

Artículo original. Importancia de la cohesión grupal en relación con la satisfacción y frustración respecto a la novedad de los contenidos en Educación Física. Vol. 11, n.º 1; p. 1-18, Enero 2025.

<https://doi.org/10.17979/sportis.2025.11.1.11200>

Importancia de la cohesión grupal en relación con la satisfacción y frustración respecto a la novedad de los contenidos en Educación Física

Importance of group cohesion in relation to satisfaction and frustration with respect to the novelty of content in physical education

Carmen Galán-Arroyo¹; María José García-Guillén¹; Antonio Castillo-Paredes;
Jorge Rojo-Ramos¹

¹ Universidad de Extremadura, Cáceres, España; ² Universidad de Las Américas, Santiago, Chile

*Correspondencia: Jorge Rojo Ramos ; jorgerr@unex.es

Cronograma editorial: *Artículo recibido 10/09/2024 Aceptado: 21/10/2024 Publicado: 01/01/2025*

<https://doi.org/10.17979/sportis.2025.11.1.11200>

Para citar este artículo utilice la siguiente referencia:

Galán-Arroyo, C.; García-Guillén, M.J.; Castillo-Paredes, A.; Rojo-Ramos, J. (2025). Importancia de la cohesión grupal en relación con la satisfacción y frustración respecto a la novedad de los contenidos en Educación Física. *Sportis Sci J*, 11 (1), 1-18
<https://doi.org/10.17979/sportis.2025.11.1.11200>

Contribución autores: Todos los autores contribuyeron de forma equitativa al trabajo.

Financiación: El estudio no obtuvo financiación.

Conflicto de interés: Los autores declaran no tener ningún tipo de conflicto

Aspectos éticos: El estudio declara los aspectos éticos.

Artículo original. Importancia de la cohesión grupal en relación con la satisfacción y frustración respecto a la novedad de los contenidos en Educación Física. Vol. 11, n.º 1; p. 1-18, Enero 2025.
<https://doi.org/10.17979/sportis.2025.11.1.11200>

Resumen

Dadas las tasas de inactividad y sedentarismo, la Educación Física (EF) podría ser la herramienta idónea para crear estrategias y hábitos que promuevan la práctica de actividad física (AF) desde la base. El nivel de cohesión grupal, así como la satisfacción y la frustración sobre la novedad de contenidos de esta asignatura podrían condicionar su desarrollo. Así, el objetivo del estudio es analizar la importancia de la cohesión grupal en el contexto de la EF y explorar la relación con la satisfacción y frustración de los estudiantes respecto a la novedad de los contenidos. Para ello, se seleccionaron 653 estudiantes de secundaria, 41,7% chicos y 58,3% chicas. Los resultados muestran correlaciones positivas entre la cohesión grupal y la satisfacción de los estudiantes, especialmente en el género masculino, sin embargo, se muestra que, una menor percepción de cohesión grupal puede generar sentimientos de frustración respecto a la novedad de los contenidos. Además, se encuentra un mayor nivel de satisfacción por parte de las chicas que de los chicos en cuanto a los contenidos novedosos. Sería interesante crear líneas de intervención educativa y planificar programas que puedan mejorar el contexto educativo.

Palabras clave: estudiantes; actividad física; cohesión; satisfacción; frustración.

Abstract

Given the rates of inactivity and sedentary lifestyles, Physical Education (PE) could be the ideal tool for creating strategies and habits that promote the practice of physical activity (PA) from the base. The level of group cohesion, as well as satisfaction and frustration about the novelty of the contents of this subject could condition its development. Thus, the aim of the study is to analyse the importance of group cohesion in the context of PE and to explore the relationship with students' satisfaction and frustration regarding the novelty of the contents. For this purpose, 653 secondary school students were selected, 41.7% boys and 58.3% girls. The results show positive correlations between group cohesion and student satisfaction, especially in the male gender, however, it is shown that a lower perception of group cohesion can generate feelings of frustration regarding the novelty of the contents. In addition, a higher level of satisfaction is found among girls than among boys with regard to the novel content. It would be interesting to create lines of educational intervention and plan programmes that could improve the educational context.

Keywords: students; physical activity; cohesion; satisfaction; frustration.

Artículo original. Importancia de la cohesión grupal en relación con la satisfacción y frustración respecto a la novedad de los contenidos en Educación Física. Vol. 11, n.º 1; p. 1-18, Enero 2025.

<https://doi.org/10.17979/sportis.2025.11.1.11200>

Introducción

Las clases de Educación Física (EF) deberían tener un lugar destacado en la identificación y aplicación de diferentes estrategias destinadas a promover la actividad física (AF) en el aula (Tomás et al., 2014). Un desarrollo adecuado de la EF puede contribuir a cambiar los resultados negativos que diversos estudios han señalado sobre la falta de cumplimiento de los niveles de AF recomendados (Guthold et al., 2020). Cerca del 81% de los estudiantes no alcanzan los niveles recomendados de AF que les permita obtener beneficios para la salud y esto se relaciona con cambios en la composición corporal, la adopción de comportamientos de riesgo (como el consumo de alcohol y tabaco), una reducción en el desplazamiento activo, la falta de interés o disfrute hacia la AF y la ausencia de apoyo social para su práctica (Guthold et al., 2020). Para abordar y cambiar esta situación, es crucial considerar múltiples factores (biológicos, emocionales, sociales y cognitivos) que impactan directamente en la motivación hacia la AF y la adherencia al deporte (Moreno Murcia et al., 2008; Mosqueda et al., 2022).

En el contexto de la EF, uno de los factores sociales que ha sido objeto de estudio por diversos autores es la cohesión grupal, entendida como un proceso dinámico que se refleja en la tendencia del grupo a mantenerse y permanecer unido en la búsqueda de sus objetivos instrumentales y/o para la satisfacción de las necesidades afectivas de los miembros (Gajardo et al., 2024). Los distintos estudios ya existentes acerca de la cohesión han confirmado que esta tiene una correlación positiva con el aprendizaje, la comunicación, la satisfacción con los compañeros y el juego, la adherencia al juego y la productividad (Rusu, 2020). Además, otros autores (Grossman et al., 2022) mencionan también que la cohesión grupal se asocia con un mejor rendimiento y una mayor satisfacción en las actividades físicas y deportivas, lo que conlleva a una participación más activa y comprometida por parte de los estudiantes.

Sin embargo, es importante señalar que la satisfacción con respecto a las clases de EF puede verse influenciada por los contenidos impartidos en las aulas. Si los contenidos son percibidos como relevantes y adecuados a los intereses y necesidades de

Artículo original. Importancia de la cohesión grupal en relación con la satisfacción y frustración respecto a la novedad de los contenidos en Educación Física. Vol. 11, n.º 1; p. 1-18, Enero 2025.

<https://doi.org/10.17979/sportis.2025.11.1.11200>

los estudiantes, esto supondrá una satisfacción para el alumnado. Por el contrario, si las actividades son poco atractivas o no se alinean con los intereses de los estudiantes, esto puede causar frustración (Collie & Martin, 2019). El concepto de "contenido novedoso" se refiere a la formación de conocimientos o habilidades que son percibidos como nuevos y diferentes en comparación con lo que los estudiantes han aprendido previamente (McKell et al., 2024). En este sentido, las tecnologías de la información y de la comunicación (TIC) pueden ofrecer multitud de recursos que atraen la atención de niños y adolescentes y conectar con sus intereses y motivaciones (Carriedo Cayón et al., 2020). Dentro de este ámbito, se pueden nombrar a modo de ejemplo el flashmob y el lipdub, consideradas dos herramientas novedosas que se están difundiendo rápidamente por internet y redes sociales (Fernández-Bustos et al., 2018).

Por este motivo, una de las preocupaciones más relevantes de los docentes al elegir los contenidos que imparten es que estos sean estimulantes, originales y novedosos (Carvalho et al., 2021). Esto se debe a la intención del profesorado de mantener a su alumnado motivado, asegurándose de que disfruten de las clases y no pierdan el interés (Yuan, 2021). Desde la perspectiva del estudiante, la diversión y la interacción social son componentes clave en su deseo de participar activamente (Yuan, 2021). Por consiguiente, es fundamental que los educadores implementen estrategias que ayuden a cumplir con estas expectativas (Collie & Martin, 2019).

Los objetivos del siguiente estudio son, por una parte, analizar la importancia de la cohesión grupal en el contexto de la EF y por otra parte, explorar la relación con la satisfacción y frustración de los estudiantes respecto a la novedad de los contenidos. Se pretende analizar la influencia de estos tres componentes en las clases de EF en estudiantes de la ESO, con el fin de tener en cuenta estos hallazgos para posibles intervenciones y programas de EF. Se puede hipotetizar en primer lugar, que mayores niveles de cohesión grupal llevarán a una mayor satisfacción por parte de los estudiantes y por otra parte, se puede hipotetizar que menores niveles de cohesión grupal llevarán a una mayor frustración. En segundo lugar se puede hipotetizar que a mayor novedad de los contenidos, mayor será la satisfacción de los estudiantes y que por el contrario, a

Artículo original. Importancia de la cohesión grupal en relación con la satisfacción y frustración respecto a la novedad de los contenidos en Educación Física. Vol. 11, n.º 1; p. 1-18, Enero 2025.

<https://doi.org/10.17979/sportis.2025.11.1.11200>

menor novedad de los contenidos y por lo tanto una mayor tradicionalidad en el aula, causará mayor frustración al alumnado.

Material y métodos

Participantes

Se seleccionó una muestra del alumnado de Educación Secundaria Obligatoria (E.S.O.) a través de un muestreo no probabilístico por conveniencia, siguiendo el enfoque de Salkind (Salkind, 1999). Los criterios de inclusión para participar en el estudio fueron: estar matriculado en el primer, segundo o tercer curso de E.S.O. y participar regularmente en las clases de EF. La muestra estuvo compuesta por 653 estudiantes, con una distribución de 41.7% chicos y 58.3% chicas. La edad promedio de los participantes fue de 12.82 años (SD = 0.61), y se registraron datos sobre peso, altura e índice de masa corporal (IMC) para todos los participantes.

Los criterios de inclusión fueron: los participantes debían contar con el consentimiento informado paterno debidamente firmado y cursar la asignatura de EF en el primer ciclo de la Educación Secundaria Obligatoria.

Procedimiento

A partir del directorio de centros educativos públicos de Extremadura, facilitado por la Consejería de Educación y Empleo de la Junta de Extremadura, se identificaron aquellos centros que impartían Educación Secundaria Obligatoria (12 a 16 años).

Se contactó a los centros seleccionados mediante correo electrónico dirigido a los profesores de EF, explicando los objetivos del estudio y proporcionando un ejemplo del cuestionario a utilizar, así como el formulario de consentimiento informado para los padres. Se solicitó a los docentes interesados en colaborar que organizaron una visita del equipo de investigación al centro educativo para administrar los cuestionarios, previa recogida del consentimiento informado de los padres o tutores de los estudiantes.

El día programado, un investigador se desplazó al centro educativo y, tras confirmar que todo el alumnado contaba con el consentimiento informado firmado,

Artículo original. Importancia de la cohesión grupal en relación con la satisfacción y frustración respecto a la novedad de los contenidos en Educación Física. Vol. 11, n.º 1; p. 1-18, Enero 2025.

<https://doi.org/10.17979/sportis.2025.11.1.11200>

proporcionó una tableta a cada participante con un enlace al cuestionario digitalizado en Google Forms. Inicialmente, se midieron la altura y el peso de los participantes utilizando un estadiómetro Tanita (Tanita Tantois, Tanita Corporation, Tokyo, Japón) y un medidor de bioimpedancia Tanita (Tanita MC-780 MA, Tanita Corporation, Tokyo, Japón). Los resultados obtenidos se entregaron a cada estudiante para que los registraran en las preguntas correspondientes del cuestionario. Posteriormente, el investigador leyó cada ítem en voz alta para asegurar la comprensión de todos los participantes. La elección de un cuestionario digital tuvo como objetivo facilitar la recolección y almacenamiento de los datos en una base de datos única, optimizando tiempo y recursos.

El tiempo estimado para completar el cuestionario fue de aproximadamente 10 minutos. Todos los datos se recogieron de forma anónima durante el periodo comprendido entre enero y mayo de 2024.

Instrumentos

Cuestionario sociodemográfico: Se diseñó un cuestionario específico para recopilar información sociodemográfica de los participantes. Este cuestionario incluía preguntas relacionadas con el sexo, el curso académico, la altura, el peso y la edad de los estudiantes, proporcionando un perfil básico de la muestra estudiada.

Medidas biométricas: Para medir la altura de los participantes, se utilizó un estadiómetro Tanita Tantois (Tanita Corporation, Tokio, Japón), colocado en una posición vertical que aseguraba que la escala estuviera perpendicular al suelo. Los estudiantes se situaron de pie, con los hombros alineados y los brazos relajados a los costados, y la altura se midió en centímetros con precisión milimétrica. El peso corporal se midió usando un dispositivo de bioimpedancia (Tanita MC-780 MA, Tanita Corporation, Tokio, Japón) configurado en "modo estándar", donde se ingresaron los datos de edad, sexo y altura del participante. El peso se registró en kilogramos, con una precisión de 100 gramos. A partir de estas mediciones, se calculó el índice de masa corporal (IMC) aplicando la fórmula: $IMC = \text{peso corporal} / \text{altura}^2$.

Artículo original. Importancia de la cohesión grupal en relación con la satisfacción y frustración respecto a la novedad de los contenidos en Educación Física. Vol. 11, n.º 1; p. 1-18, Enero 2025.

<https://doi.org/10.17979/sportis.2025.11.1.11200>

Satisfacción y frustración con la novedad de los contenidos de Educación

Física: Para evaluar la satisfacción y la frustración con la novedad de los contenidos en las clases de EF, se empleó la Escala de Necesidad de Novedades, Satisfacción y Frustración (NNSFS) (González-Cutre et al., 2016; González-Cutre & Sicilia, 2018). Este instrumento consta de 10 ítems, divididos en dos dimensiones: "Satisfacción" y "Frustración". La dimensión de "Satisfacción" incluye cinco ítems (1, 3, 5, 7 y 9) que evalúan la satisfacción del alumnado respecto a la novedad en las clases de EF (González-Cutre & Sicilia, 2018). La dimensión de "Frustración" también cuenta con cinco ítems (2, 4, 6, 8 y 10) que miden la frustración por la falta de novedad en la asignatura. Se invirtieron los ítems indirectos (González-Cutre & Sicilia, 2018). Las respuestas se recogieron mediante una escala Likert de 5 puntos, donde 1 representa "totalmente en desacuerdo" y 5 "totalmente de acuerdo". La validación inicial del cuestionario mostró valores de fiabilidad superiores a 0.75 para ambas dimensiones (González-Cutre et al., 2020).

Cohesión grupal en Educación Física: Para evaluar la cohesión grupal en el contexto de la EF, se utilizó el Cuestionario de Evaluación de la Cohesión de Grupo (GCEQ) (Glass & Benshoff, 2002). Este cuestionario está compuesto por nueve ítems que exploran distintos aspectos de la cohesión en grupo, tales como el sentido de pertenencia, la cooperación y el apoyo mutuo, con afirmaciones como "Nos llevamos bien juntos" y "Nos animamos mutuamente en los desafíos". Cada ítem se puntúa en una escala Likert de 4 puntos, donde 1 es "Nada parecido a mí/mi grupo" y 4 es "Exactamente como yo/mi grupo". Originalmente, el GCEQ se construyó con 16 ítems, basándose en investigaciones previas y tipos de ítems relevantes (Glass & Benshoff, 2002).

Análisis estadístico

Para el análisis de los datos, se utilizó el software estadístico SPSS en su versión 24 para MAC, asegurando en todo momento la confidencialidad y el anonimato de la información recogida. Se aplicó la prueba de Kolmogorov-Smirnov para verificar la normalidad en la distribución de los datos. Al no cumplirse el supuesto de normalidad,

Artículo original. Importancia de la cohesión grupal en relación con la satisfacción y frustración respecto a la novedad de los contenidos en Educación Física. Vol. 11, n.º 1; p. 1-18, Enero 2025.

<https://doi.org/10.17979/sportis.2025.11.1.11200>

se optó por utilizar la prueba U de Mann-Whitney para examinar las diferencias en las puntuaciones de las escalas en función del sexo de los participantes.

Asimismo, se empleó el coeficiente Rho de Spearman para analizar la cohesión grupal y la satisfacción y frustración con la novedad de los contenidos en EF. La interpretación de los coeficientes de correlación se realizó siguiendo los criterios de Mondragón Barrera (Mondragón Barrera, 2014), que clasifican las correlaciones en baja (0.01 a 0.10), moderada (0.11 a 0.50), considerable (0.51 a 0.75), muy alta (0.76 a 0.90) y perfecta (0.91 a 1.00). El nivel de significancia se estableció en $p < 0.05$. Para medir el tamaño del efecto según el sexo en cada escala, se utilizó la g de Hedges. Según Cohen (Cohen, 2013) un valor de g menor a 0.20 indica ausencia de efecto, valores entre 0.21 y 0.49 representan un efecto pequeño, entre 0.50 y 0.79 un efecto moderado, y valores mayores a 0.80 un efecto fuerte.

Además, se evaluó la fiabilidad interna de las escalas a través del alfa de Cronbach, interpretando los coeficientes según los estándares de Nunnally y Bernstein (Nunnally, 1994): valores inferiores a 0.70 se consideran bajos, entre 0.71 y 0.90 satisfactorios, y superiores a 0.91 excelentes.

Resultados

La Tabla 1 muestra la caracterización sociodemográfica de la muestra.

Tabla n.º 1. Caracterización de la muestra (N=653).

Variable	Categories	N	%
Sexo	Chico	272	41.7
	Chica	381	58.3
	1º E.S.O.	305	46.7
	2º E.S.O.	297	45.5
	3º E.S.O.	51	7.8
Variable		M	SD
Edad		12.82	0.61
Peso (kg)		48.71	8.64
Altura (m)		1.56	0.23

N: number; %: percentage; SD: standard deviation; M: Mean.

La Tabla 2 muestra las puntuaciones medias, las diferencias entre hombres y mujeres, y el tamaño del efecto para las escalas de cohesión grupal, satisfacción y frustración. Los resultados revelan que hay diferencias significativas en las escalas de

Artículo original. Importancia de la cohesión grupal en relación con la satisfacción y frustración respecto a la novedad de los contenidos en Educación Física. Vol. 11, n.º 1; p. 1-18, Enero 2025.

<https://doi.org/10.17979/sportis.2025.11.1.11200>

satisfacción y frustración en función del sexo, con las mujeres reportando una mayor satisfacción y menor frustración en comparación con los hombres. Sin embargo, no se encontraron diferencias significativas en la cohesión grupal entre ambos sexos. Los tamaños del efecto indican que las diferencias observadas son pequeñas en todas las escalas evaluadas, lo que sugiere que, aunque el sexo puede influir en los niveles de satisfacción y frustración, su impacto en la cohesión grupal es limitado.

Tabla n.º 2. Puntuaciones, diferencias y tamaño del efecto en función del sexo

Escala	M(SD)	Hombre	Mujer	p	g
		M(SD)	M(SD)		
Cohesión Grupal	3.25 (0.70)	3.31 (0.66)	3.21 (0.73)	0.201	0.14
Satisfacción	3.92 (0.85)	3.76 (0.93)	4.04 (0.77)	0.002**	0.33
Frustración	2.38 (0.94)	2.47 (0.98)	2.32 (0.91)	0.050*	0.16

p es significativa: ** $p < 0.01$; * $p < 0.05$.

La Tabla 3 muestra las correlaciones entre las dimensiones Satisfacción y Frustración con la novedad de los contenidos en EF y Cohesión Grupal, diferenciadas por sexo. Se observa una correlación positiva significativa entre la cohesión grupal y la satisfacción tanto en la muestra total como en los hombres, siendo más fuerte en los hombres. En cambio, esta correlación no es significativa para las mujeres. Por otro lado, la frustración presenta una correlación negativa significativa con la cohesión grupal en todos los casos, siendo más pronunciada en los hombres que en las mujeres.

Tabla n.º 3. Correlación entre las dimensiones del ECEF y la valoración de la motivación de la Educación Física.

Escala	Cohesión Grupal	Cohesión Grupal ρ (p)	
		Hombre	Mujer
Satisfacción	0.220 (<0.001)	0.445 (<0.001)**	0.070 (0.170)
Frustración	-0.204 (<0.001)	-0.314 (<0.001)**	-0.137 (0.007)**

La correlación es significativa a ** $p < 0.01$; * $p < 0.05$.

La Tabla 4 presenta los coeficientes de alfa de Cronbach para cada una de las escalas utilizadas en el estudio. Los resultados indican una alta consistencia interna para todas las dimensiones evaluadas. La escala de cohesión grupal mostró un alfa de Cronbach de 0.929, lo que refleja una excelente fiabilidad. Las escalas de satisfacción y

Artículo original. Importancia de la cohesión grupal en relación con la satisfacción y frustración respecto a la novedad de los contenidos en Educación Física. Vol. 11, n.º 1; p. 1-18, Enero 2025.

<https://doi.org/10.17979/sportis.2025.11.1.11200>

frustración también demostraron una buena consistencia interna, con coeficientes de 0.871 y 0.850, respectivamente.

Tabla n.º 4. Coeficientes de alfa de Cronbach para cada escala

Dimensión	Alfa de Cronbach
Cohesión Grupal	0.929
Satisfacción	0.871
Frustración	0.850

Discusión

Los resultados de este estudio han demostrado la importancia de la cohesión grupal en el contexto de la EF y su relación con la satisfacción y frustración de los estudiantes respecto a la novedad de los contenidos. En particular, se encontró que la cohesión grupal está positivamente correlacionada con la satisfacción de los estudiantes, especialmente entre los hombres, lo que sugiere que un entorno cohesionado puede contribuir a una mayor motivación intrínseca y disfrute de las clases de EF. Por otro lado, la frustración se relaciona negativamente con la cohesión grupal, destacando que una menor percepción de cohesión puede estar asociada con sentimientos de frustración respecto a la novedad de los contenidos. Además, las diferencias de género observadas en la satisfacción y frustración con los contenidos novedosos sugieren que las chicas experimentan mayores niveles de satisfacción y menores niveles de frustración en comparación con los chicos. Este hallazgo subraya la necesidad de considerar las diferencias de género al diseñar programas de EF que busquen fomentar la motivación y reducir la frustración.

Como se ha comentado anteriormente, en este estudio se ha encontrado que la cohesión grupal está positivamente correlacionada con la satisfacción de los estudiantes, especialmente entre los hombres. El estudio de Hechenleitner-Carvallo y colaboradores (Hechenleitner-Carvallo et al., 2023) encontró que los estudiantes describieron una mayor percepción de satisfacción cuando trabajaban en pequeños grupos que cuando lo hacían de manera individual sin diferenciar entre sexos, asimilando esto a los resultados obtenidos en este estudio. Por otra parte, el estudio de Rouissi y colaboradores (Rouissi et al., 2020) coincide con nuestros resultados en que los estudiantes muestran mayor satisfacción en EF cuando se trabaja en equipo, pero no coincide en términos de género,

Artículo original. Importancia de la cohesión grupal en relación con la satisfacción y frustración respecto a la novedad de los contenidos en Educación Física. Vol. 11, n.º 1; p. 1-18, Enero 2025.

<https://doi.org/10.17979/sportis.2025.11.1.11200>

ya que este estudio muestra mayor preferencia por parte de las chicas con la cohesión grupal. Por último, también cabe mencionar la publicación de Rodríguez y colaboradores (Rodríguez et al., 2019) que encuentra una mejora sustancial en la predisposición a trabajar en equipo por parte de todo el alumnado de la ESO, además los estudiantes de este nivel educativo reconocen que la metodología planteada les ha ayudado a ver la potencialidad que tiene el trabajo colaborativo para mejorar sus propios conocimientos de la materia, sin embargo no presenta diferencias entre géneros. Esta preferencia por parte de los estudiantes por la cohesión grupal puede deberse a que el trabajo en equipo permite potenciar la motivación intrínseca, ya que se puede manifestar en participar y disfrutar la actividad con iguales y la motivación extrínseca, se resume en recibir recompensas externas como insignias, puntos etc, así como retroalimentaciones por parte del resto de grupo (Kapp, 2012). Además, en las publicaciones mencionadas, el alumnado menciona que este tipo de dinámica resulta ser más motivadora y divertida, la cual fomenta el compañerismo, solicita la comunicación dentro de grupos y facilita el trabajo (Hechenleitner-Carvalho et al., 2023; Rouissi et al., 2020).

Por otro lado, se muestra que la frustración se relaciona negativamente con la cohesión grupal, destacando que una menor percepción de cohesión puede estar asociada con sentimientos de frustración respecto a la novedad de los contenidos. La publicación de Carvajal y Urrego (2019) destaca que una de las causas del bajo rendimiento académico en ciertos casos se debe a una vida social y afectiva deteriorada lo que puede llevar a mayores niveles de frustración y otras enfermedades de salud mental, coincidiendo estos resultados con los obtenidos en este artículo. Otro estudio (Maner et al., 2007) llegó a la conclusión de que la exclusión social en jóvenes estudiantes presenta reacciones de frustración, ansiedad y depresión, mencionando que en algunos casos se observa que los sujetos que han sido excluidos pueden aumentar conductas que tienden a conectar con los demás, como forma de volver a sentirse incluidos. La falta de inclusión en un grupo de iguales puede generar frustraciones significativas en los individuos, pues la necesidad de pertenencia es una de las motivaciones fundamentales del ser humano (Allen et al., 2022). En este sentido cabe

Artículo original. Importancia de la cohesión grupal en relación con la satisfacción y frustración respecto a la novedad de los contenidos en Educación Física. Vol. 11, n.º 1; p. 1-18, Enero 2025.

<https://doi.org/10.17979/sportis.2025.11.1.11200>

mencionar la publicación de Moieni y Eisenberger (2016) que explora cómo la percepción de rechazo afecta el sistema nervioso, llegando a la conclusión de que la exclusión social activa áreas del cerebro asociadas con el dolor físico y emocional. Esto sugiere que la inclusión social no solo es vital en un sentido emocional, sino que tiene implicaciones biológicas que pueden influir en nuestra salud física (Moieni & Eisenberger, 2016).

Por último, se obtiene que el género femenino obtiene mayores niveles de satisfacción y menores de frustración en comparación con los chicos en relación a los contenidos novedosos. En este sentido, se encuentra la publicación de Rojo-Ramos y colaboradores (2024) los cuales observan que las mujeres están más satisfechas y frustradas ante la novedad. En esta misma línea, se encuentra también la publicación de Arufe-Giráldez (2019) que demuestra que las mujeres tienen más satisfacción con la novedad del plan de estudios de EF, así como más frustración que los hombres. Además algunos estudios han demostrado que la relación es más importante para el género femenino que la autonomía y la autosuficiencia para el género masculino. Asimismo, se ha demostrado que si se satisfacen las necesidades psicológicas básicas (autonomía, competencia y relación) ambos géneros podrán desarrollarse favorablemente, aunque puedan mostrar diferencias en su nivel de alerta y sensibilidad hacia las dinámicas de autonomía, relación o competencia, generando la satisfacción de las tres el placer en la realización de la actividad (Deci & Ryan, 2008; Rodríguez-Meirinhos et al., 2020). La psicología del desarrollo femenino se centra más en las relaciones interpersonales y la conexión emocional, lo que puede explicar la mayor satisfacción de las mujeres con aspectos novedosos en la educación, ya que estos suelen implicar interacción y colaboración, mientras que los hombres, al estar socializados en un contexto que valora la autonomía y la autosuficiencia, pueden percibir la novedad con una relación de desafío en lugar de satisfacción, lo que se traduce en niveles más altos de frustración ante situaciones desconocidas (Andrews et al., 2022; Kitsios et al., 2022). Por lo tanto, mientras que la novedad puede ser vista como una oportunidad para las mujeres, para los hombres puede ser más una amenaza a su sentido de competencia, por lo que las

Artículo original. Importancia de la cohesión grupal en relación con la satisfacción y frustración respecto a la novedad de los contenidos en Educación Física. Vol. 11, n.º 1; p. 1-18, Enero 2025.

<https://doi.org/10.17979/sportis.2025.11.1.11200>

experiencias sociales influyen en las respuestas emocionales de los géneros ante nuevas experiencias. (Abele & Wojciszke, 2014).

Implicaciones prácticas

Este estudio ha evidenciado la importancia de la cohesión grupal entre estudiantes jóvenes en el ámbito de la EF, así como la conexión de dicha cohesión con los niveles de satisfacción y frustración en relación a la originalidad de los contenidos. Por tanto, las intervenciones y programas propuestos deberían considerar estos hallazgos para considerar los resultados aquí obtenidos y mejorar la satisfacción y la frustración en función de la novedad de los contenidos. En este sentido, mejorar la cohesión grupal en jóvenes estudiantes, puede favorecer la satisfacción con la asignatura y con la novedad de los contenidos impartidos. Además, esta mejora de la cohesión grupal puede llevar a menores niveles de frustración y por lo tanto a una mejora del bienestar emocional y físico. Por lo tanto, sería interesante realizar la misma investigación en varios institutos, para poder comparar y extraer una batería de resultados y de esta manera poder obtener una serie de conclusiones fundamentadas. Las investigaciones también deben prestar atención a otros factores, como son la edad o el sexo ya que pueden influir en los diferentes programas.

Conclusión

Esta investigación ha demostrado la relevancia de la cohesión grupal en jóvenes estudiantes en el contexto de la EF, así como su relación con la satisfacción y frustración respecto a la novedad de los contenidos. En este sentido, se puede afirmar que existen correlaciones positivas entre la cohesión grupal y la satisfacción de los estudiantes, especialmente en el género masculino, sin embargo, se muestra que menor percepción de cohesión grupal puede generar sentimientos de frustración respecto a la novedad de los contenidos. Además, se encuentran mayor nivel de satisfacción por parte de las chicas que de los chicos en cuanto a los contenidos novedosos. Atendiendo a los resultados del presente estudio, puede parecer interesante investigar cómo afecta la cohesión grupal en el contexto de la EF y explorar la relación con la satisfacción y frustración de los estudiantes respecto a la novedad de los contenidos en función de si se

Artículo original. Importancia de la cohesión grupal en relación con la satisfacción y frustración respecto a la novedad de los contenidos en Educación Física. Vol. 11, n.º 1; p. 1-18, Enero 2025.

<https://doi.org/10.17979/sportis.2025.11.1.11200>

trata de estudiantes del primer ciclo de la ESO o de segundo ciclo, para poder, de esta manera, indagar más en las variables mencionadas en función del grupo, la edad y el género que se presenta y planificar programas para mejorar esta realidad, creando pautas de intervención educativa que puedan mejorar el contexto formal en la EF y promueva la adherencia a estilos de vida saludable.

Limitaciones del estudio y futuras líneas de investigación

En cuanto a las limitaciones del estudio, se puede mencionar que con respecto al género, hay un porcentaje mayor de chicas que de chicos, lo que puede alterar los resultados del estudio. Sería interesante realizar una investigación igual o similar en el segundo ciclo de la ESO o incluso en Bachillerato, para poder encontrar diferencias y similitudes entre las distintas edades y también, para poder plantear intervenciones y programas más específicos en función de la población con la que estemos tratando.

Referencias

- Abele, A., & Wojciszke, B. (2014). Communal and agentic content in social cognition: A dual perspective model. *Advances in Experimental Social Psychology*, 50, 195-255. <https://doi.org/10.1016/B978-0-12-800284-1.00004-7>
- Allen, K.-A., Gray, D. L., Baumeister, R. F., & Leary, M. R. (2022). The need to belong: A deep dive into the origins, implications, and future of a foundational construct. *Educational Psychology Review*, 34(2), 1133-1156. <https://doi.org/10.1007/s10648-021-09633-6>
- Andrews, N., Cook, R., Nielson, M., Xiao, S. X., & Martin, C. (2022). *Gender in education*. <https://doi.org/10.4324/9781138609877-REE31-1>
- Arufe-Giráldez, V. (2019). Fortnite EF, un nuevo juego deportivo para el aula de Educación Física: Propuesta de innovación y gamificación basada en el videojuego Fortnite. *Sportis*, 5(2), 323-350. <https://doi.org/10.17979/sportis.2019.5.2.5257>
- Bustos, J. G. F., Giménez, A. M., & Gómez, R. S. (2018). *Didáctica de la educación física para bachillerato basada en modelos*. Síntesis.

Artículo original. Importancia de la cohesión grupal en relación con la satisfacción y frustración respecto a la novedad de los contenidos en Educación Física. Vol. 11, n.º 1; p. 1-18, Enero 2025.

<https://doi.org/10.17979/sportis.2025.11.1.11200>

Carriedo Cayón, A., Méndez Giménez, A., Fernández Río, J., & Cecchini Estrada, J. A. (2020). Nuevas posibilidades y recursos para la enseñanza de la expresión corporal en Educación Física: Internet y los retos virales. *Retos: nuevas tendencias en educación física, deporte y recreación*, 37, 722-730.

<https://doi.org/10.47197/retos.v37i37.69147>

Carvajal, A. B., & Urrego, Á. M. J. (2019). Características clínicas de la población con rendimiento escolar bajo. *Archivos Venezolanos de Farmacología y Terapéutica*, 38(4), 493-495.

Carvalho, T. de C. M. de, Fleith, D. de S., & Almeida, L. da S. (2021). Desarrollo del pensamiento creativo en el ámbito educativo. *Latinoamericana de Estudios Educativos*, 17(1), Article 1. <https://doi.org/10.17151/rlee.2021.17.1.9>

Cohen, J. (2013). *Statistical power analysis for the behavioral sciences*. Routledge. <https://doi.org/10.4324/9780203771587>

Collie, R., & Martin, A. (2019). Motivation and engagement in learning. <https://doi.org/10.1093/acrefore/9780190264093.013.891>

Deci, E., & Ryan, R. (2008). Self-Determination Theory: A macrotheory of human motivation, development, and health. *Canadian Psychology-psychologie Canadienne*, 49, 182-185. <https://doi.org/10.1037/a0012801>

Gajardo, M. Á. L., Bordón, J. C. P., García, J. D., Morales, A. R., & Muñoz, R. L. (2024). Importancia de la cohesión grupal sobre la persistencia en el equipo para la siguiente temporada: Un estudio longitudinal con jugadores senior y en formación de deportes de equipo. *E-balonmano com Journal Sports Science*, 20(1), Article 1. <https://doi.org/10.17398/1885-7019.20.73>

Glass, J., & Benschoff, J. (2002). Facilitating group cohesion among adolescents through challenge course experiences. *Journal of Experiential Education*, 25, 268-277. <https://doi.org/10.1177/105382590202500204>

Gómez Rijo, A., Gámez Medina, S., & Martínez Herráez, I. (2011). Efectos del género y la etapa educativa del estudiante sobre la satisfacción y la desmotivación en Educación Física durante la educación obligatoria. *Agora para la educación física y el deporte*, 2, 183-195.

González-Cutre, D., Romero-Elías, M., Jiménez-Loaisa, A., Beltran-Carrillo, V., &

Artículo original. Importancia de la cohesión grupal en relación con la satisfacción y frustración respecto a la novedad de los contenidos en Educación Física. Vol. 11, n.º 1; p. 1-18, Enero 2025.

<https://doi.org/10.17979/sportis.2025.11.1.11200>

- Hagger, M. (2020). Testing the need for novelty as a candidate need in basic psychological needs theory. *Motivation and Emotion*, 44, 337-353. <https://doi.org/10.1007/s11031-019-09812-7>
- González-Cutre, D., & Sicilia, A. (2018). The importance of novelty satisfaction for multiple positive outcomes in physical education. *European Physical Education Review*, 25, 1356336X1878398. <https://doi.org/10.1177/1356336X18783980>
- González-Cutre, D., Sicilia, A., Sierra Rodríguez, A., Ferriz, R., & Hagger, M. (2016). Understanding the need for novelty from the perspective of self-determination theory. *Personality and Individual Differences*, 102, 159-169. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2016.06.036>
- Grossman, R., Nolan, K., Rosch, Z., Mazer, D., & Salas, E. (2022). The team cohesion-performance relationship: A meta-analysis exploring measurement approaches and the changing team landscape. *Organizational Psychology Review*, 12(2), 181-238. <https://doi.org/10.1177/20413866211041157>
- Guthold, R., Stevens, G. A., Riley, L. M., & Bull, F. C. (2020). Global trends in insufficient physical activity among adolescents: A pooled analysis of 298 population-based surveys with 1·6 million participants. *The Lancet Child & Adolescent Health*, 4(1), 23-35. [https://doi.org/10.1016/S2352-4642\(19\)30323-2](https://doi.org/10.1016/S2352-4642(19)30323-2)
- Hechenleitner-Carvalho, M. I., Saavedra-Ibaca, V. A., & Lermenda-Soto, C. I. (2023). Percepción de satisfacción de los estudiantes frente al uso del Team-Based Learning en línea y su relación con el rendimiento académico. *FEM: Revista de la Fundación Educación Médica*, 26(3), 113-119. <https://doi.org/10.33588/fem.263.1281>
- Kapp, K. (2012). *The gamification of learning and instruction: Game-based methods and strategies for training and education*. San Francisco, CA: Pfeiffer. <https://doi.org/10.1145/2207270.2211316>
- Kitsios, F., Papageorgiou, E., Kamariotou, M., Perifanis, N., & Talias, M. (2022). Emotional intelligence with the gender perspective in health organizations managers. *Heliyon*, 8, e11488. <https://doi.org/10.1016/j.heliyon.2022.e11488>
- Llanos Muñoz, R., Leo Marcos, F. M., López Gajardo, M. Á., Cano Cañada, E., & Sánchez Oliva, D. (2022). ¿Puede el Modelo de Educación Deportiva favorecer

Artículo original. Importancia de la cohesión grupal en relación con la satisfacción y frustración respecto a la novedad de los contenidos en Educación Física. Vol. 11, n.º 1; p. 1-18, Enero 2025.

<https://doi.org/10.17979/sportis.2025.11.1.11200>

la igualdad de género, los procesos motivacionales y la implicación del alumnado en Educación Física? *Retos: nuevas tendencias en educación física, deporte y recreación*, 46, 8-17. <https://doi.org/10.47197/retos.v46.92812>

Maner, J. K., DeWall, C. N., Baumeister, R. F., & Schaller, M. (2007). Does social exclusion motivate interpersonal reconnection? Resolving the “porcupine problem.” *Journal of Personality and Social Psychology*, 92(1), 42-55. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.92.1.42>

McKell, D., Ely, S., Ausel, E., Bahner, I., Belovich, A. N., Brenneman, A., Brooks, W., Garwood, S., Habal, S., Haight, M., Hernandez, M., Ikonne, U., Porter, R., Rowe, R., Taylor, T. A. H., & Thesen, T. (2024). Creating a culture of teaching and learning. *Medical Science Educator*, 34(4), 961-966. <https://doi.org/10.1007/s40670-024-02103-y>

Moieni, M., & Eisenberger, N. (2016). Neural correlates of social pain. In *Advances in social pain research* (pp. 203-222). <https://doi.org/10.4324/9781315628714-11>

Mondragón Barrera, M. A. (2014). Uso de la correlación de Spearman en un estudio de intervención en fisioterapia. *Movimiento Científico*, 8(1), 98-104. <https://doi.org/10.33881/2011-7191.mct.08111>

Moreno Murcia, J. A., Cervelló Gimeno, E., & Moreno González, R. (2008). Importancia de la práctica físico-deportiva y del género en el autoconcepto físico de los 9 a los 23 años. *International Journal of Clinical and Health Psychology*, 8(1), 171-183. Disponible en: <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=33780112>

Mosqueda, S., Ródenas-Cuenca, L. T., Balaguer, I., Otañez, Y. E. S., & López-Walle, J. M. (2022). Diferencias demográficas de climas motivacionales, necesidades psicológicas básicas y cohesión en jóvenes. *Retos*, 43, 613-622. <https://doi.org/10.47197/retos.v43i0.88608>

Nunnally, J. (1994). *Psychometric theory* (3rd ed.). McGraw-Hill.

Rodríguez, D. V., Mezquita, J. M. M., & Vallecillo, A. I. G. (2019). Metodología innovadora basada en la gamificación educativa: Evaluación tipo test con la herramienta QUIZIZZ. *Profesorado, Revista de Currículum y Formación del Profesorado*, 23(3), Article 3. <https://doi.org/10.30827/profesorado.v23i3.11232>

Rodríguez-Meirinhos, A., Antolín-Suárez, L., Brenning, K., Vansteenkiste, M., &

Artículo original. Importancia de la cohesión grupal en relación con la satisfacción y frustración respecto a la novedad de los contenidos en Educación Física. Vol. 11, n.º 1; p. 1-18, Enero 2025.

<https://doi.org/10.17979/sportis.2025.11.1.11200>

Oliva, A. (2020). A bright and a dark path to adolescents' functioning: The role of need satisfaction and need frustration across gender, age, and socioeconomic status. *Journal of Happiness Studies: An Interdisciplinary Forum on Subjective Well-Being*, 21(1), 95-116. <https://doi.org/10.1007/s10902-018-00072-9>

Rojo-Ramos, J., Polo-Campos, I., Gomez-Paniagua, S., & Galán-Arroyo, C. (2024). Satisfacción y frustración con la novedad de los contenidos de Educación Física en estudiantes de secundaria. *Retos*, 54, 436-455. <https://doi.org/10.47197/retos.v54.103086>

Rouissi, A., García Martínez, S., & Ferriz Valero, A. (2020). Una experiencia gamificada en Educación Física. <https://doi.org/10.46642/efd.v25i269.1974>

Rusu, O. (2020). The evaluation of cohesion in the sports groups within a Romanian city. *Physical Culture and Sport. Studies and Research*, 85(1), 1-13. <https://doi.org/10.2478/pcssr-2020-0001>

Salkind, N. J. (1999). *Métodos de investigación*. México: Prentice Hall Hispanoamericana.

Tomás, F. J. A., Serrano, J. S., Clemente, J. A. J., Sos, A. A., Solana, A. A., & González, L. G. (2014). Aplicación de estrategias docentes para la mejora de la motivación situacional del alumnado en Educación Física. *Electronic Journal of Research in Education Psychology*, 12(33), Article 33. <https://doi.org/10.25115/ejrep.33.13148>

Yuan, Y. (2021). Teaching and researching motivation. *Frontiers in Psychology*, 12. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2021.804304>