

UNIVERSIDAD DE BURGOS

ESCUELA DE DOCTORADO

TESIS DOCTORALES

TÍTULO:	INFLUENCIA DE LA DOCENCIA EN LA EDUCACIÓN FÍSICA Y EN LOS HÁBITOS SALUDABLES.
AUTOR:	GONZÁLEZ BERNAL, SERGIO
PROGRAMA DE DOCTORADO:	EDUCACIÓN
ACTO Y FECHA DE LECTURA:	EL ACTO PÚBLICO DE DEFENSA DE TESIS SE DESARROLLARÁ EL DÍA 10 DE OCTUBRE DE 2022, A LAS 11:00 HORAS, DE MANERA PRESENCIAL EN EL SALÓN DE ACTOS DE LA FACULTAD DE EDUCACIÓN (UNIVERSIDAD DE BURGOS).
DIRECTORES:	DÑA. RAQUEL DE LA FUENTE ANUNCIBAY D. JERÓNIMO JAVIER GONZÁLEZ BERNAL D. RUBÉN TRIGUEROS RAMOS
TRIBUNAL:	D. FLORENCIO VICENTE CASTRO DÑA. ANA ISABEL SÁNCHEZ IGLESIAS D. ALFREDO JIMÉNEZ EGUIZÁBAL D. VICENTE ORTIZ ORIA D. JUAN JOSÉ MALDONADO BRIEGAS
RESUMEN:	<p>La obesidad infantil, ligada al sedentarismo, y a una alimentación desequilibrada, se antoja como uno de los principales problemas de la sociedad actual. De tal manera es así, que según el último informe de la Sociedad Española de Cardiología, casi el 38% de los niños españoles de entre 6, a 12 años tienen obesidad o sobrepeso, relacionándose este hecho con una mayor probabilidad de convertirse en adultos obesos con riesgo de padecer enfermedades relacionadas con la obesidad, como son la diabetes tipo 2, enfermedades cardiovasculares o ciertos tipos de cáncer, entre otras.</p> <p>Ante esta realidad, las clases de Educación Física (EF), pueden desempeñar un papel clave, influyendo de manera decisiva en los alumnos, para que éstos puedan desarrollar, unos hábitos saludables, basados en una dieta equilibrada y la actividad física, tanto dentro del ámbito escolar, como en otros contextos. Con el objetivo, principal de identificar los factores asociados al desarrollo de unos hábitos saludables, se realizaron varios estudios, en el primero de ellos, se llevó a cabo, una revisión sistemática, centrada en el estudio del impacto, que tienen, factores como la satisfacción percibida por parte de los alumnos de educación física, las estrategias de aprendizaje, su implicación en el mismo, y la importancia del desarrollo de un pensamiento crítico, como variables determinantes en el desarrollo de unos hábitos de vida saludables.</p>

El estudio, realizado a través de un modelo de ecuaciones estructurales, para analizar las relaciones predictivas entre las variables del estudio en base a 2.439 estudiantes de secundaria, reflejó, la importancia que tienen las clases de educación física para influir y proporcionar una serie de recursos, y habilidades cruciales en la adopción de comportamientos relacionados con unos hábitos de vida saludables, entre los alumnos.

Un segundo estudio, donde participaron 1113 alumnos, de 9 a 12 años de edad, tuvo como objetivo, analizar la influencia de los padres y los profesores de educación física, sobre las necesidades psicológicas básicas, la motivación y los hábitos alimentarios intencionales de los niños. Para analizar los datos, se utilizó un modelo de ecuaciones estructurales (SEM) que analizó la influencia entre las variables. Los resultados relevaron, la importante influencia que tiene el contexto social, determinado por padres y docentes en el desarrollo perceptivo psicológico de los jóvenes, y en el refuerzo de conductas relacionadas con una dieta equilibrada, basada en la dieta mediterránea.

En el tercer estudio, en el que participaron 857 alumnos de secundaria, el objetivo se centra en adaptar y testar la estructura factorial del PE-Grit (Guelmani, et al, 2022), en el contexto de las clases de educación física, en la etapa de secundaria, con el fin de disponer de una herramienta eficaz, con la que evaluar el Grit, constructo formado por varios factores, como son la persistencia en el esfuerzo, y la constancia en el interés, como indicador y componente esencial del éxito y el logro. Los resultados mostraron al PE-Grit conformado por 16 ítems repartidos entre dos factores: Grit físico (interés físico y esfuerzo físico) y Grit académico (interés académico y esfuerzo académico) como un instrumento válido y fiable, para medir de forma multidimensional las emociones en las clases de educación física, procesos que pueden guiar al profesor en su trabajo de potenciar emociones positivas hacia las clases, minimizando o erradicando las negativas, lo que redundará en estimular al alumnado hacia la consecución de hábitos saludables como es la realización de la actividad física fuera del contexto escolar.

En definitiva, esta tesis proporciona información, acerca de la obesidad infantil en las sociedades occidentales, relacionada con la falta de actividad física en los niños, y con una alimentación desequilibrada, nuestros resultados inciden en la posibilidad de revertir la situación, a través de un contexto social motivador, y de estrategias docentes por parte de los profesores de educación física, fomentando unos hábitos de vida saludables, como prevención del desarrollo de enfermedades futuras que guardan relación con la obesidad en la edad adulta.

PALABRAS CLAVE: Docencia; educación física; pensamiento crítico; estrategias metacognitivas; hábitos de vida saludables.

KEYWORDS: Teaching; physical education; critical thinking; metacognitive strategies; healthy living habits.