar muy de acuerdo con el ítem. En cuanto al promedio (media) de respuesta de la escala likert de 1 a 5 está comprendido en un resultado de  $4.21 \pm 0.73$  Se describe también como moda una puntuación de 4 entre los resultados, es decir, que la opinión de los usuarios que predomina frente al ítem es de acuerdo. (Ver tabla 53).

**Tabla 53. . Ítem #10. Me gusta cuando mi profesor es paciente, se da cuenta que aún no he aprendido el paso con facilidad, me da el tiempo y repite la coreografía reforzar mi aprendizaje.**

Ítem #10	frecuencia: totalmente en desacuerdo	Frecuencia: En desacuerdo	Frecuencia: Neutro	Frecuencia: De acuerdo	Frecuencia: Muy de acuerdo	Media	Moda	Desviación estándar
	0	3	13	60	44	4.21	4	0.732

7.5.11. Ítem #11 Prefiero cuando el profesor hace pasos que ya conozco y no cambia su estilo, ya que me permite realizar la coreografía de una manera más rápida y fácil.

Con base a los resultados arrojados por el análisis, se determina que: 18 usuarios respondieron que están totalmente en desacuerdo, 68 usuarios se encuentran en desacuerdo, 24 contestaron neutro, 8 de acuerdo y finalmente 2 usuarios afirmaron estar muy de

acuerdo con el ítem. En cuanto al promedio (media) de respuesta de la escala likert de 1 a 5 está comprendido en un resultado de  $2.23 \pm 0.8$  Se describe también como moda una puntuación de 2 entre los resultados, es decir, que la opinión de los usuarios que predomina frente al ítem es en desacuerdo. (Ver tabla 54).

**Tabla 54. Ítem #11. Prefiero cuando el profesor hace pasos que ya conozco y no cambia su estilo, ya que me permite realizar la coreografía de una manera más rápida y fácil.**

Ítem #11	Frecuencia: totalmente en desacuerdo	Frecuencia: En desacuerdo	Frecuencia: Neutro	Frecuencia: De acuerdo	Frecuencia: Muy de acuerdo	Media	Moda	Desviación estándar
	18	68	24	8	2	2.23	2	0.847

7.5.12. Ítem #12 Prefiero cuando el profesor hace pasos nuevos, complejos y varia su estilo, generado un mayor reto.

Con base a los resultados arrojados por el análisis, se determina que: 0 usuarios respondieron que están totalmente en desacuerdo, 2 usuarios se encuentran en desacuerdo, 2 contestaron neutro, 57 de acuerdo y finalmente 59 usuarios afirmaron estar muy de acuerdo con el ítem. En cuanto al promedio (media) de respuesta de la escala likert de 1 a 5 está comprendido en un resultado de  $4.44 \pm 0.6$  Se describe también como moda una puntuación de 5 entre los resultados, es decir, que la opinión de los usuarios que predomina frente al ítem es muy de acuerdo. (Ver tabla 55).

**Tabla 55. Ítem #12. Prefiero cuando el profesor hace pasos nuevos, complejos y varia su estilo, generado un mayor reto.**

Ítem #12	Frecuencia: totalmente en desacuerdo	Frecuencia: En desacuerdo	Frecuencia: Neutro	Frecuencia: De acuerdo	Frecuencia: Muy de acuerdo	Media	Moda	Desviación estándar
	0	2	2	57	59	4.44	5	0.619

7.5.13. Ítem #13 Comprendo una coreografía más rápido, cuando el profesor hace los pasos más amplios o grandes.

Con base a los resultados arrojados por el análisis, se determina que: 1 usuarios respondieron que están totalmente en desacuerdo, 4 usuarios se encuentran en desacuerdo, 26 contestaron neutro, 66 de acuerdo y finalmente 23 usuarios afirmaron estar muy de acuerdo con el ítem. En cuanto al promedio (media) de respuesta de la escala likert de 1 a 5 está comprendido en un resultado de  $3.38 \pm 0.6$  Se describe también como moda una puntuación de 4 entre los resultados, es decir, que la opinión de los usuarios que predomina frente al ítem es de acuerdo. (Ver tabla 56).

**Tabla 56. Ítem #13 Comprendo una coreografía más rápido, cuando el profesor hace los pasos más amplios o grandes.**

Ítem #13	Frecuencia: totalmente en desacuerdo	Frecuencia: En desacuerdo	Frecuencia: Neutro	Frecuencia: De acuerdo	Frecuencia: Muy de acuerdo	Media	Moda	Desviación estándar
	1	4	26	66	23	3.38	4	0.780

7.5.14. Ítem #14 Los pasos grandes o amplios mostrados por el profesor no son relevantes durante el aprendizaje de una coreografía.

Con base a los resultados arrojados por el análisis, se determina que: 12 usuarios respondieron que están totalmente en desacuerdo, 67 usuarios se encuentran en desacuerdo, 23 contestaron neutro, 11 de acuerdo y finalmente 7 usuarios afirmaron estar muy de acuerdo con el ítem. En cuanto al promedio (media) de respuesta de la escala likert de 1 a 5 está comprendido en un resultado de  $2.45 \pm 0,9$  Se describe también como moda una puntuación de 2 entre los resultados, es decir, que la opinión de los usuarios que predomina frente al ítem es en desacuerdo. (Ver tabla 57).

**Tabla 57. Ítem #14 Comprendo una coreografía más rápido, cuando el profesor hace los pasos más amplios o grandes.**

Ítem #14	frecuencia: totalmente en desacuerdo	Frecuencia: En desacuerdo	Frecuencia: Neutro	Frecuencia: De acuerdo	Frecuencia: Muy de acuerdo	Media	Moda	Desviación estándar
	12	67	23	11	7	2.45	2	0.995

7.5.15. Ítem #15 Doy más importancia y valor a clases con coreografías que contengan pasos nuevos, combinaciones entre coreografías y/o implementación de los brazos como acompañantes del paso.

Con base a los resultados arrojados por el análisis, se determina que: 0 usuarios respondieron que están totalmente en desacuerdo, 8 usuarios se encuentran en desacuerdo, 30 contestaron neutro, 50 de acuerdo y finalmente 32 usuarios afirmaron estar muy de acuerdo con el ítem. En cuanto al promedio (media) de respuesta de la escala likert de 1 a 5 está comprendido en un resultado de  $3.88 \pm 0,8$  Se describe también como moda una puntuación de 4 entre los resultados, es decir, que la opinión de los usuarios que predomina frente al ítem es de acuerdo. (Ver tabla 58).

**Tabla 58. Ítem # 15. Doy más importancia y valor a clases con coreografías que contengan pasos nuevos, combinaciones entre coreografías y/o implementación de los brazos como acompañantes del paso.**

Ítem #15	Frecuencia: totalmente en desacuerdo	Frecuencia: En desacuerdo	Frecuencia: Neutro	Frecuencia: De acuerdo	Frecuencia: Muy de acuerdo	Media	Moda	Desviación estándar
	0	8	30	50	32	3.88	4	0.881

7.5.16. Ítem #16 No me gusta cuando el profesor implementa combinaciones o particiones diferentes a las que ya conozco.

Con base a los resultados arrojados por el análisis, se determina que: 21 usuarios respondieron que están totalmente en desacuerdo, 70 usuarios se encuentran en desacuerdo, 24 contestaron neutro, 3 de acuerdo y finalmente 2 usuarios afirmaron estar muy de acuerdo con el ítem. En cuanto al promedio (media) de respuesta de la escala likert de 1 a 5 está comprendido en un resultado de  $2.13 \pm 0,7$  Se describe también como moda una puntuación de 2 entre los resultados, es decir, que la opinión de los usuarios que predomina frente al ítem es en desacuerdo. (Ver tabla 59).

**Tabla 59. Ítem # 16. No me gusta cuando el profesor implementa combinaciones o particiones diferentes a las que ya conozco.**

Ítem #16	Frecuencia: totalmente en desacuerdo	Frecuencia: En desacuerdo	Frecuencia: Neutro	Frecuencia: De acuerdo	Frecuencia: Muy de acuerdo	Media	Moda	Desviación estándar
	21	70	24	3	2	2.13	2	0.784

7.5.17. Ítem #17 La clase se vuelve más amena con herramientas musicales (tracks o pistas) que contengan sonidos latinos, modernos y con voz (cantos).

Con base a los resultados arrojados por el análisis, se determina que: 1 usuarios respondieron que están totalmente en desacuerdo, 7 usuarios se encuentran en desacuerdo, 36 contestaron neutro, 36 de acuerdo y finalmente 40 usuarios afirmaron estar muy de acuerdo con el ítem. En cuanto al promedio (media) de respuesta de la escala likert de 1 a 5 está comprendido en un resultado de  $3,89 \pm 0,9$  Se describe también como moda una puntuación de 5 entre los resultados, es decir, que la opinión de los usuarios que predomina frente al ítem es muy de acuerdo. (Ver tabla 60).

**Tabla 60. Ítem # 17. La clase se vuelve más amena con herramientas musicales (tracks o pistas) que contengan sonidos latinos, modernos y con voz (cantos).**

Ítem #17	frecuencia: totalmente en desacuerdo	Frecuencia: En desacuerdo	Frecuencia: Neutro	Frecuencia: De acuerdo	Frecuencia: Muy de acuerdo	Media	Moda	Desviación estándar
	1	7	36	36	40	3.89	5	0.968

7.5.18. Ítem #18 La clase es más amena con herramientas musicales (tracks o pistas) que contengan sonidos de géneros clásicos, más golpe musical y poca voz o cantos.

Con base a los resultados arrojados por el análisis, se determina que: 3 usuarios respondieron que están totalmente en desacuerdo, 15 usuarios se encuentran en desacuerdo, 61 contestaron neutro, 27 de acuerdo y finalmente 14 usuarios afirmaron estar muy de acuerdo con el ítem. En cuanto al promedio (media) de respuesta de la escala likert de 1 a 5 está comprendido en un resultado de  $3,28 \pm 0,9$  Se describe también como moda una

puntuación de 3 entre los resultados, es decir, que la opinión de los usuarios que predomina frente al ítem es neutra. (Ver tabla 61).

**Tabla 61. Ítem # 18 La clase es más amena con herramientas musicales (track o pistas) que contengan sonidos de géneros clásicos, más golpe musical y poca voz o cantos.**

Ítem #18	frecuencia: totalmente en desacuerdo	Frecuencia: En desacuerdo	Frecuencia: Neutro	Frecuencia: De acuerdo	Frecuencia: Muy de acuerdo	Media	Moda	Desviación estándar
	3	15	61	27	14	3.28	3	0.918

7.5.19. Ítem #19 Me gusta cuando el profesor habla, anima, se emociona y sube el tono de voz.

Con base a los resultados arrojados por el análisis, se determina que: 0 usuarios respondieron que están totalmente en desacuerdo, 2 usuarios se encuentran en desacuerdo, 15 contestaron neutro, 50 de acuerdo y finalmente 53 usuarios afirmaron estar muy de acuerdo con el ítem. En cuanto al promedio (media) de respuesta de la escala likert de 1 a 5 está comprendido en un resultado de  $4,28 \pm 0,7$  Se describe también como moda una puntuación de 5 entre los resultados, es decir, que la opinión de los usuarios que predomina frente al ítem es muy de acuerdo. (Ver tabla 62).

**Tabla 62. Ítem # 19. Me gusta cuando el profesor habla, anima, se emociona y sube el tono de voz.**

Ítem #19	frecuencia: totalmente en desacuerdo	Frecuencia: En desacuerdo	Frecuencia: Neutro	Frecuencia: De acuerdo	Frecuencia: Muy de acuerdo	Media	Moda	Desviación estándar
	0	2	15	50	53	4.28	5	0.747

7.5.20. Ítem #20. Me gusta cuando el profesor controla su tono de voz, respeta la distancia, es calmado y dirige su clase de forma seria.

Con base a los resultados arrojados por el análisis, se determina que: 13 usuarios respondieron que están totalmente en desacuerdo, 38 usuarios se encuentran en

desacuerdo, 42 contestaron neutro, 15 de acuerdo y finalmente 12 usuarios afirmaron estar muy de acuerdo con el ítem. En cuanto al promedio (media) de respuesta de la escala likert de 1 a 5 está comprendido en un resultado de  $2.79 \pm 1.1$  Se describe también como moda una puntuación de 3 entre los resultados, es decir, que la opinión de los usuarios que predomina frente al ítem es neutra. (Ver tabla 63).

**Tabla 63. Ítem # 20. Me gusta cuan el profesor controla su tono de voz, respeta la distancia, es calmado y dirige su clase de forma seria**

Ítem #20	frecuencia: totalmente en desacuerdo	Frecuencia: En desacuerdo	Frecuencia: Neutro	Frecuencia: De acuerdo	Frecuencia: Muy de acuerdo	Media	Moda	Desviación estándar
	13	38	42	15	12	2.79	3	1.114

7.5.21. Ítem #21 La personalidad del profesor influye al momento de elegir el ingreso a su clase.

Con base a los resultados arrojados por el análisis, se determina que: 1 usuario respondió que están totalmente en desacuerdo, 8 usuarios se encuentran en desacuerdo, 13 contestaron neutro, 42 de acuerdo y finalmente 56 usuarios afirmaron estar muy de acuerdo con el ítem. En cuanto al promedio (media) de respuesta de la escala likert de 1 a 5 está comprendido en un resultado de  $4.20 \pm 0,9$  Se describe también como moda una puntuación de 5 entre los resultados, es decir, que la opinión de los usuarios que predomina frente al ítem es totalmente de acuerdo (Ver tabla 64).

**Tabla 64. Ítem #21 La personalidad del profesor influye al momento de elegir el ingreso a su clase**

Ítem #21	frecuencia: totalmente en desacuerdo	Frecuencia: En desacuerdo	Frecuencia: Neutro	Frecuencia: De acuerdo	Frecuencia: Muy de acuerdo	Media	Moda	Desviación estándar
	1	8	13	42	56	4.20	5	0.940

### 7.5.22. Ítem #22 El género del docente no influye en mi elección para entrar a clases.

Con base a los resultados arrojados por el análisis, se determina que: 41 usuarios respondieron que están totalmente en desacuerdo, 29 usuarios se encuentran en desacuerdo, 37 contestaron neutro, 6 de acuerdo y finalmente 7 usuarios afirmaron estar muy de acuerdo con el ítem. En cuanto al promedio (media) de respuesta de la escala likert de 1 a 5 está comprendido en un resultado de  $2.24 \pm 1.1$  Se describe también como moda una puntuación de 1 entre los resultados, es decir, que la opinión de los usuarios que predomina frente al ítem es totalmente en desacuerdo. (Ver tabla 65).

**Tabla 65. Ítem # 22. El género del docente no influye en mi elección para entrar a clases.**

Ítem #22	Frecuencia: totalmente en desacuerdo	Frecuencia: En desacuerdo	Frecuencia: Neutro	Frecuencia: De acuerdo	Frecuencia: Muy de acuerdo	Media	Moda	Desviación estándar
	41	29	37	6	7	2.24	1	1.152

### 7.5.23. Ítem #23 Prefieren entrar a clases con profesoras mujeres porque considero que son más animadas y de carácter.

Con base a los resultados arrojados por el análisis, se determina que: 39 usuarios respondieron que están totalmente en desacuerdo, 35 usuarios se encuentran en desacuerdo, 45 contestaron neutro, 1 de acuerdo y finalmente 7 usuarios afirmaron estar muy de acuerdo con el ítem. En cuanto al promedio (media) de respuesta de la escala likert de 1 a 5 está comprendido en un resultado de  $2.07 \pm 0,8$  Se describe también como moda una puntuación de 3 entre los resultados, es decir, que la opinión de los usuarios que predomina frente al ítem es neutra. (Ver tabla 66).



**Tabla 66. Ítem # 23. Prefieren entrar a clases con profesoras mujeres porque considero que son más animadas y de carácter.**

Ítem #23	Frecuencia: totalmente en desacuerdo	Frecuencia: En desacuerdo	Frecuencia: Neutro	Frecuencia: De acuerdo	Frecuencia: Muy de acuerdo	Media	Moda	Desviación estándar
	39	35	45	1	0	2,07	3	0.857

7.5.24. Ítem #24 Prefiero ingresar a clases con profesores hombres porque son más animados y de carácter.

Con base a los resultados arrojados por el análisis, se determina que: 36 usuarios respondieron que están totalmente en desacuerdo, 26 usuarios se encuentran en desacuerdo, 50 contestaron neutro, 7 de acuerdo y finalmente 1 usuarios afirmaron estar muy de acuerdo con el ítem. En cuanto al promedio (media) de respuesta de la escala likert de 1 a 5 está comprendido en un resultado de  $2.26 \pm 0,9$  Se describe también como moda una puntuación de 3 entre los resultados, es decir, que la opinión de los usuarios que predomina frente al ítem es neutra. (Ver tabla 67).

**Tabla 67. Ítem # 24. Prefiero ingresar a clases con profesores hombres porque son más animados y de carácter.**

Ítem #24	frecuencia: totalmente en desacuerdo	Frecuencia: En desacuerdo	Frecuencia: Neutro	Frecuencia: De acuerdo	Frecuencia: Muy de acuerdo	Media	Moda	Desviación estándar
	36	26	50	7	1	2.26	3	0.983

7.5.25. Ítem #25 Prefiero ingresaras a clases con profesores cuya condición física sea atlética y entrenada.

Con base a los resultados arrojados por el análisis, se determina que: 8 usuarios respondieron que están totalmente en desacuerdo, 25 usuarios se encuentran en desacuerdo, 49 contestaron neutro, 29 de acuerdo y finalmente 9 usuarios afirmaron estar muy de acuerdo con el ítem. En cuanto al promedio (media) de respuesta de la escala likert de 1 a 5

está comprendido en un resultado de  $3.05 \pm 1.01$  Se describe también como moda una puntuación de 3 entre los resultados, es decir, que la opinión de los usuarios que predomina frente al ítem es neutra. (Ver tabla 68).

**Tabla 68. Ítem # 25. Prefiero ingresar a clases con profesores cuya condición física sea atlética y entrenada.**

Ítem #25	Frecuencia: totalmente en desacuerdo	Frecuencia: En desacuerdo	Frecuencia: Neutro	Frecuencia: De acuerdo	Frecuencia: Muy de acuerdo	Media	Moda	Desviación estándar
	8	25	49	29	9	3.05	3	1.01

7.5.26. Ítem #26 El aspecto físico del docente (sea obeso o delgado) no influyen en mi elección al momento de ingresar a una clase.

Con base a los resultados arrojados por el análisis, se determina que: 8 usuarios respondieron que están totalmente en desacuerdo, 16 usuarios se encuentran en desacuerdo, 38 contestaron neutro, 34 de acuerdo y finalmente 24 usuarios afirmaron estar muy de acuerdo con el ítem. En cuanto al promedio (media) de respuesta de la escala likert de 1 a 5 está comprendido en un resultado de  $3.42 \pm 1.1$  Se describe también como moda una puntuación de 1 entre los resultados, es decir, que la opinión de los usuarios que predomina frente al ítem es totalmente en desacuerdo. (Ver tabla 69).

**Tabla 69. Ítem #26 El aspecto físico del docente (sea obeso o delgado) no influyen en mi elección al momento de ingresar a una clase.**

Ítem #26	Frecuencia: totalmente en desacuerdo	Frecuencia: En desacuerdo	Frecuencia: Neutro	Frecuencia: De acuerdo	Frecuencia: Muy de acuerdo	Media	Moda	Desviación estándar
	8	16	38	34	24	3.42	3	1.14

7.5.27. Ítem #27 La presentación personal del profesor (forma de vestir, peinado, maquillaje, afeitado y aroma) influye en mi elección para tomar la clase.

Con base a los resultados arrojados por el análisis, se determina que: 2 usuarios respondieron que están totalmente en desacuerdo, 15 usuarios se encuentran en desacuerdo, 33 contestaron neutro, 46 de acuerdo y finalmente 24 usuarios afirmaron estar muy de acuerdo con el ítem. En cuanto al promedio (media) de respuesta de la escala likert de 1 a 5 está comprendido en un resultado de  $3.63 \pm 0.9$  Se describe también como moda una puntuación de 4 entre los resultados, es decir, que la opinión de los usuarios que predomina frente al ítem es de acuerdo. (Ver tabla 70).

**Tabla 70. Ítem #27 La presentación personal del profesor (forma de vestir, peinado, maquillaje, afeitado y aroma) influye en mi elección para tomar la clase.**

Ítem #27	frecuencia: totalmente en desacuerdo	Frecuencia: En desacuerdo	Frecuencia: Neutro	Frecuencia: De acuerdo	Frecuencia: Muy de acuerdo	Media	Moda	Desviación estándar
	2	15	33	46	24	3.63	4	0.996

7.5.28. Ítem #28 Prefiero ingresar a las clases de los profesores con menor antigüedad.

Con base a los resultados arrojados por el análisis, se determina que: 15 usuarios respondieron que están totalmente en desacuerdo, 47 usuarios se encuentran en desacuerdo, 56 contestaron neutro, 2 de acuerdo y finalmente 0 usuarios afirmaron estar muy de acuerdo con el ítem. En cuanto al promedio (media) de respuesta de la escala likert de 1 a 5 está comprendido en un resultado de  $2.38 \pm 0.7$  Se describe también como moda una puntuación de 3 entre los resultados, es decir, que la opinión de los usuarios que predomina frente al ítem es neutra. (Ver tabla 71).

**Tabla 71. Ítem #28 Prefiero ingresar a las clases de los profesores con menor antigüedad**

Ítem #28	frecuencia: totalmente en desacuerdo	Frecuencia: En desacuerdo	Frecuencia: Neutro	Frecuencia: De acuerdo	Frecuencia: Muy de acuerdo	Media	Moda	Desviación estándar
	15	47	56	2	0	2.38	3	0.723

## 7.5.29. Ítem #29 Prefiero ingresar a las clases de los profesores con mayor antigüedad.

Con base a los resultados arrojados por el análisis, se determina que: 8 usuarios respondieron que están totalmente en desacuerdo, 16 usuarios se encuentran en desacuerdo, 64 contestaron neutro, 20 de acuerdo y finalmente 12 usuarios afirmaron estar muy de acuerdo con el ítem. En cuanto al promedio (media) de respuesta de la escala likert de 1 a 5 está comprendido en un resultado de  $3.10 \pm 0.9$  Se describe también como moda una puntuación de 3 entre los resultados, es decir, que la opinión de los usuarios que predomina frente al ítem es neutra. (Ver tabla 72).

**Tabla 72. Ítem # 29. Prefiero ingresar a las clases de los profesores con mayor antigüedad.**

Ítem #29	frecuencia: totalmente en desacuerdo	Frecuencia: En desacuerdo	Frecuencia: Neutro	Frecuencia: De acuerdo	Frecuencia: Muy de acuerdo	Media	Moda	Desviación estándar
	8	16	64	20	12	3.10	3	0.982

De las tablas anteriores se establece que los ítems cuya repetición (moda) de respuesta, de acuerdo a una escala likert, fue calificado con una puntuación de 1 corresponden al ítem 22: El género del docente no influye en mi elección para entrar a clases, lo cual indica que la mayoría de usuarios está totalmente en desacuerdo con lo enunciado por el ítem lo que significa que al momento de elegir el ingreso a una clase de aeróbicos multi nivel, el género del docente, según la mayoría, si influye al momento de tomar la elección. Con relación a una puntuación de 2 de acuerdo a una escala likert se encuentra con mayor repetición de votación los ítems número: 2 (La clase es más agradable cuando el profesor dedica poco tiempo para enseñar la

coreografía), 9 (Es agradable cuando el profesor tarda menor tiempo con otros grupos y enfoca un poco más de trabajo con mi grupo ya que puedo disfrutar más de la clase), 11 (Prefiero cuando el profesor hace pasos que ya conozco y no cambia su estilo, ya que me permite realizar la coreografía de una manera más rápida y fácil) y 14 (Los pasos grandes o amplios mostrados por el profesor no son relevantes durante el aprendizaje de una coreografía). Este puntaje expresa la opinión de la gran mayoría de los usuarios quienes están en desacuerdo con los enunciados anteriores.

Continuando con el análisis de la Tabla 29, aquellos ítems con mayor frecuencia de repetición (moda) cuya puntuación es 3 fueron: ítem 18 (La clase es más amena con herramientas musicales (track o pistas) que contengan sonidos de géneros clásicos, más golpe musical y poca voz o cantos.), 20 (Me gusta cuando el profesor controla su tono de voz, respeta la distancia, es calmado y dirige su clase de forma seria), 23 (Prefieren entrar a clases con profesoras mujeres porque considero que son más animadas y de carácter), 24 (Prefiero ingresar a clases con profesores hombres porque son más animados y de carácter), 25 (Prefiero ingresar a clases con profesores cuya condición física sea atlética y entrenada), 26 (El aspecto físico del docente ( sea obeso o delgado) no influyen en mi elección al momento de ingresar a una clase), 28 (Prefiero ingresar a las clases de los profesores con menor antigüedad) y 29 (Prefiero ingresar a las clases de los profesores con mayor antigüedad). Al realizar una interpretación de acuerdo al puntaje dado, se indica que la posición frente al contenido de los ítems es neutra, es decir que no se expresa una postura definida o que pueden existir dudas al momento de generar un criterio sobre lo enunciado en los ítems.

Con relación a aquellos ítems cuya puntuación frecuente fue 4 entre los usuarios, se encuentran los ítems: 4 (Me gusta cuando la clase es: rápida, espontánea y demostrando como pese a un olvido en determinado paso, el profesor rápidamente tiene la capacidad de improvisar uno nuevo), 7 (Una postura encorvada, poco dialogo de instrucción y movimientos pequeños por parte del profesor, pueden afectar el ánimo y desarrollo de una clase), 10 (Me gusta cuando mi profesor es paciente, se da cuenta que aún no he aprendido el paso con facilidad, me da el tiempo y repite la coreografía reforzar mi aprendizaje), 13

(Comprendo una coreografía más rápido, cuando el profesor hace los pasos más amplios o grandes), 15 ( Doy mayor importancia y valor a clases con coreografías que contengan pasos nuevos, combinaciones entre coreografías y/o implementación de los brazos como acompañantes del paso) y 27 (La presentación personal del profesor, forma de vestir, peinado, maquillaje, afeitado y aroma, influye en mi elección para tomar la clase). Esto indica que la mayor parte de usuarios está de acuerdo con el contenido que brindan los ítems relacionados anteriormente, dando a entender que se sienten más a gusto cuando una clase es rápida, fluida, espontánea es decir que la percepción que se da con relación a temas de improvisación por parte del docente es bien aceptada, otro ejemplo con relación al significado que nos brinda la puntuación del ítem se da en la importancia que el usuario le da a coreografías cuyo matiz en los pasos y estructura coreografía sea un poco compleja, diferente e innovadora pese a su dificultad.

Finalmente, aquellos ítem con una puntuación cuya frecuencia de repetición o moda es de 5 son: 1 (La clase es más agradable cuando el profesor enseña una coreografía paso a paso, es decir, del paso más sencillo al paso más complejo), 3 (Me gusta cuando la clase es: fluida, coherente, segura, resaltando la preparación de la clase por parte del profesor), 5 (Las coreografías son más fáciles de aprender si el profesor utiliza señales verbales, indicaciones habladas del paso o dirección y visuales, indicaciones con las manos en cada paso), 6 (El empoderamiento, seguridad, confianza y dominio, del docente contribuyen en el buen desarrollo de la clase), 12 (Prefiero cuando el profesor hace pasos nuevos, complejos y varía su estilo, generando un mayor reto), 17 (La clase se vuelve más amena con herramientas musicales, tracks o pistas que contengan sonidos latinos, modernos y con voz o cantos) y 21 ( La personalidad del profesor influye al momento de elegir el ingreso a su clase). De acuerdo a estos datos obtenidos, aquellos usuarios que dieron una puntuación de 5 a los anteriores ítems, están afirmando que se sienten totalmente de acuerdo con los enunciados de cada ítem, es decir que, para estos usuarios las clases son de mayor agrado cuando se cumple lo indicado por los enunciados.

### **7.6. Análisis resultados cuestionario de afinidad a la didáctica y características del docente vs nivel de complejidad de la clase.**

Al realizar un análisis más detallado por niveles de complejidad y de acuerdo a la estructura propia del cuestionario: Afinidad a la didáctica y características del docente, en el cual se evidencian 29 ítems divididos en 5 categorías (estilo de enseñanza, construcción coreográfica, ambiente en la clase, carisma del docente en clase e imagen del docente) se puede apreciar que al relacionar la categoría 1 del cuestionario (estilos de enseñanza) con los 3 niveles de complejidad (básico, intermedio y avanzado) se aprecia como la puntuación dada por los niveles básicos e intermedio presentan una frecuencia o moda similar, cuya puntuación total es de 5 (muy de acuerdo) en la escala likert a diferencia del nivel avanzado cuya puntuación en común fue de 4 (de acuerdo) en la escala likert. (ver tabla 73)

**Tabla 73. Análisis de estilos de enseñanza y niveles de complejidad.**

Categoría	# ítem	Ítem	Moda Nivel Básico	Moda Nivel Intermedio	Moda Nivel Avanzado
Estilo Enseñanza	<b>1</b>	La clase es más agradable cuando el profesor enseña una coreografía paso a paso, es decir, del paso más sencillo al paso más complejo.	5	5	4
	<b>2</b>	La clase es más agradable cuando el profesor dedica poco tiempo para enseñar la coreografía.	2	2	2
	<b>3</b>	Me gusta cuando la clase es: fluida, coherente, segura, resaltando la preparación de la clase por parte del profesor.	5	5	5
	<b>4</b>	Me gusta cuando la clase es: rápida, espontánea y demostrando como pese a un olvido en determinado paso, el profesor rápidamente tiene la capacidad de improvisar uno nuevo.	4	4	4
	<b>5</b>	Las coreografías son más fáciles de aprender si el profesor utiliza señales verbales (indicaciones habladas del paso o dirección) y visuales (indicaciones con las manos) en cada paso.	4	5	5
	<b>6</b>	El empoderamiento (la seguridad, confianza y dominio) del docente contribuyen en el buen desarrollo de la clase.	5	5	5
	<b>7</b>	Una postura encorvada, poco dialogo de instrucción y movimientos pequeños por parte del profesor, pueden afectar el ánimo y desarrollo de una clase.	5	5	5
	<b>8</b>	Es agradable cuando el profesor es equitativo con los tiempos de enseñanza entre los grupos.	4	4	4
	<b>9</b>	Es agradable cuando el profesor tarda menor tiempo con otros grupos y enfoca un poco más de trabajo con mi grupo ya que puedo disfrutar más de la clase.	3	2	2
	<b>10</b>	Me gusta cuando mi profesor es paciente, se da cuenta que aún no he aprendido el paso con facilidad, me da el tiempo y repite la coreografía reforzar mi aprendizaje	5	4	4
Moda total por categoría			5	5	4



En la tabla 74, se puede apreciar que al relacionar la categoría 2 del cuestionario (construcción coreográfica) con los 3 niveles de complejidad (básico, intermedio y avanzado) se aprecia como la puntuación dada por los niveles básicos e intermedio presentan una frecuencia o moda similar, cuya puntuación total es de 2 y 4 (en desacuerdo y en acuerdo) es decir que ambos comparten opiniones divididas para los ítems 11,12, 13,14, 15 y 16 en la escala likert a diferencia del nivel avanzado cuya puntuación en común fue de 5 (muy de acuerdo) en la escala likert.

**Tabla 74. Construcción coreográfica y niveles de complejidad.**

Categoría	# ítem	Ítem	Moda Básico	Moda Intermedio	Moda Avanzado
Construcción Coreográfica	<b>11</b>	Prefiero cuando el profesor hace pasos que ya conozco y no cambia su estilo, ya que me permite realizar la coreografía de una manera más rápida y fácil.	2	2	2
	<b>12</b>	Prefiero cuando el profesor hace pasos nuevos, complejos y varía su estilo, generando un mayor reto.	4	4	5
	<b>13</b>	Comprendo una coreografía más rápida, cuando el profesor hace los pasos más amplios o grandes.	4	4	4
	<b>14</b>	Los pasos grandes o amplios mostrados por el profesor no son relevantes durante el aprendizaje de una coreografía.	2	2	2
	<b>15</b>	Doy más importancia y valor a clases con coreografías que contengan pasos nuevos, combinaciones entre coreografías y/o implementación de los brazos como acompañantes del paso.	4	4	5
	<b>16</b>	No me gusta cuando el profesor implementa combinaciones o particiones diferentes a las que ya conozco.	2	2	2
Moda total por categoría			2	2	2

En la tabla 75, se puede apreciar que al relacionar la categoría 3 del cuestionario (ambiente en la clase) con los 3 niveles de complejidad (básico, intermedio y avanzado) se aprecia como la puntuación dada por los niveles básicos y avanzado no se aprecia una frecuencia o moda en cuanto a la puntuación dada por los usuarios, es decir, no existe un puntaje en común. Por otro lado, para el caso de intermedio, la puntuación en común (moda) fue de 3 (neutro).

**Tabla 75. Ambiente en la clase y niveles de complejidad.**

Categoría	# ítem	Ítem	Moda Básico	Moda Intermedio	Moda Avanzado
Ambiente en la Clase	17	La clase se vuelve más amena con herramientas musicales (tracks o pistas) que contengan sonidos latinos, modernos y con voz (cantos).	4	3	4
	18	La clase es más amena con herramientas musicales (tracks o pistas) que contengan sonidos de géneros clásicos, más golpe musical y poca voz o cantos.	2	3	3
Moda total por categoría				3	

En la tabla 76, se puede apreciar que al relacionar la categoría #4 del cuestionario (Carisma del docente en clase) con los 3 niveles de complejidad (básico, intermedio y avanzado) se aprecia como la puntuación dada por los tres niveles es totalmente dispersa, no se aprecian puntajes en común por lo cual no se podría hablar de una frecuencia o moda determinada ya que el valor dado para cada uno de los tres ítems es diferente de acuerdo a su nivel.

**Tabla 76. Carisma del docente en clase y niveles de complejidad.**

Categoría	# Ítem	Ítem	Moda Básico	Moda Intermedio	Moda Avanzado
Carisma del docente en clase	<b>19</b>	Me gusta cuando el profesor habla, anima, se emociona y sube el tono de voz.	5	4	5
	<b>20</b>	Me gusta cuando el profesor controla su tono de voz, respeta la distancia, es calmado y dirige su clase de forma seria	3	2	3
	<b>21</b>	La personalidad del profesor influye al momento de elegir el ingreso a su clase.	4	5	5
Moda total por categoría					

En la tabla 77, se puede apreciar que al relacionar la categoría 5 del cuestionario (imagen del docente) con los 3 niveles de complejidad (básico, intermedio y avanzado) se aprecia como la puntuación dada por las personas del nivel básico arroja un resultado en común (moda) de 1 interpretando que la mayoría de usuarios de este nivel están muy en desacuerdo con ítems como: 22,23 y 24. Por otro lado, en los niveles intermedio y avanzado, la puntuación en común (moda) es de 3 es decir que la posición de estos niveles en algunos ítems es neutra, en otras palabras, no existe una aceptación o rechazo total del ítem.

**Tabla 77. Imagen del docente en clase y niveles de complejidad.**

Categoría	# ítem	Ítem	Moda Básico	Moda Intermedio	Moda Avanzado
Imagen del Docente	22	El género del docente no influye en mi elección para entrar a clases.	1	3	1
	23	Prefieren entrar a clases con profesoras mujeres porque considero que son más animadas y de carácter.	1	2	3
	24	Prefiero ingresar a clases con profesores hombres porque son más animados y de carácter.	1	3	3
	25	Prefiero ingresar a clases con profesores cuya condición física sea atlética y entrenada.	4	3	3
	26	El aspecto físico del docente (sea obeso o delgado) no influyen en mi elección al momento de ingresar a una clase.	5	4	3
	27	La presentación personal del profesor (forma de vestir, peinado, maquillaje, afeitado y aroma) influye en mi elección para tomar la clase.	3	4	4
	28	Prefiero ingresar a las clases de los profesores con menor antigüedad.	2	3	3
	29	Prefiero ingresar a las clases de los profesores con mayor antigüedad.	3	3	3
	Moda total			1	3

Finalmente, en la tabla 78, se presenta la puntuación en común (moda) del cuestionario de: Afinidad Hacia la Didáctica Y característica del Docente, en el cual, se podrá observar los resultados en común teniendo en cuenta la escala tipo likert de acuerdo al nivel de complejidad (básico, intermedio y avanzado).

**Tabla 78. puntuación en común (moda) del instrumento: Afinidad Hacia la Didáctica Y característica del Docente completo.**

Moda total Básico	Moda Total Intermedio	Moda Total Avanzado
4	4	3

Como se pudo observar, tanto para los niveles básico e intermedio, la puntuación que sobresale, de acuerdo a las respuestas dadas por los participantes, es de 4, es decir que los usuarios en su mayoría están de acuerdo con lo mencionado por los ítems, para el caso de básico: 4, 5, 8,12,13,15, 17y 21. Para el caso de intermedio los ítems: 4,8,10, 12,13,15, 19, 26 y 27. En cuanto al nivel avanzado, las puntuación en común arrojada en el análisis, evidencia que no se presenta una posición puntual al momento de calificar los ítem, es decir que la puntuación en común de algunos ítems fue de 3 (neutra) lo anterior para el caso de los ítems: 20, 23,24,25, 26, 28 y 29.

En general, al interpretar los resultados de las puntuaciones dadas por los usuarios participes del estudio, se puede encontrar que existe gran similitud en cada una de las puntuaciones ya sea expresado por ítems, categorías o resultado total, el instrumento muestra un puntuación similar para los tres niveles, lo que permitiría deducir que, todos los usuarios, independiente de su nivel, buscan en el docente unas particularidades similares en cuanto a su didáctica o características propias.

### **7.7. Correlación Entre Aspectos Sociodemográficos.**

En este apartado, inicialmente se establece e interpreta la relación o correlación entre algunos aspectos socio demográficos tales como: genero, edad, nivel de complejidad al que hace parte el usuario, número de veces al que asiste a clase de aeróbicos por semana y finalmente el tiempo de experiencia que lleva realizando la práctica.

## 7.7.1. Correlación entre algunos aspectos sociodemográficos.

Tabla 79. Correlación entre algunos aspectos sociodemográficos

Correlación: Genero VS Nivel de complejidad		
	Género	Nivel de complejidad
<b>Correlación de Pearson</b>	1	.275**
<b>Sig. (bilateral)</b>		0.002
Correlaciones: Veces por Semana VS Nivel de Complejidad		
	Nivel de complejidad	veces por semana
<b>Correlación de Pearson</b>	1	.281
<b>Sig. (bilateral)</b>		0.002
Correlacione: Nivel de Complejidad vs Tiempo de practica		
	Nivel de complejidad	Tiempo de practica
<b>Correlación de Pearson</b>	1	0.005
<b>Sig. (bilateral)</b>		0.958
Correlaciones Nivel de Complejidad VS Edad		
	Nivel de complejidad	Edad
<b>Correlación de Pearson</b>	1	-.425**
<b>Sig. (bilateral)</b>		0.000

Para interpretar coeficiente de correlación de Pearson, se ha de tener presente que un valor aproximado a 1 indica la existencia de una relación fuerte y directa entre los ítems o aspectos a relacionar; un valor cercano al 0,5 indica la existencia de una relación moderada y directa; un valor aproximado a 0 pero a través de valores positivos indica una relación débil y directa; un valor cercano a cero pero por medio de valores negativos indica una relación débil he inversa, un valor cercano a -0,5 indica una relación modera e inversa y un valor cercano 1 -1 indica una relación fuerte e inversa. (Burbano y Valdivieso, 2016).

En la tabla 79 se presentan las correlaciones entre los aspectos sociodemográficos: Genero VS Nivel de complejidad, Veces por Semana VS Nivel de Complejidad, Nivel de Complejidad vs Tiempo de práctica y Nivel de Complejidad VS Edad. Al tomar la primera correlación; Genero VS Nivel de Complejidad se deduce que, no existe una correlación significativa ya que su valor (0.275) es aproximado a 0, lo que indica una correlación débil, es decir que el género no es un factor determinante al nivel de complejidad de quienes hacen aeróbicos.

Tomando la segunda correlación de la misma tabla 79; Veces por Semana VS Nivel se deduce que, no existe una correlación significativa ya que su valor (0.281) es aproximado a 0, lo que indica una correlación débil, es decir que las veces por semana en que un usuario asiste a una clase de aeróbicos no está correlacionado con el nivel de complejidad de las clases en las que participan las personas.

De la tercera correlación; Nivel de Complejidad vs Tiempo de práctica se deduce que, no existe una correlación significativa ya que su valor (0.005) es aproximado a 0, lo que indica una correlación débil, es decir que el nivel de complejidad al cual pertenecen los usuarios de aeróbicos no es un factor determinante al tiempo de experiencia que las personas llevan practicando esta actividad.

En la cuarta correlación; Nivel de Complejidad VS Edad de los usuarios se deduce que existe una relación moderada (-0.425) es aproximado a -0,5 lo que indica una correlación moderada e inversa, es decir que el nivel de complejidad al cual pertenecen los usuarios de aeróbicos afecta moderadamente de forma inversa a la edad de los usuarios que practican esta actividad, pero es importante recalcar que la relación no es significativa es decir que aunque se haya evidenciado una correlación moderada, no es un factor que indique una relación importante.

Concluyendo, se identifica que ni la edad, ni el género de los participantes son determinantes, en aspectos como nivel de complejidad de la clase en la que participan o en el número de sesiones que se realizan por semana en una clase de aeróbicos.

## 7.8. Correlación de Pearson entre factores sociodemográficos vs TEOSQ.

Tabla 80. Correlación de Pearson entre factores sociodemográficos vs TEOSQ

<b>Correlación Nivel de Complejidad vs Ego</b>									
	Nivel de complejidad	ítem 1	ítem 3	ítem 5	ítem 7	ítem 9	ítem 11	ítem 13	ítem 15
Correlación de Pearson	1	-0.045	-0.164	0.054	0.087	-0.047	-0.152	0.019	0.015
<b>Correlación Nivel de Complejidad vs Tarea</b>									
	Nivel de complejidad	ítem 2	ítem 4	ítem 6	ítem 8	ítem 10	ítem 12	ítem 14	ítem 16
Correlación de Pearson	1	0.035	-0.053	0.032	0.109	-0.004	-0.046	-0.086	-0.021
<b>Correlación Tiempo de practica vs Tarea</b>									
	Tiempo de practica	ítem 2	ítem 4	ítem 6	ítem 8	ítem 10	ítem 12	ítem 14	ítem 16
Correlación de Pearson	1	-0.044	-0.099	-0.046	-0.029	-0.103	-0.013	0.078	0.039
<b>Correlación Tiempo de practica vs Ego</b>									
	Tiempo de practica	ítem 1	ítem 3	ítem 5	ítem 7	ítem 9	ítem 11	ítem 13	ítem 15
Correlación de Pearson	1	-0.039	-0.065	0.046	0.067	0.028	-0.101	-0.022	-0.051
<b>Correlación EdaD vs Ego</b>									
	Edad	ítem 1	ítem 3	ítem 5	ítem 7	ítem 9	ítem 11	ítem 13	ítem 15
Correlación de Pearson	1	0.097	0.067	0.021	-0.091	0.065	0.055	0.025	-0.019
<b>Correlación Eda va Tarea</b>									
	Edad	ítem 2	ítem 4	ítem 6	ítem 8	ítem 10	ítem 12	ítem 14	ítem 16
Correlación de Pearson	1	0.012	0.063	0.075	0.043	0.044	0.134	0.174	0.142

De la tabla 80 al darse un valor correlacional muy cercano a 0 y muy lejano a 1, se determina que no existe una correlación significativa, es decir, la relación entre los aspectos sociodemográficos y las categorías de ego y tarea del cuestionario TEOSQ son muy débiles, lo que indica que los aspectos sociodemográficos de los usuarios que participaron en el estudio no son determinantes en su orientación motivacional en la práctica de los aeróbicos.



### 7.9. Correlación de Pearson entre aspectos sociodemográficos vs categorías del cuestionario de afinidad del usuario hacia la didáctica y características del docente de aeróbicos.

Para este apartado, se efectuarán correlaciones entre algunos aspectos sociodemográficos tales como: nivel de complejidad al que pertenecen los usuarios, tiempo de experiencia o practica que la población lleva realizando esta actividad y finalmente la edad con cada una de las 5 categorías del cuestionario de afinidad del docente (estilo de enseñanza, construcción coreográfica, ambiente en la clase, carisma del docente en clase e imagen del docente).

Tabla 81. Correlaciones de Pearson entre aspectos sociodemográficos vs categoría 1: Estilo de enseñanza del docente.

<b>Correlación Nivel de complejidad vs estilos de enseñanza</b>											
	Nivel de complejidad	ítem 1	ítem 2	ítem 3	ítem 4	ítem 5	ítem 6	ítem 7	ítem 8	ítem 9	ítem 10
<b>Correlación de Pearson</b>	1	-0.016	-0.163	0.049	0.057	0.046	0.059	-0.078	-0.044	-0.030	-0.083

<b>Correlación Tiempo de practica vs estilos de enseñanza</b>											
	Tiempo de practica	ítem 1	ítem 2	ítem 3	ítem 4	ítem 5	ítem 6	ítem 7	ítem 8	ítem 9	ítem 10
<b>Correlación de Pearson</b>	1	-0.022	-0.142	-0.065	0.082	0.054	-0.070	0.051	0.058	-0.168	0.133

<b>Correlación edad vs estilos de enseñanza</b>											
	Edad	ítem 1	ítem 2	ítem 3	ítem 4	ítem 5	ítem 6	ítem 7	ítem 8	ítem 9	ítem 10
<b>Correlación de Pearson</b>	1	0.172	0.109	-0.037	0.041	0.135	-0.009	-0.050	0.160	0.005	.274**

De la tabla 81 al darse un valor correlacional muy cercano a 0, se determina que no existe una correlación significativa, es decir, la relación entre los aspectos sociodemográficos y las categorías 1 del cuestionario de afinidad docente, son muy débiles, lo que indica que los aspectos sociodemográficos de los usuarios que participaron en el estudio no son determinantes al momento de elegir el estilo de enseñanza del docente de aeróbicos.

Tabla 82. Correlaciones de Pearson entre aspectos sociodemográficos vs categoría 2: Construcción coreográfica.

<b>Correlación Nivel de complejidad vs Construcción Coreográfica</b>							
	Nivel de complejidad	Ítem 11	Ítem 12	Ítem 13	Ítem 14	Ítem 15	Ítem 16
<b>Correlación de Pearson</b>	1	-0.015	-0.159	0.000	-0.066	-0.111	0.151

<b>Correlación Tiempo de practica vs Construcción Coreográfica</b>							
	Tiempo de practica	Ítem 11	Ítem 12	Ítem 13	Ítem 14	Ítem 15	Ítem 16
<b>Correlación de Pearson</b>	1	-0.180	-0.030	0.085	-0.073	0.046	-0.020

<b>Correlación Edad vs Construcción Coreográfica</b>							
	Edad	Ítem 11	Ítem 12	Ítem 13	Ítem 14	Ítem 15	Ítem 16
<b>Correlación de Pearson</b>	1	0.068	0.059	0.074	0.074	0.037	-0.031

De la tabla 82 al darse un valor correlacional muy cercano a 0, se determina que no existe una correlación significativa, es decir, la relación entre los aspectos sociodemográficos y la categoría 2 del cuestionario de afinidad docente, son muy débiles, lo que indica que los aspectos sociodemográficos de los usuarios que participaron en el estudio no son determinantes al momento de presentar una afinidad por la forma de construcción coreográfica empleada por el docente de aeróbicos.

Tabla 83. Correlaciones de Pearson entre aspectos sociodemográficos vs categoría 3: Ambiente en la clase.

<b>Correlación Nivel de complejidad vs ambiente en la clase</b>			
	Nivel de complejidad	ítem 17	ítem 18
<b>Correlación de Pearson</b>	1	0.046	-0.096

<b>Correlación Tiempo de practica vs ambiente en la clase</b>			
	Tiempo de practica	ítem 17	ítem 18

<b>Correlación de Pearson</b>	1	-0.009	0.012
<b>Correlación Edad vs ambiente en la clase</b>			
	Edad	ítem 17	ítem 18
<b>Correlación de Pearson</b>	1	0.086	.213*

De la tabla 83 al darse un valor correlacional muy cercano a 0, se determina que no existe una correlación significativa, es decir, la relación entre los aspectos sociodemográficos y la categoría 3 del cuestionario de afinidad docente, son muy débiles, lo que indica que los aspectos sociodemográficos descritos por los usuarios que participaron en el estudio no son determinantes al momento de presentar una afinidad por el ambiente que el docente logra genera en clase de aeróbicos.

Tabla 84. Correlaciones de Pearson entre aspectos sociodemográficos vs categoría 4: carisma del docente.

<b>Correlación Nivel de complejidad vs Carisma del profesor en clase</b>				
	Nivel de complejidad	ítem 19	ítem 20	ítem 21
<b>Correlación de Pearson</b>	1	0.162	-.387**	-0.008
<b>Correlación Tiempo de practica vs Carisma del profesor en clase</b>				
	Tiempo de practica	ítem 19	ítem 20	ítem 21
<b>Correlación de Pearson</b>	1	-0.170	.292**	0.103
<b>Correlación Edad vs Carisma del profesor en clase</b>				
	Edad	ítem 19	ítem 20	ítem 21
<b>Correlación de Pearson</b>	1	-.225*	.951**	-0.118

De la tabla 84 al darse un valor correlacional muy cercano a 0 y muy lejano a 1, se determina que no existe una correlación significativa, es decir, la relación entre los aspectos sociodemográficos y la mayoría de ítems pertenecientes a la categoría 4 del cuestionario de afinidad docente, son muy débiles, lo que indica que los aspectos sociodemográficos de los usuarios que participaron en el estudio no son determinantes al momento de presentar una

afinidad por el carisma del docente. Sin embargo, ocurre un caso en particular al correlacionar la edad con el ítem 20 del cuestionario (Me gusta cuando el profesor controla su tono de voz, respeta la distancia, es calmado y dirige su clase de forma seria) este resultado muestra una correlación significativa, es decir que se aproxima a 1. Al interpretar el coeficiente se concluye que existe una relación fuerte y directa entre la edad del usuario y la influencia que tiene el tono de voz, energía y dinamismo del docente que orienta la sesión al momento de elegir el ingreso a clase con determinado profesor. En este contexto se puede interpretar que: a mayor edad del usuario que participa de esta práctica se espera un mayor control en la expresión del docente, es decir que, a mayor edad, las personas buscan que un docente sea más tranquilo, pausado y calmado.

Tabla 85. Correlaciones de Pearson entre aspectos sociodemográficos vs categoría 5: Imagen del docente.

<b>Correlación Nivel de complejidad vs imagen del profesor</b>									
	Nivel de complejidad	Ítem 22	Ítem 23	Ítem 24	Ítem 25	Ítem 26	Ítem 27	Ítem 28	Ítem 29
<b>Correlación de Pearson</b>	1	0.071	-0.012	-0.001	-0.111	-0.063	0.063	-0.172	0.046
<b>Correlación Tiempo de practica vs imagen del profesor</b>									
	Tiempo de practica	Ítem 22	Ítem 23	Ítem 24	Ítem 25	Ítem 26	Ítem 27	Ítem 28	Ítem 29
<b>Correlación de Pearson</b>	1	0.124	-0.064	0.021	0.090	0.023	0.050	0.106	-0.041
<b>Correlación Edad vs imagen del profesor</b>									
	Edad	ítem 22	ítem 23	ítem 24	ítem 25	ítem 26	ítem 27	ítem 28	ítem 29
<b>Correlación de Pearson</b>	1	0.015	0.077	0.006	0.018	0.110	-0.034	0.167	-.227*

De la tabla 85 al darse un valor correlacional muy cercano a 0, se determina que no existe una correlación significativa, es decir, la relación entre los aspectos sociodemográficos y la categoría 5 del cuestionario de afinidad docente, son muy débiles, lo que indica que los aspectos sociodemográficos descritos por los usuarios que

participaron en el estudio no son determinantes al momento de presentar una afinidad por la imagen que presenta del docente.

### 7.10. Correlación de Pearson entre categorías de orientación al ego y tarea del cuestionario TEOSQ.

En este apartado, se establece e interpreta la relación o correlación entre los ítems

**Tabla 86. Correlaciones entre ítems impares de categoría: Ego**

		ítem 1	ítem 3	ítem 5	ítem 7	ítem 9	ítem 11	ítem 13	ítem 15
ítem 1	Correlación de Pearson	1	.480**	.416**	.149	.198*	.258**	.315**	.225*
ítem 3	Correlación de Pearson	.480**	1	.492**	.368**	.543**	.615**	.529**	.548**
ítem 5	Correlación de Pearson	.416**	.492**	1	.534**	.462**	.534**	.528**	.494**
ítem 7	Correlación de Pearson	.149	.368**	.534**	1	.332**	.429**	.477**	.400**
ítem 9	Correlación de Pearson	.198*	.543**	.462**	.332**	1	.714**	.516**	.623**
ítem 11	Correlación de Pearson	.258**	.615**	.534**	.429**	.714**	1	.634**	.659**
ítem 13	Correlación de Pearson	.315**	.529**	.528**	.477**	.516**	.634**	1	.641**
ítem 15	Correlación de Pearson	.225*	.548**	.494**	.400**	.623**	.659**	.641**	1

propios a cada categoría del cuestionario de orientación a la meta TEOSQ (ego y tarea);

luego se analizará la correlación existente entre las puntuaciones dadas entre los ítems de ambas categorías (ego y tarea); entre más altas sean las puntuaciones dadas por la correlación se interpretaría una mayor coherencia en las respuestas de los participantes.

De la tabla 86 se establece que, existe en su mayor parte una correlación moderada y directa entre la mayoría de los ítems impares pertenecientes a la categoría Ego (valor cercano al 0.5). por otra parte, son pocos las correlaciones fuertes y directas que se presentan al correlacionar los ítems entre sí (celdas resaltadas, valores cercanos a 1) por ejemplo, existe una correlación entre aquellos usuarios que afirman que se sienten bien en clase de aeróbicos cuando pueden hacer las coreografías mejor que los demás (ítem #3) con aquellos que expresan sentirse bien cuando consiguen destacar as que los demás (ítem # 11), una de las correlaciones fuertes se presentan en aquellos usuarios que se sienten bien cuando comprenden una coreografía mejor que los demás (ítem #9) con aquellos que expresan sentirse bien cuando consiguen destacar as que los demás (ítem # 11). Finalmente, otro caso se presenta con la relación fuerte que muestran aquellos usuarios que se sienten bien en una clase de aeróbicos cuando son los mejores (ítem#13) con aquellos que se sienten bien por tener más habilidades que los demás (ítem # 15).

Al hacer una revisión precisa de los datos arrojados por las correlaciones se hace un poco confuso la razón por la cual la correlación entre los ítems de una misma categoría no presenta una correlación fuerte (lo que sería usual), y por el contrario, se resalta una correlación moderada, y aquellos ítems con relación fuerte y directa en realidad, aunque superan la barrera del 0.5, no son lo suficientemente fuertes para acercarse aún más al 1, es decir que su relación no es lo suficientemente fuerte como se esperaría.

**Tabla 87. Correlación de Pearson entre los ítems pares correspondientes a la categoría Tarea del cuestionario TEOSQ.**

		ítem 2	ítem 4	ítem 6	ítem 8	ítem 10	ítem 12	ítem 14	ítem 16
ítem 2	Correlación de Pearson	1	.529*	.552*	.656**	.563*	.532*	.368*	.387**
ítem 4	Correlación de Pearson	.529*	1	.629*	.622**	.581*	.468*	.402*	.536**
ítem 6	Correlación de Pearson	.552*	.629*	1	.676**	.485*	.526*	.426*	.409**
ítem 8	Correlación de Pearson	.656*	.622*	.676*	1	.608*	.490*	.394*	.612**
ítem 10	Correlación de Pearson	.563*	.581*	.485*	.608**	1	.664*	.338*	.438**
ítem 12	Correlación de Pearson	.532*	.468*	.526*	.490**	.664*	1	.556*	.435**
ítem 14	Correlación de Pearson	.368*	.402*	.426*	.394**	.338*	.556*	1	.541**
ítem 16	Correlación de Pearson	.387*	.536*	.409*	.612**	.438*	.435*	.541*	1

De la tabla 87 se establece que, existe en su mayor parte una correlación moderada y directa entre la mayoría de los ítems pares pertenecientes a la categoría tarea (valor cercano al 0.5). por otra parte, son pocos las correlaciones fuertes y directas que se presentan a las

correlaciones los ítems entre sí (celdas resaltadas, valores cercanos a 1). Al hacer una revisión precisa de los datos arrojados por las correlaciones se hace un poco confuso la razón por la cual la correlación entre los ítems de una misma categoría no presenta una correlación fuerte (lo que sería se esperaría), y por el contrario, se resalta una correlación moderada, y aquellos ítems con relación fuerte y directa en realidad, aunque

**Tabla 88. Correlaciones entre los ítems de las categorías Ego y Tarea del cuestionario TEOSQ.**

		ítem 2	ítem 4	ítem 6	ítem 8	ítem 10	ítem 12	ítem 14	ítem 16
ítem 1	Correlación de Pearson	.016	-.030	-.036	-.022	-.016	.028	.008	-.018
ítem 3	Correlación de Pearson	.078	.110	.045	.038	-.006	.036	.015	.026
ítem 5	Correlación de Pearson	-.009	-.052	-.071	.049	.032	.098	.042	.105
ítem 7	Correlación de Pearson	-.175	-.117	-.128	-.109	-.150	-.012	-.052	-.044
ítem 9	Correlación de Pearson	.188*	.289**	.187*	.267**	.288**	.321**	.136	.198*
ítem 11	Correlación de Pearson	.103	.149	.083	.148	.098	.204*	.139	.192*
ítem 13	Correlación de Pearson	.061	.129	.066	.189*	.070	.153	.183*	.165
ítem 15	Correlación de Pearson	.114	.165	.088	.201*	.114	.189*	.139	.126

superan la barrera del 0.5, no son lo suficientemente fuertes para acercarse aún más al 1, es decir que su relación no es lo suficientemente fuerte como se esperaría.



De la tabla 88 al darse un valor correlacional muy cercano a 0, se determina que no existe una correlación significativa, es decir, la relación entre los ítems impares dados hacia el Ego y los ítems pares dados hacia la tarea, son muy débiles, lo que indica que en ningún caso existe una relación ya sea directa o indirecta entre la tarea y el ego, es decir, la influencia de una no determina el resultado de la otra. De lo anterior también se puede indicar que, para este apartado, los resultados presentados son un indicador adecuado en cuanto a la veracidad de las respuestas que dan las personas ya que se percibe de forma clara aquel que se oriente hacia la tarea o hacia el ego

#### 7.10.1. Correlación de Pearson entre categorías del cuestionario de afinidad por la didáctica y características del docente de aeróbicos. orientación al ego y tarea del cuestionario TEOSQ.

En este apartado, se establece e interpreta la relación o correlación entre los ítems propios a cada una de las 5 categorías del cuestionario de afinidad del docente; luego se analizará la correlación existente entre las puntuaciones dadas entre los ítems de todas las categorías del cuestionario; entre más altas sean las puntuaciones dadas por la correlación se interpretaría una mayor coherencia en las respuestas de los participantes.

Tabla 89. Correlaciones entre los ítems de las categorías 1 (estilo de enseñanza) del cuestionario de afinidad del docente.

Correlación ítems categoría 1		ítem 1	ítem 5	ítem 6	ítem 8	ítem 10
ítem 1	Correlación de Pearson	1	.410**	.526**	.499**	.418**
ítem 3	Correlación de Pearson	.283**	.342**	.510**	.283**	.112
ítem 5	Correlación de Pearson	.410**	1	.550**	.318**	.211*
ítem 6	Correlación de Pearson	.526**	.550**	1	.428**	.165

Una vez realizado el análisis correlacional entre los ítems 1 al 10 que conforman la categoría de estilos de enseñanza, en la tabla 89 se puede apreciar aquellos que generaron una correlación medianamente elevada. Aunque se puede evidenciar valores correlacionales como el caso de el ítem 5 en el cual un usuario en clase de aeróbicos siente que Las coreografías son más fáciles de aprender si el profesor utiliza señales verbales (indicaciones habladas del paso o dirección) y visuales (indicaciones con las manos) en cada paso con el ítem 6 en el cual un usuario en clase de aeróbicos se siente bien cuando el empoderamiento (la seguridad, confianza y dominio) del docente contribuyen en el buen desarrollo de la clase. los cuales cuentan con una correlación de 0.55, la conclusión más precisa que se puede obtener de estos datos es que no se presenta una correlación realmente significativa como se esperaría al relacionar ítems de un mismo grupo, lo que indica finalmente que, un ítem no incide ni directa ni indirectamente en el resultado del otro.

Tabla 90. Correlaciones entre los ítems de las categorías 2 (construcción coreográfica) del cuestionario de afinidad del docente.

<b>Correlación ítems categoría 2</b>			<b>ítem 13</b>	<b>ítem 14</b>
<b>ítem 13</b>	Correlación Pearson	de	1	-.604**
<b>ítem 14</b>	Correlación Pearson	de	-.604**	1

Una vez realizado el análisis correlacional entre los ítems 11 al 16 que conforman la categoría de construcción coreográfica, en la tabla 90 se puede apreciar aquellos que generaron una correlación medianamente elevada. Se puede determinar una correlación fuerte enmarcada por una puntuación de 0.6 entre los ítems 13 (Comprendo una coreografía más rápido, cuando el profesor hace los pasos más amplios o grandes) y 14 (Los pasos grandes o amplios mostrados por el profesor no son relevantes durante el aprendizaje de una coreografía), la correlación que se presenta aquí de acuerdo a la tabla es una correlación negativa, lo que indica que la incidencia de una afecta de forma inversa al resultado de la otra.

Tabla 91. Correlaciones entre los ítems de las categorías 3 (ambiente en la clase) del cuestionario de afinidad del docente.

<b>Correlación ítems categoría 3</b>			<b>ítem 17</b>	<b>ítem 18</b>
<b>ítem 17</b>	Correlación Pearson	de 1	1	-.041
	Sig. (bilateral)			.658
	N		120	120

De la tabla 91 Al tomar la correlación ente los ítems; 17 (La clase se vuelve más amena con herramientas musicales (tracks o pistas) que contengan sonidos latinos, modernos y con voz (cantos) y 18 (La clase es más amena con herramientas musicales (tracks o pistas) que contengan sonidos de géneros clásicos, más golpe musical y poca voz o cantos), se deduce que, no existe una correlación significativa ya que su valor (0.275) es aproximado a 0, lo que indica una correlación débil.

Tabla 92. Correlaciones entre los ítems de las categorías 4 (carisma del docente en clase) del cuestionario de afinidad del docente.

<b>Correlación ítems categoría 4</b>			<b>ítem 19</b>	<b>ítem 20</b>	<b>ítem 21</b>
<b>ítem 19</b>	Correlación Pearson	de 1	1	-.282**	.110
<b>ítem 20</b>	Correlación Pearson	de -.282**	1	1	-.176
<b>ítem 21</b>	Correlación Pearson	de .110	-.176	1	1

De la tabla 92 Al tomar la correlación entre los ítems 19, 20 y 21, se deduce que, no existe una correlación significativa ya que su mayor valor (-0.282) es aproximado a -0, lo que indica una correlación débil.

Tabla 93. Correlaciones entre los ítems de las categorías 4 (carisma del docente en clase) del cuestionario de afinidad del docente.

<b>Correlaciones categoría 5.</b>		<b>ítem 24</b>
<b>ítem</b>	Correlación de Pearson	.634**
<b>22</b>	Sig. (bilateral)	.000
<b>ítem</b>	Correlación de Pearson	.787**
<b>23</b>	Sig. (bilateral)	.000

Una vez realizado el análisis correlacional entre los ítems 22 (El género del docente no influye en mi elección para entrar a clase) al 29 (Prefiero ingresar a las clases de los profesores con mayor antigüedad) los cuales conforman la categoría de imagen del docente, en la tabla 93 se puede apreciar aquellos que generaron una correlación elevada. Por un lado, Aunque se evidenciar valores correlacionales entre el ítem 22 (El género del docente no influye en mi elección para entrar a clase) vs ítem 24 (Prefiero ingresar a clases con profesores hombres porque son más animados y de carácter). los cuales cuentan con una correlación de 0.634, lo que permite indicar que se presenta una correlación fuerte y directa, lo mismo ocurre con una correlación entre los ítems 23 (Prefieren entrar a clases con profesoras mujeres porque considero que son más animadas y de carácter) vs 24 (Prefiero ingresar a clases con profesores hombres porque son más animados y de carácter) los cuales cuentan con una puntuación de 0,787 lo que también indica que se presenta una correlación fuerte y directa entre los dos ítems.

#### 7.10.2. Correlación de Pearson entre los cuestionarios TEOSQ VS Afinidad por la Didáctica y Características del Docente.

Una vez realizado un análisis correlacional entre el instrumento de orientación motivacional TEOSQ vs el instrumento de afinidad por la didáctica y características propias del docente, se indica que no se encontró una asociación moderada ni fuerte entre los dos cuestionarios, los cuales fueron correlacionados por categorías e ítems, dando como resultado un tipo de correlación débil.

**Tabla 94. Correlación de Pearson entre categoría de Ego cuestionario TEOSQ vs Categoría de Construcción Coreográfica del Instrumento Afinidad hacia la didáctica y características del docente.**

			ítem 11	ítem 12	ítem 13	ítem 14	ítem 15	ítem 16
<b>ítem 1</b>	Correlación Pearson	de	-.031	-.051	.036	-.062	-.098	-.016
<b>ítem 3</b>	Correlación Pearson	de	-.058	-.095	-.057	.078	.014	-.070
<b>ítem 5</b>	Correlación Pearson	de	-.091	-.134	-.055	.095	-.021	.010
<b>ítem 7</b>	Correlación Pearson	de	-.049	-.156	-.069	.138	-.082	.188*
<b>ítem 9</b>	Correlación Pearson	de	-.120	-.129	-.014	.084	-.062	-.069
<b>ítem 11</b>	Correlación Pearson	de	-.078	-.189*	-.098	.121	-.027	-.014
<b>ítem 13</b>	Correlación Pearson	de	-.040	-.102	-.051	.092	-.035	.048
<b>ítem 15</b>	Correlación Pearson	de	-.015	-.181*	-.041	.052	-.004	.017

De la tabla 94 se puede apreciar un ejemplo del resultado total de la correlación entre el TEOS y el cuestionario de Afinidad por la didáctica del docente, en él se puede apreciar un análisis correlacional débil entre las categorías de ego vs construcción coreográfica, por lo que no se ve la necesidad de ahondar en un análisis más exhaustivo de estos resultados. lo anterior sigue ocurriendo al correlacionar la totalidad de ambos cuestionarios.

## 8. Discusión

Teniendo en cuenta el presente ejercicio de investigación y luego de efectuarse una revisión exhaustiva de antecedentes, el respaldo teórico y conceptual de investigaciones precedentes para el actual trabajo de investigación ha sido muy superficial, pese a que uno de los instrumentos (TEOSQ) ha sido tomado y modificado de estudios cuyo instrumento inicial ha venido presentando una serie de variaciones a lo largo del tiempo (Nicholls y Duda 1992, Willign y Duda 1995, Peiro y Sanchis 2004, Ruiz, Pierón 2013 y Ruiz, Piernón y Zamarripa 2014) es la primera vez que se modifica, valida y aplica a una población adulta y perteneciente a un ámbito poblacional enmarcado en la actividad física grupal y musicalizada a diferencia de la escuela y el deporte, escenarios para los cuales el instrumento TEOSQ siempre había sido aplicado en investigaciones anteriores.

Por otro lado, ante la ausencia de temáticas de investigación que presentaran algún tipo de relación con la afinidad o gusto que una persona o individuo pudiese tener con su profesor o docente en el área de la actividad física y para ser más precisos, en clases de aeróbicos y ante las circunstancias de pandemia actuales, en las cuales fue necesario buscar alternativas que permitieran evaluar en determinado aspecto a una población de manera no presencial, se vio la necesidad de construir, validar, reconstruir y aplicar un instrumento totalmente nuevo e innovador que permitiera dar una idea de que intereses en particular busca un usuario al momento de elegir participar de una clase de aeróbicos multi nivel de determinado docente. Por lo anterior se ve la necesidad de indicar que este trabajo de investigación no cuenta con otros estudios que permitan comparar y discutir los resultados, por el cual en este apartado se discutirán únicamente los resultados obtenidos del propio análisis realizado en el capítulo anterior.

De los resultados obtenidos del capítulo anterior (análisis estadístico) se parte por revisar, como, para esta investigación, la práctica de los aeróbicos es una de las tendencias en el fitness grupal y musicalizado que sigue presentando gran fuerza y

acogida en la participación del género femenino a diferencia de la participación del género masculino (ver tabla 13), quienes, desde el nacimiento de estas prácticas en los 60 han venido mostrando comportamientos de participación similar a los que se presentan en este estudio (Fernández, López y Moral. 2004).

En cuanto a la edad de participación de los usuarios en esta práctica, pudo observarse que los aeróbicos son una práctica que presenta gran afinidad y gusto en la población de adultos jóvenes, comprendida entre los 31 a 40 años de edad, son prácticas dirigidas a este tipo de población sin escatimar que en la población joven (21 a 30 años) también se evidencia un porcentaje bastante significativo (ver tabla 16). Por otra parte, cuando se relaciona la edad en promedio de las personas que realizan aeróbicos con la experiencia o tiempo que los usuarios llevan realizando esta práctica, la asistencia semanal de los usuarios a estas clases y las diferentes alternativas que los usuarios eligen al momento de realizar su práctica física distintas a los aeróbicos, se puede evidenciar como los aeróbicos son una práctica que, una vez sea aprendida y entendida, su disfrute es tal que puede llegar a ser una actividad cuya participación y gusto perdura en el tiempo ya que la tendencia en años de práctica de esta actividad que se presenta en los resultados así lo mostraron, al ver un promedio de participación temporal enmarcado entre 1 A 7 años de experiencia por un lado (con una frecuencia de 64 y un promedio de 53,3 %), seguido de un promedio de 7 a 13 años (con una frecuencia de 27 y un promedio de 22.5 %) por el otro (ver tabla 23).

En conjunto a ello, se puede determinar que los aeróbicos, de acuerdo a la asistencia semanal expresada en el análisis, podría ser considerada como una práctica sistemática y no una simple práctica recreativa, debido a su asistencia continua que de acuerdo a los análisis es en promedio de 3 veces por semana (ver tabla 20). Es decir que esta actividad, podría ser tomada como parte y complemento de un programa de actividad física o entrenamiento dirigidos, esta afirmación es reforzada al evidenciar los resultados arrojados por el análisis generado en el apartado de: prácticas con las que se complementa la clase de aeróbicos (tabla 26), en la que se determina que las personas prefieren complementar su trabajo físico con otras clases grupales a parte de la clase de aeróbicos en lugar de otros trabajos como prácticas deportivas o gimnasio.

El anterior análisis permite evidenciar como estos usuarios, en la situación actual de pandemia en la cual se encuentra la población mundial, este escenario de clases grupales las cuales son tendencia a la hora de realizar actividad física, resulta ser un factor perjudicial para esta población que encuentra, posiblemente, en la interacción social una motivación para la ejecución de su práctica física.

Por otra parte, teniendo en cuenta el análisis inferencial realizado entre algunas características de la población mediante el coeficiente de correlación de Pearson y el grado de significancia, se pudo determinar que las relaciones o asociaciones dadas entre determinadas características (nivel de complejidad, género, edad, experiencia en cuanto a la práctica de los aeróbicos) es débil, es decir que el grado de asociación que presentan entre si las variables sociodemográficas es muy baja, en otras palabras, el cambio de una de las variables no influirá de forma significativa en la otra, esto probablemente se deba a la gran variedad de datos mostrados por la población de estudio.

De otro lado, de acuerdo al análisis descriptivo que se dio del cuestionario de orientación hacia la tarea o el ego (TEOSQ) los datos arrojados mostraron que: se evidencio una clara tendencia motivacional orientada hacia tarea por parte de los usuarios de los tres niveles (básico, intermedio y avanzado) el cual, en una escala tipo likert de 1 a 5, esta categoría mostraba una puntuación de 5 (muy de acuerdo) en cada uno de sus ítems correspondientes a todos los pares, esto se evidencio al destacar la moda en cuanto a la puntuación de cada ítem de acuerdo a cada categoría. (ver tabla 43).

Por otra parte, para la categoría de los ítems orientados al ego (ítems impares), la puntuación que se presentó más significativa entre los usuarios de los tres niveles de complejidad fue de 3 (neutro). Al hacer un análisis más profundo de los resultados dados tanto para las orientaciones por la tarea o por el ego, es claro que la mayor parte de usuarios afirmaron que la práctica de aeróbicos en general la ejecutan motivados por un beneficio propio y cuyo interés está basado en la mejora y aprendizaje de cada



persona para consigo mismo, pero al tomar los resultados en común dado en la puntuación hacia el ego, como se dijo anteriormente, se evidencia que existe una puntuación muy marcada hacia la neutralidad, por lo cual los usuarios no presentaron una afirmación concreta de lo que se piensa o no del ítem, lo que siembra la inquietud de pensar si en realidad no se le dio la puntuación real a esta categoría debido a algún tipo de juicio social que pudiese percibir el usuario al momento de responder, pese a que se le indico desde un inicio a la persona que todas y cada una de sus respuestas serian totalmente confidenciales, tal vez se podría presentar un cierto juicio al responder de manera real, juicio enmarcado entre: el ¿qué dirán si respondo determinada cosa? y por otro lado dar una puntuación de acuerdo a lo que se debería dar y no, a lo que en realidad, se deseaba contestar.

En estudios anteriores donde se aplicaron las teorías de orientaciones de meta y sus instrumentos (Nicholls y Duda 1992, Willign y Duda 1995, Peiró y Sanchis 2004, Ruiz, Pierón 2013 y Ruiz, Piernón y Zamarripa 2014), estos fueron aplicados en su mayoría a poblaciones infantiles y/o adolescentes, población que se ve, en menor medida, permeada por un qué dirán, de la sociedad, lo que es de gran utilidad al momento de emplear este instrumento (TEOSQ) en un estudio. Quizás en poblaciones adultas este instrumento deba estar acompañado de otro tipo de análisis o trabajo de observación, en el cual se compare si en realidad la puntuación dada por un usuario es directamente proporcional en situaciones de participación durante el desarrollo de una clase de aeróbicos.

De otro lado, al revisar las puntuaciones obtenidas de cada una de las cinco categorías del segundo instrumento: Afinidad del usuario por la didáctica y características del docente de aeróbicos, se aprecia cómo, en la primera categoría: estilo de enseñanza se pretendía determinar como un usuario se identifica o que características busca un usuario en cuanto a estilos de enseñanza del docente al momento de elegir una clase de aeróbicos, para esta categoría la cual cuenta con 10 ítems, se presentó una puntuación en común de 5 para básico e intermedio y 4 para avanzado, se puede decir entonces que los usuarios de los tres niveles tienden a elegir las mismas características en un docente a la hora de determinar su estilo de enseñanza pero, es interesante observar como en el ítem 9 (Es agradable cuando el profesor tarda menos tiempo con otros grupos y enfoca un poco más de trabajo con mi

grupo ya que puedo disfrutar más de la clase) los niveles intermedio y avanzado dieron una puntuación de 2 (en desacuerdo) mientras que el nivel básico una puntuación de 3 (neutro), aquí lo interesante es lo que se esperaría de acuerdo a experiencias y comentarios de algunos docentes y los mismos usuarios, en los cuales, durante las clases los niveles intermedio y avanzado sienten simpatía por aquellos espacios donde se enseña una coreografía de forma más rápidas y así poder realizar mayor número de combinaciones y juegos coreográficos, mientras que para el nivel básico, es un poco más relevante importante que el docente muestre mayor calidad de tiempo a la hora de enseñar una coreografía ya que los procesos de observación, captación y ejecución de la rutina tardan un poco más. Aunque se muestra una mayor puntuación por este nivel (3 = neutro) no es la puntuación que se esperaría de un grupo que exige y demanda mayor tiempo, esta puntuación debería tener mayor fuerza cosa que no ocurrió. Para el ítem 2 (La clase es más agradable cuando el profesor dedica poco tiempo para enseñar la coreografía.) se observa que la opinión dada por los usuarios de acuerdo a su nivel es similar (en desacuerdo), sería interesante complementar este análisis estadístico dado por un cuestionario, con un trabajo de observación, ya que si se tiene en cuenta la información suministrada por diferentes docentes que imparten esta clase, usualmente los usuarios exigen menor tiempo para los grupos diferentes y mayor para ellos mismo, información que contradice lo obtenido en el análisis.

Por otro lado, la puntuación en común dada para la categoría dos (construcción coreográfica), muestra una puntuación de dos (en desacuerdo) la cual predomina en los tres grupos, en esta puntuación se destaca la arrojada por los ítems 11 (Prefiero cuando el profesor hace pasos que ya conozco y no cambia su estilo, ya que me permite realizar la coreografía de una manera más rápida y fácil) la cual es de 2 (en desacuerdo) para los tres niveles y con la misma puntuación se encuentra el ítem 16 (No me gusta cuando el profesor implementa combinaciones o particiones diferentes a las que ya conozco), en teoría, la población de estudio ante su respuesta está comunicando que les agradan más las cosas novedosas, únicas y diferentes, opiniones que se recomendarían también, sea contrastadas con algún tipo de análisis de campo y observación para determinar exactamente si lo que se responde es directamente proporcional a lo que se hace.

Respecto a la categoría 3 (ambiente de la clase), son pocos los ítems que conforman esta categoría, por ende, su evaluación y puntuación se ven un poco afectados al momento de determinar algunas respuestas en común para toda la categoría en especial, más sin embargo, si se puede afirmar que para los usuarios de los tres niveles, la música o pistas musicales influye en gran medida para un buen ambiente en clase, expresando su gusto por herramientas musicales novedosas, actuales y latinas (ver tabla 75). Al igual de lo ocurrido en la anterior categoría, para la categoría 4 (carisma del docente en clase), la categoría presenta pocos ítems lo que al momento de hacer un análisis general por puntuación en común se dificulta un poco, más sin embargo de ella se puede afirmar que, de acuerdo a las puntuaciones dadas por los niveles en cada uno de los ítems, al momento de ingresar a clase con un docente, ellos esperan que este sea alegre, dinámico, gusta más aquel docente con un tono de voz elevado mas no descontrolado, básicamente todos están de acuerdo en que la personalidad y carisma del docente influye mucho en la decisión de ingresar a clase.

Finalmente se encuentra la categoría 5 (imagen del docente) en la cual se evidencio una puntuación en común neutra de los ítems. Para esta categoría, los usuarios de los tres niveles no mostraron una opinión directa frente al contenido del ítem, por ejemplo se encuentra el caso del ítem 24 en el cual se le indica al usuario su afinidad por ingresar a clase con profesores del género masculino, a lo que básico dio una respuesta de : muy en desacuerdo, misma puntuación dada para el ítem 23 la cual indica la preferencia por entrar a clase con profesoras mujeres, para el caso de intermedio y avanzado, dichos ítems obtuvieron una puntuación de 3 en la cual se desconoce su intención real, tal vez el ítem no fue claro o no presentaba la construcción textual ideal que expresara una idea en la cual el usuario se sintiera seguro de contestar o tal vez, de igual manera con lo ocurrido anteriormente, debido a juicios sociales, no se percibe la disposición para dar una respuesta definitiva ante el ítem.

Por otra parte, al detallar el análisis inferencial en el cual se realizó una correlación de Pearson entre las variantes de ego y tarea del instrumento TEOSQ vs las características sociodemográficas de los usuarios, no se evidencio ningún tipo de asociación o relación

fuerte ni moderada entre los ítems, lo cual podría indicar que los aspectos sociodemográficos no son determinantes en la orientación motivacional de los usuarios en la práctica de aeróbicos. Situación similar se presentó al momento de determinar la asociación o relación existente entre las variables sociodemográficas con cada una de las categorías y sus respectivos ítems del cuestionario de afinidad hacia la didáctica y características del docente. Al realizar todo un análisis solo se encontró un tipo de relación fuerte y directa entre el ítem 20 de la categoría 4 (carísima del docente) vs la variable edad quienes obtuvieron una puntuación de 0,951 y que en otras palabras esto indicaría que: la edad influye en la elección de un docente más comunicativo y expresivo. básicamente se podría decir que la relación que se determinó entre la categoría y la variable fue directamente proporcional.

finalmente, al realizar el análisis inferencial y determinar las posibles correlaciones entre los dos instrumentos del presente estudio: TEOSQ vs Afinidad por la Didáctica y Características del Docente, no se evidencio ningún tipo de relación de los resultados obtenidos. Al tomar ítem vs ítem o ítem vs Categoría, no se muestran asociaciones o correlaciones fuertes ni moderadas (ver anexo 1) que permitan aplicar de nuevo ambos estudios de manera conjunta. Al no determinar ninguna relación entre los instrumentos, se hace necesario para estudios futuros detallar que cada instrumentó debe tomarse de manera independiente en los cuales un instrumento como lo es el TEOSQ debe tratar específicamente aquellos temas de orientación motivacional por un lado y por el otro, el instrumento que evidencie la percepción que un grupo de personas muestra hacia determinadas variables de un docente. Además se podría indicar que en lugar de relacionar ambos instrumentos, para obtener resultados diferentes y hallar algún tipo de relación, sería interesante poder complementar las respuestas brindadas por los usuarios con un método observacional, lo cual permita buscar una relación entre el discurso que el usuario brinda al momento de contestar el instrumento con lo que en realidad el usuario muestra y expresa en sus comportamientos durante la ejecución de la clase, es decir, comparar el discurso que el mismo usuario ha brindado a través de las respuestas de los cuestionarios (respuestas que el usuario da de acuerdo a percepciones en las que él cree que esta correcto responder ) con comportamientos y actitudes que después de

todo un proceso de observación se puedan identificar y así, a través de este ejercicio investigativo, poder evidenciar y determinar por un lado los aspectos motivacionales reales de una persona al realizar esta práctica (estudio de investigación 1) y por otro lado poder evidenciar si en realidad, las preferencias o afinidades que una persona busca en un docente son directamente proporcionales en cuanto a lo que la misma persona responde a cómo se comporta.

## 9. Conclusiones.

En consecuencia, con el análisis descriptivo sobre aquellos aspectos sociodemográficos de los usuarios que practican aeróbicos multi nivel de una caja de compensación en Bogotá, se determinó que en su mayoría son de género femenino, el nivel de complejidad con mayor participación en el estudio fue el nivel avanzado, seguido del nivel intermedio y finalmente básico con una participación baja. se identifica que los aeróbicos son una práctica que se ejecuta, por la mayoría de usuarios, como mínimo 3 veces a la semana, lo que la convierte en una práctica sistemática y de alto valor a la hora de complementar un trabajo físico o un tipo de entrenamiento.

También se puede determinar que para la mayoría de personas que practican aeróbicos en esta caja de compensación, ven en las clases grupales un medio para llevar a cabo su práctica o entrenamiento físico lo que evidencia el gusto de las personas por hacer actividades de forma social y conjunta seguidos por un docente y en su mayoría, al ritmo de la música, situación que al profundizarse, sería de gran interés poder ahondar a cerca de las alternativas o comportamientos que este tipo de población, afín a las clases grupales, ha presentado en tiempos de pandemia en el cual la virtualidad, el distanciamiento y la baja interacción social son protagonistas en esta nueva normalidad. En términos de experiencia, se evidencia que los aeróbicos, son una actividad que se aprende desde joven y que, con la práctica y el gusto, llegan a ser una acción que perdura en el tiempo.

En cuanto el análisis realizado a los instrumentos de investigación, se determina que:

Del instrumento de orientación motivacional TEOSQ, se establece que los usuarios de esta caja de compensación realizan aeróbicos basados en una motivación propia, es decir, el objetivo de practicar esta clase es el de mejorar su condición física, sentirse bien consigo mismo, aprender nuevos movimientos etc., en definitiva, de acuerdo a lo expresado por ellos mismos en sus respuestas, se muestra una alta afinidad por una orientación motivacional dada hacia la tarea.

Pese a la puntuación y orientación motivacional expresada por los usuarios al responder el cuestionario, es importante destacar la alta relación que se presentó en la puntuación, neutra, brindada por los usuarios pertenecientes a los tres niveles de complejidad con relación a los ítems orientados hacia el ego, en la cual se infiere que, pese a la alta orientación motivacional mostrada por la población, dirigida hacia la tarea, es importante realizar un proceso de reflexión del trabajo docente a la hora de preparar e impartir una clase de aeróbicos, reflexión en la cual se generen herramientas y alternativas que promuevan y fortalezcan un mayor trabajo que busque la orientación hacia un objetivo más intrínseco en el usuario y de esta manera se pueda mejorar tanto el clima motivacional en clase, la adhesión a la misma, el respeto por el compañero y el docente y finalmente el gusto por la ejecución de este tipo de prácticas.

Del instrumento De: Afinidad por la Didáctica y las Características del Docente, se indica que, la mayoría de respuestas dadas por los usuarios en los ítems fueron similares en cuanto a su puntuación, destacando la gran acogida y valor que para los usuarios presentan aquellos docentes que: siempre buscan realizar cosas novedosas, preparan su clase con antelación, son animados, activos y extrovertidos, buscan siempre estar a la vanguardia en métodos de construcción coreográfica y diseño de pasos, respetan los tiempos de enseñanza coreográfica entre los grupos evidenciando así una equidad por la clase, se destaca la no importancia por el género del docente, es decir que las personas ingresan a clase sin importar si el docente es hombre o mujer, situación similar ocurre al momento de ingresar a una clase cuyo docente sea atlético o no.

Básicamente, las respuestas dadas por los usuarios tienden a ser totalmente fraternales, cordiales, amables, desinteresadas y comprensibles para el docente, pero en ese orden de ideas, si según lo plasmado por el usuario, todo es como debería ser, no se encuentra una relación entre las respuestas arrojadas y la información suministrada por la experiencia docente y los mismos participantes. En este punto, también se destaca en algunos ítems, una puntuación que no permite evidenciar si el usuario está de acuerdo o no con el ítem y así poder entrar a hacer un análisis más elaborado, lo anterior ocurre en situaciones como por ejemplo el ítem 28 (Prefiero ingresar a las clases de los profesores con menor

antigüedad) el cual tiene un predominio de calificación neutra, al relacionar este tipo de puntajes, con otros ítems que presentan la misma situación, se podría inferir que no es totalmente claro el discurso del usuario y podría parecer que limita sus respuestas de acuerdo a una conciencia enmarcada por un juicio socialmente establecido.

Por otro lado, de acuerdo a los resultados obtenidos del análisis correlacional, se evidencia una correlación débil entre las orientaciones motivacionales dadas hacia el ego o la tarea y la afinidad que presenta el usuario con las didácticas y características propias del docente de aeróbicos se presenta una correlación débil, es decir que la correlación dada entre ambos aspectos a investigar no permite realizar un análisis más detallado y así poder dar mayor claridad a interrogantes planteados. Teniendo en cuenta esta idea y los análisis destacados anteriormente, se concluye que, para determinar una respuesta con mayor veracidad y detalle, en cuanto a las orientaciones motivacionales que llevan a un usuario a realizar una práctica, por un lado y por el otro, evidenciar que apreciación, características y didácticas busca un usuario en un docente al momento de ingresar a su clase de aeróbicos, ambos estudios, para futuras investigaciones, deberán realizarse de forma separada.

En correspondencia con lo anterior, la modificación y validación del instrumento TEOSQ, ha mostrado ser una herramienta muy útil para investigaciones posteriores que se pretendan realizar en el campo de las orientaciones motivacionales en la actividad física grupal y musicalizada, la cual, al momento de emplearse en adultos se recomienda complementar la investigación con otro tipo de herramientas presenciales, es decir, se aconseja realizar una comparación entre el discurso que brinda un usuario o persona de una temática determinada con un análisis de campo y observación que el investigador realice de la población y así evidenciar si en realidad las respuestas dadas son coherentes a las dinámicas y comportamientos presentados por el individuo.

Finalmente, para el instrumento de Afinidad por la Didáctica y Características del Docente de Aeróbicos, es un cuestionario que permite ser el pilar o la base de estudios futuros, los cuales pretendan evidenciar la realidad de lo que en verdad busca un



individuo al ingresar y participar de una clase dada por determinado profesor, esto aplicaría no solo para una clase de aeróbicos sino también para cualquier tipo de clase grupal y musicalizada. Como recomendaciones, por un lado y de acuerdo a su nivel de confiabilidad dado en el análisis Alpha de Cronbach: 0.633, el instrumento muestra la necesidad de presentar diversas modificaciones en cuanto a su estructura, organización de los ítems, número de categorías, igual número de ítems de acuerdo a las categorías, mayor claridad en la construcción de los ítems entre otros aspectos. Esto con el fin de volver el instrumento más confiable y consistente al momento de realizar una investigación. por otro lado, y al igual con el caso del instrumento de TEOSQ, se recomienda al realizar un trabajo de investigación utilizando el instrumento de Afinidad, contrastarlo con otra herramienta que permita evidenciar de manera presencial las acciones y comportamientos de la población a estudiar, de tal manera que se pueda contar con unos resultados más verídicos y concluyentes.

## 10. Limitaciones del Estudio.

Tras la culminación del proceso investigativo del presente ejercicio, una de las limitaciones más grandes que generó amplias modificaciones en cuanto a los objetivos, métodos e instrumentos iniciales de la investigación se debe a la aparición del virus COVID 19 y la posterior pandemia que ocasionó la suspensión de todo tipo de actividades sociales y como consecuencia, se produjo una nueva normalidad en todas las actividades cotidianas a nivel mundial. Esta situación generó el cambio inicial de un proyecto de investigación Mixto en el cual se pretendía comparar un instrumento de corte cuantitativo, aplicado a los usuarios de aeróbicos, con un trabajo de observación cualitativo el cual se llevaría a cabo en las clases desarrolladas en la caja de compensación.

Otras de las limitaciones destacadas durante el desarrollo de este estudio se presentó con la falta de apoyo de la caja de compensación en la cual se llevó a cabo el estudio ya que ante esta situación, se dificultó en gran medida la recolección de información al momento de entregar los instrumentos, ya que no se contaba con una base de datos específica y se tuvo que acudir al proceso de bola de nieve para poder contactar y entregar los cuestionarios a la población de estudio, la cual pudo ser mucho mayor de haber contado con el apoyo antes mencionado.

Finalmente, al no contar con una población de estudio más amplia y al tratarse de una clase multi nivel, los porcentajes de participación para cada categoría son desiguales, lo cual pudo generar algunos sesgos a la hora de realizar los diversos análisis estadísticos.

## 11. Lista de Referencias

- Arévalo Maxmella D, Palacios Urbano S, González Cárdenas L. (2010). Conocimientos Básicos Sobre Ejercicio Saludable De Los Usuarios De Clases Grupales De Actividad Física En Los Principales Gimnasios Y Centros De Acondicionamiento Físico De Pereira, 2009. Universidad Tecnológica De Pereira Facultad De Ciencias De La Salud Programa Ciencias Del Deporte Y La Recreación Pereira.
- Baena, Granero, Gómez, Abraldes. (2014). Orientaciones de Meta y Clima Motivacional Según Sexo y Edad en Educación Física. Cultura, Ciencia y Deporte, vol. 9, núm. 26, mayo-agosto, 2014, pp. 119-128 Universidad Católica San Antonio de Murcia Murcia, España.
- Beltrán Gómez, J, López Trujillo, Y, Orjuela Valencia, L y Patiño Franco, H. (2002). Como Influye La Motivación En Los Procesos De Recreación En Los Niños De Los Cuatro A Los Doce Años De Edad. Educación - Licenciatura en Educación Física y Deportes.
- Bermejo, Bartoléme, Rebollo. (2018). Factores motivacionales relacionados con la intención de seguir practicando ejercicio físico en mujeres Adultas. Federación Española de Asociaciones de Docentes de Educación Física (FEADEF) ISSN: Edición impresa: 1579-1726. Edición Web: 1988-2041 ([www.retos.org](http://www.retos.org)).
- Borges, Prieto, Prieto, Alias, Moreno. (2015). Predicción del motivo salud en el ejercicio físico en centros de fitness. RICYDE. Revista Internacional de Ciencias del Deporte VOLUMEN XI - AÑO XI. Páginas:163-172 ISSN :1 8 8 5 - 3 1 3 7
- Borges, Ruiz, Salar, Moreno. (2017). Motivación, autoestima y satisfacción con la vida en mujeres practicantes de clases dirigidas en centros de fitness. Cultura, Ciencia y Deporte, vol. 12, núm. 34, 2017, pp. 47-53. Universidad Católica San Antonio de Murcia, España.

- Broo, Ballart, Valls, Latinjak. (2012). Motivación Situacional Y Estado Afectivo En Clases Dirigidas De Actividad Física. Motricidad. *European Journal of Human Movement*, vol. 29, 2012, pp. 147-158 Asociación Española de Ciencias del Deporte. Cáceres, España.
- Burbano, V; Valdivieso, M. 2016. Inferencia estadística básica, apoyo al estudio independiente. Editorial UPTC. Tunja, Colombia. P.222.
- Duda, Nicholls (1992). Dimensions of Achievement Motivation in Schoolwork and Sport. *Journal of Educational Psychology* 1992, Vol. 84, No. 3,290-299. Copyright 1992 by the American Psychological Association. Inc.
- Escobar Pérez y Cuervo Martinez. (2008). Validez De Contenido Y Juicio De Expertos: Una Aproximación A Su Utilización. *Avances en Medición*, 6, 27–36.
- Fernández, López y Morales (2004). Manual De Aerobic Y Step. Federación Internacional De Aerobics editorial Paidotribo. Barcelona España.
- Flores. (2014). Adaptación De Un Instrumento Que Mide Las Orientaciones De Meta, El Clima Motivacional Percibido Y La Habilidad Física Percibida En Estudiantes De Secundaria. Un Estudio Piloto. *Revista Actividad Física y Desarrollo Humano* Volumen 6.
- Franco, Coterón, Martinez. (2019). Invarianza cultural del Cuestionario de la Orientación a la Tarea y al Ego (TEOSQ) y diferencias en las orientaciones motivacionales entre adolescentes de España, Argentina, Colombia y Ecuador. *Diversitas: Perspectivas en Psicología*, vol. 15, núm. 1, 2019, Enero-Junio, pp. 1-10 Universidad Santo Tomás Bogotá, Colombia.
- Frias-Navarro, D. (2020). Apuntes de consistencia interna de las puntuaciones de un instrumento de medida. Universidad de Valencia. España.

- Granero, Baena (2014). Predicción de la motivación autodeterminada según las orientaciones de meta y el clima motivacional en Educación Física. *RETOS. Nuevas Tendencias en Educación Física, Deporte y Recreación*, núm. 25, enero-junio, 2014, pp. 23-27 Federación Española de Docentes de Educación Física Murcia, España.
- Hermoso Vega. (1998). *El Aerobic Como Mejora De La Calidad De Vida. El Aerobic Como Mejora De La Calidad De Vida. El Aerobic Como Mejora De La Calidad De Vida.*
- Inche, Huamanchumo, Andia, López, Vizcarra y Flores (2003). Paradigma cuantitativo: un enfoque empírico y analítico *Industrial Data*, vol. 6, núm. 1, agosto, 2003, pp. 23-37 Universidad Nacional Mayor de San Marcos Lima, Perú.
- Iso – Ahola, Brian. (2012). *Toward a Theory of Exercise Motivation*. Department of Kinesiology, University of Maryland, College Park, MD, 20742editorial: NAKE.
- López, Balaguer, Melia, Castillo, Tristan (2011). Adaptación a la población mexicana del Cuestionario de Orientación al Ego y a la Tarea en el Deporte (TEOSQ). *Revista de Psicología del Deporte*, vol. 20, núm. 2, 2011, pp. 523-536 Universitat de les Illes Balears Palma de Mallorca, España.
- Monroy, Sanz. (2012). *Las teorías sobre la motivación y su aplicación a la actividad física y el deporte*. *Lecturas: Educación Física y Deportes, Revista Digital*. Buenos Aires, Año 16, N° 164.
- Moreno, Borges, Marcos, Sierra, Rodríguez, Huáscar. (2011). *Motivación, Frecuencia Y Tipo De Actividad En Practicantes De Ejercicio Físico*. *Rev.int.med.cienc.act.fís.deporte- vol.12 - número 48 - ISSN: 1577-0354*.
- Moreno, Gonzalez, Cervello. (2008). *Motivación y salud en la práctica físicodeportiva: diferencias según el consumo de alcohol y tabaco*. *International Journal of Clinical*

and Health Psychology, vol. 8, núm. 2, mayo, 2008, pp. 483-494 Asociación Española de Psicología Conductual Granada, España.

Papi (1997 primera edición 2004 segunda edición). Aerobics En Salas De Fitness. Manual Teórico Practico Editorial INDE Publicaciones. Barcelona España.

Peiró y Sanchis (2004) Propiedades Psicométricas De La Versión Inicial Del Cuestionario De Orientación A La Tardea Y Al Ego (TEOSQ) Adaptado A la Educación Física En Su Traducción Al Castellano. Revista de Psicología del Deporte 2004. Vol. 13, núm. 1, pp. 25-39 ISSN: 1132-239X. Universidad Autónoma de Barcelona.

Pereira Pérez. (2011). Los diseños de método mixto en la investigación en educación: Una experiencia concreta. Revista Electrónica Educare, vol. XV, núm. 1, enero-junio, 2011, pp. 15-29 Universidad Nacional Heredia, Costa Rica.

Pinto y Sarries. (2017). Validación al contexto argentino de los instrumentos: Cuestionario de Orientación al Ego y a la Tarea en el deporte, Cuestionario del Clima Motivacional iniciado por los padres-2, Escala de Compromiso Hacia el Deporte y Escala de Clima Motivacional. IX Congreso Internacional de Investigación y Práctica Profesional en Psicología XXIV Jornadas de Investigación XIII Encuentro de Investigadores en Psicología del MERCOSUR. Facultad de Psicología - Universidad de Buenos Aires, Buenos Aires.

Revista Dinero. Septiembre 15 del 2006. Bogotá D.C. Cajas De Compensación Familiar.

Dinero.com. <https://www.dinero.com/edicion-impresa/especial-comercial/articulo/cajas-compensacionfamiliar/36431#:~:text=El%20origen%20de%20las%20CCF,un%20subsidio%20monetario%20por%20hijo.>

Reyes Bossio. (2009). Clima Motivacional Y Orientaciones De Meta En Futbolistas Peruanos De Primera División. Cuadernos de Psicología del Deporte, Vol.9, núm 1 pp. 5-20, ISSN: 1578-8423. Dirección General de Deportes-CARM, Facultad de Psicología Universidad De Murcia.

Ruiz, Piéron, Zamarripa. (2014). Versión española del “Task and Ego Orientation in Sport Questionnaire (TEOSQ)” adaptado a Educación Física. *Estudios de Psicología: Studies in Psychology*, 32:2, 179-193.

Ruiz, Pieron. (2013). Orientaciones de meta en Educación Física y nivel de actividad físico-deportiva en estudiantes mexicanos. *Universitas Psychologica*, vol. 12, núm. 1, enero-marzo, 2013, pp. 235-247 Pontificia Universidad Javeriana Bogotá, Colombia.

R.W. de Camilloni, Cols Estela, Basabe Laura, Feeney Silvina. (2007). *El saber didáctico*, Edición 1, Buenos Aires Argentina. Editorial Paidós, Colección cuestiones de educación. ISBN 978- 950- 12- 6154- 7.

Vega, Ávila, Vega, Camacho, Becerril, Leo- (2014). *Paradigmas En La Investigación. Enfoque Cuantitativo Y Cualitativo*. *European Scientific Journal* May 2014 edition vol.10, No.15 ISSN: 1857 – 7881 (Print) e - ISSN 1857- 7431.

## 12. Anexos

### 12.1. Consentimiento Informado

#### Formato de Información

#### Consentimiento Informado.

Estimados participantes, con sus respuestas a la presente encuesta usted será participe de forma anónima del proyecto de investigación "Orientaciones de Meta, Afinidad por la Didáctica y Características del Docente en Clase de Aeróbicos." Todos los datos que aquí se recopilen serán estrictamente anónimos, de carácter privado y usados únicamente para fines académicos de la investigación. El responsable de la investigación es el maestrante Jhonnatan Andrés Díaz Vivas, estudiante de la Maestría en Pedagogía de la Cultura Física en la Universidad Pedagógica y Tecnológica de Colombia (UPTC), quien se compromete con la total confidencialidad de los datos y de igual manera si usted como participante llega a tener alguna inquietud sobre el estudio, se podrá dirigir con él a través del correo electrónico [jhonnatan.diaz@uptc.edu.co](mailto:jhonnatan.diaz@uptc.edu.co). Resaltando que su participación como practicante de aeróbicos es muy relevante para el presente estudio, muy atentamente se solicita su consentimiento para poder iniciar su participación. Si está de acuerdo con hacer que su opinión sea tenida en cuenta por favor seleccione la opción "Estoy de Acuerdo" y luego de contestar la encuesta envíe el formulario, de lo contrario seleccione la opción "No estoy de acuerdo" y envíe el formulario.

Gracias por su Colaboración.

Estoy de acuerdo

No estoy de acuerdo



