



Zona Próxima

ISSN: 1657-2416

ISSN: 2145-9444

Instituto de Estudios en Educación Universidad del Norte

Valderrama Vega, Edisson

Estado del Arte: análisis e interpretación de las conclusiones en estudios relacionados con educación física

Zona Próxima, núm. 28, 2018, Enero-Junio, pp. 29-41

Instituto de Estudios en Educación Universidad del Norte

DOI: <https://doi.org/10.14482/zp.28.9484>

Disponible en: <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=85359532003>

- ▶ Cómo citar el artículo
- ▶ Número completo
- ▶ Más información del artículo
- ▶ Página de la revista en [redalyc.org](https://www.redalyc.org)

UAEM
redalyc.org

Sistema de Información Científica Redalyc

Red de Revistas Científicas de América Latina y el Caribe, España y Portugal
Proyecto académico sin fines de lucro, desarrollado bajo la iniciativa de acceso abierto

Estado del Arte: análisis e interpretación de las conclusiones en estudios relacionados con educación física*

State of the art: analysis and interpretation of the conclusions of studies related to physical education

Edisson Valderrama Vega

Como citar este artículo

Valderrama, E. (2018). Estado del arte: análisis e interpretación de las conclusiones de estudios relacionados con educación física. *Zona Proxima*, 28, 29-41.

zona proxima

Revista del Instituto de Estudios en Educación y del Instituto de Idiomas
Universidad del Norte
nº 28 enero-junio, 2018
ISSN 2145-9444 (electrónica)

<http://dx.doi.org/10.14482/zp.27.10978>

próxima



JOAQUÍN BOTERO
EN CAJA DO 2, 3, 5

EDISSON VALDERRAMA VEGA

Filiación: Docente de Educación Física, Recreación y Deportes I.E Inem Baldomero Sanín Cano de Manizales
Títulos: Licenciado en Educación Física y Recreación. Universidad de Caldas
Especialista en Gerencia Educativa. Universidad Católica de Manizales
Estudiante de Maestría en Educación y Desarrollo Humano. Universidad de Manizales
Correo: valdevega10@gmail.com

<p>En el contexto de las investigaciones en Educación Física se encuentra una amplia gama de intereses y enfoques, que demuestran el gran campo de acción y la incidencia que tiene el área en los procesos de formación. Estos intereses se centran en aspectos como la motivación, los estilos de aprendizaje, las prácticas pedagógicas, la promoción del deporte y la situación actual de la educación física, entre otros.</p> <p>En el presente artículo se recogieron las principales conclusiones de 58 investigaciones en educación física, que dan cuenta de las tendencias investigativas en el área y los resultados más sobresalientes de los mismos, para analizarlos e interpretarlos y así obtener una visión general de la realidad que envuelve la educación física en la actualidad.</p> <p>Palabras claves: Educación Física, conclusiones, estado del arte, motivación, práctica pedagógica, salud.</p>	<p>RESUMEN</p>	<p>In the context of research in Physical Education there are many interests and approaches that show the extended action field and the impact that this area has in the continuous training process. Interests are focused on motivation, learning styles, pedagogical practices, sports promotion and the present situation of the physical education, among others. This article makes an interpretation of 58 studies about physical, accounting for research trends in the area, and their outstanding results in order to obtain a general vision of what physical education involves currently.</p> <p>Keywords: Physical education, conclusions, state of the art, motivation, pedagogical practices, health.</p>
-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	-----------------------	----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

INTRODUCCIÓN

Es recurrente escuchar en diferentes escenarios que la Educación Física ha sido subvalorada por los diferentes estamentos de la comunidad educativa (directivos, profesores, estudiantes y padres de familia), observando entonces una estigmatización hacia su trabajo con ideas tales como: es un espacio más de descanso de los jóvenes, carece de rigor científico, no es importante, no aporta elementos valiosos a la formación, es sólo ocio y sudor, o simplemente "tirar el balón", dejando en el ambiente una idea de facilismo y poca productividad en el desarrollo de las clases.

Las afirmaciones anteriores son sustentadas por Bart Crum (2012) quien expone algunas de las causas que han llevado a estigmatizar el área de educación física (EF):

En comparación con la mayoría de las otras materias escolares, la EF en particular, ha padecido un mayor escrutinio. Aparte de la insatisfacción por los resultados y la crítica a la calidad del profesorado en educación física (PEF), la EF tiene que lidiar con un importante escepticismo respecto de su relevancia social. La fundamentación que alguna vez estuvo presente en la opinión pública, parece haberse deteriorado desde que nuevas materias exigen su espacio dentro de la carga horaria y el eslogan "volver a los fundamentos" se hace cada vez más fuerte. No cabe duda que la EF no es considerada uno de los fundamentos. (Crum, 2012, p.62)

Sin embargo, es motivo de reflexión también, analizar comentarios a favor del área que se escuchan de diferentes actores que tienen que ver con el desarrollo de la misma, los cuales contrastan de manera significativa con las ideas planteadas anteriormente, pues ven en las sesiones de educación física un espacio propicio y

adecuado para fortalecer el proceso de formación integral de los estudiantes (Sánchez, 2014; Waichman, 2000). De igual manera, es notorio el agrado y la afinidad que la mayoría de los estudiantes muestran frente a la asignatura, pues son espacios de formación diferentes a las de las otras áreas (Pérez, 2010).

Fernández Porras (2009), Ruiz (2011), Niño y García (2011) visibilizan algunas de las razones que le dan realce y destacan la importancia de la educación física en la escuela y la hacen una asignatura totalmente distinta, con todas las posibilidades de aportar en el desarrollo de los alumnos, subrayando que posibilita el aprendizaje mediante la ejecución de nuevas formas de movimiento, utilizando el juego, la recreación y el deporte como medio para lograr un desarrollo integral de los estudiantes.

En tal sentido, se requiere hacer un análisis juicioso al entorno que rodea la educación física, a través de la construcción de un estado del arte que recopile las investigaciones con relación al área (Gallo & Urrego, 2014; Jaramillo, 2006), destacando los aspectos más relevantes en esta revisión en cuanto a las temáticas más abordadas, desde alguna de sus vertientes, intentando dar respuesta a algún interrogante que haya surgido, o tratando de argumentar de manera científica, supuestos, creencias o imaginarios que tengan relación cercana con alguno de los contenidos de la educación física, y por esta razón, el artículo se centrará en analizar las principales conclusiones que surgen en el estado del arte, para determinar cuáles son los hallazgos más importantes y qué aportes novedosos y de trascendencia le brindan al área de la educación física, para tomarlos como punto de partida de la investigación.

METODOLOGÍA

El estado del arte, según Londoño, Maldonado y Calderón (2014), es una modalidad de la investigación documental que permite el conocimiento acumulado escrito dentro de un área específica, que para el caso de la investigación es la educación física. De igual manera, estos autores se apoyan en Vargas y Calvo (1987) para aclarar que el estado del arte no se puede quedar únicamente con el inventario y la sistematización de la información, sino que este ejercicio investigativo debe trascender al campo de la reflexión profunda acerca de las tendencias, los problemas o las carencias encontradas en el análisis de los textos relacionados con el área de interés, que para este caso reiteramos, es la educación física.

La metodología de trabajo inicia con la búsqueda y selección de investigaciones en educación física que contaran con todos los criterios establecidos para ser consideradas un verdadero proyecto investigativo (Ruiz, 2003), y de esta manera garantizar que siguieron un proceso riguroso de construcción de conocimiento, profundizando en las conclusiones de dichas investigaciones y estableciendo el enfoque de los resultados, para ubicarlos dentro de categorías (Castro, Martínez & Chaverra, 2012).

Atendiendo a esta metodología de análisis, se ubicaron las conclusiones de los estudios en las siguientes categorías:

1. Aportes relacionados con la situación actual de la educación física
2. Aportes relacionados con prácticas pedagógicas en educación física

3. Aportes relacionados con la motivación hacia el ejercicio, el deporte y la educación física
4. Aportes relacionados con la percepción que se tiene de la educación física
5. Aportes relacionados con la promoción de la actividad física y la salud
6. Aportes relacionados con estilos de aprendizaje en educación física

RESULTADOS

A continuación se exponen los hallazgos más representativos frente a las conclusiones de los estudios, en cada una de las categorías seleccionadas y el análisis e interpretación de los mismos.

1. Aportes relacionados con la situación actual de la Educación Física

La gran mayoría de investigaciones analizadas en el estado del arte se orientan a describir la situación actual de la educación física y las diversas percepciones que de la asignatura se tienen, desde la visión de los estudiantes, los maestros, los encargados de formación universitaria, las mismas instituciones y la población en general (Hardman, 2008; Moreno, 2000; Posada, Martínez & Ruiz, 2010).

Se sigue observando que los imaginarios en torno a la Educación física continúan siendo los de una materia poco importante dentro del pensum académico de las instituciones educativas, reflejado en una de las conclusiones halladas donde se le asigna poco valor desde la parte cognitiva, pero sí mucho valor desde la parte de movimiento y acción.

todas estas posturas siguen relacionadas con ese cuerpo que hace mucho y poco aprende en la clase de Educación física o deporte, bien porque le ven una función orgánica, bien porque los movimientos deben ser medidos y exactos, bien por el ejercicio que implica movimiento rítmico y canto. Todas estas posibilidades de relación siguen en función de un cuerpo físico móvil y poco trascendente en el aspecto cognitivo y hasta emocional por el desinterés dado hacia la clase. Sigue mirándose a la Educación física en función de las otras materias, que en la balanza de la razón pesan más en su imaginario que el mismo deporte; concepción escolástica que aún se mantiene vigente en tanto, lo más importante son las materias que fortalecen el intelecto, mas no el cuerpo. (Hurtado & Jaramillo, 2008, p. 113)

Otra de las conclusiones encontradas deja en evidencia una de las sensaciones más repetitivas que se ha tenido en el medio con relación a la Educación Física, y es su marcado énfasis deportivista, y con pocas variaciones en los contenidos.

De acuerdo con los resultados, es importante señalar que la Educación Física tiene la posibilidad de abordar numerosos contenidos. Sin embargo, son muy pocos los que se muestran como novedad para los estudiantes, prevalece la enseñanza a través de los deportes. Es así como el 50% de los contenidos programados corresponden a las disciplinas deportivas. Los contenidos expuestos por los docentes se organizaron en 10 categorías, las cuales presentan el siguiente orden: Deportes 50%; Condición física y capacidades físicas 12%; Capacidades perceptivas 11%; Juegos predeportivos 8%; Habilidades y destrezas básicas 7%; Recreación, juegos y rondas 4%; Expresión corporal y danzas 2%; Antropometría y test funcionales 2%; Administración y organización deportiva 2%; Otros (Ecología, campismo, nutrición, cultura física), 1%." (Guío, Díaz & Mejía, 2010, p. 179)

De igual manera, también se puede evidenciar en el análisis de las conclusiones, que una de las dificultades latentes es la falta de actualización permanente, por parte de los docentes, en nuevas estrategias de enseñanza (Belando, Ferriz-Morell & Moreno-Murcia, 2012), debido a motivos variados como la falta de tiempo, de interés, falta de rigurosidad en la continuidad de procesos, efectividad en estrategias de enseñanza que les han dado resultados a lo largo de los años (Díaz, 1990).

El desarrollo profesional del profesorado en la actualidad está siendo influenciado por una realidad social complicada, que afecta también al ámbito educativo en determinadas cuestiones. Dicha situación no favorece el interés de los docentes por la formación permanente, como una de las variables que forma parte de su desarrollo profesional. Por ello, cada vez existen menos docentes que se interesen y participen de estos procesos. (Calderón, Martínez & Méndez, 2013, p. 37)

No obstante, se hallaron conclusiones que se enfocan en las realidades que se viven en las clases y donde se insiste en no desconocer la importancia y la influencia de la educación física en los procesos formativos de los estudiantes, para que se conviertan en personas activas y seguras corporalmente. Según afirman Corrales, Ferrari, Gómez y Renzi (2010), es necesario evitar que la educación física continúe siendo una asignatura sin contenido disciplinar y social, totalmente desvinculada de las realidades en las que se desenvuelve.

Para la comunidad escolar, el área de Educación Física tiene una alta valoración por su relación con el desarrollo humano y social; se destaca la clase de Educación Física, Recreación y Deportes como una grata posibilidad de formar un ser humano en valores, motrizmente competente para desenvolverse en su

contexto y así estar al servicio de los demás y de su propio bien, y que contribuya a la construcción de políticas participativas, equitativas e incluyentes en los espacios de la vida familiar, ciudadana, hogar, trabajo, vivienda y en los tiempos de ocio, transporte, laboral y de la vida cotidiana. (Madrigal & Urrego, 2013, p. 74)

Así mismo, otra de las conclusiones que merece ser mencionada, frente a la situación actual de la educación física, es la percepción que se tiene en el entorno acerca del importante papel que juega la educación física como agente socializador, mecanismo por excelencia de disfrute y goce en el ámbito escolar, que da la posibilidad a los estudiantes de sentirse libres en un espacio totalmente distinto al de las demás asignaturas (Cera, Almagro, Conde & Sáenz-López, 2015). La Educación Física también emerge en algunas de las investigaciones, como una herramienta para potenciar el desarrollo humano, y una vía para contribuir en la transmisión cultural, fortalecer la educación en valores y la construcción de competencias ciudadanas a partir de la socialización, es decir, una importante área que puede intervenir la realidad de las comunidades.

La lúdica es una categoría que ha sido encontrada como esencialidad del ser joven, pues la idea de disfrutar la vida en el aquí y el ahora se constituye desde la idea del disfrute y el goce. "Hay que gozarnos el momento", dice una joven que ve la clase de educación física como la posibilidad escolar para escapar de las tensiones de las otras clases. Por eso, muchos y muchas jóvenes consideran que la educación física es sinónimo de distracción, de descanso, de diversión: "La clase me produce como alegría, como una emoción, como querer hacer todo bien", diría un joven. (Murcia & Jaramillo, 2005, p. 22)

La siguiente conclusión nos muestra claramente como la Educación Física puede promover la transformación social, y convertirse en un

importante agente de cambio, si se direcciona adecuadamente por todos los actores educativos que intervienen en su planeación, direccionamiento y desarrollo, pero lo difícil ha sido llevarlo a la práctica.

Contrariamente a esta forma de entender y visualizar la EF, es posible encontrar una función de la asignatura más ligada al ámbito de la transformación social y educativa. Esta función, según nuestra investigación, está más ligada a un deber ser y a una aspiración todavía no lograda, pero en vías de desarrollo. Tal afirmación la hacemos desde el convencimiento que el trabajo pedagógico por la transformación social está ligado a una serie de aspectos susceptibles de ser intencionados desde la EF escolar. (Morona, Trigueros & Rivera, 2012, p. 50)

2. Aportes relacionados con prácticas pedagógicas en educación física

Las conclusiones más relevantes de las investigaciones analizadas en el estado del arte con relación a las prácticas pedagógicas, exponen la importancia de que estas prácticas sean reflexionadas para generar una nueva forma de llevarlas a cabo (Gómez, 2013; Gutiérrez, Hoyos, Yuri & Pérez, 2014), que tengan en cuenta el contexto donde se dan, que prioricen la interacción social, que se centren en las condiciones físicas individuales y las potencien (Bailey, 2006; Capella, Gil & Martí, 2013), que busquen novedad en el desarrollo de las mismas, que no se generalice señalando a los profesores que no son especialistas en el área, porque también muchos de ellos se preocupan por llevar a cabo prácticas de calidad y por cualificarse.

Se evidencia la necesidad de repensar la Educación Física y revisar los contenidos tradicionales y tratamientos instrumentales de las actividades físicas. Pensar en una educación diferente es pensar en una construcción

dialógica con los otros, en la formación del otro; por lo tanto, las prácticas educativas han de estar basadas en el respeto e interrelación de géneros, la sostenibilidad ambiental, la convivencia pacífica, el pluriculturalismo y la renovación pedagógica para la formación integral de los alumnos. Se destaca que hay actualmente docentes sin formación en Educación Física, pero que vienen desarrollando prácticas válidas y potencialmente útiles para integrarlas a los currículos de formación de los maestros. (Madrigal & Urrego, 2013, p. 74)

Otra de las conclusiones encontradas en el análisis de esta categoría, en las investigaciones estudiadas, fue la repetición de los contenidos a orientar por los maestros en educación física, los cuales año tras año vuelven sobre lo mismo, y generalmente marcados por ese énfasis en deportes, lo que en muchas ocasiones genera desmotivación en los estudiantes (López & Sempúlveda, 2012), por la poca novedad y porque las estrategias de enseñanza y de evaluación, privilegian a los alumnos con mejor desempeño desde el punto de vista motriz, a la vez que relegan a aquellos que no tienen las habilidades para ejecutar movimientos fluidos, generando aislamiento y apatía por la práctica de actividades físicas, y una auto crítica constante por su torpeza y pesadez motora.

El repetición en las clases de educación física fue una de las categorías emergentes más fuertes en el presente estudio; así, el "siempre lo mismo" es fuente de desmotivación, pereza, deseos de no hacer nada; es una excusa que empuja a los estudiantes y las estudiantes a inventar una serie de excusas para no asistir a clase, pues es predecible lo que pasará en tanto habitualmente en ella se repiten las mismas cosas y de la misma forma. Por lo general, las estudiantes y los estudiantes de antemano ya saben cuáles son las fases y el tipo de actividades a realizar. (Murcia & Jaramillo, 2005, p.16)

Siguiendo la línea crítica en relación con las prácticas pedagógicas, se encuentran conclusiones que continúan haciendo referencia a la percepción que tienen los propios docentes encargados de formar a los futuros profesionales de la educación física, acerca del marcado enfoque tradicionalista que tienen las prácticas pedagógicas en educación física que llevan a cabo los profesores en las instituciones educativas.

Pareciera sorprendente que, a pesar del gran desarrollo de la educación física como disciplina académica, profesores universitarios aún mantenga aquellos estereotipos totalmente acordes con una visión de la Educación física muy tradicionalista basada, exclusivamente, en el deporte de carácter competitivo y la condición física. (Moreno & Álvarez, 2010, p. 173)

Otra conclusión encontrada señala la necesidad de tener una conexión permanente entre la formación universitaria y los contextos de la realidad de la escuela (Gaitán et al, 2005), pues en muchas ocasiones dicha formación no tiene en cuenta lo que está sucediendo en las prácticas de Educación Física institucionales, enfocándose básicamente en que los futuros profesionales del área adquieran competencias técnicas y disciplinares, pero sin profundizar en la formación como ser humano, como persona que ante todo es, y que se va a relacionar con muchas otras personas en su quehacer docente.

Por otra parte, el alejamiento de la universidad del contexto hace que la educación esté aislada de la realidad que se vive en el ámbito escolar, pues los conocimientos académicos solos no bastan para el éxito en los procesos de enseñanza-aprendizaje; se hace necesario que el docente de educación física sea capaz de reflexionar de manera crítica sobre la propia práctica pedagógica y sobre el "ser maestro", y la responsabilidad que implica el desarrollo integral, ofreciendo acciones innovadoras para su hacer como docente del

área, para lo cual es necesaria la vinculación permanente con la prácticas en los procesos formativos. (Madrigal & Urrego, 2013, p. 75)

El uso de la tecnología es otra estrategia valiosa para que los profesores de educación física puedan repensar sus prácticas pedagógicas a través del contacto con profesionales de distintas partes que realizan la misma labor, y con otros profesionales de áreas afines a la educación física, que puedan enriquecer el trabajo que se viene realizando. La facilidad de acceder a la información favorece monitorear y seguir experiencias significativas que se pueden replicar, con las adaptaciones correspondientes a las necesidades y características del medio. Según Monguillot, Guitert y González (2013), su trabajo de investigación-acción usando MOODLE, permitió a los profesores de educación física actualizarse en el uso de las TIC, y poder así reflexionar acerca de su práctica, compartir con otros profesionales y apoyarse en ellos, y realizar un trabajo más dinámico en lo concerniente al diseño curricular.

La investigación revela una manera de actualizar a los docentes de Educación Física a través del uso de las TIC, permitiéndoles reflexionar frente a sus prácticas, apoyarse en otros profesionales para construir conocimiento y hacer un trabajo más dinámico en lo relacionado con el diseño curricular. (Monguillot, Guitert & González, 2013)

3. Aportes relacionados con la motivación hacia el ejercicio, el deporte y la educación física

Las conclusiones encontradas acerca de esta categoría están dirigidas a que el profesor de E. F debe fomentar en sus estudiantes la satisfacción por la práctica deportiva utilizando estrategias que favorezcan la utilización de informa-

ción y criterios externos al alumno, entre ellos el modelo y la comparación adecuada con sus propios compañeros (Acosta, 2011; Almonda, et al., 2014). Así mismo, el balance que nos parece adecuado respecto de la intervención aplicada, debería establecerse en la enseñanza, potenciando la generación de climas motivacionales implicantes hacia la tarea, pero sin señalar específicamente el carácter perjudicial de los climas orientados hacia el Ego, retomando algunas reflexiones de García y Gimeno (2008).

Queda claro que uno de los principales agentes motivadores con los estudiantes en las clases de E.F es hacerlos sentir importantes, no por su capacidad competitiva, sino por la capacidad de socializar con sus compañeros, en actividades lúdico – deportivas. Como lo aseveran Méndez, Fernández y Cechini (2014):

Por otra parte, disponer de formas sociales de definir la competencia en EF proporcionará a los estudiantes más oportunidades para sentirse competentes, incluso cuando su rendimiento en comparación con los compañeros no sea elevado. Stuntz y Weiss (2009) concluyeron que un mecanismo para aumentar la motivación puede ser restar importancia a las comparaciones y fomentar las relaciones entre compañeros. (p. 559)

Guío, Díaz y Mejía (2010) exponen dentro de las conclusiones de su investigación la importancia del juego como mecanismo para mantener la motivación de los estudiantes en la clase, dándole un carácter innovador al adaptarlo a las diferentes unidades de trabajo, que impliquen el alcance de metas propuestas.

[U]tilizar el juego en la clase de Educación Física no significa replicar el juego aprendido o el juego tradicional, sino más bien comprender las características del juego y su sentido, de tal manera que pueda ser construido,

creado, recreado o adaptado a las necesidades particulares de cada grupo de estudiantes. También se tornan atractivas actividades como las pruebas físicas y las actividades de competencia, que implican un reto a nivel de esfuerzo para los estudiantes. (Guío, Díaz & Mejía, 2010, p. 180)

Es importante señalar que, a pesar del enfoque deportivizado de la educación física, los docentes reconocen que también se hacen unas muy buenas prácticas con características innovadoras, que hacen de la clase un verdadero espacio de integración y aprendizaje, y que contribuyen a mejorar la motivación de los estudiantes (García, 2005; Gil, 2015; Méndez, 2009).

4. Aportes relacionados con la percepción que se tiene de la educación física

Las conclusiones que se encuentran en las investigaciones y que se relacionan con la percepción que se tiene en torno a la educación física, apuntan a mirarla como una asignatura con un alto enfoque deportivista, los estudiantes siempre la relacionan con la práctica de deportes populares, los docentes del área de igual manera orientan sus clases en un alto porcentaje hacia el mismo objetivo, teniendo el aspecto deportivo como medio y como fin, donde el rendimiento y la habilidad para ejecutar determinado gesto técnico, se convierten en uno de los principales criterios de evaluación.

Así, el deporte parece imponerse en los imaginarios de todos los actores sociales que tienen relación con la clase de educación física: los profesores y profesoras mediante sus clases orientadas hacia la práctica deportiva, las instituciones que favorecen y apoyan exclusivamente este tipo de prácticas, las familias que apoyan las prácticas deportivas, los medios masivos que refuerzan una estética fundamentada en este concepto y las jóvenes y los jóve-

nes estudiantes, quienes ven en el deporte no sólo el reflejo de la clase de educación física, sino sus perspectivas, sueños y aspiraciones. (Murcia & Jaramillo, 2005, p. 14)

5. Aportes relacionados con la promoción de la actividad física y la salud

En cuanto a las conclusiones que se destacan como relevantes en relación con el tema de actividad física y salud, en la investigaciones estudiadas se visualiza como conclusión general, la importancia que tiene la Educación Física en la promoción de hábitos de vida saludable, como uno de sus pilares fundamentales y como un elemento transversal que debe estar presente en todas las prácticas pedagógicas en Educación Física, como lo es el fomento de salud, aspecto que viene siendo reconocido por los estudiantes, valorado por las instituciones educativas e incorporado de manera gradual por los mismos docentes

Los resultados de este estudio provocan un vuelco antes no visto en la materia de Educación Física donde además de que los adolescentes se diviertan y realicen actividad física haya una concienciación y reflexión de futuro en cuanto a estado de salud se refiere (práctica de actividad física, dieta equilibrada, etc., en general, hábitos saludables). Los resultados de estas intervenciones sugieren la necesidad de diseñar nuevos estudios y programas que traten de promover, aún más, la actividad física en los adolescentes. (Vallés, Aguado & Rodríguez, 2014, p. 51)

6. Aportes relacionados con estilos de aprendizaje en educación física

Las conclusiones que arrojan las investigaciones en este sentido están orientadas a reconocer el potencial que tiene el aprendizaje cooperativo en la orientación de las clases de educación física

(Chimbi, 2014; De Almeida et al., 2010; Salas, 2014). Sin embargo, las conclusiones también hacen evidente que son pocos los profesores que se atreven a involucrar este tipo de aprendizaje en sus clases y se inclinan por continuar haciendo uso de metodologías tradicionales.

Aunque en la literatura es posible encontrar descripciones precisas de cómo aplicar diferentes técnicas estructuradas de AC en EF, la mayoría de los docentes de EF no utilizan estas técnicas en sus clases. Por el contrario, tienden a introducir trabajos en grupo en los que el docente tiende a reforzar diferentes conductas prosociales que pretende que se manifiesten durante las tareas. En otras ocasiones, los docentes parten de una técnica concreta pero modifican su estructura para adaptarla a las necesidades específicas de su alumnado. (Vélez, Fraile & López, 2014, p. 252)

CONSIDERACIONES FINALES

Importantes aportes nos brinda la construcción de este estado del arte en lo que tiene que ver con las conclusiones de las investigaciones en educación física. Quedan en evidencia elementos valiosos para ser tenidos en cuenta no sólo en nuestra investigación, sino también en muchas otras que se interesen por la realidad que circunda la educación física. A continuación, se plantean unas apreciaciones finales con respecto a diversos tópicos de la educación física, analizados y reflexionados en el estudio.

En lo que tiene que ver con las investigaciones orientadas a abordar el tema de la motivación hacia la educación física, el deporte y el ejercicio, podemos destacar que las conclusiones que surgen de estas investigaciones se centran en el interés de los estudiantes por encontrar en las clases diversos factores motivacionales, entre los cuales podemos destacar, el disfrute y la diversión que encuentran en la clase, las

variantes e innovaciones que el profesor hace a las actividades, para que se tornen llamativas (Durán & Lasierra, 1987), el enfoque hacia el cuidado del cuerpo y al fomento de hábitos saludables a través de la actividad física, así como el autoconcepto e imagen corporal positiva donde encuentran, en el ejercicio y la actividad física, una alternativa que contribuye a tener un cuerpo más armonioso y esbelto.

De igual manera, en lo relacionado con el deporte, las conclusiones apuntan a poder llevar a cabo en el entorno escolar, prácticas deportivas donde no se den comparaciones entre los más destacados en determinada disciplina, sino que se valoren las diferencias individuales por parte del docente hacia sus estudiantes, y fomente de manera constante las relaciones sociales (Navarro & Jiménez, 2012; Pradas, 2002).

Otro elemento que se concluye es que cuando los profesores tienen la oportunidad de vivenciar nuevas formas de trabajar en educación física, encuentran ventajas notorias en las nuevas metodologías, que benefician sus prácticas pedagógicas, y que introducen nuevas formas de promover la adquisición de competencias sociales, mediante la actividad física (Flores, Prat & Soler, 2014). Es sólo que en muchas ocasiones se siente miedo a salir de la zona de confort.

Pero también es importante señalar que, a pesar del enfoque deportivizado de la educación física, los docentes reconocen que también se hacen unas muy buenas prácticas con características innovadoras, que hacen de la clase un verdadero espacio de integración y aprendizaje, y que contribuyen a mejorar la motivación de los estudiantes (Florence, Brunelle & Carlier, 2000).

La Educación Física tiene un potencial inmenso que aun no hemos aprovechado al máximo, por la falta de convencimiento de sus bondades como agente de cambio. Los docentes son los invitados a volver sobre los fundamentos epistemológicos del área de educación Física, para modificar sus prácticas y salirse del activismo (hacer por hacer), y centrarse en toda la fuerza que tiene el área (Víciana, & Zabala, 2004), para contribuir en la formación del estudiante desde el conocimiento del cuerpo y sus posibilidades de acción, desde el ámbito social, afectivo, cognitivo y motor.

REFERENCIAS BIBLIOGRAFICAS

- Acosta, N. V. (2011). Escala de autoconcepto para la escala de educación física en la escuela elemental. Puerto Rico: Universidad Metropolitana.
- Almonda, F., Sevil, J., Julián, J., Abarca, A., Aíbar, A. & García, L. (2014). Aplicación de estrategias docentes para la mejora de la motivación situacional del alumnado en educación física. *Electronic Journal of Research in Educational Psychology*, 12(2), 391-418. Disponible en <http://ojs.ual.es/ojs/index.php/EJREP/article/view/1611>
- Bailey, R. (2006). Physical Education and Sport in Schools: A Review of Benefits and Outcomes. *Journal of School Health*, 76 (8), 397-401.
- Belando, N., Ferriz-Morell, R. & Moreno-Murcia, J.A. (2012). Propuesta de un modelo para la mejora personal y social a través de la promoción de la responsabilidad en la actividad físico-deportiva. *RICYDE. Rev. int. cienc. deporte*. 29(8), 202-222. España
- Capella, C., Gil, J. & Martí, M. (2013). La metodología del aprendizaje – servicio en la educación física. *Apuntes educación física y deportes*, 116, 33 – 43.
- Calderón, A., Martínez, D. & Méndez, A. (2013). Formación permanente y percepción del profesorado sobre el desarrollo de las competencias básicas con el modelo de educación deportiva. *Revista Retos: nuevas tendencias en educación física, deporte y recreación*, 23, 33-38. Disponible en <https://recyt.fecyt.es/index.php/retos/article/viewFile/34564/18688>
- Castro, J., Martínez, L. & Chaverra, B. (2012). La investigación en pedagogía y didáctica aplicada a la educación física. *Educ. Educ.* 15 (3), 411-428. Disponible en <http://educacionyeducadores.unisabana.edu.co/index.php/eye/article/view/2193/2953>
- Cera, E., Almagro, B. J., Conde, C. & Sáenz-López, P. (2015). Inteligencia emocional y motivación en educación física en secundaria. *Retos: Nuevas tendencias en Educación Física, Deporte y Recreación*, 27, 8-13.
- Chimbi, J. (2014). *Las actividades cooperativas en la clase de educación física para disminuir los niveles de agresividad*. Universidad Libre. Bogotá, Colombia
- Corrales, N., Ferrari, S., Gómez, J. & Renzi, G. (2010). *La formación docente en educación física*. Buenos Aires: Editorial Noveduc.
- Crum, B. (2012). La crisis de identidad de la Educación Física: Diagnóstico y explicación. *Educación Física y Ciencia*, 14, 61-72. Disponible en: http://www.memoria.fahce.unlp.edu.ar/art_revistas/pr.5667/pr.5667.pdf
- Díaz, M. (1990). De la práctica pedagógica al texto pedagógico. Bogotá: Universidad Pedagógica Nacional.
- Durán, C. y Lasierra, A. (1987). Estudio experimental sobre didáctica aplicada a la iniciación de los deportes colectivos. *Revista de investigación y documentación sobre las Ciencias de la Actividad Física y del Deporte*, 7, 91-128.
- De Almeida, B., Bracht, V., Da Silva, T., Aguiar, C., Ribeiro, U. & De Almeida, F. (2010). Innovación pedagógica en educación física ¿Qué aprender con prácticas bien realizadas? *Revista Agora para la educación física y el deporte*, 12 (1), 11-28. Disponible en https://www5.uva.es/agora/revisita/12_1/agora_12_1a_faria_et_al.pdf
- Fernández Porras, J. (2009). La importancia de la Educación Física en la escuela. *revista digital* disponible en www.efdeportes.com.

- Florence, J., Brunelle, J. & Carlier, G. (2000). *Enseñar Educación Física en Secundaria. Motivación, organización y control*. Barcelona: Editorial Inde.
- Flores, G., Prat, M. & Soler, S. (2014). La voz del profesorado de educación física sobre su formación académica ante la realidad multicultural: análisis de la situación y propuestas de mejora. *Revista Electrónica Interuniversitaria de Formación del Profesorado*, 17 (2), 183-199
- Gaitán, C., Campo, V., García, C., Granados, S., Jaramillo, P. & Panqueva, T. (2005). *Prácticas educativas y procesos de formación en la escuela superior. Aproximación a un estado del arte*. Bogotá: Pontificia Universidad Javeriana.
- Gallo, L. & Urrego, L. (2014). Estado de conocimiento de la educación física en la investigación educativa. *Perfiles educativos*, 150, 143 – 155.
- García, A. & Gimeno F. (2008). La teoría de la orientación de metas y la enseñanza de la educación física: consideraciones prácticas. *Revista latinoamericana de Psicología* vol. 40.
- García, C. (2005). Las recreaciones en la educación física. Una experiencia estética de hábitos de vida moral, Medellín 1800-1850. *Memorias Primer Congreso Latinoamericano y segundo congreso Colombiano de la Historia de la Educación Física* (Evento Académico). Bogotá, Colombia
- Gil, P. (2015). Actitud de estudiantes de primaria en relación a las clases de educación física. *Revista brasileña educación física*, 29, 127 - 137
- Guío Domínguez, F., Díaz, J. & Mejía, M. (2010). Experiencia de clase en la enseñanza de la Educación Física en colegios oficiales de Bogotá. *Revista educación Física y Deporte*, 29 (1), 161-182.
- Gómez, M. (2013). Estructura y dinámica de las mesas de educación física en Medellín con relación a los procesos de formación permanente de maestros. *Educación física y deporte* 32 (1). 1289 – 1298.
- Gutiérrez, C., Hoyos, L., Yuri, M. & Pérez, A. (2014). Perfil profesional de los educadores de deporte escolar en Bogotá. *Retos nuevas tendencias en educación física, deporte y recreación*, 26, 60 – 65. Disponible en <http://www.redalyc.org/pdf/3457/345732292011.pdf>
- Hardman, K. (2008). Physical Education in Schools: A Global Perspective. *Kinesiology*, 40(1), 5-28
- Hurtado, D. & Jaramillo, L. (2008). El encarnamiento deportivizado de la educación física. Sentidos que configuran la educación física como dualidad. *Revista estudios pedagógicos*, 34(2), 99-114. <http://dx.doi.org/10.4067/S0718-0705200800200006>.
- Jaramillo, L. (2006). *Investigación y Subjetividad: La complementariedad como posibilidad para investigar en educación*. Popayán: Universidad del Cauca.
- Londoño, O., Maldonado, L. & Calderón, L. (2014). *Guía para construir estados del arte*. Bogotá: ICNK.
- López, R. & Sepúlveda, I. (2012). Incidencia de los modelos de enseñanza en iniciación deportiva en la motivación del alumnado dentro del área de educación física. *Revista digital de educación física EMASF*, 3(18), 30-41. Disponible en http://emasf2.webcindario.com/NUMERO_18_EMASF.pdf
- Madrigal, A. & Urrego, A. (2013). La educación física renovada desde la investigación educativa. *Revista Lasallista de investigación*, 10(2), 69-76. Disponible en <http://repository.lasallista.edu.co:8080/ojs/index.php/rldi/article/view/508/255>
- Méndez, A. (2009). *Modelos actuales de iniciación deportiva: unidades didácticas sobre deportes de invasión*. Sevilla, España: Editorial Wanceulen.
- Méndez, A., Fernández, J. & Cecchini, J. (2014) Perfiles motivacionales de aproximación – evitación en contextos de educación física. *Universitas Psychologica*, 14(2), 549-562. Disponible en <http://revistas.javeriana.edu.co/index.php/revPsycho/article/view/8432/12126>
- Monguillot, M., Guitert, M. & González, C. (2013). El trabajo colaborativo virtual: herramienta de formación del profesorado en educación física. *Revista Retos: nuevas tendencias en educación física, deporte y recreación*, 24, 24-37.
- Moreno, A. & Álvarez, N. (2010). Creencias del profesorado de educación física en relación a los conceptos de cuerpo y salud. *Revista estudios*

- pedagógicos, 36(1), 159-175. Disponible en http://mingaonline.uach.cl/scielo.php?pid=S0718-07052010000100009&script=sci_arttext
- Moreno, E. (2000). *Concepciones de Práctica Pedagógica*. Universidad Pedagógica Nacional. Bogotá, Colombia
- Morona, A., Trigueros, C. & Rivera, E. (2012). El papel de la educación física escolar en el siglo XXI: una mirada desde el docente universitario. *Revista Movimiento*, 18(4), 33 – 54.
- Murcia, N. & Jaramillo, L. (2005). Imaginarios del joven colombiano frente a la clase de Educación Física. *Revista Latinoamericana de Ciencias Sociales Niñez y Juventud*, 3(2), 1-28. Disponible en <http://www.scielo.org.co/pdf/rlcs/v3n2/v3n2a07.pdf>
- Navarro, V. & Jiménez, F. (2012). La mejora en la evaluación formativa de maestros de educación física través de un instrumento de metaevaluación didáctica. *RICYDE. Rev. int. cienc. deporte*, 27(8), 63-79. doi:10.5232/ricyde2012.02705.
- Niño, S. & García, L. (2011). Prácticas pedagógicas e innovación en el contexto colombiano. *Revista Perfiles Libertadores*, 7, 153-167.
- Posada, W., Martínez, J. & Ruiz, L. (2010). La evaluación de la educación física y las políticas educativas en Colombia. *Revista iberoamericana de educación*, 53, 1 – 25.
- Pérez, R. (2010) Modificación de la conducta de una clase de educación física. *Emasf, revista digital de educación física año 1(5)*.
- Pradas, M.A. (2002). Reflexiones sobre la evaluación del profesor y los programas de educación física como estrategia para el desarrollo profesional y mejora de la enseñanza. *Revista Digital Ef deportes*, 8(53). Disponible en <<http://www.efdeportes.com/>>
- Ruiz, J. (2003). *Metodología de la investigación cualitativa*. Bilbao: Universidad de Deusto.
- Ruiz, L. (2013). Una mirada a los proyectos educativos de la licenciatura de educación física, recreación y deporte. *Revista Latinoamericana de Estudios Educativos*, 2(9), 91-114.
- Salas, J. (2014). Estilos de aprendizaje en estudiantes de la escuela de ciencias del movimiento humano y calidad de vida. *Revista electrónica Educare*, 18(3), 159-171. doi: <http://dx.doi.org/10.15359/ree.18-3.9>.
- Sánchez, D. (2014). Motivación y desarrollo positivo del alumnado a través de la educación física. Cáceres, España: Universidad de Extremadura.
- Vallés, C., Aguado, M. & Rodríguez, L. (2014). Propuestas de intervención para trabajar en Educación Física el bloque de contenido de salud en la última década. *Revista de Educación, Motricidad e investigación*, 2, 48-52. Disponible en http://rabida.uhu.es/dspace/bitstream/handle/10272/8069/Propuesta_de_intervencion_en_educacion_fisica.pdf?sequence=2
- Velásquez, C., Fraile, A. & López, V. (2014). El aprendizaje cooperativo en Educación Física. *Revista Movimiento*, 20(01), 239-259
- Viciiana, J. & Zabala, M. (2004). Un estudio descriptivo sobre cómo planifican los profesores de Educación Física. En M. A. González, A. Sánchez & J. Gómez (Eds.), *Actas del AIESEP 2002 World Congress. Preparación profesional y necesidades sociales* (pp. 732-739). AIESEP. La Coruña, España
- Waichman, P. (2000). Tiempo libre y recreación un desafío pedagógico. Armenia: Editorial Kinesis.