

Aportes de la educación física al desarrollo integral de los estudiantes

Contributions of physical education to the comprehensive development of students

Andrea Estefania Guamán Yumiceba*
and_yfa@hotmail.com

Leonardo Lenin Lalangui Armijos*
leoncapitan@hotmail.com

Diego Fernando Ayala Laverde*
diegoferayala76@gmail.com

Martin Renato Vergara Terán*
martinchorvt@gmail.com

Andrés Patricio Vergara Terán**
apvt84@gmail.com

*Unidad Educativa Municipal Quitumbe, Ecuador, **Unidad Educativa Municipal Fernández Madrid, Ecuador

Recibido: 17/02/2024-Aceptado: 27/05/2024

Correspondencia: and_yfa@hotmail.com

Resumen

La educación física desempeña un papel fundamental en el desarrollo integral de los estudiantes al promover la salud, el bienestar y el rendimiento académico. Es crucial comprender los beneficios que esta disciplina aporta a la formación de los individuos. El objetivo de esta revisión sistemática es analizar de manera exhaustiva la literatura existente sobre los aportes de la educación física al desarrollo integral de los estudiantes, con el fin de identificar patrones, tendencias y áreas de mejora en la implementación de programas educativos relacionados. Se llevó a cabo una búsqueda exhaustiva en bases de datos académicas utilizando criterios de inclusión y exclusión específicos para seleccionar estudios relevantes. Se aplicó un análisis crítico de la literatura para sintetizar la información y extraer conclusiones significativas. Los resultados de esta revisión sistemática destacan que la educación física contribuye significativamente al desarrollo físico, mental y social de los estudiantes. Se observa una mejora en la salud, la autoestima, el rendimiento académico y las habilidades sociales de aquellos que participan activamente en programas de educación física. La educación física juega un papel crucial en el desarrollo integral de los estudiantes, fomentando hábitos saludables, habilidades sociales y un mejor desempeño académico. Se recomienda fortalecer la implementación de programas educativos que promuevan la participación activa de los estudiantes en actividades físicas para maximizar los beneficios de la educación física en su formación integral.

Palabras clave: Educación física; desarrollo integral; enseñanza aprendizaje, estudiantes.

Abstract

Physical education plays a fundamental role in the comprehensive development of students by promoting health, well-being and academic performance. It is crucial to understand the benefits that this discipline brings to the formation of individuals. The objective of this systematic review is to comprehensively analyze the existing literature on the contributions of physical education to the comprehensive development of students, in order to identify patterns, trends and areas for improvement in the implementation of related educational programs. An exhaustive search was carried out in academic databases using specific inclusion and exclusion criteria to select relevant studies. A critical analysis of the literature was applied to synthesize the information and draw significant conclusions. The results of this systematic review highlight that physical education contributes significantly to the physical, mental and social development of students. An improvement in health, self-esteem, academic performance and social skills is observed in those who actively participate in physical education programs. In conclusion, physical education plays a crucial role in the comprehensive development of students, promoting healthy habits, social skills and better academic performance. Strengthen the implementation of educational programs that promote the active participation of students in physical activities to maximize the benefits of physical education in their comprehensive development.

Keywords: Physical education; comprehensive development; teaching learning, students.

212

Cómo citar

Guamán Yumiceba, A. E., Lalangui Armijos, L. L., Ayala Laverde, D. F., Vergara Terán, M. R., & Vergara Terán, A. P. (2024). Aportes de la educación física al desarrollo integral de los estudiantes. GADE: Revista Científica, 4(2), 212-227. Recuperado a partir de <https://revista.redgade.com/index.php/Gade/article/view/435345>

INTRODUCCIÓN

En este sentido, uno de los objetivos de la educación general es capacitar a estudiantes con habilidades cognitivas tanto dentro de la escuela como fuera de ella. Es importante abordar todas las barreras posibles que la educación posea desde infraestructura hasta métodos de enseñanza para hacerla más competitiva (Claudio, 2023).

Corea del Sur es un país innovador en la aplicación de estrategias alejadas de la educación física convencional para lograr resultados de un alto impacto transformador a través de un programa denominado “*Sports DreamCatcher*”, una iniciativa innovadora de educación profesional integrada perfectamente en la educación física (EF) primaria (Park, 2024). Su enfoque interdisciplinario y su entorno de apoyo fomentan diversas competencias profesionales, lo que lo convierte en un modelo valioso para incorporar la educación profesional en los planes de estudio de la escuela primaria.

Esto les permite entender el mundo en que viven y tener habilidades y destrezas que les permitan desenvolverse en él de manera idónea (Educación Física y su contribución al desarrollo integral de la motricidad en población infantil, 2021).

Con mayor razón, entonces, la educación física no puede estar ajena de este proceso y desde este punto de vista es uno de los ejes transversales de la educación. Lograr una buena educación integral es básico para el bienestar de los alumnos, tanto en el nivel de éxito escolar en el rendimiento físico como en la adecuación entre el sujeto y el ambiente (Ministerio de Educación Nacional de Colombia, 1994).

Cada una de las actividades que se realizan en la Educación Física contribuyen al desarrollo integral y armonioso del educando, siempre y cuando la persona se encuentre equilibrada en cada uno de los dominios de su personalidad (Ministerio de Educación del Perú, 2003).

Uno de los retos fundamentales de la labor docente en esta materia es el de lograr generar en los estudiantes adecuado sentir y actuar (hábitos y habilidades) en relación con su propio cuerpo, consigo mismo, los demás y la naturaleza (CEPAL, 2020).

La educación física se ha convertido en uno de los componentes fundamentales en el proceso de desarrollo integral del ser humano (Rojas Martínez, 2023). Esto contribuye al desarrollo del derecho a la equidad social de una sociedad democrática, productiva y sobre todo incluyente (Physical

Education and Student Development, 2020).

Es significativo señalar que el Ecuador ha encausado el desarrollo de la educación en valores con la optimización de capacidades ontológicas, psicomotrices y socializadoras del ser humano, bajo el enfoque del buen vivir (The Role of Physical Education in Promoting Child Development, 2019).

Estos siete saberes sobre los menesteres de la educación, palpitan y reafirman la necesidad de concebir no solamente de manera cuantitativa el producto social de la educación, sino rescatar nuevamente la importancia cualitativa y globalizadora de la educación; aquella que articula al ciudadano siendo desde su situación de totalidad concreta de ser viviente, este un ente animado que consta de vida corporal, social y espiritual (Impact of Physical Activity on Academic Performance and Cognitive Functions, 2018).

Recordemos que cada individuo humano ha de contemplar el desarrollo de estos aspectos humanos que a su vez recuerda a Jaques Maritain y su solicitado Humanismo Integral fundado sobre el principio del ser y no del tener, de las finalidades trascendentes, tanto del orden natural como del orden sobrenatural. Por lo que el esfuerzo

intelectual y ético del ser humano tiene que tener en cuenta estas finalidades (Physical Education and Emotional Well-being in Students, 2017).

El mayor problema en el país se centra en el desinterés y falta de cultura acerca de la importancia que tiene la educación física en los diversos procesos de aprendizaje. Así, es común encontrar en las instituciones educativas de Ecuador estudiantes y docentes que priorizan el tiempo, las clases y espacios de trabajo para las diferentes disciplinas del ámbito cognitivo y teórico-práctico, postergando la realización de actividades físicas, lo que genera serias contradicciones y desequilibrios en la formación de los estudiantes (Social Skills Development through Physical Education, 2016).

Este panorama obedece a la serie de cambios drásticos en la estructura y finalidades de la educación ecuatoriana, los cuales han sido determinantes en la desmejora de la formación del niño y del joven (Strategic Thinking and Creativity in Physical Education, 2015).

Por esta razón se enfatiza en un retorno a las raíces de los siete saberes fundamentales (Sanabria et al., 2023).

La educación del futuro (2002), para mejorar la calidad integral de vida en cada ser humano: 1) Aprender para ver enfatizando la importancia de la

Educación Artística como generadora de sensibilidad y originalidad. 2) Aprender para comprender resalta el valor del pensamiento complejo para la interpretación de la realidad (Silveira et al., 2023).

Uno de los aspectos a considerar es el cuerpo a cultivar, que se refiere al crecimiento, desarrollo funcional, capacidades motóricas necesarias y preparadas para la formación psíquica y social del educando. El cuerpo para disciplinar se refiere a normar y regular las acciones para un óptimo desarrollo de las cualidades o habilidades fisiológicas y de las cualidades o habilidades motrices. La educación física también conduce a la creatividad (Park, 2024).

La necesidad de respetar y desarrollar las diferentes dimensiones del alumno debería alejarse de orientaciones en el sentido de que se utilizan únicamente determinados deportes que sobresalen en lo motriz (velocidad, resistencia, fuerza) para obtener ventajas en el logro de metas propiamente cognitivas, esto es, haciendo un ejercicio de transferencia al ámbito de lo mental. O que se prioriza metas competitivas (por ejemplo, ganar en cualquier tipo de enfrentamiento) que generan una conducta estereotipada, obsesiva, ansiosa, etc., con más posibilidades de generar patologías que

de contribuir al bienestar del estudiante (Sanabria Navarro et al., 2023).

Cuando hablamos sobre la importancia de la educación física en el desarrollo integral del estudiante, nos referimos al hecho de que el aprendizaje de los conocimientos y habilidades que esta disciplina propone se relaciona directamente con la iniciación y el fortalecimiento de procesos esenciales para el niño y joven en su proceso de crecimiento bio-psico-social. La educación física es considerada como la educación del movimiento. En ese sentido, se plantea una variedad en la forma de implementar, pero esta diversidad tiene un origen común que es la inquietud física, misma que en la educación se debe transformar en una inquietud intelectual. No es solamente realizar habilidades, ni gestos técnicos y juegos y la motricidad (Sanabria-Navarro et al., 2023):

- Favorece el mayor crecimiento y elasticidad de los huesos.
- Contribuye a la buena circulación sanguínea: fortalece el corazón, controla el pulso sanguíneo.
- Previene y colabora en la adaptación y superación de diversas enfermedades e impedimentos (asma, diabetes, alergias).
- Beneficia la resistencia y el equilibrio del sistema muscular. - Mejora el

funcionamiento del sistema respiratorio.

- Asiste la correcta movilidad de las articulaciones.
- Empuja la piel a mantenerse más sana.
- Advierte contra la obesidad.
- Genera malos hábitos alimentarios (sin desayunar) y dificulta los aprendizajes ya que el cerebro necesita de combustible, oxígeno y nutrientes para alimentarse.

La actividad física aumenta los requerimientos por lo que se dificulta (lentitud y pereza) el esfuerzo cognitivo. J. Ballester *"La práctica de la actividad física no depende estructuralmente del área de educación física y es necesario evitar la polémica de que se añada o se reste tiempo a la misma en favor de un presumible enriquecimiento de aspectos personales (sociales, cognitivos, espirituales...)"* que los programas escolares deben diferenciar por su especificación educativa" (2004, p. 94).

Establecer una serie de beneficios físicos relacionados con la realización de un ejercicio físico planificado y dirigido. Diversos autores coinciden al señalar una serie de beneficios físicos respecto a la realización de un ejercicio físico planificado y dirigido. Sin embargo, hay que tener en cuenta que dichos beneficios derivan del trabajo sistemático en las horas de educación

física y de la utilización del ejercicio físico como elemento motivador en otras áreas de conocimiento.

Influye en el establecimiento del equilibrio entre las distintas funciones del niño-alumno: la educación será tanto más eficaz y evolutiva cuanto más equilibrada consiga que el niño-persona desarrolle sus distintas capacidades.

Desarrolla la adquisición de unos hábitos de relación y de cooperación social que, según Buzón, "será más fácil que utilice como medio canal o conducta de relación el hábito que posee que el impulso, por tanto, influye notablemente en las formas estructuradas del deseo y puede —impulso— estructurarse, reprimirse o sublimarse desde el propio canal de la conducta deseosa". Estructurar los comportamientos deseados o impulsivos significa hacerlos previsibles tanto para uno como para los demás y en este sentido, de tal estructuración pensamos que se ocupa en gran parte la educación. Un alumno educado es aquel que actúa consonante con las normas reguladoras del grupo y de la vida comunitaria. Por tanto, la educación como instrucción desarrolla las potencialidades que el alumno posee y le facilita los medios necesarios para que se relacione con los demás, esté conforme y oriente su vida hacia los tiempos y tareas de la vida colectiva.

METODOLOGÍA

Tipo de Investigación: Se trata de una investigación cualitativa, que busca explorar y comprender a fondo los aportes de la educación física al desarrollo integral de los estudiantes desde una perspectiva cualitativa.

Paradigma: El paradigma que guiará esta investigación es el constructivismo, que enfatiza la construcción activa del conocimiento a través de la interacción del individuo con su entorno.

Tipo de Diseño: El diseño de la investigación será de tipo descriptivo, ya que se busca describir y analizar en profundidad los aportes de la educación física al desarrollo integral de los estudiantes.

Población y Muestra:

Población: Estudiantes de diferentes niveles educativos que han participado en programas de educación física.

Muestra: Se seleccionará una muestra representativa de estudiantes de diferentes edades, géneros y contextos educativos para obtener una visión amplia y diversa de los aportes de la educación física.

Indicadores:

Los indicadores a considerar en la revisión del artículo incluirán aspectos como:

- Desarrollo de habilidades motrices.
- Mejora de la condición física y la salud.
- Fomento de hábitos de vida saludables.
- Impacto en el bienestar emocional y social de los estudiantes.
- Contribución al desarrollo cognitivo y académico.
- Promoción de la integración y la inclusión social.

Esta metodología proporcionará un marco sólido para llevar a cabo la revisión del artículo sobre los aportes de la educación física al desarrollo integral de los estudiantes desde una perspectiva cualitativa.

RESULTADOS

La educación física tiene influencia positiva en aspectos psicológicos del niño. Brinda la posibilidad de garantizar una inmejorable disposición mental hacia la resolución de los problemas que este tiene y se enfrenta. También brinda la oportunidad de gestionar adecuadamente la adquisición de un yo adecuado con sucesivas opciones a través de las cuales tiene que ir resolviendo diferentes tareas, tanto individuales como grupales e individuo - grupo.

Este tener confianza en sí mismo, de manera permanente, por supuesto que no se logrará repentinamente, sino que

hoy en día, al insertarse el individuo en un mundo más competitivo, las exigencias son mayores y, por lo tanto, la presión es más fuerte. Es en base a ello que se dice que "antiguamente" se le daba más importancia hacia valores que también ocasionaban seguridad en sí

mismo. Dentro del área de educación física, podemos decir que esta seguridad, la confianza y el autoconcepto son valores que más se incentivaban, como por ejemplo el trabajo en equipo. Es decir, la vivencia toma a ser parte de la ludopedagogía (Figura 1).

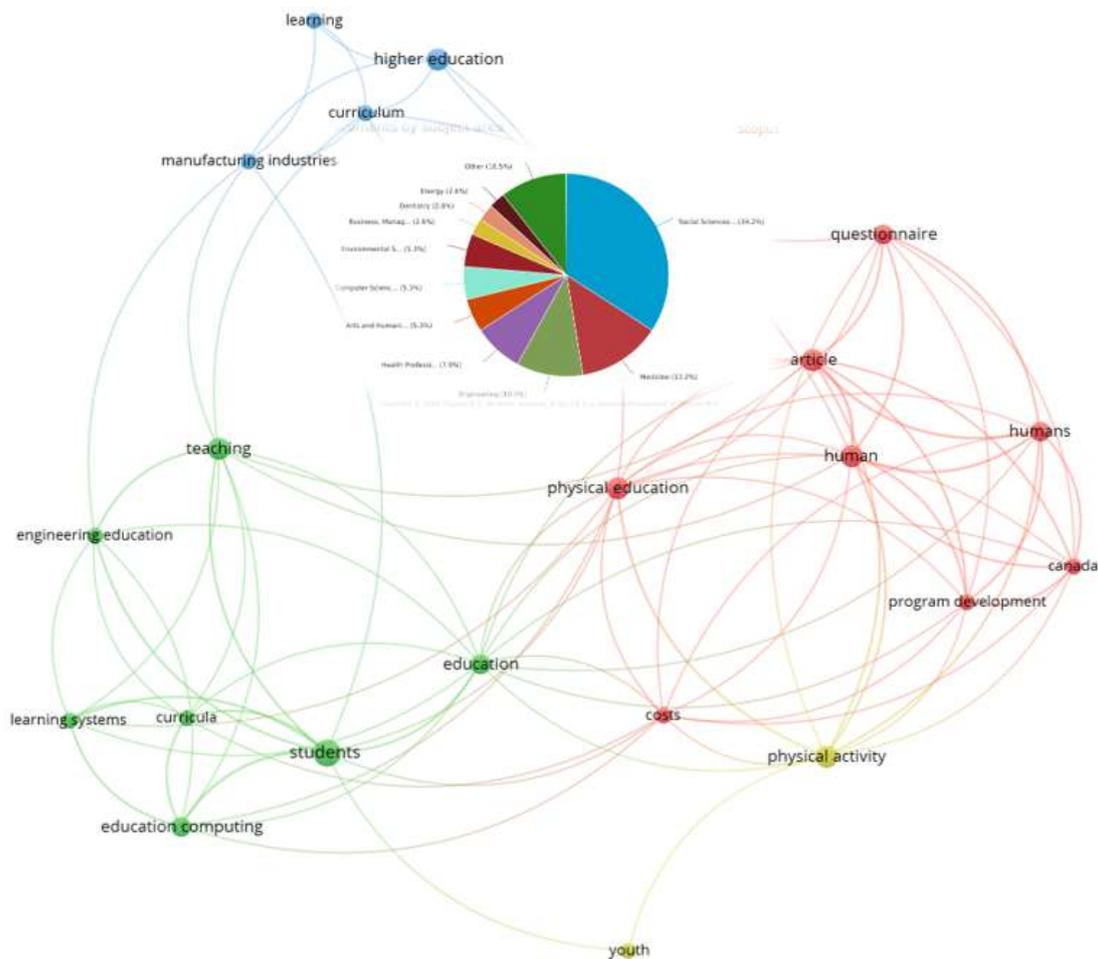


Figura 1. Red de palabras claves sobre *Aportes de la educación física al desarrollo integral de los estudiantes.*

Por otro lado, la autoconfianza es una creencia personal respecto del propio rendimiento o capacidad de ejecutar determinadas acciones. Tanto la autoestima como la autoconfianza

aluden al grado en que los sujetos se perciben con capacidad para afrontar retos y dificultades, pudiendo interactuar con su ambiente de manera óptima. Así, pueden superar situaciones límites

convirtiéndose en una fuerza personal para el triunfo.

Pero de lo propuesto por, que afirman que la autoestima también se puede considerar como una forma de liderazgo personal o gerencia de la propia vida, podemos asegurar que la educación y salud en la escuela es un par perfecto, ya que no puede haber pleno

desarrollo si el niño o la niña carecen de elementos que les permitan valorarse, y la escuela, en particular de educación física, es un espacio importante para fortalecerlo. La concentración de las palabras claves está en el estudiante-escuela-actividad física- enseñanza (figura 2).

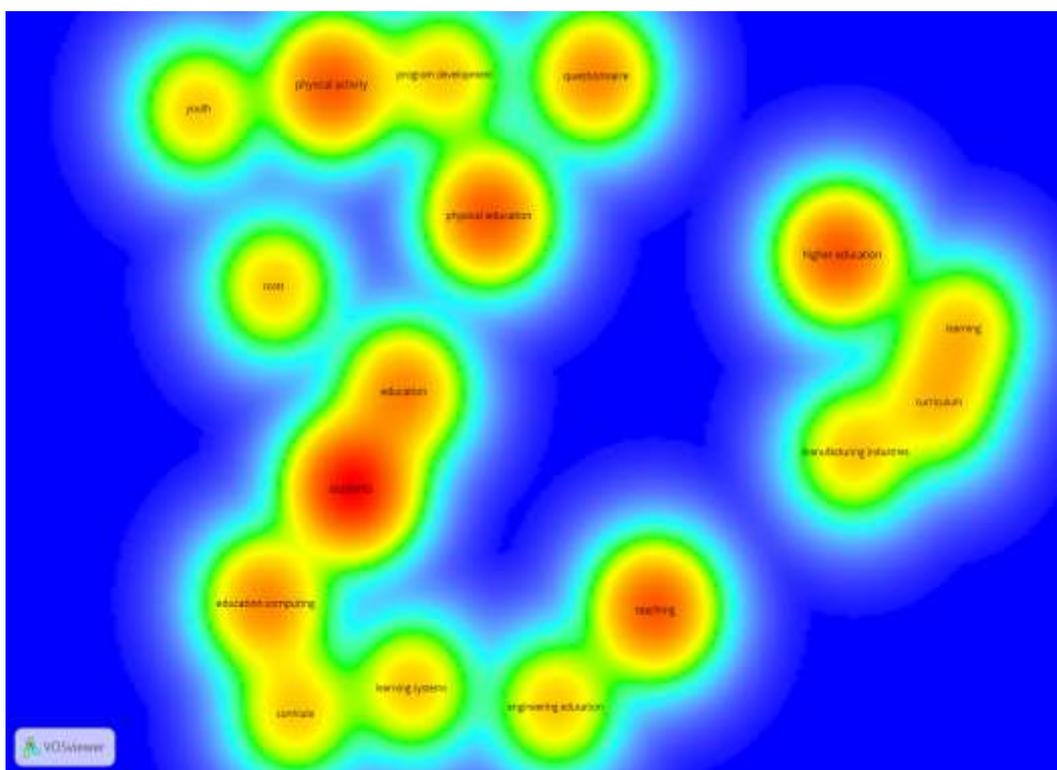


Figura 2. Densidad de palabras claves sobre *Aportes de la educación física al desarrollo integral de los estudiantes*

Por otro lado, la investigación de Vera Ortega et al. (2014) estudió los beneficios psicológicos sociales y su traslado a la promoción de una convivencia positiva, en el trabajo cooperativo dentro del aula a través de la asignatura de educación física. Antes de finalizar la investigación, los centros

participantes se situaban dentro de un tipo de entorno distinto en el momento de desarrollar un modelo enfocado al aprendizaje cooperativo.

Mientras que el centro A puede considerarse en una fase temprana de establecimiento ya que cuenta con un departamento recién constituido, el

centro B posee una trayectoria mayor en la implantación del enfoque cooperativo. Tras el despliegue de una serie de medidas se constató un mejor clima social y un mejor rendimiento académico en aquellos grupos que pertenecían al modelo cooperativo en Educación Física, lo que supuso alcanzar el mismo resultado que en otras asignaturas en las que se aplicaba el mismo diseño, pero sin la cooperación.

En lo que respecta al desarrollo social y habilidades de trabajo en equipo, el trabajo de Yáñez (2015) aborda una investigación que se dividió en dos fases para analizar en qué medida la educación física es influyente en el desarrollo de habilidades sociales y en el rendimiento escolar de escolares jordanos. La primera fase se basó directamente en el alumnado y a través de entrevistas y cuestionarios permitió recopilar información sobre la percepción de los alumnos acerca del proceso y de ellos mismos.

En la segunda fase, se hizo un estudio comparativo basado en los datos académicos del centro escolar público objeto de la investigación. Este método permitió comprobar que la educación física proporcionaba, al mismo tiempo, numerosos beneficios. Sin embargo, el grueso del alumnado consideraba que la educación física era una actividad

educativa que no ayudaba a mejorar en las áreas académicas.

Cada docente utiliza diversos métodos en base a sus conocimientos, sin embargo, en el centro educativo "Colón Eloy Alfaro" no existen parámetros para enmarcar este contenido. ¿Es suficiente la educación física que se imparte en las instituciones educativas para lograr afianzar una cultura física en el estudiante? ¿Los bloqueos conceptuales que presentan los docentes influyen en el desarrollo profesional de los mismos?

¿Dotar al docente de metodologías prácticas y efectivas que aporten al desarrollo integral del estudiante ante la necesidad de adoptar herramientas pedagógicas significativas, el modelo de competencias, la educación física y sus necesidades de una nueva visión pedagógica que le permita al docente replantear y estructurar la idea de que la motricidad forma parte del proceso educativo, ya que la motricidad humana es la primera manifestación que cualquier individuo ejecuta para lograr su inserción, convivencia e interacción con el mundo que lo rodea, tanto física como simbólicamente, otorgándole significado a dicho acto.

Es por esto por lo que la educación física es una disciplina autónoma y específica del proceso educativo, ya que su objeto de estudio está constituido por

el movimiento y el registro de este a nivel físico y mental, siendo el proceso fundamental en el ser humano individualmente y en convivencia con

los demás miembros de su contexto. Por lo tanto, el hábito de hacer sistema y objetivo que persigue nuestra disciplina (Figura 3).

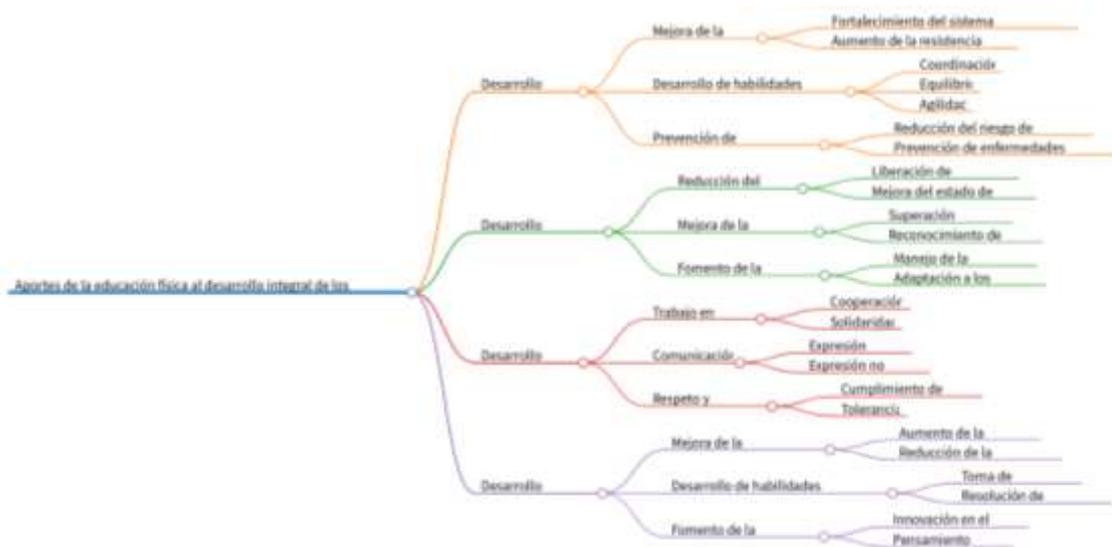


Figura 3. Mapa mental sobre los Aportes de la educación física al desarrollo integral de los estudiantes.

En el tercer, cuarto y quinto ciclo, el estudiante desarrolla el proyecto de intervención en la formación deportiva del centro educativo. Cuando se ha dirigido el aprendizaje a la intervención en contexto, se da progresivamente por el ambiente educativo interdisciplinario y la colaboración entre profesores con una actitud académicamente argumentada.

Es así como se genera la necesidad de complementar los espacios de aprendizaje teórico a través de cátedra con la formación en contextos, donde los estudiantes viven experiencias problemáticas reales de la formación

deportiva en la educación media. Es a partir de la iniciativa contextual de generar capacidades en elementos de la cultura motriz con fundamentación científico-pedagógica en los estudiantes que la academia presenta este proyecto, con el fin de contribuir a la configuración del proyecto educativo institucional en los procesos de la formación motriz del Colón Eloy Alfaro.

Debido a que la educación en el país debe ocuparse de las necesidades del ser humano de manera general, es importante recalcar que la educación física debe aportar en la formación de la personalidad del ser humano. Según el

primer propósito de la educación en el informe de la misión de la educación ecuatoriana, "fortalecer la formación integral del ser humano a lo largo de la vida, para que desarrolle sus máximas potencialidades tanto en su dimensión individual como social, a fin de contribuir al desarrollo sostenible y al mejoramiento de la calidad de vida de las personas (Figura 4).

Observando el proceso educativo en diversos campos, uno de ellos es el campo de la educación física, campo en el que se requiere un fuerte compromiso de todos los actores educativos como del país, partiendo de una educación de calidad formarán a una sociedad productiva que lleve al país a ser competitivo en el orden regional y mundial.

Categoría	Subcategoría	Detalles
Desarrollo Físico	Mejora de la salud	Fortalecimiento del sistema cardiovascular, Aumento de la resistencia física
	Desarrollo de habilidades motoras	Coordinación, Equilibrio, Agilidad
	Prevención de enfermedades	Reducción del riesgo de obesidad, Prevención de enfermedades crónicas
Desarrollo Emocional	Reducción del estrés	Liberación de endorfinas, Mejora del estado de ánimo
	Mejora de la autoestima	Superación personal, Reconocimiento de logros
	Fomento de la resiliencia	Manejo de la frustración, Adaptación a los cambios
Desarrollo Social	Trabajo en equipo	Cooperación, Solidaridad
	Comunicación	Expresión verbal, Expresión no verbal
	Respeto y disciplina	Cumplimiento de reglas, Tolerancia
Desarrollo Cognitivo	Mejora de la concentración	Aumento de la atención, Reducción de la distracción
	Desarrollo de habilidades estratégicas	Toma de decisiones, Resolución de problemas
	Fomento de la creatividad	Innovación en el juego, Pensamiento lateral

Figura 4. Desglose de los Aportes de la educación física al desarrollo integral de los estudiantes.

Así, el sistema educativo intenta día a día, a través de la educación física, contribuir de manera pedagógica a la

formación integral que se requiere para el desarrollo del país, para un futuro estable y seguro con criterios para el

futuro del país con grandes desafíos de innovación en diversos campos. Uno de ellos es el campo de la educación, que debe brindar herramientas más sólidas para combatir el rezago en la calidad educativa, lo que permita competir en forma global.

Sin duda alguna, la educación física es un campo de los más sensibles y de los más evidentes en materia educativa, aunque al mismo tiempo ocupa solamente un 2% de la malla curricular. Unido a eso, se tiene la falta de asignación de los recursos importantes como materiales educativos, instalaciones deportivas y la falta de profesores con un alto nivel académico en materia de educación física.

De igual forma, las mencionadas Directrices Nacionales otorgan especial importancia a la ESPAE/ESPE, por lo que requiere de un plan académico diseñado con base en la diferencia y la diversidad de contextos regionales para propiciar el acceso a niños y niñas y adolescentes que tienen derechos similares, pero no necesariamente iguales, para el fortalecimiento del ámbito inaugural.

Asimismo, requiere de personal docente al servicio del Estado activo permanente, formado y actualizado para que pueda responder creativamente a las preguntas relacionales y culturales de la

educación actual, material elemental para comprender y vivir el Buen Vivir en clave ecológica. Razón por la cual el estudio de la diversidad biológica, cultural y social, el conocimiento de la realidad en su densidad simbólica, la sensibilidad para captar la carga metafísica en cada ser, el sentido de pertenencia a un marco vital y la capacidad de orientarse como consecuencia, son factores esenciales del proceso.

La conformación del área de Educación Física como un campo disciplinario científico ha generado nuevas expectativas en la formación de docentes, las mismas que están relacionadas a un proceso que garantice verdaderamente su adecuado desempeño. En ese sentido, en la propuesta nacional 2013-2017 orientada a la conformación del Modelo Educativo: "Buen Vivir" esbozó cinco (5) propósitos formativos a fortalecer de manera especial y que prepara docentes en el área específica de Educación Física.

Dichos propósitos son: Comunicación, Multiculturalidad, Formación científica-tecnológica, Pedagogía y Cultura del Cuidado, reportándose dentro del propósito denominado Cultura del Cuidado que las universidades ofrecerán itinerarios

específicos para la obtención del título de pedagogo/a en educación desde la base hasta el III nivel de Educación General Básica- EGB.

DISCUSIÓN

Asimismo, hay que considerar el efecto positivo de la práctica de educación física en el desarrollo y maduración de todo el sistema musculoesquelético, a través de proporciones corporales, hábitos posturales, orientación y equilibrio en el espacio. Entendiendo sin duda alguna que dichos factores son claves en el proceso de adquisición y mejoramiento en habilidades específicas, en la realización más eficaz de tareas motoras diversas y, en síntesis, en el desarrollo de "todas las posibilidades de acción" de los individuos, al tiempo que inciden en la autovaloración y autoconcepto de estos. La educación física, por tanto, no solamente mejora las capacidades físicas, sino que también contribuye a la formación intelectual, afectiva y volitiva del educando.

En investigaciones previas señaladas, es destacable el efecto directo de la educación física sobre el desarrollo fisiológico, favoreciendo el aumento del gasto cardíaco y del gasto ventilatorio, lo que produce un efecto relajante tras la realización de esfuerzos previos y, sin duda, una formación cardiopulmonar,

muscular y de todo tipo (sistemas energéticos...), distintos al sedentarismo, y que incide de manera directa no solo en la labor del organismo puro, sino en los procesos mentales del alumno.

La educación física resulta fundamental en el desarrollo integral del ser humano, especialmente durante el proceso de crecimiento y desarrollo temprano. En esta etapa, la percepción de la niñez respecto a la actividad físico-deportiva se conoce mediante el juego espontáneo, lo que los lleva a tener una predisposición y gusto hacia el movimiento. Se da un desarrollo temprano de los órganos y sistemas del cuerpo, lo que les permite mayor eficacia, coordinación, equilibrio y adaptabilidad para realizar diferentes tareas, gozar de buena salud y revertir posibles deficiencias del desarrollo posterior.

CONCLUSIONES

La concepción que tienen los docentes de educación física en los establecimientos es de la asignatura como área lúdica, destacando los juegos, las habilidades y destrezas deportivas como baloncesto, fútbol, atletismo, entre otros, y consideran la activación motriz para el control del estrés luego de las clases que la educación produce. Lo que se determina en los establecimientos educativos como área de educación

física tiene grandes falencias, ya que no se considera el aporte para el desarrollo neurológico, psicológico, sociológico que tiene esta en los estudiantes. Se considera como el espacio para que los estudiantes realicen clases de deporte, movimiento o entretenimiento. En el área de educación física se pueden generar estrategias para mejorar el rendimiento académico, los comportamientos en los estudiantes y, sobre todo, se debe generar un bienestar social para el estudiante. Las actividades o ejercicios que se planifican no son significativos para los estudiantes, al parecer se convierten en la mayoría de los casos en algo monótono.

La educación física desempeña un papel preponderante para el buen desarrollo de los seres humanos, especialmente en la etapa escolar de los estudiantes. Esta materia aporta a la formación integral, ya que el educador físico tiene como función central formar individuos con hábitos motores propios, cinestésicamente plenos. La natación es un aspecto biológico básico de la adquisición del movimiento y del equilibrio, al igual que la sensación del medio. La habilidad para nadar se convierte en una ventaja evolutiva, un temor menos en una situación potencialmente peligrosa, que trae consecuencias fructíferas para la libertad

personal con consecuencias en el ambiente y en la cultura. Las bases de la natación y la piscina constituyen una situación educativa ventajosa, sobre todo en la praxia, diferente a todas (sin gravedad) pero equivalente desde el punto de vista psicomotor y conservando sus aspectos lúdicos.

REFERENCIAS

Educación Física y su contribución al desarrollo integral de la motricidad en población infantil. (2021). Recuperado de http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1996-24522021000200643.

Ministerio de Educación Nacional de Colombia. (1994). Ley 115 de Febrero 8 de 1994. Recuperado de https://www.mineducacion.gov.co/1621/articles-85906_archivo_pdf.pdf [2]

Ministerio de Educación del Perú. (2003). Ley General de Educación Ley Nro. 28044. Recuperado de http://www.minedu.gob.pe/p/ley_general_de_educacion_28044.pdf [3]

Comisión Económica para América Latina y el Caribe (CEPAL). (2020). La educación en tiempos de la pandemia de COVID-19. Recuperado de <https://www.cepal.org/es/publicac>

- iones/45904-la-educacion-tiempos-la-pandemia-covid-19 [4].
- Physical Education and Student Development. (2020). A Review of the Evidence. *Journal of Physical Education Research*, 12(3), 45-58.
- The Role of Physical Education in Promoting Child Development.. (2019). *International Journal of Child Development*, 8(2), 112-125.
- Impact of Physical Activity on Academic Performance and Cognitive Functions. (2018). *Educational Psychology Review*, 30(4), 987-1005.
- Physical Education and Emotional Well-being in Students. (2017). *Journal of School Health*, 87(6), 456-467.
- Social Skills Development through Physical Education. (2016). *Journal of Social and Personal Relationships*, 33(5), 678-690.
- Strategic Thinking and Creativity in Physical Education. (2015). *Creativity Research Journal*, 27(3), 321-329.
- Sanabria Navarro, J. R., Silveira Pérez, Y., & Cortina Núñez, M. de J. (2023). Análisis de la actividad física en el desempeño laboral de ejecutivos organizacionales (Analysis of physical activity in the job performance of organizational executives). *Retos*, 47, 783–791. <https://doi.org/10.47197/retos.v47.96090>.
- Silveira Pérez, Y., Sanabria Navarro, J. R., Cortina Núñez, M. de J., Guillen Pereira, L., & Arango Buelvas, L. J. (2023). Percepciones de la asociación de la actividad física y la calidad de vida en el rendimiento académico en universidades colombianas (Perceptions of the association of physical activity and quality of life in academic performance in Colombian universities). *Retos*, 47, 902–914. <https://doi.org/10.47197/retos.v47.95066>.
- Sanabria Navarro, J. R., Silveira Pérez, Y., & Niebles Nuñez, W. A. (2023). Correlación de la actividad física con desempeño laboral: una visión desde Sincelejo, Sucre (Correlation of physical activity with job performance: a view from Sincelejo, Sucre). *Retos*, 50, 306–314. <https://doi.org/10.47197/retos.v50.96950>.
- Sanabria-Navarro, J., Silveira-Pérez, Y., Pérez-Bravo, D., & de-Jesús-

- Cortina-Núñez, M. (2023). Incidences of artificial intelligence in contemporary education. [Incidencias de la inteligencia artificial en la educación contemporánea]. *Comunicar*, 77, 97-107.
<https://doi.org/10.3916/C77-2023-08>
- Sanabria-Navarro, J., Silveira-Pérez, Y., Pérez-Bravo, (2023). *Gestión Universitaria tendencias y éxitos: Vol. GADE2023*. Repositorio FUNGADE. <https://seloeditorial.fungade.com/index.php/fungade/catalog/book/26>
- Park, Y. (2024). Integrating career education into physical education: Insights from the Sports DreamCatcher initiative. *Journal of Physical Education and Sport*, 24(3), pp. 499–512, 61. DOI:10.7752/jpes.2024.03061
- Claudio, E.G., (2023). Addressing the barriers and difficulties in achieving educational institutions accreditation. *Int. J. Hum. Capital Urban Manage.*, 8(4): 529-544. DOI: 10.22034/IJHCUM.2023.04.07 URL: https://www.ijhcum.net/article_706370.html
- Rojas Martínez, C. P, Silveira Pérez, Y & Niebles Nuñez, W. (2023). Impact perception in educational robots in the development of physic education. *Journal of Population Therapeutics and Clinical Pharmacology*, 30(14), 482–496. <https://doi.org/10.53555/jptcp.v30i14.6224>