



Maestría en Educación, mención Gestión y Liderazgo

TÍTULO DE TRABAJO:

Percepciones Docentes sobre la importancia de la Educación Física en la salud de los niños de la Unidad Educativa “Julio María Matovelle”

Autora:

Mery Carmita Chapa Puin

Directora:

Prof. Ximena Vélez Calvo PhD.

Cuenca-Ecuador

2023

DEDICATORIA

Dedico esta tesis, al pilar fundamental de mi vida, a mi esposo Juan Carlos Chocho Sanmartín, quien ha estado a mi lado desde el primer día que lo conocí, brindándome su apoyo incondicional en todo momento: con sus conocimientos, con su experiencia, sobre todo emocional con su amor, calidez y don de persona.

A mis hijos Juan Sebastián y Martina Rafaela Chocho Chapa, mi razón de vivir y superación, quienes pintan mi mundo de dulces colores, con sus sonrisas, ocurrencias cada día y para quienes quiero ser ejemplo, no para que sean igual a mí, sino para que sean mejor y cumplan sus metas sin importar cuántos obstáculos se presenten.

A mis padres Segundo Chapa y Rosa Elena Puin, Por ser unos padres excelentes por brindarme todo el apoyo a pesar de sus limitaciones me dieron unos de los regalos mas grandes que es la educación.

Carmita Chapa.

AGRADECIMIENTO

A Dios y a la Santísima Virgen del Cisne, por haberme dado la vida y permitirme seguir cumpliendo mis metas en los ámbitos familiares, laborales y sobre todo en mi formación académica.

A mis hermanas, sobrinas, quienes nunca me abandonaron cuando más lo necesité. Mil gracias familia.

A una gran profesional y amiga Silvia Ortiz, quien ha estado presente en este proceso de superación.

A mis maestros a todos sin excepción de uno, a mi directora Vélez Calvo Ximena PhD, y Codirectora Mgst. Carolina Seade, pero quiero mencionar en especial, a la Master Liliana Arciniegas, por tener siempre una palabra de aliento para seguir y su total apoyo. Muchas gracias a todos.

A la Rectora Master. Ximena Lituma, y Docentes de la Unidad Educativa “Julio María Matovelle” que me permitió realizar mi proyecto de investigación en la institución que dirige. Siempre muy agradecida.

Carmita Chapa.

ÍNDICE

DEDICATORIA.....	ii
AGRADECIMIENTO	iii
ÍNDICE	iv
ÍNDICE DE TABLAS	iv
RESUMEN	vi
ABSTRACT	vii
1. INTRODUCCIÓN	8
2. METODOLOGÍA	13
2.1. Diseño metodológico.....	13
2.2. Contexto, población y participantes	13
2.3. Procedimiento	13
2.4. Instrumentos	15
3. RESULTADOS.....	15
3.1. Diagnóstico del contexto en base a la evaluación de la percepción docente.....	15
3.2. Conocimientos adquiridos por los docentes respecto a la Didáctica de la Educación Física.....	17
3.3. Incidencia de la formación docente en la percepción sobre la Didáctica de la Educación Física.....	17
4. DISCUSIÓN	19
4.1. Sobre el diagnóstico del contexto	20
4.2. Sobre el cambio en la percepción docente.....	20
4.3. Sobre la generación de conocimientos nuevos	22
REFERENCIAS.....	24
ANEXOS	29

ÍNDICE DE TABLAS

Tabla 1. Conocimientos sobre Educación Física.....	17
Tabla 2. Aporte del taller a la labor docente	18
Tabla 3. Importancia de la Educación Física	18
Tabla 4. Aporte del taller a la labor docente	19
Tabla 5. Práctica de la Educación Física con otras asignaturas	19

ÍNDICE DE ANEXOS

Anexo 1. Consentimiento informado.....	29
Anexo 2. Resultados de entrevistas	30
Anexo 3. Plan de capacitación.....	32

Anexo 4. Ficha de validación de guion para entrevista	35
Anexo 5. Cuestionario para entrevista	36
Anexo 6. Encuesta post capacitación	38

RESUMEN

Las clases de Educación Física constituyen un espacio idóneo para promover buenas prácticas para una mejor salud física y emocional de los estudiantes. El objetivo de este estudio fue conocer las percepciones que tienen los docentes sobre el área y, a partir de ello, diseñar una propuesta de intervención que ayude a la concientización de la importancia y el valor de esta disciplina en la salud de los niños. El enfoque metodológico fue cualitativo y de investigación-acción, aplicada a una muestra de diez docentes de la Unidad Educativa “Julio María Matovelle”, ubicada en la ciudad de Cuenca. Los resultados indicaron que el 100% de los docentes reconoció que el área de Educación Física es igual de importante que otras asignaturas. Se concluye que, desde las instituciones educativas se debe poner sobre la mesa nuevas propuestas para la enseñanza-aprendizaje de la Educación Física desde la interdisciplinariedad.

Palabras clave: Educación Física, actividad física, formación docente, capacitación docente

ABSTRACT

Physical Education classes are an ideal space to encourage good practices to achieve better physical and emotional students' health. The objective of this study was to understand the perceptions that teachers have about the area and, based on this, design an intervention proposal that helps to raise awareness of the importance and value of this discipline in children's health. The methodological approach was qualitative and action research was used, applied to a sample of ten teachers from the "Julio María Matovelle" Educational School, located in the city of Cuenca. The results indicated that 100% of the teachers recognized that the area of Physical Education is just as important as other subjects. It is concluded that, from the educational institutions, new proposals for the teaching-learning of Physical Education must be put on the table from an interdisciplinary perspective.

Keywords: Physical Education, physical activity, teacher development, teacher training.

Translated by



Mery Carmita Chapa Puin.
Estudiantes de la Maestría en Educación, mención Gestión y Liderazgo



1. INTRODUCCIÓN

Se observa un abandono de la docencia en el área de Educación Física en un orden creciente, debido a la falta de condiciones de trabajo estable, baja remuneración, desencanto de la profesión, insatisfacción con la estructura del sistema educativo, poca apreciación de esta área por parte de docentes de otras disciplinas, entre otros desafíos que hacen que los docentes prefieran dejar la enseñanza (Favatto y Both, 2019). Generalmente, en las instituciones educativas no se reconoce la importancia que tiene la Educación Física en la formación escolar, y es que ella, al igual que las otras asignaturas, contribuye sustancialmente al proceso de formación integral del ser humano (Fernández, 2009; Vicente, 2011).

Este descuido y desvalorización de la Educación Física, ya sea por parte del mismo docente de Educación Física o por parte de los docentes de las otras disciplinas, incluso de la administración, afecta al desarrollo de los estudiantes, especialmente luego de haber pasado una larga época de confinamiento debido a la pandemia por Covid-19 que ha limitado su actividad física y las oportunidades de compartir espacios de interacción con sus compañeros, y eso, consecuentemente, compromete su salud física y mental.

La finalidad de la Educación Física es el desarrollo del área física y motriz de los estudiantes, la creación y recreación; así como, la contribución al desarrollo social, psicológico, espiritual, moral y afectivo del estudiantado (López et al., 2016). En esta línea, se entiende como actividad física todo movimiento del cuerpo que es provocado por los músculos esqueléticos y que implica un gasto de energía mayor al que se requiere cuando se está en reposo; esta actividad puede ser: caminar, trotar, correr, bailar, jugar, nadar, entre otros (Bernate et al., 2019).

La actividad física representa un comportamiento humano que parte de la experiencia personal y se proyecta hacia la interacción con los demás seres humanos y con el entorno, lo cual brinda beneficios a nivel biológico, fisiológico, psicológico (conductual y cognitivo) y social (Bernate et al., 2019; Rodríguez, 2013). Al implicar una interacción, la Educación Física permite el aprendizaje a través del respeto, beneficia al estudiante no solo en la parte física sino también la parte emocional, significativa individual y colectiva, reconociéndose como parte de un todo insertándose en la sociedad de forma más dinámica y activa (Águila y López, 2019). La actividad física que se desarrolla en las clases de educación física son un espacio ideal para promover buenas prácticas que conduzcan a mejorar la salud física y emocional de niños y adolescentes, entre otros beneficios (Rodríguez et al., 2020).

La Educación Física es aquella disciplina que abarca todo lo relacionado con el uso del cuerpo humano, ayudando a la formación integral de la persona. En su práctica se impulsan los movimientos creativos e intencionales, la manifestación de la corporeidad a través de procesos afectivos y cognitivos de orden superior, se promueve el disfrute de la movilización corporal y se fomenta la participación en actividades caracterizadas por

cometidos motores, se procura la convivencia, la amistad y el disfrute, así como el aprecio de las actividades propias de la comunidad (Instituto Nacional de Educación Física, 2017).

En este sentido, la Educación Física, como parte del sistema educativo en Ecuador, asume la misión de: “Incorporar la actividad física culturalmente significativa en la formación integral del ciudadano, para que su práctica habitual, saludable y responsable contribuya a su realización individual y colectiva en el marco del buen vivir” (Secretaría Nacional de Planificación y Desarrollo, 2017, p. 1). Así, la integración de la Educación Física dentro del currículo educativo nacional, permite cumplir con el fin de la educación, establecido en el Artículo 3, literal g, de la Ley Orgánica de Educación Intercultural (LOEI, 2011): “La contribución al desarrollo integral, autónomo, sostenible e independiente de las personas para garantizar la plena realización individual, y la realización colectiva que permita en el marco del Buen Vivir o Sumak Kawsay” (p. 2).

De ahí que, el currículo nacional, señala que, corresponde a la Educación en general, y a la Educación Física en particular, facilitar espacios para que cada uno de los alumnos, a lo largo de su formación, pueda reconocerse como ser multidimensional (corporal, motriz, emocional, intelectual, espiritual y social) que interactúa y construye sociedad con los otros, de manera que se comprometa al adecuado desarrollo de estas dimensiones en su vida cotidiana.

Como disciplina escolar, la Educación Física, contribuye específica e interdisciplinariamente a “la formación de individuos capaces de construir su identidad corporal, motriz y social con autonomía y desarrollar destrezas que les permitan desenvolverse como ciudadanos de derecho en el marco de un Estado democrático” (Ministerio de Educación, 2016, p. 43). Es de esta manera en que, desde la Educación Física toma importancia la integralidad del ser humano dentro de la Educación Física, a partir de esta multidimensionalidad, destacando tres fundamentales: a) dimensional social, b) dimensión cognitiva, y c) dimensión física (Bernate et al., 2019; Dirección General de Cultura y Educación, 2008; Varela, 2010).

La dimensión social contempla todas aquellas interacciones que tiene el estudiante con otros individuos que le rodean, con el propósito de formarlos para que puedan relacionarse y convivir en armonía, respetando el marco de los derechos propios y colectivos, desarrollando habilidades y aptitudes para dialogar, mediar y solucionar diversas situaciones problemáticas que suelen darse en todos los estadios de la vida en sociedad (familiar, académica, comunitaria, etc.).

La dimensión cognitiva hace referencia al desarrollo de capacidades para que el estudiante se convierta en un ciudadano con propuestas que aporten a la transformación de la realidad que lo rodea, a través de los procesos psíquicos superiores (pensamiento, percepción, análisis, memoria) que le permitan generar conocimientos nuevos que lo lleven a

influir e innovar su contexto colectivo.

La dimensión física es la capacidad que tiene el estudiante de manifestarse a sí mismo desde su cuerpo y con su cuerpo, de reconocer al otro y hacer presente de forma “material”, desde donde puede iniciar y participar en procesos de desarrollo físico motriz, lo cual implica también ejercicios de cuidado del organismo y hábitos saludables para la prevención de enfermedades.

Por otra parte, a través de la Educación Física, el niño expresa su espontaneidad, se fomenta su creatividad, permitiendo conocer, reconocer, respetar y valorarse a sí mismo y a los demás. Por ello, es indispensable la vivencia de las diferentes actividades en el juego, la recreación y el deporte para implementarlas continuamente en el diario vivir, sea en la clase o mediante proyectos lúdico-pedagógicos (Sigüenza, 2015). La Educación Física juega un papel importante al momento de promover los valores (respeto por su cuerpo y el de los demás, autoestima y disciplina) ocupando un lugar importante en la vida del niño y del adolescente, ya que por medio del juego y la recreación da inicio a la construcción de un proyecto de vida (Flores y Zamora, 2009).

En general, quienes realizan una actividad física con frecuencia, tienden a presentar una mejor salud y un mayor rendimiento mental o cognitivo, en comparación con aquellos que no hacen ejercicio; por lo tanto, las personas sanas presentan un equilibrio biopsicosocial, puesto que, la salud física y mental se encuentran estrechamente relacionadas y ejercen un impacto en la productividad, funcionalidad y adaptabilidad del ser humano a las exigencias de la vida cotidiana (Gavotto et al. 2019). Son varios los trabajos que demuestran que la falta de ejercicio físico y de hábitos higiénicos y nutricionales conlleva situaciones patológicas o prepatológicas (Chaddock et al., 2010; Chillón et al., 2010; De Bourdeaudhuij et al., 2010).

En este orden de ideas, se evidencia una relación de aprendizaje y ejercicio, la cual aporta elementos fundamentales para el desarrollo y estabilidad intelectual y psíquica conformando una base que será aplicada durante toda la vida (Flores y Zamora, 2009). Al respecto, un estudio realizado en España, valoró la práctica de actividad física de los estudiantes para determinar la relación existente entre esta y la percepción de salud, encontrando que quienes practican actividad física presentan una mejor percepción de salud que aquellos que no las practican (Castañeda et al., 2016).

Por lo tanto, la enseñanza-aprendizaje de Educación Física constituye un proceso de acción dinámica y participativa que le permite al estudiante desarrollar sus potencialidades y mejorar su calidad de vida personal y colectiva, desde la creación, el disfrute y la libertad (Batero et al., 2012). Es por ello innegable, su importancia para el bienestar y la salud del alumnado, puesto que, la Educación Física ofrece un enorme potencial en el desarrollo de prácticas saludables y hábitos para la promoción de la salud (Rué y Serrano, 2014).

La inclusión en el área de Educación Física en España, explica las barreras para la participación y aprendizaje, entre las que destaca que, la organización escolar no reconoce todo el potencial de esta área, en comparación a como se hace con otras áreas instrumentales, lo que provoca que el docente de Educación Física tenga la percepción de “sentirse solo”, tanto porque no se le presta la importancia debida a su trabajo como por la falta de comunicación que existe con sus compañeros de otras asignaturas (Ríos, 2009). En México, se encontró que los alumnos que perciben motivación autónoma por parte del docente de educación física, presentan mayor bienestar en las clases de actividad física y en las clases en general (Zamarripa et al., 2016). Se ha encontrado, además, que la actividad física produce cambios que infieren directamente en la percepción del autoconcepto físico que, a su vez, tiene una influencia considerable y estadísticamente significativa para las dimensiones de habilidad, condición y fuerza física (Pirazán, 2022).

Por otra parte, la comunidad científica recientemente ha empezado a poner más atención al estudio de la relación que existe entre el ejercicio físico y la función cerebral, cuyos resultados han evidenciado que el ejercicio constituye un medio efectivo para proteger reducir el impacto de enfermedades (Barrios y López, 2011); además, se ha encontrado que realizar actividad física produce un impacto positivo en el rendimiento académico y en la autoeficacia de los alumnos, dado que, se promueve la disciplina, se fomenta un estilo de vida saludable, lo cual, es beneficioso a la hora de aprender (Oropeza et al., 2017).

Con respecto al rendimiento académico, la Educación Física crea las condiciones que permiten desarrollar la corporeidad en su dimensión global y compleja en donde la motricidad como aspecto constitutivo, da respuesta a los sujetos en su necesidad de aprendizaje (Gispert, 2003). Se sugiere emprender el trabajo académico después de realizar ejercicio físico (Pirrie y Lodewyk, 2012) debido a que existe una asociación positiva entre la actividad física y el desarrollo de las funciones directivas (Booth et al., 2013) y la inhibición atencional, factores indispensables en el desempeño escolar.

Los estudiantes que realizan actividades afines a la cultura física y el deporte cuentan con una inteligencia kinestésica o cinética que influye en el desarrollo de sus habilidades motoras e intelectuales (Gardner, 2011). Las personas que practican con regularidad un deporte, tienen mejores hábitos de estudio, planifican mejor el tiempo, se sienten más motivados, lo que facilita que las labores de estudio se lleven a cabo con menor esfuerzo, presentan mayor nivel de tolerancia al estrés, mejor autopercepción, más concentración y habilidades sociales (Capdevila et al., 2015).

En tal sentido, la Organización Panamericana de la Salud y la Organización Mundial de la Salud (2019), basados en estadísticas que muestran que el 81% de los niños, niñas y adolescentes entre 11 a 17 años no realizan actividad física para el cuidado de su salud, han planteado un plan de acción mundial para la concientización y promoción de la actividad física, a través del cual, se incluye la importancia realizar campañas de educación pública,

concientización y cambios de comportamiento de forma sostenida, brindando orientación actualizada a docentes y estableciendo medidas normativas efectivas y viables para lograr un cambio de paradigma que genere actitudes positivas hacia la actividad física como mecanismo para la mejora de la calidad de vida.

De igual manera, se propone emprender programas de acción educativa fundamentados en lo inter y transdisciplinar para brindar a los niños y adolescentes, en tanto sujetos de derecho, las garantías de una formación integral que incluya la actividad física para la prevención de enfermedades, junto con la promoción de ambientes favorables para el disfrute de la salud (Ramos et al, 2014). Dentro de estas propuestas de concientización dentro del contexto educativo, se menciona, además, que un cambio de actitud en docentes y estudiantes hacia la Educación Física, constituye un factor mediador y diferenciador cuando se trata de promocionar la actividad física y la educación para un estilo de vida saludable con efectos a largo plazo (Fernández et al., 2017).

Al respecto, un estudio realizado en varios centros educativos del Ecuador, indica que el profesorado constituye un factor clave en la promoción de la Educación Física para la salud de los estudiantes, especialmente en el contexto nacional caracterizado por obesidad y sedentarismo prevalecientes en escolares (Rodríguez et al., 2018). No obstante, los docentes presentan limitaciones en su formación continua, lo cual dificulta la promoción de estilos de vidas saludables y sostenibles en los estudiantes, por lo que se recomienda la implementación de estrategias basadas, entre otros, en la concientización de todos los sujetos implicados y la capacitación docente en torno a este tema (Rodríguez et al., 2017; Rodríguez et al., 2018).

En la actualidad la gestión que realiza el área de Educación Física es de suma importancia en una institución educativa. Es necesario revalorarla como un área básica de educación que basa su desarrollo en mecanismos adecuados para la estimulación y el desarrollo psicomotriz (Perlaza et al., 2014). No obstante, por lo general, las instituciones educativas desconocen la importancia de la Educación Física, pero si se estructura como proceso pedagógico se puede garantizar la continuidad para el desarrollo y especialización deportiva de los niños en su vida futura (Sigüenza, 2015).

Al igual que la sociedad del conocimiento avanza a pasos gigantes, el campo de la educación física también debe vivir esa transformación replanteándose la manera en que se aborda esta área y qué cambios se pueden realizar para dar respuesta a las necesidades de los estudiantes (desarrollo sensomotriz, control tónico, conocimiento del propio cuerpo, actividad física), beneficiando a su desarrollo neurocognitivo y a un estilo de vida activo y saludable, tanto en la escuela como fuera de ella. De ahí que, es necesario empezar por identificar las percepciones y actitudes de los docentes frente a la Educación Física, para determinar los puntos clave que necesitan ser reforzados para iniciar una transformación en la enseñanza con un enfoque en la promoción del cuidado de la salud.

Por lo tanto, el presente estudio planteó como objetivo diseñar una propuesta de intervención que ayude a la concientización de la importancia y el valor de la Educación Física en la salud de los estudiantes, a partir de las percepciones que tienen los docentes sobre esta área.

2. METODOLOGÍA

2.1. Diseño metodológico

Este estudio se desarrolló en base al paradigma hermenéutico crítico que se centró en la identificación de criterios que llevaron comprender e interpretar una realidad determinada (Ruedas et al., 2009). Este modelo permitió interpretar y conocer la perspectiva que tiene los docentes acerca del papel de la Educación Física en la salud de los niños y niñas.

El enfoque fue cualitativo, mismo que hizo posible comprender los procesos sociales desde la perspectiva de quienes lo protagonizan; así, el análisis abrió un diálogo intersubjetivo entre el investigador y la situación de estudio, construyendo nuevas interpretaciones que permitieron cuestionar, comprender y actuar desde otras lógicas alternativas a la explicación única (Velázquez, 2014).

La metodología empleada fue la investigación-acción, en el cual la investigadora tuvo un papel activo y reflexivo en los procesos de investigación que acercaron más al conocimiento de la realidad en cuestión (Mendoza et al., 2018).

2.2. Contexto y participantes

El contexto de estudio correspondió a la Escuela de Educación Básica “Julio María Matovelle”, ubicada en la parroquia urbana Bellavista, en el cantón Cuenca, provincia del Azuay. Esta es una escuela de educación regular con régimen fiscal, de modalidad presencial con jornada matutina y vespertina.

La población de estudio la conformaron 46 docentes, de la cual, se seleccionó una muestra de diez docentes de los diferentes subniveles educativos: dos de nivel inicial, dos de preparatoria, dos de básica elemental, dos de básica media y dos del área de Cultura Física.

2.3. Procedimiento

Antes de iniciar el trabajo de investigación, se empezó solicitando el debido permiso a la administración de la unidad educativa para llevar a cabo la investigación, y, posteriormente, los participantes llenaron el respectivo consentimiento informado (Anexo 1); en el cual, se explicó la confidencialidad del estudio, los objetivos, métodos y el proceso general del estudio, mismo que se describe en las siguientes fases:

Fase 1: Diagnóstico del contexto en base a la evaluación de la percepción docente

Se organizó un cronograma de entrevistas individuales, de manera que se pudo contar con el tiempo suficiente para llevar a cabo una entrevista profunda con cada uno de los docentes y recolectar la mayor cantidad de datos posible. La aplicación del cuestionario para la entrevista se llevó a cabo de manera personal.

Una vez terminadas las entrevistas, se procesó la información obtenida a través de la definición de categorías que facilitaron la presentación y análisis de los resultados obtenidos. Estas categorías fueron: a) percepción de los docentes sobre el área de Educación Física; b) percepción y conocimiento de los docentes sobre el papel de la Educación Física en la salud de los niños; y, c) sugerencias de los docentes para la promoción de la salud de los estudiantes desde el área de Educación Física. Este análisis permitió determinar los puntos principales sobre los que se trabajó en la propuesta de intervención (Anexo 2).

Fase 2: Planificación y ejecución de formación docente mediante talleres sobre Didáctica de la Educación Física para la promoción de la salud en los niños

Con la definición de los puntos más relevantes a los que llevaron los resultados de las entrevistas, se procedió a diseñar un plan de capacitación mediante talleres dirigidos a los docentes (Anexo 3). El plan estuvo orientado a temáticas y trabajo teórico-práctico que conllevó a concientizar a los docentes sobre la importancia que tiene el área de Educación Física dentro del proceso de formación de los estudiantes y, sobre todo, en su bienestar físico y emocional. Todo ello, con el fin de revalorizar el papel de la Educación Física como factor imprescindible para el desarrollo integral de los niños y adolescentes.

Se llevaron a cabo tres talleres de formación teórico-prácticos, los mismos que fueron impartidos a los docentes mediante una sesión de trabajo por semana con una duración de dos horas. La primera sesión tuvo como propósito establecer los lineamientos a seguir durante la ejecución de los talleres y una introducción sobre el área de Educación Física, la segunda sesión estuvo enfocada en el papel y la importancia de la Educación Física en la salud de los niños (higiene, actividad física y alimentación) y la tercera sesión estuvo dirigida a la importancia de la Educación Física en el desarrollo emocional y cognitivo de los estudiantes, además en esta última sesión se llevó a cabo la evaluación de talleres mediante una encuesta. Las actividades se llevaron a cabo los días: 26, 27 y 28 de octubre del año en curso, incluyó tres módulos de formación teórico-prácticos y fueron impartidos a los docentes de los subniveles: Inicial, Preparatoria, Elemental y Media.

Fase 3: Evaluación final de los talleres

Al final se realizó una sistematización de los resultados posteriores a la intervención, en base a dos aspectos: a) los conocimientos adquiridos en este proceso y, b) las nuevas perspectivas que tienen los docentes sobre la Educación Física. Luego, el análisis y la

discusión de estos datos llevaron a extraer las conclusiones generales de la investigación.

2.4. Instrumentos

La técnica utilizada en la primera fase (evaluación de la percepción de los docentes) fue la entrevista semiestructurada con un esquema de preguntas específicas que realizó de manera personal a cada uno de los docentes participantes. Este guion de preguntas fue previamente validado por tres profesionales con experiencia en la docencia de Educación Física, a través de una ficha de validación diseñada específicamente con este fin (Anexo 4).

La entrevista estuvo conformada por 12 preguntas enfocadas en tres temáticas principales: a) percepción de los docentes sobre la manera en que se desarrolla el área de Educación Física dentro de la institución educativa; b) percepción y conocimiento de los docentes sobre el papel de la Educación Física en la salud de los estudiantes; y, c) sugerencias de los docentes para la promoción de la salud de los estudiantes desde el área de Educación Física (Anexo 5).

Para la evaluación de los resultados obtenidos, luego de haber llevado a cabo la intervención mediante los talleres, se aplicó una encuesta orientada a conocer la opinión de los participantes sobre el taller recibido (Anexo 6).

3. RESULTADOS

Una vez que finalizó el proceso de capacitación, se evaluaron las percepciones y los conocimientos de los docentes al respecto de la Educación Física, con lo cual, los resultados permitieron evidenciar, a nivel general, que la propuesta de intervención ayudó a concientizar a los docentes sobre la importancia de la Educación Física en la salud de los estudiantes, y cambiar sus percepciones sobre esta área.

Para demostrarlo, se llevó a cabo un proceso de evaluación acorde a tres resultados claves: el diagnóstico del contexto, la transformación de la percepción de los docentes posterior a los talleres y los conocimientos adquiridos sobre la Educación Física, los cuales se describen a continuación.

3.1. Diagnóstico del contexto en base a la evaluación de la percepción docente

A partir del análisis de las entrevistas, se realizó el diagnóstico contextual de las percepciones que tenían los docentes de la Unidad Educativa “Julio María Matovelle” sobre el área de Educación Física.

Así, sobre el desarrollo del área de Educación Física, la mayoría señaló que se centra en la motricidad y el juego, muy pocos son conscientes del aporte del área en lo cognitivo, emocional, psicológico, etc. Y si bien, todos concordaron con que deporte y Educación Física

no son lo mismo, sin embargo, siguieron enfocando esta área en el disfrute y el juego. Muchos docentes reconocieron que existen dificultades para llevar a cabo la Educación Física, principalmente, porque no hay los materiales necesarios, el espacio es muy reducido y no es adecuado. Algunos docentes de Educación Física, incluso indicaron que a veces deben autogestionar material para realizar actividades específicas.

Sobre la percepción docente respecto de la relación entre la Educación Física y la Salud, estuvieron de acuerdo en que se debe incluir temas de nutrición y promover la integración de la familia para crear hábitos saludables. Algunos docentes fueron conscientes de que la carga horaria no es suficiente para crear hábitos saludables, por lo que recomendaron que se debería complementar en el hogar.

Los docentes señalaron que la manera en que se desarrolla el área de Educación Física en la institución educativa está bien, pero que podría mejorar, especialmente en temas de nutrición, que no se debería ver como una materia extra o como una materia a la que se le da una importancia minoritaria, por el contrario, “se debería complementar con otras asignaturas desde la parte interdisciplinaria, como, por ejemplo, Ciencias Naturales que va de acorde con la salud” (Docente 2, comunicación personal, junio 2022).

Dentro de este diagnóstico, se recolectaron también sugerencias de los docentes para la promoción de la salud desde la Educación Física. Sobre lo cual, la mayoría de docentes sugirió integrar el tema de nutrición e higiene fundamentalmente, hablar sobre la sexualidad que también es un tema muy importante en jóvenes; además, sobre drogas, alcoholismo que muchas veces los jóvenes se van por ese camino. Y, nuevamente, se sugiere reforzar la interdisciplinaria, “que se tome en serio la asignatura” (Docente 4, comunicación personal, junio 2022).

En este punto, fue especialmente interesante que varios docentes mencionaron que se trabaje en formación de los docentes para integrar la actividad física en el aula, trabajar en equipo, considerar la Educación Física como actividad complementaria en las otras asignaturas, realizar talleres sobre cómo coordinar trabajo entre áreas, charlas con personal de salud, “campañas de concientización sobre la importancia en la salud física y emocional” (Docente 3, comunicación personal, junio 2022).

Basado en estos resultados, se programó la capacitación de la siguiente manera: en un primer momento se establecieron los lineamientos a seguir durante los tres módulos y una introducción sobre el área de Educación Física. En el segundo módulo se dialogó sobre la importancia de la Educación Física en la salud de los niños (higiene, actividad física y alimentación). En el tercer módulo se trató la importancia de la Educación Física en el desarrollo emocional y cognitivo de los estudiantes. Todo esto se llevó a cabo a través de la plataforma Zoom y todos los talleres se realizaron sin dificultades, contando con la presencia de todos los docentes que componían la muestra previamente definida.

3.2. Conocimientos adquiridos por los docentes respecto a la Didáctica de la Educación Física

La evaluación de los conocimientos adquiridos por los docentes, según lo señala la Tabla 1, demostró que el 80% respondieron de manera correcta; por lo tanto, el taller cumplió con el objetivo de enseñar a los docentes que la contribución de la Educación Física es al desarrollo integral, autónomo, sostenible e independiente de los niños, niñas y adolescentes, para garantizar la plena realización individual, y la realización colectiva.

En la segunda pregunta, el 100% reconoce que los estudiantes que realizan actividades afines a la cultura física y el deporte cuentan con una inteligencia kinestésica o cinética que influye en el desarrollo de sus habilidades motoras e intelectuales. Mientras que, el 90% señaló acertadamente que, la finalidad del Educación Física es el desarrollo del área física, la creación, la recreación, el desarrollo social, psicológico, moral y afectivo del estudiantado.

Finalmente, el 80% de los docentes identificó correctamente las tres dimensiones de la Educación Física que aportan a la integralidad del ser humano en su multidimensionalidad, las cuales son: a) dimensional social, b) dimensión cognitiva, y c) dimensión física; sin embargo, aún se registró un 20% que no acertó la respuesta correcta.

Tabla 1.

Conocimientos sobre Educación Física

Pregunta	Correcto	Incorrecto	Total
Función de la Educación Física	80%	20%	100%
Educación Física e inteligencia cinética	100%	0%	100%
Finalidad de la Educación Física	90%	10%	100%
Fundamentos de la Educación Física	80%	20%	100%

Nota: elaborado a partir de encuestas aplicadas a docentes.

3.3. Incidencia de la formación docente en la percepción sobre la Didáctica de la Educación Física.

De acuerdo con la Tabla 2, el 60% de los docentes participantes en la capacitación, estuvieron muy de acuerdo en que han aprendido temas novedosos sobre la Educación Física. Al respecto, resultó interesante que algunos docentes mencionaron que pocas veces (o nunca) se realizan capacitaciones enfocadas en la Educación Física; sino que, se pone mayor atención en didácticas de lengua y literatura o matemáticas.

El 50% de los docentes estuvo muy de acuerdo y el otro 50% de acuerdo con que el taller recibido brinda nuevas perspectivas sobre el papel de la Educación Física en la formación de los niños y adolescentes, señalando que, sería oportuno que la información la

recibieran todos los docentes y los padres de familia, para generar conciencia sobre lo importante de atender al desarrollo integral de los niños y adolescentes.

Tabla 2.

Aporte del taller a la labor docente

Dimensión	Muy de acuerdo	De acuerdo	Nada de acuerdo	Total
El taller ha provisto temas novedosos para su labor docente	60%	40%	0%	100%
El taller ofrece nuevas perspectivas de la Educación Física	50%	50%	0%	100%

Nota: elaborado a partir de encuestas aplicadas a docentes

Entre las respuestas que más destacan y le brindan valor a esta investigación, se observan en la Tabla 3, donde el 100% de los docentes reconoció que el área de Educación Física es muy importante, al igual que lo son otras asignaturas como las Matemáticas, las Ciencias Naturales o Lengua y Literatura.

Entre sus fundamentos, los docentes señalaron que todas las asignaturas son igual de necesarias para garantizar una formación holística de los alumnos; además, se mencionó que la Educación Física es muy importante para que los estudiantes se desarrollen físicamente y socialmente, porque en esta área se facilitan los espacios necesarios para que se interrelacionen. En la educación, según dijeron los docentes, la Educación Física tiene un papel preponderante porque se encarga del desempeño físico de los estudiantes, mientras que, otras asignaturas se encargan del desarrollo cognitivo, ambos necesarios para la formación de los seres humanos.

Tabla 3.

Importancia de la Educación Física

Dimensión	n	%
Muy importante	10	100
Importante	0	0
Nada importante	0	0
Total	10	100

Nota: elaborado a partir de encuestas aplicadas a docentes

En la Tabla 4 se puede observar que, el 70% de los docentes capacitados, calificaron los talleres como un aporte alto a su labor docente, destacando que, los contenidos impartidos deben ser del conocimiento de todos los docentes, para que, desde las distintas asignaturas, se pueda aportar al cuidado de la salud de los estudiantes. También, mencionaron que fue un aporte porque les permitió conocer los beneficios de la Educación Física desde diversas perspectivas, lo cual puede servir para pensar en futuros proyectos interdisciplinarios.

Tabla 4.*Aporte del taller a la labor docente*

Dimensión	n	%
Alto	6	60
Medio	4	40
Bajo	0	0
Ningún aporte	0	0
Total	10	100

Nota: elaborado a partir de encuestas aplicadas a docentes

En correspondencia con la pregunta anterior, en la Tabla 5 se observa que el 100% de los docentes concuerda que la práctica de la Educación Física debe complementarse con otras asignaturas, esto, para programar proyectos interdisciplinarios que permitan darles otra perspectiva a las asignaturas. Al respecto, se mencionó también que, si bien es cierto, actualmente sí se llevan a cabo proyectos interdisciplinarios que incluyen a la Educación Física, no obstante, los temas impartidos podrían dar luz para plantear otras actividades desde el cuidado de la salud.

Tabla 5.*Práctica de la Educación Física con otras asignaturas*

Dimensión	n	%
Debe ser aislada	0	0
Debe complementarse	10	100
Total	10	100

Nota: elaborado a partir de encuestas aplicadas a docentes

4. DISCUSIÓN

Tomando en cuenta que el objetivo de este trabajo, la propuesta de intervención a través de la formación de los docentes, tuvo una incidencia positiva en los docentes, quienes ampliaron sus conocimientos sobre el área de Educación Física y su aporte a la salud de los estudiantes; al igual que, cambiaron sus percepciones para revalorar la importancia de esta didáctica en el desarrollo integral de los estudiantes. Así mismo, otros estudios que han recurrido a la formación como recurso para potenciar la enseñanza de esta didáctica, señalan que la estrategia de capacitación representa un espacio ideal para brindar los conocimientos necesarios a los docentes y permite establecer los nexos interdisciplinarios para lograr un enfoque integral que direcciona el proceso de enseñanza de la Educación Física hacia una transformación positiva (López y Sánchez, 2021; Sayas, 2019).

4.1. Sobre el diagnóstico del contexto

Sobre el desarrollo del área de Educación Física, la mayoría señaló que se centra en la motricidad y el juego, muy pocos son conscientes del aporte del área en lo cognitivo, emocional, psicológico, etc. Esta es una realidad constante, puesto que, otros estudios también señalan que la poca apreciación de esta área por parte de docentes de otras disciplinas (Favatto y Both, 2019), no se reconoce la importancia que tiene la Educación Física en la formación escolar y su aporte al proceso de formación integral del ser humano (Fernández, 2009; Vicente, 2011).

Muchos docentes reconocieron que existen dificultades para llevar a cabo la Educación Física, principalmente, porque no hay los materiales necesarios, el espacio es muy reducido y no es adecuado. Hay un cierto abandono de la docencia en el área de Educación Física en un orden creciente, debido a la falta de condiciones de trabajo (Favatto y Both, 2019); esto, debido a que la organización escolar no reconoce todo el potencial de esta área, en comparación a como se hace con otras áreas instrumentales, lo que provoca que el docente de Educación Física tenga la percepción de “sentirse solo” (Ríos, 2009).

Sobre la percepción docente respecto de la relación entre la Educación Física y la Salud, estuvieron de acuerdo en que hace falta incluir temas de nutrición y promover la integración de la familia para crear hábitos saludables. Esta necesidad es compartida por la Organización Panamericana de la Salud y la Organización Mundial de la Salud (2019), cuyos reportes indican que el 81% de los niños, niñas y adolescentes entre 11 a 17 años no realizan actividad física para el cuidado de su salud, por lo que, esta organización ha planteado campañas de educación pública para generar un cambio de paradigma hacia la actividad física como mecanismo para la mejora de la calidad de vida.

4.2. Sobre el cambio en la percepción docente

Los docentes consideraron que, los talleres fueron interesantes y aportaron con nuevos conocimientos que permitieron reconocer que el área de Educación Física es igual de importante que otras asignaturas como las Matemáticas, las Ciencias Naturales o Lengua y Literatura.

Entre los temas que se destacaron como más interesantes, estuvo la relación de la actividad física con el desarrollo emocional y la autoestima en estudiantes adolescentes. Se ha encontrado que la actividad física produce cambios que influyen directamente en la percepción del autoconcepto físico que, a su vez, tiene una influencia considerable y estadísticamente significativa para las dimensiones de habilidad, condición y fuerza física (Pirazán, 2022).

Al respecto, entre los comentarios expresados por los docentes, se destaca que el

tema más interesante fue la relación de la actividad física con el desarrollo emocional y autoestima en estudiantes adolescentes, lo cual consideran muy importante de tratar y reforzar actualmente, en especial, después de que los estudiantes han pasado un período largo de confinamiento por Covid-19, que ha representado para ellos sedentarismo y aislamiento social en una edad que es fundamental compartir con sus pares.

Sobre esto, la cuarentena y aislamiento social afectó a los niños y adolescentes, debido a que se trató de una situación atípica que causó sensaciones de malestar a nivel individual y social, trastornos físicos y emocionales como ansiedad, angustia, miedos, etc.; en consecuencia, se vio afectada su motivación, autoestima y conciencia emocional (Ceballos y Sevilla, 2020), muchos estudiantes manifestaron sentirse saturados, los casos de estrés aumentaron por la diversidad de situaciones vividas en este tiempo dejándolos en estado de vulnerabilidad y con rangos bajos de desempeño académico (Dussel, 2020).

Otros docentes, hicieron alusión a que los talleres permitieron entender que la Educación Física no se trata solo de que los alumnos hagan ejercicio, sino de que aprendan y adquieran actitudes para el cuidado de su cuerpo y de su salud. Se ha comprobado que, un cambio de actitud en docentes y estudiantes hacia la Educación Física, constituye un factor mediador y diferenciador cuando se trata de promocionar la actividad física y la educación para un estilo de vida saludable con efectos a largo plazo (Fernández et al., 2017).

Otro resultado que resaltó, es que pocas veces (o nunca) se ponen a disposición de los docentes, capacitaciones que estén enfocadas en la Educación Física; sino que, se pone mayor atención en didácticas de lengua y literatura o matemáticas. Esto se evidencia en estudios que han encontrado que los docentes presentan limitaciones en su formación continua, lo cual dificulta la promoción de estilos de vidas saludables y sostenibles en los estudiantes, por lo que se recomienda la implementación de estrategias basadas en la concientización de todos los sujetos implicados y la capacitación docente en torno a este tema (Rodríguez et al., 2017; Rodríguez et al., 2018).

Es importante también mencionar que, según el criterio de los docentes, los contenidos impartidos en este taller, deben ser del conocimiento de todos los docentes, para que, desde las distintas asignaturas, se pueda aportar al cuidado de la salud de los estudiantes; al igual que debe darse a conocer a los padres de familia, para generar conciencia y que apoyen al desarrollo físico de sus hijos. Un estudio realizado en varios centros educativos del Ecuador, indica que el profesorado constituye un factor clave en la promoción de la Educación Física para la salud de los estudiantes, especialmente en el contexto nacional caracterizado por obesidad y sedentarismo prevalecientes en escolares (Rodríguez et al., 2018).

Por otra parte, los docentes concuerdan en que la Educación Física debe complementarse con otras asignaturas para generar proyectos interdisciplinarios. No

obstante, llevarlo a la realidad puede resultar una tarea difícil, dado que, cada docente tiene su propia manera de ver e impartir su asignatura, lo cual marca su cultura de trabajo y sus métodos de enseñanza, por lo tanto, no siempre se muestran dispuestos a llegar a acuerdos con otras asignaturas, además, influyen aspectos como la organización de horas clase, recursos y espacios para llevar a cabo proyectos interdisciplinarios (Manterola, 2016).

Muestra de ello es que, en las instituciones educativas, no se cuenta con proyectos específicos o interdisciplinarios que involucren la Educación Física, que permitan trabajar temas como salud, higiene, cuidado personal y otros, de una forma que posibilite una participación activa y motivante por parte del alumnado (López, 2019). En este sentido, se insiste en la formación docente para hacer posible la aplicación de contenidos innovadores y adaptados en el ámbito educativo, para vencer inercias o miedos a la hora de integrar la Educación Física en proyectos de este tipo.

4.3. Sobre la generación de conocimientos nuevos

Esta iniciativa de formación docente fue un aporte porque les permitió a los docentes conocer más sobre los beneficios de la Educación Física desde diversas perspectivas.

Así, la evaluación demostró que los docentes comprendieron los contenidos impartidos en los talleres y recordaron elementos importantes sobre la función, la finalidad, los fundamentos y los aportes de la Educación Física. Por ejemplo, los docentes conocen que Educación Física contribuye al desarrollo integral, autónomo, sostenible e independiente de los niños, niñas y adolescentes, para garantizar la plena realización individual, y la realización colectiva. Se ha demostrado que la Educación Física constituye un proceso de acción dinámica y participativa que le permite al estudiante desarrollar sus potencialidades y mejorar su calidad de vida personal y colectiva, desde la creación, el disfrute y la libertad (Batero et al., 2012); puesto que, la salud física y mental se encuentran estrechamente relacionadas y ejercen un impacto en la productividad, funcionalidad y adaptabilidad del ser humano a las exigencias de la vida cotidiana (Gavotto et al. 2019).

Además, ahora los docentes reconocen que los estudiantes que realizan actividades afines a la cultura física y el deporte cuentan con una inteligencia kinestésica o cinética que influye en el desarrollo de sus habilidades motoras e intelectuales. Se ha comprobado que los estudiantes que practican con regularidad un deporte, tienen mejores hábitos de estudio, planifican mejor el tiempo, se sienten más motivados, lo que facilita que las labores de estudio se lleven a cabo con menor esfuerzo (Capdevila et al., 2015); por lo cual, existe una asociación positiva entre la actividad física y el desarrollo de las funciones directivas y la inhibición atencional, factores indispensables en el desempeño escolar (Booth et al., 2013; Pirrie y Lodewyk, 2012).

En general, el taller cumplió con el objetivo de enseñar a los docentes sobre el papel

que tiene la Educación Física en el desarrollo integral, autónomo, sostenible e independiente de los niños, niñas y adolescentes. De manera que, este proceso de intervención ha permitido integrar conocimientos entre colegas docentes de diferentes asignaturas, quienes actualmente reconocen la importancia de complementar la enseñanza con la Educación Física para aportar a la formación de los estudiantes, desde temas fundamentales como la nutrición, la higiene, la autoestima, que son fundamentales para la vida diaria de los estudiantes porque abordan un aspecto vital como es la salud.

La principal limitación que se presenta para potenciar los beneficios que ofrece la Educación Física, y que han sido reportados en este estudio, es la desvalorización de esta asignatura que hace que sea relegada a una actividad que sirve para “llenar” la carga horaria, o como un espacio de relajación para los alumnos entre las materias que “realmente importan”. Por lo cual, es necesario emprender estas propuestas para que los docentes puedan conocer a profundidad todas las aristas educativas que tiene la Educación Física, porque, solo desde el conocimiento se puede concientizar sobre su valor.

Por ello, todo proceso educativo debe tener en cuenta que la Educación Física y desde las instituciones educativas se requiere un ejercicio de reflexión actualizada y sustentada con respecto a las potencialidades y posibilidades educativas que brinda la actividad física, de modo que, se puedan poner sobre la mesa nuevas propuestas para la enseñanza-aprendizaje de la Educación Física desde la interdisciplinariedad para garantizar un mejor desarrollo cognitivo, físico y psicológico de los estudiantes, aprovechar los espacios de Educación Física para promover en encuentro con el medio natural, formar a los estudiantes sobre temas importantes para su salud física y emocional.

REFERENCIAS

- Águila, C., y López, J. (2019). Cuerpo, Corporeidad y Educación. *Retos*(35), 413-421. <https://recyt.fecyt.es/index.php/retos/article/view/62035>
- Barrios, L., y López, M. (2011). Aportes del ejercicio físico a la actividad cerebral. *Lecturas: Educación Física y Deportes*, 16(160), 1-7. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=4503506>
- Batero, U., Certuche, G., Bados, R., y Pinillos, J. (2012). Cultura física y necesidades de formación. *EFDeportes*, 16(165), 1-5. <https://efdeportes.com/efd165/cultura-fisica-y-necesidades-de-formacion.htm>
- Bernate, J., Martínez, A., Urrea, P., García, M., García, Z., Fonseca, I., y Betancourt, M. (2019). *Fundamentos, evolución e impacto de la educación física en la sociedad colombiana*. Eidec.
- Booth, J., Tomporowski, P., Boyle, J., Ness, A., Joinson, C., Leary, S., y Reilly, J. (2013). Associations between executive attention and objectively measured physical activity in adolescence: Findings from ALSPAC, a UK cohort. *Mental Health and Physical Activity*, 6(3), 212-219. <https://doi.org/10.1016/j.mhpa.2013.09.002>
- Capdevila, A., Bellmunt, H., y Domingo, C. (2015). Estilo de vida y rendimiento académico en adolescentes: comparación entre deportistas y no deportistas. *RETOS*, 27, 28-33. <https://www.redalyc.org/pdf/3457/345738764006.pdf>
- Castañeda, C., Campos, M., y Del Castillo, Ó. (2016). Actividad física y percepción de salud de los estudiantes universitarios. *Rev. Fac. Med.*, 64(2), 277-284. <http://dx.doi.org/10.15446/revfacmed.v64n2.53068>
- Ceballos, N., y Sevilla, S. (2020). El Efecto del Aislamiento Social por el Covid-19 en la Conciencia Emocional y en la Comprensión Lectora. Estudio sobre la Incidencia en Alumnos con Trastornos de Aprendizaje y Menor Acceso a las Nuevas Tecnologías. *Revista Internacional de Educación para la Justicia Social*, 9(3), 1-13. <https://revistas.uam.es/riejs/article/view/12127/12021>
- Chaddock, L., Hillman, C., Buck, S., y Cohen, N. (2010). Aerobic Fitness and Executive Control of Relational Memory in Preadolescent Children. *Medicine and Science in Sports and Exercise*, 43(2), 344-396. <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/20508533/>
- Chillón, P., Ortega, F., Ruiz, J., Veidebaum, T., Oja, L., Mäestu, J., y Sjöström, M. (2010). Active commuting to school in children and adolescents: An opportunity to increase physical activity and fitness. *Scandinavian Journal of Public Health*, 38(8), 873-879. <https://doi.org/10.1177/1403494810384427>

- De Bourdeaudhuij, I., Maes, L., De Henauw, S., De Vriendt, T., Moreno, L., Kersting, M., y Haerens, L. (2010). Evaluation of a computer-tailored physical activity intervention in adolescents in six European countries: the Activ-O-Meter in the HELENA intervention study. *Journal of Adolescent Health*, 46(5), 458-466. <https://doi.org/10.1016/j.jadohealth.2009.10.006>
- Dirección General de Cultura y Educación . (2008). *Diseño curricular para la educación secundaria*. Dirección General de Cultura y Educación de la Provincia de Buenos Aires.
- Dussel, I. (2020). *La escuela en la pandemia. Reflexiones sobre lo escolar en tiempos dislocados*, Práxis Educativa.
- Favatto, N., y Both, J. (2019). Motivos para el abandono y la permanencia en la carrera docente de educación física. *Rev. Bras. Ciênc. Esporte* , 41(2), 127-134. <https://www.scielo.br/j/rbce/a/hZwxfF3d73HW6xPkNqMzskB/?lang=pt>
- Fernández, J. (2009). La importancia de la Educación Física en la escuela. *EFDeportes*, 13(130), 1-2. <https://efdeportes.com/efd130/la-importancia-de-la-educacion-fisica-en-la-escuela.htm>
- Fernández, M., González, M., Toja, B., y Carreiro, F. (2017). Valoración de la escuela y la Educación Física y su relación con la práctica de actividad física de los escolares. *Retos*(31), 312-315. <https://recyt.fecyt.es/index.php/retos/article/view/53508/32237>
- Flores, R., y Zamora, J. (2009). La educación física y el deporte como medios para adquirir y desarrollar valores en el nivel de primaria. *Revista Educación*, 33(1), 133-143. <https://www.redalyc.org/pdf/440/44015082008.pdf>
- Gardner, H. (2011). *La nueva ciencia de la mente*. Paidós.
- Gavotto, O., Bernal, F., y Vega, S. (2019). La aptitud física y la capacidad cognitiva en estudiantes de cultura física de una universidad pública del noroeste de México. *Revista Iberoamericana para la Investigación y el Desarrollo Educativo*, 9(18), 1-24. <http://www.scielo.org.mx/pdf/ride/v9n18/2007-7467-ride-9-18-129.pdf>
- Gispert, C. (2003). *Manual de educación física y deportes: técnicas y actividades prácticas*. Océano.
- Instituto Nacional de Educación Física. (2017). *Educación Física*. <https://inefi.gob.do/educacion-fisica>
- Ley del Deporte, Educación Física y Recreación . (2010). *Registro Oficial Suplemento 255* . Asamblea Nacional del Ecuador.
- Ley Orgánica de Educación Intercultural. (2011). *Segundo Suplemento del Registro Oficial No. 417*. Asamblea Nacional del Ecuador.

- López, J. (2019). Propuesta de un proyecto interdisciplinar para el fomento del aprendizaje de los primeros auxilios en educación física. *Revista Digital de Educación Física*, 10(60), 91-105.
- López, V. M., Pérez, D., y Manrique, J. C. (2016). Los retos de la Educación Física en el Siglo XXI. *RETOS. Nuevas Tendencias en Educación Física, Deporte y Recreación*, 29, 182-187. <https://www.redalyc.org/pdf/3457/345743464037.pdf>
- Manterola, J. (2016). *Interdisciplinariedad y educación física en educación primaria: propuesta de intervención didáctica*. Universidad de Valladolid.
- Mendoza, R., Dietz, G., y Alatorre, G. (2018). Etnografía e investigación acción en la investigación educativa: convergencias, límites y retos. *Revista Interamericana de Educación de Adultos*, 40(1), 152-169. <https://www.redalyc.org/journal/4575/457556162008/html/>
- Ministerio de Educación. (2016). *Currículo de Educación Física*. Ministerio de Educación del Ecuador.
- Ministerio de Educación. (2016). *Currículo de EGB y BGU Educación Física*. Ministerio de Educación del Ecuador.
- Organización Panamericana de la Salud. (2019). *Plan de acción mundial sobre actividad física 2018-2030. Más personas activas para un mundo sano*. Organización Panamericana de la Salud
- Oropeza, R., Ávalos, M., y Ferreyra, D. (2017). Comparación entre rendimiento académico, autoeficacia y práctica deportiva en universitarios. *Revista Actualidades Investigativas en Educación*, 17(1), 1-21. <http://dx.doi.org/10.15517/aie.v17i1.2727>
- Perlaza, F., Alarcón, G., Angulo, C., Recalde, A., y Guerra, J. (2014). Breve análisis de la Educación Física en el Ecuador y el mundo. *EF Deportes*, 19(196), 18-29. <https://www.efdeportes.com/efd196/la-educacion-fisica-en-el-ecuador.htm>
- Pirazán, M. (2022). Incidencia de la actividad física sobre la percepción del autoconcepto físico en estudiantes universitarios. *Quaestiones Disputatae: Temas En Debate*, 14(29), 1-24. <http://revistas.ustatunja.edu.co/index.php/qdisputatae/article/view/2415>
- Pirrie, A., y Lodewyk, K. (2012). Investigating links between moderate-to-vigorous physical activity and cognitive performance in elementary school students. *Mental Health and Physical Activity*(5), 93-98. <https://doi:10.1016/j.mhpa.2012>
- Ramos, A., López, R., y Guerrero, G. (2014). Educación física y su relación con la salud en la formación integral. Experiencia desde el contexto educativo en Venezuela. *Revista Iberoamericana de Psicología del Ejercicio y el Deporte*, 9(2), 303-322. <https://www.redalyc.org/pdf/3111/311131093003.pdf>

- Ríos, M. (2009). La inclusión en el área de Educación Física en España. Análisis de las barreras para la participación y aprendizaje. *Ágora para la EF y el Deporte*(9), 83-114.
- Rodríguez, Á., Analuiza, E., y Capote, G. (2017). Los dilemas que enfrenta el profesorado de Educación Física en el Distrito Metropolitano de Quito. *EmásF, Revista Digital de Educación Física*, 8(47), 8-19. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=6038082>
- Rodríguez, Á., Páez, R., Paguay, F., y Rodríguez, J. (2018). El profesorado de educación física y la promoción de salud en los centros educativos. *Arrancada*, 18(34), 215-235. https://www.researchgate.net/publication/337635895_El_profesorado_de_educacion_fisica_y_la_promocion_de_salud_en_los_centros_educativos_The_Physical_Education_teaching_staff_and_the_health_promotion_in_the_educational_centers
- Rodríguez, Á., Rodríguez, J., Guerrero, H., y Arias, E. (2020). Beneficios de la actividad física para niños y adolescentes en el contexto escolar. *Revista Cubana de Medicina General Integral*, 36(2), 1-14. <http://scielo.sld.cu/pdf/mgi/v36n2/1561-3038-mgi-36-02-e1535.pdf>
- Rué, L., y Serrano, M. (2014). Educación Física y promoción de la salud: estrategias de intervención en la escuela. *RETOS. Nuevas Tendencias en Educación Física, Deporte y Recreación*, 1(25), 186-191. <https://www.redalyc.org/pdf/3457/345732291037.pdf>
- Ruedas, M., Ríos, M., y Nieves, F. (2009). La hermenéutica: la roca que rompe el espejo. *Investigación y Postgrado*, 24(2), 181-201. http://ve.scielo.org/scielo.php?pid=S1316-00872009000200009&script=sci_abstract
- Sayas, R. (2019). Estrategia de capacitación para el mejoramiento de la Educación Física en la infancia preescolar. *Revista Podium*, 14(2), 204-221. doi:<http://podium.upr.edu.cu/index.php/podium/article/view/816>.
- Secretaría Nacional de Planificación y Desarrollo. (2017). *Plan Nacional para el Buen Vivir 2017-2021*. SENPLADES.
- Sigüenza, I. (2015). *La Importancia de la Educación Física en la escuela*. <https://ined21.com/la-importancia-de-la-educacion-fisica-en-la-escuela/>
- Varela, L. (2010). Ferres, L. (2012). La educación social y los servicios sociales en los procesos de desarrollo comunitario. *Revista Interuniversitaria de Pedagogía Social*(17), 137-148. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=3189957>
- Velázquez, B. (2014). *Taller de Investigación Cualitativa*. UNED-Universidad Nacional de Educación a Distancia.

Vicente, M. (2011). Escuela y educación física en el contexto de la enseñanza por competencias. Reflexiones genealógicas desde la pedagogía crítica. *Cultura, Ciencia y Deporte*, 6(18), 161-170. <https://www.redalyc.org/pdf/1630/163022539002.pdf>

Zamarripa, J., Castillo, I., Tomás, I., Tristán, J., y Álvarez, O. (2016). El papel del profesor en la motivación y la salud mental de los estudiantes de educación física. *Salud Ment*, 39(4), 221-227. http://www.scielo.org.mx/scielo.php?pid=S0185-33252016000400221&script=sci_abstract

ANEXOS

Anexo 1. Consentimiento informado


UNIVERSIDAD
DEL AZUAY

CONSENTIMIENTO INFORMADO PARA PARTICIPANTES

La presente investigación tiene como directora a la PhD. Ximena Vélez Calvo y es realizada por: Leda Mery Carmita Chapa Puín, estudiante del Máster Universitario en Educación, mención Gestión y Liderazgo Educativo, de la Universidad del Azuay, con la finalidad de realizar el trabajo de fin de máster "Percepciones docentes sobre el área de Educación Física en la Unidad Educativa "Julio María Matovelte".

Antes de decidir si participa o no, debe conocer y comprender cada uno de los siguientes apartados. Una vez que haya comprendido el estudio y si usted desea participar, entonces se le pedirá que firme esta hoja de consentimiento.

Información del estudio. En el estudio se investigará las percepciones que tienen los docentes de la Unidad Educativa "Julio María Matovelte" sobre el área de Educación Física y, a partir de ello, se diseñará una propuesta de intervención que ayude a la concientización de la importancia y el valor de esta disciplina en la salud de los estudiantes, esto se llevará a cabo mediante la aplicación de una entrevista a su persona con el objetivo de recolectar datos sobre dichas percepciones.

Beneficios. La información obtenida será utilizada en beneficio de la institución educativa y la comunidad estudiantil, pues con este estudio se conseguirá diseñar una propuesta de intervención que ayude a la concientización de la importancia y el valor de esta disciplina en la salud de los estudiantes.

Riesgos del Estudio. Su participación en la presente investigación no implica riesgo alguno, no afectará ningún aspecto de su integridad física y psicológica.

Confidencialidad. La información que se recogerá será confidencial y no se usará para ningún otro propósito fuera de los de esta investigación.

Participación. La participación en este estudio es estrictamente voluntaria, usted está en libre elección de decidir si desea o no participar en el estudio sin que eso lo perjudique en ninguna forma. Además, usted puede retirarse del estudio cuando así lo desee.

Costos. Usted no tendrá que pagar nada por su participación, en este estudio, ni tampoco recibirá derogación económica alguna.

Inquietudes. Si tiene alguna duda sobre esta investigación comuníquese a los números de la responsable de la investigación descritos a continuación: 093 900 2821. Desde ya le agradecemos su participación.

Yo Juan Pablo Nonna Guzmán Con cédula de identidad # 0102575099, libremente y sin ninguna presión, acepto participar en este estudio. Estoy de acuerdo con la información que he recibido. Reconozco que la información que provea en el curso de esta investigación es estrictamente confidencial y no será usada para ningún otro propósito fuera de los de este estudio sin mi consentimiento. He sido informado/a de que puedo hacer preguntas sobre esta investigación y que libremente puedo decidir sobre mi participación sin que esto acarree perjuicio alguno. Me han indicado también que tendré que responder un formulario de recolección de datos a través de una entrevista.


Firma del participante del estudio

Anexo 2. Resultados de entrevistas

Percepción docente sobre el manejo del área de Educación Física	Percepción sobre Educación Física y Salud	Sugerencias para la promoción de la salud desde la Educación Física
Es muy importante para la salud y la vida cotidiana que va también relacionada con la salud.	Se hace referencia a que la Educación Física debe incluir temas de nutrición y la integración de la familia para crear hábitos saludables.	La mayoría de docentes sugiere integrar el tema de nutrición e higiene fundamentalmente. Otros sugieren: la sexualidad también es un tema muy importante en jóvenes, en drogas, alcoholismo que muchas veces los jóvenes se van por ese camino.
La mayoría se centra en la motricidad y el juego. Muy pocos son conscientes del aporte del área en lo cognitivo, emocional, psicológico, etc.	Algunos son conscientes de que la carga horaria no es suficiente para crear hábitos saludables, por lo que se debería complementar en el hogar.	Se sugiere reforzar la interdisciplinariedad, "que se tome en serio la asignatura", que se trabaje en formación de los docentes para integrar la actividad física en el aula, trabajar en equipo, considerar la Educación Física como actividad complementaria en las otras asignaturas, realizar talleres sobre cómo coordinar trabajo entre áreas, charlas con personal de salud, "Campañas de concientización sobre la importancia en la salud física y emocional".
Todos concuerdan que deporte y Educación Física no son lo mismo. Sin embargo, se sigue enfocando en el disfrute y el juego.	Los docentes consideran que la manera en que se desarrolla el área de Educación Física en la institución educativa está bien, pero que podría mejorar, especialmente en temas de nutrición.	
Muchos docentes perciben las dificultades de llevar a cabo la Educación Física, y reconocen que no hay los materiales necesarios, el espacio es muy reducido y no es adecuado. Algunos docentes de Educación Física, incluso indican que a veces deben autogestionar material para realizar actividades específicas.	"Yo pienso que se debería complementar, no se debería ver como una materia extra o como una materia se le dan una importancia minoritaria, complementar con otras asignaturas desde la parte de la interdisciplinar como por ejemplo ciencias naturales que va de acorde con la salud" Se recomienda aprovechar que luego de Educación Física los estudiantes están más activos y receptivos al aprendizaje.	
Varios docentes consideran		

<p>que no es suficiente con cinco horas de Educación Física. Se sugiere consultar a los propios estudiantes.</p>		
<p>Se recomienda aprovechar que luego de Educación Física los estudiantes están más activos y receptivos al aprendizaje, y combinar con otras materias: "Yo pienso que se debería complementar, no se debería ver como una materia extra o como una materia se le dan una importancia minoritaria, complementar con otras asignaturas desde la parte de la interdisciplinar como por ejemplo ciencias naturales que va de acorde con la salud"</p>		

Anexo 3. Plan de capacitación

TEMA	OBJETIVOS	TEMARIO	ACTIVIDADES	RECURSOS
La Educación Física en la formación integral de los niños y adolescentes	<p>Dar a conocer la metodología de los talleres.</p> <p>Fundamentar el papel de la Educación Física dentro del proceso de formación de los estudiantes.</p>	<p>Introducción (socialización de resultados de la investigación y lineamientos de trabajo teórico-práctico).</p> <p>Bases teórico-conceptuales de la Educación Física.</p> <p>La Educación Física dentro del proceso formativo de los estudiantes</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. Socialización de los objetivos y resultados del estudio. 2. Presentación de la propuesta de intervención y explicación del método de trabajo que se seguirá. 3. Fundamentación teórica de la Educación Física. 4. Trabajo teórico práctico sobre el papel de la Educación Física dentro del currículo educativo y la formación integral del estudiante. 	<p>Presentación en Power Point.</p> <p>Videos</p> <p>Exposición</p> <p>Trabajo grupal</p>

<p>La importancia de la Educación Física en la salud de los niños, niñas y adolescentes: Higiene, actividad física y alimentación saludable.</p>	<p>Fundamentar teórica y científicamente la importancia de la higiene, la actividad física y la alimentación saludable en el desarrollo de los niños, niñas y adolescentes.</p> <p>Fortalecer el papel de la Educación Física en la formación de hábitos de vida saludable.</p>	<p>Educación Física y Salud en la escuela.</p> <p>Importancia de la higiene, la actividad física y la alimentación saludable en el desarrollo de niños y adolescentes.</p> <p>Importancia de enseñar higiene, alimentación saludable y actividad física en la escuela.</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. Dinámica activa 2. Presentación del tema desde la problemática mundial del sedentarismo en niños y adolescentes. 3. Conferencia sobre la higiene, actividad física y alimentación saludable en las etapas del desarrollo de niños y adolescentes escolares, por parte de un experto en salud. 4. Trabajo grupal y exposición sobre: ¿cómo integrar estos temas desde la interdisciplinariedad en la escuela? 	<p>Presentación en Power Point.</p> <p>Vídeos</p> <p>Exposición</p> <p>Trabajo grupal</p>
<p>La importancia de la Educación Física en la salud de los niños, niñas y adolescentes: desarrollo emocional y cognitivo.</p>	<p>Fundamentar teórica y científicamente la importancia de la actividad física en el desarrollo emocional y cognitivo de los niños, niñas y adolescentes.</p> <p>Fortalecer el papel de la Educación Física en la formación de hábitos de vida saludable.</p>	<p>Educación Física y rendimiento académico.</p> <p>Aportes de la Educación Física en el desarrollo emocional y autoestima de niños y adolescentes.</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. Dinámica activa 2. Presentación del tema desde los aportes de estudios previos con respecto al papel de la actividad física en el desarrollo emocional y cognitivo. 3. Exposición sobre el desarrollo emocional y cognitivo en las etapas del desarrollo de niños y adolescentes escolares, por parte de un experto en salud. 4. Trabajo grupal y exposición 	<p>Presentación en Power Point.</p> <p>Vídeos</p> <p>Exposición</p> <p>Trabajo grupal</p> <p>Cuestionario de evaluación final</p>

	Evaluar los criterios de los docentes con respecto a la propuesta de intervención.		sobre: ¿cómo integrar estos temas desde la interdisciplinariedad en la escuela? 5. Aplicación de la encuesta de evaluación final	
--	--	--	---	--

Anexo 4. Ficha de validación de guion para entrevista

FICHA TÉCNICA PARA VALIDACIÓN DE INSTRUMENTOS DE INVESTIGACIÓN

NÚMERO DE PREGUNTA	CRITERIOS A EVALUAR										OBSERVACIONES (SI DEBE ELIMINARSE O MODIFICARSE UN ÍTEM POR FAVOR INDIQUE)				
	CLARIDAD EN LA REDACCIÓN		COHERENCIA		INDUCCIÓN A LA RESPUESTA (SESGO)		LENGUAJE ADECUADO AL NIVEL DEL INFORMANTE		EVALUALO QUE PRETENDE						
	SI	NO	SI	NO	SI	NO	SI	NO	SI	NO					
1	✓		✓		✓		✓		✓						
2	✓		✓		✓		✓		✓						
3	✓		✓		✓		✓		✓						
4	✓		✓		✓		✓		✓						
5	✓		✓		✓		✓		✓						
6	✓		✓		✓		✓		✓						
8	✓		✓		✓		✓		✓						
9	✓		✓		✓		✓		✓						
10	✓		✓		✓		✓		✓						
11	✓		✓		✓		✓		✓						
12	✓		✓		✓		✓		✓						
ASPECTOS GENERALES															
Los ítems permiten el logro del objetivo de investigación											SI	✓	NO		
Los ítems están distribuidos en forma lógica y secuencial											SI	✓	NO		
El número de ítems es suficiente para recoger información											SI	✓	NO		
VALIDEZ															
APLICABLE		✓		NO APLICABLE				APLICABLE		ATENDIENDO		A LAS			
VALIDADO POR:												TÍTULO PROFESIONAL O CARGO:		C.I. 0101575099	
FIRMA:												FECHA:			

Anexo 5. Cuestionario para entrevista

**CUESTIONARIO PARA ENTREVISTA A DOCENTES SOBRE SUS PERCEPCIONES
RESPECTO AL ÁREA DE EDUCACIÓN FÍSICA**

1. ¿Cree que el área de Educación Física es importante para el alumnado? ¿Por qué?
2. ¿Cuál cree usted que es el objetivo de la Educación Física dentro de la formación y el desarrollo integral de los alumnos?
3. ¿Considera que es lo mismo hablar de Educación Física y Deporte? Explique
4. ¿En qué medida las clases de Educación Física influyen en la aplicación de un estilo de vida saludable por parte de los estudiantes?
5. Tomando en cuenta las horas semanales que se destinan a la Educación Física (5 horas promedio) ¿Considera usted que la Educación Física mejora la salud o ayuda a prevenir enfermedades en los estudiantes? Explique
6. De acuerdo con las actividades organizadas por el área de Educación Física ¿considera que la manera en que se desenvuelve esta área dentro de la unidad educativa, es acertada para la salud de los estudiantes? ¿Por qué?
7. ¿Considera que la unidad educativa cuenta con los recursos (económicos, espacios, infraestructura, materiales, profesionales) necesarios para el fomento del cuidado de la salud a través de la Educación Física?
8. ¿Está de acuerdo con las horas semanales (5 horas promedio) destinadas para la Educación Física? ¿Considera que son suficientes? ¿Por qué?
9. Pensando en la salud integral de los estudiantes ¿Considera que la práctica de la Educación Física debe ser aislada o que debería complementarse con otras asignaturas o departamentos de la unidad educativa? Explique
10. ¿Qué problemas o dificultades considera usted que enfrenta actualmente la Educación Física para cumplir con el objetivo de generar hábitos saludables en los estudiantes?

11. ¿Cuáles tópicos de la salud considera usted que debería tratarse desde el área de Educación Física (alimentación y nutrición, higiene, actividad física, drogas, salud sexual y reproductiva, etc.)? Justifique su selección.

12. ¿Qué propuestas o sugerencias podría realizar para que la Educación Física se convierta en un medio de fomento para el cuidado de la salud en los estudiantes?

Anexo 6. Encuesta post capacitación

ENCUESTA DE EVALUACIÓN DOCENTE

El cuestionario que se presenta a continuación, tiene como objetivo conocer sus perspectivas con respecto al taller recibido y a la asignatura de Educación Física en general; además, de evaluar los aprendizajes adquiridos. Los resultados aquí presentados son confidenciales y tienen fines estrictamente académicos para el maestrante, por lo cual, no serán compartidos con la autoridad educativa de la institución en la que usted labora y no tendrán ninguna incidencia en su trabajo.

Por favor marque con una **X** según corresponda.

1. El taller recibido abarca temas novedosos sobre la Educación Física (al menos uno de ellos resultó nuevo para usted)

Muy de acuerdo ___ De acuerdo ___ Nada de acuerdo ___

Explique

2. ¿Cómo califica el aporte de este taller a su labor como docente?

Alto ___ Medio ___ Bajo ___ Ningún aporte ___

Explique

3. ¿El taller recibido le brinda nuevas perspectivas sobre el papel de la Educación Física en la formación de los estudiantes?

Muy de acuerdo ___ De acuerdo ___ Nada de acuerdo ___

Explique

4. ¿Con respecto a otras asignaturas (como Matemáticas y Lenguaje) cuán importante cree que es el área de Educación Física?

Muy importante ___ Importante ___ Nada importante ___

¿Por qué?

5. ¿Considera que la práctica de la Educación Física debe ser aislada o que debería complementarse con otras asignaturas o departamentos de la unidad educativa?

Debe ser aislada ___ Deber complementarse ___

¿Por qué?

—

6. De acuerdo a la información compartida en los talleres: ¿Cuál es la función de la integración de la Educación Física dentro del currículo educativo nacional?

7. Responda VERDADERO o FALSO: “Los estudiantes que realizan actividades afines a la cultura física y el deporte cuentan con una inteligencia kinestésica o cinética que influye en el desarrollo de sus habilidades motoras e intelectuales”.

Verdadero ____ Falso ____

8. Seleccione la respuesta correcta:

a. La finalidad de la Educación Física es el desarrollo del área física y motriz de los estudiantes. ____

b. La finalidad de la Educación Física es la recreación de los estudiantes. ____

c. La finalidad de la Educación Física es el desarrollo del área física, la creación, la recreación, el desarrollo social, psicológico, moral y afectivo del estudiantado. ____

9. Complete:

La Educación Física toma importancia la integralidad del ser humano en su multidimensionalidad, destacando tres fundamentales: a) dimensional _____, b) dimensión _____ y b) dimensión _____

GRACIAS POR SU COLABORACIÓN