



Revista Electrónica Educare  
E-ISSN: 1409-4258  
educare@una.ac.cr  
Universidad Nacional  
Costa Rica

Salas-Cabrera, Jorge

Estilos de aprendizaje en estudiantes de la Escuela de Ciencias del Movimiento Humano y Calidad de Vida, Universidad Nacional, Costa Rica

Revista Electrónica Educare, vol. 18, núm. 3, septiembre-diciembre, 2014, pp. 159-171  
Universidad Nacional  
Heredia, Costa Rica

Disponible en: <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=194131745009>

- ▶ Cómo citar el artículo
- ▶ Número completo
- ▶ Más información del artículo
- ▶ Página de la revista en redalyc.org

redalyc.org

Sistema de Información Científica

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



[Número publicado el 01 de setiembre del 2014]

doi: <http://dx.doi.org/10.15359/ree.18-3.9>URL: <http://www.una.ac.cr/educare>CORREO: [educare@una.cr](mailto:educare@una.cr)

## Estilos de aprendizaje en estudiantes de la Escuela de Ciencias del Movimiento Humano y Calidad de Vida, Universidad Nacional, Costa Rica

**Learning Styles in Students from the School of Human Movement Sciences and Quality of Life,  
Universidad Nacional, Costa Rica**

Jorge Salas-Cabrera<sup>1</sup>

Universidad Nacional

Escuela Ciencias del Movimiento Humano y Calidad de Vida  
Heredia, Costa Rica

[jorge.salas.cabrera@una.cr](mailto:jorge.salas.cabrera@una.cr)

Recibido 2 de diciembre de 2013 • Corregido 19 de mayo de 2014 • Aceptado 22 de agosto de 2014

**Resumen.** El propósito de la investigación de la que se deriva este artículo fue determinar el estilo de aprendizaje de estudiantes de las carreras de Bachillerato en la Enseñanza de la Educación Física del Deporte y la Recreación (BEFDR), el Bachillerato en Promoción de la Salud Física (BPSF) y la Licenciatura en Rendimiento Deportivo (LRD), de la Escuela de Ciencias del Movimiento Humano y Calidad de Vida. En este estudio participaron 204 estudiantes entre mujeres y hombres, quienes respondieron el cuestionario de Horney-Alonso (CHAEA). Los resultados obtenidos muestran, en términos generales, que el estudiantado tiende a poseer un estilo de aprendizaje reflexivo BEFDR y LRD ( $14,34 \pm 2,92$ ), y BPSF ( $14,48 \pm 2,72$ ). Como conclusión se determinó que la tendencia hacia el aprendizaje reflexivo es característico en aquellas personas que recibieron metodologías conductuales durante su vida escolar y colegial y, además, por ser la carrera de educación física y la licenciatura carreras con mayor contenido práctico, existe la tendencia a que las personas que las estudian sean más activas.

**Palabras claves.** Estilos de aprendizaje, aprendizaje reflexivo, aprendizaje teórico, aprendizaje pragmático, aprendizaje activo, educación física, promoción de la salud, rendimiento deportivo.

**Abstract.** The purpose of this research was to determine the learning style of students majoring in the B.A. Programs in Physical Education, Sports and Recreation (BEFDR) and Physical Health Promotion (BPSF), and the Licentiate Degree in Sports Performance (LRD) at the School of Human Movement Sciences and Quality of Life. A total of 204 students participated in the study by answering the Horney-Alonso questionnaire (CHAEA). In general, results show that students tend to have a reflective learning style: BEFDR and LRD ( $14.34 \pm 2.92$ ), and BPSF ( $14.48 \pm 2.72$ ). As a conclusion, it was determined that the trend towards reflective learning is characteristic of those who received behavioral methodologies during their school career. In addition, due to the practical emphasis of the Physical Education and Sports Performance programs, their students tend to be more active.

**Keywords.** Learning styles, reflective learning, theoretical learning, pragmatic learning, active learning, physical education, health promotion, sports performance.

<sup>1</sup> Máster en Salud Integral y Movimiento Humano. Académico de la Escuela Ciencias del Movimiento Humano y Calidad de Vida. Coordinador del Programa de Maestría en Salud Integral y Movimiento Humano de la Escuela Ciencias del Movimiento Humano y Calidad de Vida. Áreas de trabajo: Fisiología del ejercicio y prescripción de la actividad física para la salud.



doi: <http://dx.doi.org/10.15359/ree.18-3.9>

URL: <http://www.una.ac.cr/educare>

CORREO: [educare@una.cr](mailto:educare@una.cr)

Existe una diversidad de teorías educativas que profundizan acerca de la forma de aprendizaje de los seres humanos, muchas de estas teorías proponen metodologías para identificar la manera en que el estudiantado aprende un contenido determinado (Varela, 2006). Cada alumno presenta características muy diferentes en la forma de aprender, es decir, posee un estilo de aprendizaje particular que le ayuda a interiorizar, de forma simple y permanente, el conocimiento nuevo, haciéndolo significativo (Gardner, 2000). Por lo que el estilo de aprendizaje es interpretado como la forma en que una persona comienza a comprender una información nueva, la procesa y retiene; es un proceso que define Piaget como la asimilación y la acomodación (Díaz, 2012; Gardner, 2000 y Varela, 2006).

Sin embargo, la problemática de cómo aprenden las personas está determinada por los diferentes "estilos de aprendizaje", y estos son, en esencia, responsables de las diversas formas en que el estudiantado –tanto de nivel escolar, colegial o de educación superior– responde ante el aprendizaje (Loría-Castellanos, Rivera, Gallardo, Márquez-Ávila y Chavarría-Islas (2007).

En general se ha concluido que la tendencia en personas que se desenvuelven en educación superior es desarrollar un modo de aprendizaje activo (Sánchez y Ramis, 2004). Sin embargo, no siempre el aprendizaje activo es característico en toda esta población, ya que, según Alonso, Gallego y Honey (2002), las personas pueden mostrar diferencias en cuanto a la manera de aprender. Respecto a las formas más comunes de aprendizaje se tiene: aprendizaje activo, aprendizaje reflexivo, aprendizaje pragmático y aprendizaje teórico. Estos, de acuerdo con las características de cada persona, facilitan la comprensión de lo nuevo.

Gutiérrez, Pilsa y Torres (2007) evaluaron la forma de pensamiento de estudiantes universitarios que se formaban en el área de educación física y, a modo de conclusión, los participantes expresaron que lo que más les atrae de la educación física son las prácticas de deportes de equipo, los juegos y las actividades variadas; por su parte, aquello que menos les parecía atrayente eran los ejercicios de calentamiento, las clases teóricas y los exámenes. Como se puede apreciar, existe una tendencia a realizar actividades más prácticas que teóricas y, en el estilo de aprendizaje pragmático, se busca, precisamente, llevar a la práctica la enseñanza aprendida en los salones de clase y que esta no solo se quede en la teoría.

Alonso (1992), por su parte, determina que para alcanzar el éxito en el aprendizaje de cualquier contenido es conveniente que el estudiantado de educación superior posea, entre otras características, la capacidad de entender y comprender. Esto ayudará a incrementar la motivación por estudiar, pues debe saber escuchar, reflexionar y analizar de manera crítica el tratamiento de la información; debe conocerse, y reconocerse, identificando fortalezas y debilidades y, finalmente, debe reconocer su necesidad de aprender a aprender en distintas situaciones.

Los estilos de aprendizaje permiten al profesorado actuar como facilitador del aprendizaje, pues tiene la posibilidad de preparar su estilo de enseñanza de acuerdo con la forma de aprender del grupo al que enseña (M. E. Medina y E. Medina, s. f.).





Bravo y Alfonso (2007) realizaron un estudio con 105 estudiantes a los que se les valoró el tipo de estilo de aprendizaje, en el que se concluyó que los estudiantes tuvieron preferencia por el estilo de aprendizaje reflexivo (52,4 %).

Debido a lo anterior, surge la necesidad de realizar investigaciones en el campo de la educación y el aprendizaje con conciencia del papel que juegan las instituciones educativas de enseñanza superior en la preparación de profesionales con el conocimiento pertinente para su desarrollo laboral. Por lo que se hace relevante conocer los estilos de aprendizaje del estudiantado universitario, lo cual permite al cuerpo docente elaborar metodologías específicas que faciliten la comprensión de los contenidos propios de una especialidad, además de acompañar los contenidos con herramientas didácticas que propicien un aprendizaje significativo (Aguilar 2010; Almonacid, Burgos y Utria, 2010; Martín y Rodríguez 2003; Tümkaya, 2012).

Por lo tanto, el propósito de esta investigación fue determinar el estilo de aprendizaje de estudiantes de las diversas carreras que ofrece la Escuela Ciencias del Movimiento Humano y Calidad de Vida (CIEMHCAVI), entre ellas el Bachillerato en la Enseñanza de la Educación Física, el Deporte y la Recreación; el Bachillerato en Promoción de la Salud Física y la Licenciatura en Rendimiento Deportivo.

## Referente teórico

El análisis que determinan los procesos de enseñanza-aprendizaje permite considerar factores explicativos desde la orientación cognitiva; estos factores se encuentran asociados, entre otras actitudes, a la disposición y motivación del estudiantado a la hora de aprender un dato específico, a las facilidades que demuestre para comprender un contenido y al estilo de su propio aprendizaje (Pulido, De la Torre, Luque y Palomo, 2009).

Estudios publicados (Bravo y Alfonso 2007; Loría-Castellanos et al., 2007; Martín y Rodríguez 2003) sobre estilos de aprendizaje en personas que asisten a la universidad demuestran que existen diferencias entre estudiantes de diferentes perfiles, presentándose alta preferencia por un estilo determinado según la carrera universitaria. Al mismo tiempo, el enfoque de los estilos de aprendizaje radica en que deben ser desarrollados y modificados con un entrenamiento constante (Bravo y Alfonso 2007; Loría-Castellanos et al. 2007; Pulido et al., 2009).

Los estilos de aprendizaje están relacionados con la manera en que el estudiantado aprenden un determinado contenido y, además, aportan a las estrategias en la forma en que el personal docente enseña y cómo se presenta la interacción entre ambos. Además de poseer un estilo determinado, este se ve influenciado por el nivel sociocultural, experiencias previas y la maduración de cada persona. Por lo anterior, los estilos de aprendizaje se podrían definir como procedimientos de aprendizaje que se integran por los componentes cognitivos, afectivos y conductuales de forma diferenciada y permiten a la persona resolver situaciones problemáticas en distintos contextos (Hernández, 2004).

Según Honey y Munford (1992), existen 4 estilos de aprendizaje caracterizados por el aprendizaje reflexivo, teórico, pragmático y activo.



doi: <http://dx.doi.org/10.15359/ree.18-3.9>

URL: <http://www.una.ac.cr/educare>

CORREO: [educare@una.cr](mailto:educare@una.cr)

El estilo de aprendizaje activo es aquel en el cual la persona improvisa, arriesga, descubre y es espontánea; además, inventa, trata de vivir las experiencias y se mantiene participando de manera dinámica en la clase. Por su parte, el estilo de aprendizaje reflexivo está caracterizado porque la persona es receptiva, analítica y observadora. Los individuos con características de aprendizaje pragmático presentan un estilo caracterizado por ser rápidos, decididos, planificadores, concretos, con objetivos definidos, seguros. Y, finalmente, aquellas personas con un estilo de aprendizaje teórico se caracterizan por ser disciplinadas, sistemáticas, ordenadas, sintéticas, razonadoras, pensadoras, perfeccionistas, buscadoras de modelos teóricos que faciliten la forma de aprender (Baus, 2007).

En un estudio realizado por Loría-Castellanos et al. (2007), identificaron los estilos de aprendizaje de personal médico residente de especialidades de urgencias, pediatría y medicina. Se le aplicó el cuestionario Honey-Alonso de estilos de aprendizaje, los resultados evidenciaron que el 54,1 % de la población mantenía un estilo teórico, mientras un 27 %, el pragmático; 37,83 % de los residentes mostraron combinación en estilos de aprendizaje y la combinación más frecuente fue teórico-pragmático (71,42 %).

En las estrategias de enseñanza universitaria se busca que el conocimiento adquirido por sus estudiantes se procese considerando el desarrollo integral en cuanto a la autonomía de aprendizaje; la generación de recursos, que les permita enfrentarse a los aprendizajes de manera independiente; el estilo de aprendizaje que caracteriza a cada persona, el cual es determinado, en gran medida, por el lugar de donde proceda, sus experiencias previas, la formación en el hogar, entre otros (Pérez, Canil, Farfán, Montoya y Segura, s. f.).

Además, como parte de sus funciones académicas, es importante que el profesorado identifique los estilos de aprendizaje de cada estudiante con quien trabaja, de manera que el desarrollo estratégico de la clase, así como las herramientas didácticas que utilice, le sirvan de insumo en el proceso pedagógico en la enseñanza universitaria (Reinicke, Chiang, Montesinos, Del Solar, Madrid y Acevedo, 2008).

Tener presente la identificación de los estilos de aprendizaje favorece la comprensión de los contenidos por parte del estudiantado y evita su bloqueo o desmotivación; además, lo sitúa en condiciones favorables que le permiten realizar, individual o colectivamente relaciones dinámicas entre el nuevo contenido y los esquemas de conocimiento ya existentes (Cabrera y Fariñas, 2005).

La implicación que brinda conocer los estilos de aprendizaje preferidos de los estudiantes, puede generar una mayor satisfacción y una mejora en los resultados académicos. Tanto los estilos de aprendizaje como las estrategias de aprendizaje sobresalen entre las variables más importantes que influyen en la actuación de los estudiantes con respecto a la forma de asimilar el nuevo conocimiento (Loría-Castellanos, 2007).

## Métodos

El diseño de esta investigación es descriptivo, correlativo y de tipo transversal, cuyo propósito fue determinar el estilo de aprendizaje de estudiantes de educación superior de





la Escuela Ciencias del Movimiento Humano y Calidad de Vida, de la Universidad Nacional, Costa Rica.

Se utilizó el cuestionario de Honey-Alonso ([Alonso et al., 2002](#)), estilos de aprendizaje (CHAEA); este identifica cuatro estilos de aprendizaje, la consistencia interna del cuestionario oscila entre activo ( $\alpha = .63$ ), reflexivo ( $\alpha = .73$ ), teórico ( $\alpha = .66$ ) y pragmático ( $\alpha = .59$ ). Consta de 80 ítems con una escala tipo Likert con dos opciones de respuesta, con un puntaje máximo de 20 por cada estilo. El estilo que alcance el puntaje mayor representa el tipo de aprendizaje que posee la persona.

Se procedió a buscar el listado de estudiantes de las carreras de bachillerato en la educación física, deporte y la recreación, el bachillerato en promoción de la salud física y la licenciatura en rendimiento deportivo de la Escuela Ciencias del Movimiento Humano y Calidad de Vida de La Universidad Nacional, Costa Rica. En este estudio participaron 204 estudiantes en total, de los cuales 103 corresponden a la carrera de Educación Física, Deporte y la Recreación; 83 estudiantes de la carrera de Promoción de la Salud Física y 18 a la licenciatura en Rendimiento Deportivo. Posteriormente se verificó el horario de cada bachillerato y de licenciatura. Se coordinó la visita aula por aula y además se le solicitó al profesor o profesora del curso el permiso respectivo para pasar a cada estudiante el cuestionario Honey-Alonso; se le explicó al grupo el porqué se estaba realizando dicha investigación y la importancia de conocer el estilo de aprendizaje, tanto para cada estudiante, como para el cuerpo académico de la escuela. Una vez contestados los cuestionarios se procedió al análisis e interpretación de los resultados obtenidos.

## Resultados

Seguidamente se presentan los resultados encontrados en esta investigación, las tablas muestran los valores alcanzados por cada bachillerato, así como los resultados obtenidos por la licenciatura; además, los promedios alcanzados para cada estilo de aprendizaje, así como su respectiva desviación típica y una correlación para determinar diferencias entre los diferentes grupos evaluados.

Tabla 1

*Valores de cada bachillerato y la licenciatura*

Estilo aprendizaje	X DS	BEFDR y LRD	BPSF	Sig.
Reflexivo	$14,40 \pm 2,83$	$14,34 \pm 2,92$	$14,48 \pm 2,72$	0,03 <sup>a</sup>
Pragmático	$13,26 \pm 2,63$	$13,85 \pm 2,53$	$12,42 \pm 2,54$	0,74
Teórico	$13,45 \pm 2,93$	$13,50 \pm 2,94$	$13,37 \pm 2,93$	0,75
Activo	$12,35 \pm 3,12$	$12,83 \pm 3,11$	$11,90 \pm 3,07$	0,00 <sup>a</sup>

Nota: n=204



doi: <http://dx.doi.org/10.15359/ree.18-3.9>

URL: <http://www.una.ac.cr/educare>

CORREO: [educare@una.cr](mailto:educare@una.cr)

En la [tabla 1](#) se presentan los valores obtenidos por cada uno de los bachilleratos y la Licenciatura de la Escuela de Ciencias del Movimiento Humano y Calidad de Vida. Los datos muestran significancia (<sup>a</sup>) en el aprendizaje reflexivo y activo.

Tabla 2

*Diferencias por nivel del Bachillerato en Educación Física y la Licenciatura en Rendimiento Deportivo  
n=121*

Estilo	Nivel I (n=31)	Nivel II (n=24)	Nivel III (n=27)	Nivel IV (n=21)	Licenciatura (n=18)	Sig
Reflexivo	15,03 ± 2,27	13,58±3,10	14,22±3,02 <sup>a</sup>	13,42±3,31	15,44±2,68 <sup>a</sup>	p ≤ 0,05
Pragmático	13,96 ± 2,58	14,37±2,24	14,62±2,60	13,47±1,91	12,22±2,77	Ns
Teórico	13,93 ± 2,63	13,16±2,98	13,18±3,66	12,95±2,76	14,33±2,40	Ns
Activo	12,54 ±3,09	13,66±3,18	13,18±366	12,42±3,6	12,16±2,83	Ns

Nota: n=121

En la [tabla 2](#) se observan las diferencias entre los cuatro niveles del bachillerato en educación física y el grupo de licenciatura. Se encontraron diferencias significativas para el aprendizaje reflexivo en el tercer nivel de bachillerato y el grupo de licenciatura.

Tabla 3

*Diferencias por nivel del Bachillerato en Promoción de la Salud Física*

Estilo	Nivel I (n=31)	Nivel II (n=24)	Nivel III (n=14)	Nivel IV (n=14)	Sig
Reflexivo	14,16±2,42	14,79±3,23	13,92±2,40	15,21±2,77	Ns
Pragmático	11,90±2,86	13,12±1,98	12,92±3,09	11,85±1,79	Ns
Teórico	12,58±3,09	14,12±2,29	12,57±3,08	14,64±2,89	Ns
Activo	11,80±3,46	12,83±2,69	10,71±2,70	11,71±2,89	Ns

Nota: n=83

En la [tabla 3](#) se plantean las diferencias entre los cuatro niveles del bachillerato en Promoción de la Salud Física. No se encontraron diferencias significativas entre todos los niveles. Sin embargo se aprecia una inclinación hacia el aprendizaje reflexivo.





## Discusión

Dentro de un sistema educativo, la enseñanza y las estrategias pedagógicas implementadas en la educación de las personas son pilares fundamentales que permiten a los individuos desarrollarse. Este hecho genera un avance de la sociedad; en un mundo que cada día es más competitivo, ser parte de ese avance estará determinado por una adecuada formación escolar, colegial y universitaria. Para ello, es indispensable mejorar los modelos de enseñanza-aprendizaje y definir los estilos de aprendizaje de las personas. Esta definición se logra mediante la evaluación; sus resultados son indispensables para elaborar estrategias de enseñanza de acuerdo con el estilo definido. En los últimos años han surgido investigaciones que dan a conocer cuáles son los estilos de aprendizaje preferidos en el estudiantado (Alonso, 1992).

Los resultados encontrados en esta investigación permitieron evidenciar el estilo de aprendizaje que predomina en el alumnado de carreras universitarias de Educación Física, Deporte y Recreación, Promoción de la Salud Física y Licenciatura en Rendimiento Deportivo.

Estos revelaron, mayoritariamente, una tendencia hacia el estilo de aprendizaje reflexivo y una leve inclinación hacia el aprendizaje activo, lo cual coincide con los resultados obtenidos por Correa, (2006), quien evaluó a 48 estudiantes universitarios del curso de fisiología del ejercicio de segundo y tercer nivel de una carrera universitaria. En dicho estudio se encontró que en el estudiantado predominaba el estilo de aprendizaje reflexivo y activo.

Alonso et al. (2002); Gómez (2003); Highfield (1988); Ordóñez, Rosety-Rodríguez, Rosesty-Plaza (2003) y argumentan que el estilo de aprendizaje reflexivo y activo es característico en estudiantes que se encuentran estudiando carreras relacionadas con la ciencias de la salud (medicina, enfermería, bioquímica, educación física, entre otras).

Parece ser que esta tendencia hacia el aprendizaje reflexivo está determinada por las características cognitivas, afectivas, perceptuales e interacciones que presentan hacia las situaciones de aprendizaje. El estudiante "reflexivo" comprende el significado, le gusta observar y describir los procesos, su interés está trazado por el "qué es" más que por el "cómo" ante cualquier contenido por aprender (Alonso et al., 2002).

Cabe señalar que los resultados de este estudio coinciden con los encontrados por Bravo y Alonso (2007); Canalejas et al. (2005); Mora (2005); Sánchez (s. f.) y Tapia (s. f.), quienes evaluaron los estilos de aprendizaje en estudiantes de educación superior en el área de salud. Estas investigaciones concluyeron que los estudiantes participantes en los estudios tuvieron una tendencia hacia el estilo de aprendizaje reflexivo, además se consideró que dicha tendencia es probable que se manifieste en aquellas personas analíticas, cuidadosas y que consideran todas las posibilidades antes de tomar una decisión final; estas personas disfrutan ver a otros arriesgarse sin implicarse directamente.

Según Alonso et al. (2002), la persona, a medida que va desarrollando aptitudes en el ámbito de la propia disciplina, se transforma paulatinamente de manera que se interesa



doi: <http://dx.doi.org/10.15359/ree.18-3.9>

URL: <http://www.una.ac.cr/educare>

CORREO: [educare@una.cr](mailto:educare@una.cr)

por la observación, el análisis de los hechos, y el trabajo metódico, sistematizado y lógico; progresivamente va perdiendo interés por aprender descubriendo, experimentando, aplicando y llevando a la práctica lo aprendido.

A pesar de que el estilo de aprendizaje está determinado directamente por la característica propia de cada persona, en muchas ocasiones la influencia de su docente y las estrategias pedagógicas que utiliza predispone la tendencia hacia el estilo reflexivo del estudiantado. El personal docente, en su camino hacia la conciencia de la práctica de su labor profesional, promueve la reflexión en el estudiantado y lo inhibe de ejecutar, activamente, el proceso de aprendizaje. Esto genera implicaciones en su formación educativa y la inclinación estudiantil hacia el estilo de aprendizaje reflexivo ([Esteve, 2004](#); [Mora, 2005](#) y [Ortizmichel, 2011](#)).

El estudiante crea en su entorno un clima distante y condescendiente; aprende con las nuevas experiencias, pero nos le gusta estar directamente implicado en ellas; reúne información, la analiza con bastante detenimiento antes de hacer alguna observación o alguna sugerencia, piensa muy bien antes de dar alguna opinión ([Mora, 2005](#)). Un estudio realizado por la [Universidad de Alicante \(UA\) \(2009\)](#) encontró que el alumnado de tercer nivel de educación física de las universidades de Granada y Alicante mostró una tendencia hacia el estilo de aprendizaje reflexivo.

También los resultados alcanzados en esta investigación entre los bachilleratos y la licenciatura evidenciaron que el estudiantado, además de poseer alta tendencia hacia el aprendizaje reflexivo, presenta, en menor medida, características del aprendizaje activo.

Los datos alcanzados en esta investigación son consecuentes con los encontrados por [Blumen, Rivero, Guerrero \(2011\)](#), quienes realizaron una relación entre estilos de aprendizaje y rendimiento académico en universitarios. Los resultados encontrados evidenciaron predominancia por los estilos de aprendizaje teórico y activo.

La característica de mostrar cierta preferencia hacia el aprendizaje activo se debe, probablemente, a que los estilos de aprendizaje son cualitativamente diferentes a lo largo de la vida, en el caso de la juventud, por ejemplo, existe predisposición hacia este estilo y, en las personas adultas la mayor tendencia es hacia el aprendizaje reflexivo ([Davenport, 1986](#); [Dorsey y Pierson, 1984](#)). Es importante recalcar que los jóvenes participantes de esta investigación se encuentran en etapa transitoria: abandonando la adolescencia y entrando a la etapa de adulto joven, por lo que los resultados presentan significancia entre el aprendizaje reflexivo y activo.

Es probable que debido al área de estudio en la que se desarrolle la persona exista una leve inclinación a llevar, inmediatamente, el conocimiento alcanzado a la práctica, pues en estas disciplinas la esencia de la enseñanza está determinado por la parte práctica, es decir, que se desarrolle interés hacia la práctica motriz ([Barrena, 2010](#); [Escudero, 2009](#); [Gutiérrez y Pilsa 2006](#)).





## Conclusiones

- El aprendizaje reflexivo es el que más se presenta en el grupo estudiantil de las carreras de Educación Física, Deporte y la Recreación, la carrera de Promoción de la Salud Física y la Licenciatura en Rendimiento Deportivo. Este estilo se caracteriza porque los estudiantes son receptivos, analíticos y observadores, rasgos que fueron aprendidos durante los primeros momentos de la enseñanza en la escuela y colegio en donde la figura docente lleva todo el proceso de enseñanza, por lo que sus estudiantes solo tienen una participación pasiva en el proceso.
- Las carreras de Educación Física, Deporte y Recreación, así como el Bachillerato de Promoción de la Salud Física y la Licenciatura en Rendimiento Deportivo son programas académicos basados en metodologías teórico-prácticas, por lo que tanto el estilo de aprendizaje reflexivo, así como el estilo de aprendizaje activo tienen una alta influencia en el estudiantado; desde lo activo, el estudiante debe planificar y llevar a la práctica de manera concreta el conocimiento aprendido; sin embargo, este no es tan significativo como lo fue el reflexivo, por ello el estudiantado se caracteriza por analizar y reflexionar a partir del nuevo conocimiento que le es impartido.
- La evaluación de los estilos de aprendizaje es un proceso enriquecedor que sirve de insumo al cuerpo docente para desarrollar estrategias metodológicas que faciliten el aprendizaje de cada estudiante, abordando de manera individual el proceso de enseñanza.

## Referencias

- Aguilar, M. (2010). Estilos y estrategias de aprendizaje en jóvenes ingresantes a la universidad. *Revista de Psicología*, 28(2), 205-226. Recuperado de <http://revistas.pucp.edu.pe/index.php/psicologia/article/view/1460/1407>
- Almonacid, C., Burgos, N. y Utria, O. (enero-junio, 2010). Estilos de aprendizaje de jóvenes universitarios con y sin dependencia a la nicotina de la ciudad de Bogotá. *Psychologia: Avances en la disciplina*, 4(1), 125-132. Recuperado de <http://www.redalyc.org/pdf/2972/297224086011.pdf>
- Alonso C. (1992). *Análisis y diagnóstico de los estilos de aprendizaje en estudiantes universitarios*. Madrid: Universidad Complutense.
- Alonso, C., Gallego, D.J. y Honey, P. (2002). *Los estilos de aprendizaje. Procedimientos de diagnóstico y mejora*. Bilbao: Ediciones Mensajero.
- Barrena, P.I. (noviembre, 2010). Estilos participativos en educación física. *Efdeportes.com*, 15(150). Recuperado de <http://www.efdeportes.com/efd150/estilos-de-ensenanza-participativos-en-educacion-fisica.htm>



doi: <http://dx.doi.org/10.15359/ree.18-3.9>

URL: <http://www.una.ac.cr/educare>

CORREO: [educare@una.cr](mailto:educare@una.cr)

Baus, T. (2007). *Los estilos de aprendizaje*. Recuperado de <http://www.monografias.com/trabajos12/losestilos/losestilos.shtml>

Blumen, S., Rivero, C., Guerrero, D. (2011). *Universitarios en educación a distancia: Estilos de aprendizaje y rendimiento académico*. *Revista de Psicología*, 29(2), 225-243. Recuperado de <http://revistas.pucp.edu.pe/index.php/psicologia/article/view/2475/2424>

Bravo, P. L. y Alfonso, M. (setiembre-diciembre, 2007). Comportamiento de actividades que desarrollan estilos de aprendizaje en las guías didácticas de la asignatura Morfofisiología Humana I. *Educación Médica Superior*, 21(4), 1-10. Recuperado de <http://scielo.sld.cu/pdf/ems/v21n4/ems01407.pdf>

Cabrera, J. S. y Fariñas, G. (2005). El estudio de los estilos de aprendizaje desde una perspectiva vigostkiana: Una aproximación conceptual. *Revista Iberoamericana de Educación*, 37(1), 1-9. Reuperado de <http://www.rieoei.org/deloslectores/1090Cabrera.pdf>

Canalejas, M., Martínez, M. L., Pineda, M. C., Vera, M. L., Soto, M., Martín, Á. y Cid, M. L. (2005). Estilos de aprendizaje en los estudiantes de enfermería. *Educación Médica*, 8(2), 83-90. Recuperado de <http://scielo.isciii.es/pdf/edu/v8n2/original2.pdf>

Correa, J. E. (2006). Identificación de los estilos de aprendizaje en los estudiantes de fisiología del ejercicio de la Facultad de Rehabilitación y Desarrollo Humano. *Revista Ciencias de la Salud*, 4(número especial), 41-53. Recuperado de <http://www.redalyc.org/pdf/562/56209906.pdf>

Davenport, J. (1986). Learning Style and its Relationship to Gender and Age Among Elderhostel Participants [Estilo de aprendizaje y su relación con el género y la edad entre participantes mayores]. *Educational Gerontology*, 12(3), 205-217. doi: <http://dx.doi.org/10.1080/0380127860120301>

Díaz, E. (julio-diciembre, 2012). Estilos de aprendizaje. *Revista EIDOS*, 5, 5-11. Recuperado de <http://www.ute.edu.ec/posgrados/eidos5.pdf>

Dorsey, O. L. y Pierson, M. J. (1984). A Descriptive Study of Adult Learning Styles in a Non-Traditional Education Program [Un estudio descriptivo de estilos de aprendizaje de adultos en un programa de educación no tradicional]. *Lifelong Learning*, 7(8), 8-11.

Escudero, D. (2009). La educación física y su influencia en la formación integral del hombre para la vida. *Efdeportes.com*, 14(131). Recuperado de <http://www.efdeportes.com/efd131/la-educacion-fisica-y-la-formacion-integral-del-hombre.htm>

Esteve, O. (2004). *Nuevas perspectivas en la formación del profesorado de lenguas: Hacia el "aprendizaje reflexivo" o "aprender a través de la práctica"*. Recuperado de [http://cvc.cervantes.es/Ensenanza/Biblioteca\\_Ele/publicaciones\\_centros/PDF/bremen\\_2004/02\\_esteve.pdf](http://cvc.cervantes.es/Ensenanza/Biblioteca_Ele/publicaciones_centros/PDF/bremen_2004/02_esteve.pdf)



doi: <http://dx.doi.org/10.15359/ree.18-3.9>URL: <http://www.una.ac.cr/educare>CORREO: [educare@una.cr](mailto:educare@una.cr)

Gardner, H. (2000). Can Technology Exploit Our Many Ways of Knowing? [¿Puede la tecnología aprovechar nuestras numerosas formas de conocimiento?]. En D. T. Gordon (Ed.), *The Digital Classroom: How Technology is Changing the Way we Teach and Learn [El aula digital: Cómo la tecnología está cambiando la forma de aprender]* (pp. 32-35). Cambridge, MA: Harvard Education Letter.

Gómez, M. (2003). Identificación de los estilos de aprendizaje predominantes en estudiantes de magisterio de la Facultad de Ciencias de la Educación de la Universidad de Cádiz. *Revista electrónica interuniversitaria de formación del profesorado*, 6(2), 1-4. Recuperado de [http://aufop.com/aufop/uploaded\\_files/articulos/1227721086.pdf](http://aufop.com/aufop/uploaded_files/articulos/1227721086.pdf)

Gutiérrez, M. y Pilsa, C. (diciembre, 2006). Actitudes de los alumnos hacia la educación física y sus profesores. *Revista Internacional de Medicina y Ciencias de la Actividad Física y del Deporte*, 6(24), 212-228. Recuperado de <http://cdeporte.rediris.es/revista/revista24/artactitudes36.htm>

Gutiérrez, M., Pilsa, C. y Torres, E. (julio, 2007). Perfil de la educación física y sus profesores desde el punto de vista de los alumnos. *Revista Internacional de Ciencias del Deporte*, 3(8), 39-52. Recuperado de <http://www.cafyd.com/REVISTA/ojs/index.php/ricyde/article/view/43/31>

Hernández, L. (2004). La importancia de los estilos de aprendizaje en la enseñanza de inglés como lengua extranjera. *Espéculo*, 9(27). Recuperado de <http://pendientedemigracion.ucm.es/info/especulo/numero27/estilosa.html>

Highfield, M. E. (noviembre-diciembre, 1988). Learning Styles [Estilos de aprendizaje]. *Nurse Educator*, 13(6): 30-33. Recuperado de <http://dx.doi.org/10.1097/00006223-198811000-00015>

Honey, P. y Mumford, A. (1992). *The manual of Learning Styles* [El manual de estilos de aprendizaje]. (3<sup>a</sup> ed., versión revisada). Maidenhead: Peter Honey.

Loría-Castellanos, J., Rivera D., B., Gallardo S., A., Márquez-Ávila, G. y Chavarría-Islas, R. A. (julio-setiembre, 2007). Estilos de aprendizaje de los médicos residentes de un hospital de segundo nivel. *Educación Médica Superior*, 21(3), 1-13. Recuperado de <http://scielo.sld.cu/pdf/ems/v21n3/ems01307.pdf>

Martín, A. V. y Rodríguez, M. J. (2003). Estilos de aprendizaje y grupos de edad. Comparación de dos muestras de jóvenes y mayores. *Aula Abierta*, 82, 97-114. Recuperado de <http://estadisticasocrys.freetzi.com/Estadistica2/Estadisticainferencial/LectCompMuestras.pdf>

Medina, M. E., Medina, E. (s. f.). *Diagnóstico de estilos de aprendizaje en alumnos de trabajo social*. Recuperado de <http://web.ua.es/en/ice/jornadas-redes-2012/documentos/oral-proposals/245237.pdf>



doi: <http://dx.doi.org/10.15359/ree.18-3.9>

URL: <http://www.una.ac.cr/educare>

CORREO: [educare@una.cr](mailto:educare@una.cr)

Mora, M. (2005). El educador como agente reflexivo en el proceso de formación educativa. *Horizontes Educacionales*, 10, 71-76. Recuperado de <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=97917573007>

Ordóñez, F. J., Rosety-Rodríguez, M. y Rosety-Plaza, M. (noviembre, 2003). Análisis de los estilos de aprendizaje predominantes entre los estudiantes de ciencias de la salud. *Enfermería Global*, 2(2), 1-6. Recuperado de <http://revistas.um.es/eglobal/article/view/619/645>

Ortizmichel, G. (2011). La escritura reflexiva como un recurso de aprendizaje para un curso semipresencial. *Revista Apertura*, 3(1), 1-5. Recuperado de <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=68822701005>

Pérez, I., Canil, S. E., Farfán, M., Montoya, M. A. y Segura, C. (s. f.). *El aprendizaje del estudiante de nivel superior no universitario metacognición: Una visión desde los alumnos*. Jujuy, San Salvador: Instituto Superior Populorum Progressio-In.Te. Recuperado de <http://www.feeye.uncu.edu.ar/web/posjornadasinve/area2/Aprendizaje%20-%20eleccion%20de%20carrera/045%20-%20Perez%20-%20Inst%20de%20Jujuy.pdf>

Pulido, M., De la Torre, M. J., Luque, P. J. y Palomo, A. (2009). Estilos de enseñanza y aprendizaje en el eees: Un enfoque cualitativo. *Revista Estilos de Aprendizaje*, 4(4), 1-18. Recuperado de [http://www.uned.es/revistaestilosdeaprendizaje/numero\\_4/Artigos/lsl\\_4\\_articulo\\_9.pdf](http://www.uned.es/revistaestilosdeaprendizaje/numero_4/Artigos/lsl_4_articulo_9.pdf)

Reinicke, K., Chiang, M. T., Montecinos, H., Del Solar, M. I., Madrid, V. y Acevedo, C. G. (2008). Estilos de aprendizaje de alumnos que cursan asignaturas de Ciencias Biológicas en la Universidad de Concepción. *Revista estilos de aprendizaje*, 2(2), 170-181. Recuperado de [http://www.uned.es/revistaestilosdeaprendizaje/numero\\_2/artigos/lsl\\_2\\_octubre\\_2008.pdf](http://www.uned.es/revistaestilosdeaprendizaje/numero_2/artigos/lsl_2_octubre_2008.pdf)

Sánchez, I.R.y Ramis, F.J.(2004). Aprendizaje significativo basado en problemas. *Revista Horizontes Educacionales*, 9, 101-111. Recuperado de <http://www.redalyc.org/pdf/979/97917171011.pdf>

Sánchez, J. (s. f.). *Estilos de aprender* [Diapositivas en PowerPoint]. Recuperado de <http://www.slideshare.net/augustoeliasc/descripcion-de-los-estilos-de-aprender-presentation>.

Tapia, R (s. f.). *Estilos de aprendizaje*. Recuperado de <http://www.monografias.com/trabajos91/los-estilos-aprendizaje/los-estilos-aprendizaje3.shtml>

Tümkaya, S. (invierno, 2012). The Investigation of the Epistemological Beliefs of University Students According to Gender, Grade, Fields of Study, Academic Success and Their Learning Styles [La investigación de las creencias epistemológicas de los estudiantes universitarios, por sexos, grado, campos de estudio, el éxito académico y sus estilos de aprendizaje]. *Educational Sciences: Theory & Practice*, 12(1), 88-95. Recuperado de <http://www.edam.com.tr/kuyeb/pdf/en/c3644f566afc2dae1d5ce94189bddf2005b.pdf>



doi: <http://dx.doi.org/10.15359/ree.18-3.9>URL: <http://www.una.ac.cr/educare>CORREO: [educare@una.cr](mailto:educare@una.cr)

Universidad de Alicante (UA). (2009). *El alumnado de educación física, reflexivo en su modo de aprender*. Recuperado de <http://www.agenciasinc.es/Noticias/El-alumnado-de-Educacion-Fisica-reflexivo-en-su-modo-de-aprender>.

Varela, M. E. (2006). Estilos de aprendizaje. *Mensaje Bioquímico*, 30, 1-11. Recuperado de [http://bq.unam.mx/wikidep/uploads/MensajeBioquimico/Mensaje\\_Bioq06v30p1\\_11\\_Margarita\\_Varela.pdf](http://bq.unam.mx/wikidep/uploads/MensajeBioquimico/Mensaje_Bioq06v30p1_11_Margarita_Varela.pdf)



#### Cómo citar este artículo en APA:

Salas-Cabrera, J. (setiembre-diciembre, 2014). Estilos de aprendizaje en estudiantes de la Escuela de Ciencias del Movimiento Humano y Calidad de Vida, Universidad Nacional, Costa Rica. *Revista Electrónica Educare*, 18(3), 159-171. doi: <http://dx.doi.org/10.15359/ree.18-3.9>

**Nota:** Para citar este artículo en otros sistemas puede consultar el hipervínculo “Como citar el artículo” en la barra derecha de nuestro sitio web: <http://www.revistas.una.ac.cr/index.php/EDUCARE/index>

