

Artículo Científico



Educación Física y desarrollo integral: una mirada pedagógica contemporánea

Physical Education and integral development: A contemporary pedagogical perspective

Ximena Benítez Paillacho¹ , Nataly Aules-León²

¹ Universidad Técnica del Norte (UTN), xgbenitez@utn.edu.ec, Ibarra - Ecuador

² Universidad Técnica del Norte (UTN), jnaules@utn.edu.ec, Ibarra - Ecuador

Autor para correspondencia: xgbenitez@utn.edu.ec, ximbenitez@gmail.com

RESUMEN

La enseñanza de Educación Física ha tenido un giro de transformación pedagógica significativa, orientándose hacia el reconocimiento del estudiante como un ser integral en el que desembocan dimensiones físicas, cognitivas, emocionales y sociales. Esta área se fundamenta como un pilar en la formación de la personalidad integral de niños y jóvenes, al contribuir al desarrollo de competencias motrices, socioemocionales y hábitos de vida saludable, aspectos esenciales para el bienestar y la calidad de vida. La educación frente a estos retos de la actualidad como las redes sociales, el sedentarismo, la gestión emocional y los estilos de vida poco saludables, la Educación Física se posiciona como un espacio pedagógico clave para el aprendizaje significativo, colaborativo e inclusivo. El docente deberá trascender de la simple enseñanza de habilidades motoras, incorporando enfoques interdisciplinarios, innovadores y el uso crítico de la tecnología para la evaluación y motivación del alumnado. A través de metodologías activas como el aprendizaje basado en el juego, el trabajo cooperativo y las prácticas inclusivas, se traducen en habilidades transferibles, la igualdad de género y la participación de todos. En este contexto, la Educación Física actúa como un agente de innovación integral que articula el desarrollo motor con la salud física, mental y social, promoviendo aprendizajes significativos y sostenibles a lo largo de la vida.

Palabras clave: Competencias sociales; Educación física; Educación; Transformación; Innovación.

ABSTRACT

Physical Education has undergone a significant pedagogical transformation, shifting towards recognizing the student as a whole encompassing physical, cognitive, emotional, and social dimensions. This area is established as a cornerstone in the holistic development of children and young people, contributing to the development of motor and socio-emotional skills, as well as healthy lifestyle habits, which are essential aspects for well-being and quality of life. In the face of current challenges such as social media, sedentary lifestyles, emotional management, and unhealthy habits, Physical Education positions itself as a key pedagogical space for meaningful, collaborative, and inclusive learning. Teachers must move beyond simply teaching motor skills, incorporating interdisciplinary and innovative approaches, and the critical use of technology for student assessment and motivation. Through active methodologies such as play-based learning, cooperative work, and inclusive practices, students develop transferable skills, gender equality, and participation of all. In this context, Physical Education acts as an agent of comprehensive innovation that links motor development with physical, mental, and social health, promoting meaningful and sustainable learning throughout life.

Keywords: Social skills; Physical education; Education; Transformation; Innovation.

Derechos de Autor

Los originales publicados en las ediciones electrónicas bajo derechos de primera publicación de la revista son del Instituto Superior Tecnológico Universitario Rumiñahui, por ello, es necesario citar la procedencia en cualquier reproducción parcial o total. Todos los contenidos de la revista electrónica se distribuyen bajo una [licencia de Creative Commons Reconocimiento-NoComercial-4.0 Internacional](#).



Citar como:

Benitez, X., & Aules León, N. (2026). Educación Física y desarrollo integral: Una mirada pedagógica contemporánea. *CONECTIVIDAD*, 7(2), e479. <https://doi.org/10.37431/conectividad.v7i2.479>

1. INTRODUCCIÓN

El área de Educación Física (EF) ha tenido últimamente una transformación en la visión de los modelos pedagógicos contemplando a los estudiantes como un ser único e integral donde se unen aspectos físicos, cognitivos, emocionales y sociales. Ochoa-Gutiérrez y Aldás-Arcos (2022, p. 3) mencionan que esta área ha adquirido mayor relevancia en el proceso formativo de los estudiantes, aporta no solo en la formación motriz, sino que también en el desarrollo cognitivo y axiológico, sin embargo, durante varios años ha sido una asignatura muy cuestionada.

La Educación Física es un eje fundamental en la formación de niños y jóvenes, no solo mejora el movimiento corporal, las habilidades motrices y cualidades físicas de la persona, así como también los retos relacionados con el sedentarismo, el manejo de emociones y la adopción de estilos de vida saludables. La EF se posiciona como un espacio pedagógico que puede aportar con el desarrollo de habilidades sociales y competencias para trabajar de manera colaborativa y significativa.

Con el constante crecimiento de la sociedad, se ha avanzado en la formación integral que aporte al desarrollo de la sociedad. Como sostiene Kirk (2010), la Educación Física actual está llamada a atender las necesidades relacionadas con la salud y el bienestar del estudiante, y de las expectativas que plantea la sociedad, promoviendo ecosistemas de vida responsables y solidarios (p. 42). La EF debe ser apreciada como agente integral, en donde se disponga de bienestar físico asociado a la salud mental y emocional.

Katapally et al. (2018) afirman que la escuela debe ser un espacio estratégico para fomentar el movimiento y prevenir el sedentarismo, ya que los estudiantes aprenden estilos de vida que pueden acompañarlos en su desarrollo integral (p. 15). Integrar contenidos teóricos sobre nutrición, descanso adecuado y prevención de lesiones permite que las prácticas educativas tengan impacto en la salud a largo plazo. El docente debe ser multifacético y buscar un enfoque interdisciplinario, inclusivo e innovador.

La tecnología ofrece herramientas de evaluación y motivación que pueden acoplarse a las necesidades de la clase; según Alajo Anchatuña y Báez Sepúlveda (2024) indican que “las plataformas digitales han cambiado lo que se vive la educación, a una gran diversidad de recursos y ofrecer herramientas interactivas desarrollando una experiencia más dinámica y accesible a las realidades de los estudiantes” (p. 4). Las nuevas herramientas de la tecnología y

comunicación ofrecen al docente una variedad de recursos para el apoyo del proceso en el aula; no obstante, requieren un uso crítico y fundamentado pedagógicamente.

La EF favorece habilidades como la coordinación, el trabajo en equipo y la regulación emocional. Los autores García y López (2016) sostienen que “el desarrollo motor durante la infancia impulsa el crecimiento socioemocional. Ya que los niños se relacionan con los demás y desarrollan habilidades que les facilitan el aprendizaje en otras áreas de su formación” (p. 102), de manera que se consoliden los aprendizajes desde niños y así a partir del enfoque motor se fortalezcan las prácticas blandas mediante actividades físicas.

De esta forma, la educación física es la base fundamental para afrontar diversas situaciones de la vida diaria; Light (2012) añade que “el enfoque táctico y el aprendizaje basado en el juego promueven la toma de decisiones y el pensamiento estratégico” (p. 56); es decir que, a partir del juego y en esta interacción del proceso enseñanza-aprendizaje se pueden generar diversas habilidades enfocadas a la realización personal, reconocer al otro y al trabajo en equipo.

Asimismo, Coakley (2017) señala que “el docente tiene la responsabilidad de desafiar estereotipos y promover la igualdad de género dentro y fuera de la clase” (p. 88), por esta razón, el docente de educación física al realizar las prácticas deportivas mediante diversas estrategias de juego tiene en su esencia una arista inclusiva en la que esta área sea absolutamente para todos, independientemente de la edad, género, condición física o mental de las personas.

En primera instancia, la educación física contribuye directamente a potenciar las competencias motrices, que son esenciales para que los estudiantes puedan desenvolverse efectivamente en actividades físicas, deportivas y recreativas. Éstas incluyen habilidades básicas como caminar, correr, saltar, atrapar, lanzar o coordinar movimientos para luego llegar a habilidades más complejas y aportan de una manera integral e integradora en el fortalecimiento cognitivo de otras áreas.

Para Macías Giler (2025, p. 7) en la investigación “permitió identificar que la educación física es percibida como un espacio privilegiado para el desarrollo de habilidades sociales esenciales en la convivencia escolar, como la cooperación, la empatía, el respeto por las reglas y el trabajo en equipo”. Desde una introspección investigativa en esta área se analiza que cumple una función motriz y también es valorada como un entorno especialmente significativo para fortalecer la

convivencia escolar.

Uno de los retos del área de la Educación Física, es trabajar en metodologías activas como el trabajo cooperativo, el aprendizaje basado en juegos y las actividades adaptadas e inclusivas para que todos los estudiantes puedan progresar de acuerdo con su propio estilo y ritmo. El estar inmersos solo en prácticas tradicionales, centradas en la reproducción de ejercicios o en la preparación para competencias internas, limita la participación de todos los estudiantes y perjudica el aprendizaje de forma activa, reflexiva y significativa.

En segunda instancia, la EF tiene un papel clave en el fortalecimiento socioemocional de los alumnos. En las intervenciones del proceso pedagógico se generan espacios que permiten trabajar valores como el respeto, la tolerancia, la responsabilidad y el trabajo en equipo. El docente propone algunas actividades y estrategias metodológicas como las dinámicas de juego, los deportes colectivos y las actividades recreativas que son hilos conductores para demostrar emociones, resolver conflictos y aprender a convivir.

Benítez Paillacho y Báez Sepúlveda (2024) señalan que “siempre y cuando se trabaje coordinadamente con todos los docentes para que a nivel meso y micro puedan evidenciarse la implementación del currículo por competencia en el aula; y de alguna manera solventar las necesidades del estudiante y del ecosistema educativo” (p. 10); al mismo tiempo los conocimientos que se imparten en el área de EF deben propender a desarrollar y propiciar las bases motrices que servirán más adelante para competencias deportivas y habilidades blandas para que se fundamenten las demás áreas.

El área de la Educación Física cumple un rol determinante en el fortalecimiento de competencias socioemocionales, para vivenciar una comunicación eficaz, manejo del estrés y trabajo en equipo que trascienda en la vida cotidiana. Díaz Subieta y Quintero Martínez (2025) citan a Casel sobre las habilidades como la empatía, el autoconocimiento, la autorregulación, la toma de decisiones y el trabajo en equipo, que se fortalecen mediante experiencias grupales que implican desafíos, cooperación y resolución de conflictos.

Dentro del plan de formación académica institucional se debe integrar a los docentes de esta área para que cuenten con el desarrollo de habilidades de educación emocional e integrar de manera explícita estos contenidos en sus clases. En ocasiones, la presión por cumplir con

ciertos contenidos técnicos deja a un lado el desarrollo socioemocional en donde los estudiantes mediante la interacción con sus compañeros en las actividades físicas aprenden sobre emociones.

En un contexto social caracterizado por el sedentarismo, el sobrepeso, la disminución de la actividad física y el incremento de trastornos emocionales en la población estudiantil, la Educación Física se posiciona como una herramienta estratégica de intervención educativa y social. Las innovaciones deben apoyarse en la infraestructura, la formación docente, la asignación horaria y la exclusión de concepciones pedagógicas tradicionalistas que todavía sobreviven.

Como afirma Bernate (2021) “se desarrolla de manera integral el niño en todas las dimensiones del ser humano, además ayuda a desarrollar la creatividad, las habilidades motoras, capacidades cognitivas, personales y sociales” (p. 4). La EF favorece el desarrollo de la competencia motriz al proporcionar actividades que potencien y estimulen el aprendizaje a través del movimiento junto a la construcción de la autonomía, la autoestima, es decir, en el desarrollo integral del estudiante.

Para Mayorga-Ases et al. (2024) “la implementación exitosa de metodologías activas requiere un apoyo institucional sólido, que incluya la formación continua de los docentes, la disponibilidad de recursos tecnológicos y materiales adecuados, y la creación de espacios de aprendizaje que faciliten la interacción y la colaboración” (p. 3), es por esto que, la actualización continua de conocimientos impacta positivamente en el desempeño académico, porque el docente va a poner en práctica las metodologías que permitan dinamizar el proceso.

La Educación Física contemporánea exige el fortalecimiento de la experimentación, la creatividad motriz y la participación activa. Esto implica elaborar y planificar en el micro currículo las actividades de aprendizaje que motiven los estudiantes con actividades diversificadas, inclusivas y adaptadas a los distintas necesidades e intereses de los estudiantes, con el fin de garantizar una educación inclusiva y significativa.

La promoción de hábitos de vida saludable constituye una de las funciones más relevantes de la Educación Física en la actualidad el no realizar ejercicio es uno de los principales factores de riesgo de enfermedades crónicas no transmisibles como la diabetes, la hipertensión y las enfermedades cardiovasculares. El realizar deporte fortalece las neuronas para poder potenciar la memoria, la inteligencia, lo que incide positivamente en la enseñanza.

A pesar de estos desafíos, también emergen oportunidades significativas. El uso de tecnologías

educativas, metodologías activas como el aprendizaje basado en juegos y la integración curricular con otras áreas pueden potenciar la participación y el interés del estudiantado. Asimismo, la inclusión de prácticas deportivas adaptadas favorece la atención a la diversidad y garantiza que todos los estudiantes puedan disfrutar de una educación de calidad, equitativa y transformadora. Uno de los aspectos a considerar es el cuerpo que cultivar, que se refiere al crecimiento, desarrollo funcional, capacidades motóricas necesarias y preparadas para la formación psíquica y social del educando (Guamán Yumiceba, et al., 2024. p. 4). Los estudiantes encuentran en esta área, oportunidades reales para potenciar habilidades sociales clave, como la cooperación, la empatía, el respeto por las normas y la capacidad de trabajar en equipo, aspectos que se construyen de manera vivencial y cotidiana en cada interacción áulica.

La infraestructura escolar transforma el potencial de la EF. La escasez de recursos y formación docente especializada obstaculiza programas inclusivos, como señalan Acosta Landívar y Antuash Wachapa (2026, p. 16) la importancia de las habilidades motrices básicas como correr, saltar y lanzar, pero también considera factores como la confianza, la motivación y la experiencia previa en la práctica física. La diversidad socioeconómica, la desigualdad del acceso a internet agrava exclusiones, incluyendo variedad y frecuencia de actividades.

En algunas instituciones, se sigue considerando a esta materia como un espacio en donde los estudiantes solo juegan sin objetivo e intención y no se la considera como asignatura. En este contexto, algunos estudiantes y padres de familias no le dan tanta importancia, lo cual dificulta la inversión en materiales, infraestructura y capacitación docente. Es necesario evidenciar mediante la práctica diaria, que la EF contribuye al aprendizaje, a la salud y a la formación de ciudadanos activos y responsables.

La Educación Física siendo un agente de transformación integral en la vida de los estudiantes, se requiere a docentes actualizados con las herramientas y metodologías activas que motiven a promover hábitos saludables. Es necesario valorar la formación académica y reconocer el impacto que tiene la capacitación profesional en la vida de los estudiantes. La EF no solo activa cuerpos en movimiento, sino personas capaces de tomar decisiones saludables y convivir de manera responsable en su entorno.

En un contexto educativo marcado por el aumento del sedentarismo, el sobrepeso infantil y el

uso excesivo de pantallas, la Educación Física adquiere un papel central como promotora de hábitos de vida saludable. Mediante la actividad física regular, contribuye a la comprensión de la relación entre movimiento y bienestar; beneficia la apropiación de conocimientos sobre autocuidado, descanso, alimentación equilibrada y prevención de lesiones; y sienta bases para la construcción de estilos de vida activos.

Otra arista de esta investigación es la que se relaciona directamente con la exclusión social y la desigualdad; muchos estudiantes que no tienen oportunidades de participar y de aprender como los demás y enfocarse a los estilos de aprendizaje. Muñoz Sánchez, et al. (2024), “así para niños o jóvenes con discapacidad, sino también a quienes pertenecen a pueblos originarios, afrodescendientes, adolescentes embarazadas, jóvenes y personas transgénero, etc” (p. 238).

En términos de bienestar mental la EF ha demostrado ser una herramienta efectiva para mejorar la salud emocional de los estudiantes, la reducción de la ansiedad y la depresión, así como el aumento de la autoestima y el bienestar general, son beneficios destacables que resaltan la necesidad de incorporar la actividad física regular en el currículo escolar (Vargas Arreaga y Merchán Carvajal, 2024, p. 9). La práctica regular de EF contribuye al equilibrio emocional, porque esta área debe favorecer el desarrollo integral del estudiante.

El docente de EF contemporáneo desempeña un rol multifacético: educador de la salud, promotor de inclusión, diseñador pedagógico y agente comunitario. Su labor trasciende más allá de la práctica deportiva y contribuye a la formación integral. Por lo tanto, la atención creciente a la salud pública y la evidencia en ciencias del deporte visibilizan la oportunidad de reforzar a la EF para optimizar su impacto, la inversión en formación, los recursos y reconocimiento institucional.

2. MATERIALES Y MÉTODOS

La investigación desde la ruta cualitativa para Hernández Sampieri, et al. (2018) “se enfoca en comprender los fenómenos, explorándolos desde la perspectiva de los participantes en su ambiente natural y en relación con el contexto” (p. 429). Desde la perspectiva cualitativa, este estudio de investigación se enfoca en una revisión sistemática y de estudio crítico frente a la utilización de métodos, técnicas e instrumentos que sean resulten eficaces para sustentar el rol de la EF y poner en práctica con los estudiantes en el desarrollo de la clase.

Se enmarca en el paradigma socio crítico, al respecto Sinche Crispín et al. (2023), expresan

que “se constituye siempre en base a intereses que han ido desarrollándose a partir de las necesidades naturales de la especie humana y que han sido configurados por las condiciones históricas y sociales” (p. 9). Siguiendo estas líneas, se incluye en el proceso pedagógico la transformación e innovación pedagógica en el área de Educación Física para desarrollar las competencias integrales en los estudiantes.

Según Hernández Sampieri (2018) la revisión de la literatura “consiste en detectar, consultar y obtener la bibliografía y otros materiales útiles para los propósitos del estudio, de donde se extrae y recopila información relevante y necesaria para el problema de investigación” (p. 41). La revisión documental como técnica de investigación apoya a fundamentar teóricamente el tema de la Educación Física y su función pedagógica.

Se utiliza un investigación socio crítica bajo el paraguas del enfoque cualitativo, con el empleo del método analítico se establece la sistematización y articulación entre los propósitos de la indagación y los postulados teóricos que los apoyan, con la finalidad de entregar un marco con énfasis en el análisis crítico de la bibliografía para contribuir a una explicación más significativa sobre el tema generado para la investigación, en un entorno social del fortalecimiento de la enseñanza de la Educación Física.

2.1. Diseño de Investigación

Fals Borda (2021) plantea que, “la investigación crítica en América Latina debe orientarse a comprender las realidades sociales desde la perspectiva de los sujetos involucrados, promoviendo procesos reflexivos que contribuyan a la emancipación y al cambio social” (p. 67). Aquí se requiere indagar las prácticas académicas y las estrategias metodológicas para lograr resultados eficaces; este diseño fomenta la participación y la criticidad para lograr la implementación y transformación del currículo en EF.

Para analizar el tema curricular y su contextualización a partir del seguimiento del plan de acompañamiento pedagógico se debe evidenciar el diagnóstico de las necesidades de la institución educativa, para que los docentes se sientan realmente acompañados en el proceso académico. En este sentido, este estudio se enfoca en los elementos curriculares que junto a la planificación microcurricular se evidencia si la metodología, los recursos y evaluación se validan los aprendizajes significativos en los estudiantes.

Para Hermida y Quintana (2019), “en la investigación hermenéutica, el investigador se involucra en un proceso dialéctico en el que explora la historia del texto, reflexiona focalizando la atención entre el texto y las estructuras de pensamiento del investigador” (p. 8). El análisis crítico del enfoque documental contribuye a fundamentar científicamente la indagación y orienta hacia la consecución de objetivos, preguntas y categorías de análisis de estudio.

En este contexto de indagación la revisión de la literatura permite “situar el estudio dentro del conocimiento existente, sintetizar investigaciones previas y demostrar cómo el nuevo estudio amplía o complementa lo que ya se conoce” (Creswell & Creswell, 2021, p. 73). De esta manera, la revisión crítica de la bibliografía de Educación Física contribuye a fundamentar el marco teórico y a orientar el diseño metodológico del proceso investigativo.

Para fortalecer la posición investigativa, Cerda Gutiérrez (2021), sostiene que la revisión bibliográfica constituye una fase esencial de la investigación, ya que permite “analizar críticamente la información disponible, identificar los principales enfoques sobre el problema y establecer las bases conceptuales que orientarán el proceso investigativo” (p. 94). Es necesario que se analice a través de una visión crítica de documentos, artículos científicos y libros la postura valorativa del currículo de EF.

La práctica del deporte necesariamente requiere la relación que puede existir en los diferentes órganos perceptivos y la motricidad, pues es necesario adecuarse a diversas situaciones motrices (Capote Lavandero et al., 2024, p. 4). Esto supone una constante interacción entre los sistemas perceptivos —como la vista, el oído y la propiocepción— y la acción motriz, lo que permite al aprendiz adaptarse de manera dinámica a las distintas situaciones que surgen durante la actividad. En este contexto de investigación, se emplean diferentes técnicas de análisis crítico que permitan recopilar información y llegar al análisis e interpretación del enfoque pedagógico del área de Educación Física. Entre las técnicas empleadas, se ejecuta la encuesta, revisión documental, libros y artículos científicos que permiten identificar el alcance y profundidad del proceso enseñanza-aprendizaje de la Educación Física.

La investigación de campo para Ibarretxe-Antuñano (2022) sostiene que el trabajo de campo consiste en la “recogida sistemática de información sobre un determinado fenómeno *in situ*, en su entorno natural” (p. 103), lo que favorece una comprensión más significativa de la realidad

investigada y la obtención de datos reales para el análisis crítico. Por esta razón, este tipo de investigación resulta esencial cuando se desea conocer las características, comportamientos o dinámicas sobre el proceso pedagógico actual de la Educación Física y su impacto frente a los nuevos problemas sociales.

Webster & Hamilton (2022) afirman que la encuesta recoge la información de un grupo determinado de personas a través de una serie estructurada de ítems, por lo que analiza tendencias, comportamientos o hechos de interés. Por su carácter esquemático y estandarizado, viabiliza la obtención de información pertinente, convirtiéndose en una herramienta fundamental para los estudios descriptivos y correlacionales. Estos instrumentos permiten definir la visión de diversas posturas sobre el enfoque pedagógico de la Educación Física acorde al desarrollo del concepto integral en el equipo estudiantil.

3. RESULTADOS Y DISCUSIÓN

Se encontró información en diferentes documentos como: libros, revistas y artículos científicos (Tabla 1). En el que se abordó el desarrollo integral en la asignatura de la Educación Física, y todos los cambios que se generaron en los contextos y ecosistemas educativos. En esta información se recaba lo más relevante e importante que se requiere para este presente estudio en donde se analizan los datos, las interpretaciones y discusiones que los diferentes autores han realizado.

Tabla 1. Cantidad de Documentos Científicos.

Documentos			
Libros	Tesis	Artículos	Total
6	2	23	31

Al realizar esta revisión sistemática de diferentes autores sobre diversos postulados, es necesario presentar este cuadro comparativo entre el enfoque tradicionalista con el actual de la Educación Física, en donde se reflejan las características del rol del docente en donde innova y también el rol del estudiante en el proceso pedagógico y en el desarrollo de la clase para que se implemente el currículo y la planificación de clase. Siguiendo estas líneas también se aporta con el resultado de las encuestas aplicadas a la muestra por conveniencia de docentes de Educación Física de la provincia del Carchi.

3.1. Población y Muestra

En lo referente a la población total encierra a 49 instituciones educativas de la provincia del

Carchi por lo que se aplicó a docentes de Educación Física de cada una de estas. Los centros escolares poseen los niveles: Inicial, Educación General Básica y Bachillerato para que el objeto de estudio se dinamice en el proceso pedagógico.

La muestra está conformada por un docente de los 49 centros escolares, que generan conocimiento sobre la implementación de prácticas pedagógicas del área de Educación Física quienes tienen experticia sobre la ejecución de los conocimientos para este cometido se ejecutan técnicas e instrumentos en torno a temas específicos sobre la generación actual de conocimientos en EF.

Tabla 2. Cuadro Comparativo: Educación física tradicional vs actual.

Aspecto	Enfoque Pedagógico Tradicional	Enfoque Actual de la Educación Física
Rol del docente	Líder central orienta la clase y envía conocimientos de forma vertical.	Orientador, mediador y facilitador del conocimiento promoviendo la colaboración activa.
Rol del estudiante	Tiene un rol pasivo tiene la característica de receptor de órdenes e instrucciones.	Desempeña actuación activa, actor del aprendizaje, reflexiona y toma decisiones.
Metodología	Posee una característica repetitiva, apoyada en adiestramiento dirigido y técnicas deportivas.	Posee metodologías activas: aprendizaje cooperativo, juegos, resolución de problemas, gamificación.
Finalidad educativa	Desarrollo físico y rendimiento deportivo.	Se trabaja en la formación integral junto al desarrollo físico, emocional, social y cognitivo.
Contenido	Enfoque centrado en el deporte como eje esencial.	Se habla de la diversificación en relación de juegos, expresión corporal, salud, recreación, identidad corporal.
Evaluación	Cuantitativa, basada en rendimiento físico y ejecución técnica.	Tienen una evaluación formativa e integral.
Relación pedagógica	Poseen un relación vertical, poco diálogo docente-estudiante.	Se basa en el diálogo y construcción conjunta del conocimiento.
Uso de recursos	Limitado, tradicional (balones, ejercicios rutinarios).	Uso de TIC, materiales diversos y contextos reales de aprendizaje.
Visión del aprendizaje	Memorístico y mecanicista.	Tiene énfasis en el enfoque constructivista aprendizaje significativo, activo e interactivo.

En la Tabla 2, se muestra el cuadro comparativo de los indicadores de la educación tradicional y el enfoque actual de la Educación Física, se puede deducir que los docentes con mentalidad abierta hoy por hoy utilizan metodologías activas que buscan innovar la educación en contextos reales en donde utilizan materiales diversos mediante la interacción del estudiante a través de prácticas colaborativas mediante el juego y el aspecto artístico.

Guzmán Frías et al. (2024), manifiestan que el enfoque pedagógico de la Educación Física deberá llegar a “la participación activa fomenta la colaboración, la resolución de problemas y las habilidades de comunicación efectiva que son muy valoradas por los empleadores” (p. 3). Las aristas tradicionales y memorísticas como exámenes escritos y las pruebas estandarizadas

no valoran las competencias y se debe desarrollar nuevos instrumentos y métodos de evaluación que evidencien mejor los objetivos de las metodologías activas.

En la Tabla 3, se pueden identificar los nuevos postulados pedagógicos que un docente de Educación Física deberá efectivizar en la clase con la interacción social de los estudiantes y generando en ellos el aprendizaje constructivo, capaz de generar conocimientos prácticos a partir de la motricidad corporal.

Tabla 3. Nuevos postulados pedagógicos de Educación Física.

Postulado/Enfoque	Descripción	Aplicación en Educación Física	Importancia pedagógica actual
Colaboración	Como producto de las habilidades del siglo XXI, promueve el trabajo en equipo, la interacción social y la construcción del aprendizaje.	Juegos corporativos, actividades en equipo, retos grupales y dinámicas colaborativas.	Favorece la convivencia, inclusión y desarrollo socioemocional del estudiante.
Habilidades blandas	Incluye el desarrollo de competencias como comunicación, liderazgo, empatía, autocontrol y responsabilidad.	Incluye actividades que implican liderazgo en equipos, resolución de conflictos, toma de decisiones en situaciones motrices.	Contribuye al desarrollo integral (físico, emocional y social).
Resolución de problemas	Capacidad de enfrentar situaciones motrices y tomar decisiones estratégicas en contextos reales o simulados.	Incluyen juegos tácticos, deportes con reglas adaptadas, desafíos motores y aprendizaje basado en problemas.	Fortalece el pensamiento crítico y la autonomía del estudiante.
Educación inclusiva	Busca atender la diversidad y garantizar la participación de todos los estudiantes.	Adaptación de juegos, inclusión de estudiantes con discapacidad, enfoque en igualdad.	Promueve valores como equidad, respeto y justicia social.
Integración de la tecnología	Uso de herramientas digitales para mejorar la enseñanza y motivación.	Apps de actividad física, seguimiento de rendimiento, clases híbridas.	Moderniza la Educación Física y la adapta a contextos digitales

La educación y formación en el área de Educación Física tiene un enfoque diferente porque la sociedad exige potenciar áreas como: seguridad, fortalecimiento emocional, lograr la inclusión social, la seguridad, entre otros. Potenciar competencias que se evidencian en el currículo es un factor que es inherente a la ética profesional del docente y también se enfocan en el desarrollo integral de la personalidad del estudiante y a la vez utilizando herramientas digitales para fortalecer el aprendizaje y la motivación.

En este sentido, Botero Carvajal et al (2017), manifiestan que:

Hoy en día, hablar de metacognición en la educación, se ha convertido en un nuevo reto conceptual, justamente porque es uno de los aportes teóricos recientes más importantes, que ha facilitado la comprensión de los procesos cognitivos implicados en el aprendizaje.

(p. 6)

El área de la Educación Física no está exenta de este posicionamiento porque el docente debe asumir con responsabilidad el desarrollo de los aprendizajes a partir de la enseñanza de ésta.

Mayorga-Ases et al. (2024) cita a Ramón Poma et al., 2024, sobre la resistencia al cambio es un problema recurrente, ya que la transición de un enfoque tradicional a uno más activo requiere un cambio en la mentalidad de los docentes, quienes deben adoptar nuevos roles como facilitadores del aprendizaje (p. 3). Los profesores de Educación Física deberán tener un rol más protagónico en el que se desempeñen en el proceso académico con vivencias y experiencias que le sirvan para resolver los problemas de la vida diaria.

Para Dupuy et al. (2024, p. 15) la transmisión de saberes relacionados con la cultura corporal pareciera que posee rasgos de innovación cuando se habilitan experiencias asociadas a lo lúdico, desde una perspectiva de derecho, las prácticas corporales expresivas y el deporte escolar, entendido desde un posicionamiento inclusivo, es decir, como juego deportivo. En este enfoque los docentes lo practican acompañados de ejes como seguridad, nutrición, aseo entre otros.

Los profesores no podrán impartir una educación para pedagógicos, de la motivación y de los cambios en las creencias y actitudes, demandan la necesidad de modelos de aprendizaje que les faciliten auténticos encuentros en el mundo real, así como tareas orientadas a la resolución de problemas (Baena Morales et al., 2021, p. 4). El docente de EF deberá implementar estrategias técnicas y actividades que demanden del estudiante diversas aristas de la participación y la criticidad.

En la Tabla 4, se observan las conclusiones de la encuesta aplicada a 49 docentes de las instituciones pluridocentes mayores y menores de la Provincia del Carchi en torno a algunas temáticas importantes en el entorno de la pedagogía actual de Educación Física: enfoque de evaluación, impacto de las TICs, inclusión, innovación y aprendizaje lúdico.

La Educación Física es un área que actualmente se enfoca en la renovación curricular que responde a las demandas sociales contemporáneas, destacando aspectos como la seguridad, el fortalecimiento emocional y la inclusión educativa. Este cambio implica en la forma de ver la EF no limitada al desarrollo físico, sino que contribuya a fortalecer todo el ecosistema del estudiante, incorporando dimensiones cognitivas, afectivas y sociales. En este entorno, el currículo se convierte en el pilar fundamental para el desarrollo de competencias que forman

parte de la ética profesional docente.

Tabla 4. Hallazgos de la encuesta realizada a docentes de Educación Física de la provincia del Carchi.

Enfoque contemporáneo de la evaluación de la EF	Impacto de las TICs en la EF actual	Inclusión en la EF	Innovación en la EF	Aprendizaje lúdico en la EF
El enfoque es formativo, integral e inclusivo enfocada en el progreso integral del estudiante. Se valora conocimientos, habilidades motrices, actitudes, la participación en clase y el trabajo colaborativo. El juego a través de experiencias propias y con identidad cultural.	Actualmente las TICs ayudan a planificar, enseñar y evaluar mejor los aprendizajes. Estos ayudan a fortalecer la motivación, la inclusión y el seguimiento. Facilita la investigación en procesos de la asignatura como tal. Por medio de las herramientas y aplicaciones digitales enriquecen el conocimiento por ejemplo: como medir la frecuencia cardíaca. La utilización de reloj inteligente para realizar acondicionamiento físico. Con la realidad aumentada (Semantic) sirve para realizar videos y en los que los estudiantes sus rutinas de ejercicios, usar apps de actividad, dar feedback y hacer clases más interactivas sin reemplazar el movimiento. Las TIC ayudan a mejorar, complementar y hacer más significativo el aprendizaje motriz, corporal y saludable de los estudiantes. Permiten desarrollar competencias digitales y promover hábitos saludables de forma interactiva es eficaz para el refuerzo académico.	La EF se enmarca en el derecho universal al movimiento; no busca formar únicamente al atleta escolar si no garantizar que todos los cuerpos, ritmos y capacidades tengan derecho al movimiento, la salud y el juego. Fomentar el respeto, equidad y por ende el desarrollo social a través del juego adaptado. La EF permite que todos los estudiantes participen, aprendan y disfruten de la actividad física. Atender las necesidades educativas, género, ritmo de aprendizaje o nivel de habilidad motriz. La EF inclusiva adapta las reglas, los materiales y los espacios para que todos participen juntos. Deja atrás al enfoque tradicional. Los docentes de EF deben fomentar valores como el respeto, la cooperación y la convivencia para trabajar la integralidad del estudiante.	Entre las innovaciones se tienen: combatir el sedentarismo, obesidad y mejorar la salud mediante la actividad física. Los desafíos actuales en el proceso pedagógico es la escasez de material deportivo, el deterioro de los espacios físicos y la creciente influencia de la tecnología en la vida de los estudiantes. Se deberán incorporar estrategias creativas y recursos digitales que favorezcan la participación, la inclusión y el aprendizaje significativo.	El juego motiva el aprendizaje de EF; porque el estudiante aprende de forma divertida y feliz. El aprendizaje lúdico no es simplemente una técnica atractiva o un “relleno” para hacer las clases divertidas; es la llave maestra que activa el verdadero potencial del cerebro humano. Mediante el juego y la recreación el estudiante capta con mayor facilidad el mensaje y el proceso motor. El aprendizaje lúdico aumenta la motivación, la participación y el interés de los alumnos en las actividades educativas. Favorece el desarrollo de habilidades físicas, cognitivas y sociales de manera divertida y el aprendizaje se vuelve significativo.

El área de la EF requiere potenciarse en la didáctica innovadora con la integración de herramientas digitales y metodologías prácticas que permitan fortalecer los procesos pedagógicos, para incrementar la motivación y participación estudiantil. Los procesos cognitivos deben llevar a la capacidad de reflexionar sobre el aprendizaje, se posiciona como un pilar fundamental que

permite comprender y mejorar el desarrollo cognitivo de los estudiantes, consolidándose como un aporte significativo dentro del entorno educativo actual.

Siguiendo estas líneas, uno de los principales desafíos en el proceso didáctico de esta área es la resistencia al cambio por parte de algunos docentes, quienes deben transitar de modelos tradicionales hacia enfoques más activos y centrados en el estudiante. Este proceso exige asumir nuevas acciones como facilitadores del aprendizaje, permitiendo experiencias significativas para que los alumnos apliquen lo aprendido en la vida cotidiana y fortalezcan habilidades para la resolución de problemas.

La Educación Física actual tiene una visión trascendental que no solamente se ubica en dirección hacia la enseñanza de la cultura corporal mediante prácticas innovadoras, como el juego, el deporte escolar y las actividades dinámicas que son consideradas desde una perspectiva inclusiva y lúdica. Estas prácticas se integran con ejes transversales como la seguridad, la nutrición y el autocuidado, desarrollando una formación más integral y consciente.

Para Donoso Reinoso & Díaz Álava. (2025), la práctica regular de actividad física en Ecuador está fuertemente condicionada por variables sociodemográficas. Los resultados confirman que ser mujer, joven, tener un mayor nivel educativo y estar empleado aumentan significativamente la probabilidad de realizar ejercicio físico (p. 7). Desde una arista investigativa en EF, la participación en actividad física en Ecuador se encuentra delimitada por factores sociodemográficos y su influencia en la práctica continua de ejercicio.

Es prioritario enfatizar que el equipo docente deberá visibilizar la necesidad de implementar estrategias y técnicas pedagógicas que motiven hacia la participación activa, el pensamiento crítico y la metacognición del estudiante. El equipo docente debe diseñar planificaciones que incluyan experiencias auténticas y contextualizadas que potencien el aprendizaje significativo, que logre en los estudiantes enfrentar desafíos reales y construir conocimientos aplicables en la vida diaria.

En la Tabla 5 se explicitan indicadores de cómo la educación física puede fortalecer la innovación educativa desde la visión en la implementación de metodologías nuevas, fortalecimiento de la actividad motriz, el aprendizaje lúdico, la protección de derechos y la expresión corporal.

En este contexto, se puede inferir de esta anterior tabla que es importante que el docente sea el

que motive a realizar las prácticas deportivas, potenciando al mismo tiempo las habilidades y valores que converjan en el cambio hacia nuevos estilos de salud y nutrición. En la actualidad donde el sedentarismo se viraliza por estar mucho tiempo en las pantallas y plataformas digitales los estudiantes requieren más acompañamiento por parte de sus cuidadores y docentes.

Tabla 5. La Educación Física como pilar de la innovación educativa

Eje	Postulado actual	Aporte a la Educación Física	Aplicación en el aula
Innovación educativa	La EF se concibe como un ámbito de aprendizaje activo, contextualizado y flexible, adaptado a la realidad institucional.	Promueve metodologías activas (aprendizaje basado en el juego, resolución de problemas, trabajo cooperativo).	Planifica con circuitos motrices donde el estudiante resuelve retos físicos y cognitivos en grupo.
Aprendizaje lúdico	El currículo prioriza las prácticas lúdicas y el “jugar” como un espacio de aprendizaje constructivo.	Potencia habilidades motrices, sociales y cognitivas a través de juegos tradicionales, colaborativos y lúdicos.	Aplicación de juegos tradicionales ecuatorianos para potenciar la identidad cultural junto a la coordinación motora.
Habilidades socioemocionales	La actividad física fortalece las habilidades sociales, emocionales y cognitivas en los estudiantes.	Fortalece el liderazgo educativo, trabajo en equipo, empatía, resiliencia y comunicación.	Realiza dinámicas en equipo donde cada estudiante asume roles (líder, árbitro, organizador).
Enfoque de derechos humanos	La EF promueve inclusión, participación y equidad en todas las planificaciones curriculares escolares.	Esta área profundiza el acceso al movimiento, respeto a la diversidad y a la democracia.	Incluye las adaptaciones curriculares junto con el DUA.
Prácticas corporales expresivas	Se incluyen actividades expresivo-comunicativas y que se extraen del currículo nacional.	Favorece la expresión física, creatividad, identidad y comunicación no verbal.	Coreografías, dramatizaciones y expresión corporal vinculadas a la cultura local.
Deporte escolar	Orienta a través del deporte la formación integral, y fortalece el ámbito competitivo.	Potencia valores (respeto, disciplina, cooperación) y estilos de vida sana.	Organización de minitorneos internos con énfasis en el juego limpio y la inclusión.

En este marco, Hernández Pulido (2025, p. 3) manifiesta que cada disciplina aporta desde su especificidad a la construcción del sujeto. Una de ellas, la educación física (EF), resalta por su capacidad de integrar cuerpo, mente y emociones en una experiencia pedagógica completa. En esta área a través del movimiento los docentes buscan un espacio de interaprendizaje donde el estudiante explora el conocimiento, se conoce, se expresa y aprende de manera plena.

En las instituciones educativas es necesario realizar la revisión y actualización de las planificaciones y apoyadas en las observaciones áulicas y puedan efectuar la retroalimentación e implementar el currículo nacional de Educación Física. Los enfoques actuales sirven para definir el proceso pedagógico integral en el aula, en el que el profesor deja su sello profesional

mediante la planificación y micro planificación.

La teoría de la cooperación y competición de Robert Axelrod para los investigadores Peralta Alatrística y Quishpe Chisi (2025) “estas actividades integran retos competitivos saludables y ejercicios colaborativos, promoviendo la cohesión entre estudiantes y mejorando su capacidad de concentración” (p. 27). En este contexto, los alumnos se motivan a superarse por lo que fortalecen los vínculos con sus compañeros, generando mayor cohesión grupal; este entorno dinámico y participativo mejora la atención y concentración.

Desde el punto de vista pedagógico, para Veloz Villarreal et al. (2026) “los resultados evidencian la importancia de promover la formación docente en el uso de metodologías activas, así como de fomentar el diseño de actividades que integren la investigación, el análisis y la participación estudiantil” (p. 9). Estas prácticas fortalecen el ámbito cognitivo de los estudiantes para que puedan potenciar las competencias sociales y cognitivas necesarias para la vida en sociedad.

La Educación Física, desde una perspectiva actual, se consolida como una disciplina clave en la formación integral del estudiante, ya que articula de manera equilibrada el cuerpo, la mente y las emociones. Aquí, el movimiento a través de su acción física, el énfasis pedagógico que permite al estudiante explorar, conocerse, expresarse y aprender de forma significativa. En este contexto, la clase se transforma en un espacio de interaprendizaje para que el profesor favorezca el desarrollo pleno del ser humano.

En el contexto institucional, se vuelve imprescindible la revisión constante de los directivos en las planificaciones pedagógicas, apoyadas en procesos como la observación áulica y la retroalimentación formativa. Estas acciones permiten ajustar la práctica docente y garantizar una adecuada implementación del currículo nacional de Educación Física. El docente, a través de la planificación y microplanificación, imprime su sello profesional, adaptando los enfoques pedagógicos a las necesidades reales de sus estudiantes.

Desde una mirada metodológica actual, la combinación de cooperación y competición, inspirada en planteamientos de varios autores contemporáneos, aportan significativamente al aprendizaje. Las actividades que nivelan los retos competitivos con dinámicas colaborativas mejoran la concentración, y también potencian los vínculos de apoyo entre los estudiantes. Este tipo de experiencias genera ambientes motivadores, donde los alumnos se sienten impulsados a

superarse mientras construyen relaciones positivas con sus pares.

En este ámbito, la Educación Física en su proceso académico asume el compromiso con la promoción de la salud integral, entendida que tener un bienestar físico es también mental y social. La relación entre el ser humano y su entorno incluye la biodiversidad, que invita a recapacitar sobre estilos de vida más saludables y sostenibles. Esta área contribuye a formar seres humanos más conscientes de su bienestar y del impacto de sus decisiones en el entorno social donde se desarrollan.

Este enfoque pedagógico contemporáneo, prevalece la importancia de la formación docente en metodologías activas que promuevan la participación, el análisis y la investigación. Estas estrategias que se desarrollan potencian el desarrollo cognitivo y social de los alumnos, preparándolos para resolver los problemas de la vida diaria. Como docentes de Educación Física, el reto es diseñar experiencias auténticas y significativas que trasciendan el aula y aporten verdaderamente a la formación integral del alumno.

El estudiante debe convertirse en un actor real de la educación, donde tanto el docente como el estudiante se retroalimenten con las experiencias vividas en cada clase. Esto no es lejano para el profesor de Educación Física porque esta área busca potenciar la personalidad del alumno de una manera integradora, donde converjan lo cognitivo con lo procedimental y también se puedan desarrollar valores en las prácticas y vivencias del proceso pedagógico.

Es muy importante el fortalecimiento de un currículo por competencias en todas las áreas, especialmente en el área de Educación Física porque ésta requiere apoyarse en aspectos como: la inclusión, habilidades blandas, estrategias con apps. Se requiere que exista un seguimiento y acompañamiento en los procesos de planificación y ejecución del currículo para que se evidencie la integralidad como enfoque epistemológico del área de EF.

Efectivamente, por parte del Ministerio de Educación, no hay un pronunciamiento claro sobre la aplicación de la planificación curricular institucional solamente existe lineamientos para la aplicación en la planificación microcurricular de los contenidos de aprendizaje que permitan efectivizar el currículo con el sello personal del docente de las asignaturas. La dinámica y la esencia epistemológica del área de EF es formar un ser integral en el que se desarrolle conocimientos, habilidades y valores.

4. CONCLUSIONES

Se requiere fortalecer el vínculo entre educación física, familia y comunidad, generando proyectos integrales que involucren actividades extracurriculares, uso de espacios públicos, promoción de movilidad activa y articulación con programas de salud escolar. Es indispensable garantizar infraestructura adecuada, materiales suficientes y políticas educativas que reconozcan la importancia de la Educación Física como componente curricular fundamental, y no como asignatura secundaria.

Desde una perspectiva investigativa, la Educación Física se consolida como un eje pedagógico estratégico para el desarrollo integral del estudiante, al articular de manera intencional las competencias motrices con las socioemocionales. Fortalece el cuerpo y procesos complejos como la autorregulación, la empatía y la toma de decisiones, especialmente cuando se implementan metodologías activas y experiencias colaborativas. Es necesario la formación emocional del docente en estos contextos para impactar directamente en la vida cotidiana del educando.

Frente a los desafíos actuales como el sedentarismo y el incremento de problemáticas emocionales, la Educación Física emerge como una herramienta de intervención educativa y social de alto impacto. Su potencial se maximiza cuando existe coherencia entre políticas institucionales, formación docente continua, recursos adecuados y enfoques pedagógicos innovadores e inclusivos. Esta área contribuye a la promoción de hábitos de vida saludable, rendimiento académico y la construcción de entornos educativos más equitativos, participativos y orientados al bienestar integral.

La Educación Física se afianza como un agente fundamental de transformación integral dado su impacto significativo en el desarrollo de competencias motrices, socioemocionales y hábitos de vida saludable. Su contribución trasciende el plano físico, incidiendo directamente en la construcción de la identidad, autoconocimiento, en la mejora de la convivencia escolar y la promoción del bienestar individual y colectivo.

El rol del docente de educación física es integral y multidimensional, implica no solo enseñar habilidades físicas, sino también formar valores, promover la inclusión y cuidar la salud de sus estudiantes. Las perspectivas de diferentes autores resaltan la necesidad de un enfoque pedagógico centrado en el alumno que transforme la educación física en un espacio de

aprendizaje significativo y transformador.

Contribución de los Autores (CRediT): XGBP: Conceptualización, Administración del proyecto, Redacción - borrador original. NAL: Análisis formal, Metodología, Redacción - revisión y edición.

Conflicto de Intereses: Las autoras declaran que no existen conflictos de intereses en esta publicación.

Declaración de Uso de Inteligencia Artificial: Las autoras declaran que no utilizaron herramientas de inteligencia artificial (IA) en el desarrollo del artículo.

REFERENCIAS

- Acosta Landívar, E., y Antuash Wachapa, B. (2026). *Análisis de la relación entre la competencia motriz y la condición física en niños de 7 a 9 años que asisten a la escuela de iniciación deportiva de la Universidad Politécnica Salesiana sede Cuenca-Ecuador* [Título de Maestría en Actividad Física con mención Entrenamiento Deportivo] Universidad Politécnica Salesiana. <https://dspace.ups.edu.ec/bitstream/123456789/31998/1/UPS-CT012556.pdf>
- Alajo Anchatuña, A. L., & Báez Sepúlveda, M. (2024). Estrategias de neuroeducación con plataformas digitales y redes sociales en los procesos formativos de ciencias administrativas y económicas. (2024). *Revista InveCom ISSN En línea: 2739-0063*, 5(1), 1-7. <https://doi.org/10.5281/zenodo.11554345>
- Baena-Morales, S., Merma Molina, G., & Gavilán-Martín, D. (2021). ¿Qué conocen los profesores de Educación Física sobre los Objetivos de Desarrollo Sostenible? Un estudio cualitativo-exploratorio (What do Physical Education teachers know about the Sustainable Development Goals? A qualitative-exploratory study). *Retos*, 42, 452-463. <https://revistaretos.org/index.php/retos/article/view/87724/64765>
- Benítez Paillacho, X., & Báez Sepúlveda, M. (2024). Una dinámica histórica y panorámica del currículo en el Ecuador. *LATAM Revista Latinoamericana de Ciencias Sociales y Humanidades* 5(4), 133–145. <https://doi.org/10.56712/latam.v5i4.2235>
- Bernate, J. (2021). Educación Física y su contribución al desarrollo integral de la motricidad/ Physical Education and its contribution to the comprehensive development of motor skills. *PODIUM - Revista De Ciencia Y Tecnología En La Cultura Física*, 16(2), 643–661. http://scielo.sld.cu/pdf/rpp/v16n2/en_1996-2452-rpp-16-02-643.pdf
- Botero Carvajal, A., Alarcón, D. I., Palomino Angarita, D. M. y Jiménez Urrego, A. M. (2017). Pensamiento crítico, metacognición aspectos motivacionales: una educación de calidad.

Poiésis, (33), 85-103. <https://doi.org/10.21501/16920945.2499>

- Capote Lavandero, G., Aguirre Obando, E. A., Analuisa Analuisa, E. F., & Cevallos Yapo, J. L. (2024). Evaluación de la asociación entre la estimulación temprana y las habilidades motrices básicas en el deporte de iniciación. *GADE: Revista Científica*, 4(1), 1-13. <https://doi.org/10.63549/rg.v4i1.345>
- Cerda Gutiérrez, H. (2021). *La investigación científica: guía para la elaboración de proyectos de investigación*. Bogotá: Editorial Magisterio.
- Coakley, J. (2017). *Sports in society: Issues and controversies* (12th ed.). New York, NY: McGraw-Hill Education.
- Creswell, J. W., & Creswell, J. D. (2021). *Research design: Qualitative, quantitative, and mixed methods approaches* (6th ed.). Thousand Oaks, CA: SAGE Publications.
- Díaz Subieta, L. B., & Quintero Martínez, J. D. (2025). Análisis Modelo CASEL para el desarrollo de las habilidades socioemocionales en el aula. *Revista Alpha*, 26(2), 50-64, <https://revistas.unipam.edu.br/index.php/revistaalpha/article/view/5624>
- Donoso Reinoso, H. N., & Díaz Alava, M. E. (2025). Análisis de la práctica de actividad Física en Ecuador, año 2024: un enfoque de Modelización Logit. *Retos*, 69, 1083–1090. <https://doi.org/10.47197/retos.v69.116793>
- Dupuy, M., Gómez, L., & Alvarez, M. (2024). Tendencias teóricas y metodológicas en la producción científica sobre prácticas pedagógicas de Educación Física en Latinoamérica. *Praxis educativa*, 28(3), 1-19. <https://dx.doi.org/10.19137/praxiseducativa-2024-280306>
- Fals Borda, O. (2021). *Ciencia propia y colonialismo intelectual*. Bogotá: Editorial Universidad Nacional de Colombia.
- García, J., & López, M. (2016). *Desarrollo motor y educación física en la infancia*. Madrid: Editorial Síntesis.
- Guamán Yumiceba, A. E., Lalangui Armijos, L. L., Ayala Laverde, D. F., Vergara Terán, M. R., & Vergara Terán, A. P. (2024). Aportes de la educación física al desarrollo integral de los estudiantes. *GADE: Revista Científica*, 4(2), 212-227. <https://doi.org/10.63549/rg.v4i2.435>
- Guzmán Frías, C., Quezada Sánchez, A. C., Alvarado Valera, E. G., Llamas Martínez, B., & Alvarado Valera, J. A. (2024). Estrategias para fomentar la participación activa de

- los estudiantes en el aula universitaria. *LATAM Revista Latinoamericana de Ciencias Sociales y Humanidades* 5(3), 2179 – 2188. <https://doi.org/10.56712/latam.v5i3.2187>
- Hermida, J., & Quintana, L. (2019). La hermenéutica como método de interpretación de textos en la investigación psicoanalítica. *Perspectivas En Psicología*, 16(2), 73-80. <https://perspectivas.mdp.edu.ar/revista/index.php/pep/article/view/469>
- Hernández Pulido, C. A. (2025). Transformar la convivencia desde el movimiento: diseño de un programa socioemocional desde la educación física en instituciones públicas de Soacha. *Bastcorp International Journal*, 4(2), 118-141. <https://doi.org/10.62943/bij.v4n2.2025.315>
- Hernández Sampieri, R., Fernández Collado, C., & Baptista Lucio, P. (2018). *Metodología de la investigación* (6.^a ed.). México: McGraw-Hill Education.
- Ibarretxe-Antuñano, I. (2022). Trabajo de campo. *Estudios de Lingüística del Español*, 45, 103–132. <https://doi.org/10.36950/elies.2022.45.8852>
- Katapally, T. R., Laxer, R. E., Qian, W., & Leatherdale, S. T. (2018). Do school physical activity policies and programs have a role in decreasing multiple screen time behaviours among youth? *Preventive Medicine*, 110, 106–113. <https://doi.org/10.1016/j.ypmed.2017.11.026>
- Kirk, D. (2010). *Physical Education Futures*. London: Routledge.
- Light, R. (2012). *Game Sense: Pedagogy for Performance, Participation and Enjoyment* (1st ed.). Routledge. <https://doi.org/10.4324/9780203114643>
- Macías Giler, Y. R. (2025). Importancia de la educación física en el desarrollo integral del estudiante de Educación General Básica. *Revista Científica De Innovación Educativa Y Sociedad Actual "ALCON"*, 5(3), 310–322. <https://doi.org/10.62305/alcon.v5i3.598>
- Mayorga-Ases, M., Tagua-Moyolema, A., Muyulema-Muyulema, D., & Velastegui-Hernández, R., (2024). Estudio sobre la implementación de metodologías activas en la educación superior: beneficios y desafíos. *593 Digital Publisher CEIT*, 9(4-1), 196-208. <https://doi.org/10.33386/593dp.2024.4-1.2739>
- Muñoz Sánchez, C., Schmitt Bernal, E., Lara Órdenes, E., & Roy Sadradín, D. (Eds.). (2024). *Estrategias e Investigaciones desde la Didáctica e Innovación*. Ariadna Ediciones. <https://doi.org/10.26448/ae9789566276289.104>
- Ochoa-Gutiérrez, C. M., & Aldas-Arcos, H. G. (2022). La Educación Física como herramienta

- para la formación integral en estudiantes del Subnivel General Básica. *Revista Arbitrada Interdisciplinaria Koinonía*, 7(2), 326–350. <https://doi.org/10.35381/r.k.v7i2.1947>
- Peralta Alatrística, O. V. y Quispe Chisi, L. M. (2025). *Estado del arte: la actividad física en estudiantes de Perú y Ecuador* [Trabajo para el grado académico de bachiller, Escuela de Educación Superior Pedagógica Pública “La Inmaculada”] Repositorio institucional <https://repositorio-api.eespli.edu.pe/api/core/bitstreams/442389f3-4c01-4bc0-a760-917579cb047f/content>
- Sinche-Crispín, F. V., Infante Rivera, L. J., Espinoza-Quispe, C. E., Matos-Vila, G. S., & Gilvonio-Yaranga, F. M. (2023). Implicancia de la fenomenología social y el paradigma sociocrítico en la investigación de la educación universitaria. *e-Revista Multidisciplinaria del Saber*, 1, e-RMS01112023. <https://doi.org/10.61286/e-rms.v1i.5>
- Vargas Arreaga, L. S., & Merchán Carvajal, M. B. (2024). Incidencia de la educación física para fomentar estilos de vida saludables en el contexto educativo: una revisión sistemática. *LATAM Revista Latinoamericana De Ciencias Sociales Y Humanidades*, 5(4), 4404 – 4417. <https://doi.org/10.56712/latam.v5i4.2576>
- Veloz Villarreal, C. D., Serrano Morales, N. Y., Calderón Ríos, C. D. C., & Hilbay Ramón, J. J. (2026). El uso de metodologías activas para el fortalecimiento de la identidad cultural y el pensamiento crítico en estudiantes de 2.º a 7.º de educación general básica en instituciones educativas del Ecuador. *Revista Científica Tsafiki*, 3(1), 856–865. <https://revista-tsafiki.org/index.php/revista/article/view/142/142>
- Webster, W., & Hamilton, M. (2022, February 8th). *Survey research: Definition, examples & methods*. Qualtrics. <https://www.qualtrics.com/articles/strategy-research/survey-research/>