



**Estrategias didácticas innovadoras para mejorar el proceso de enseñanza aprendizaje de educación física**

***Innovative didactic strategies to improve the physical education teaching-learning process***

**AUTORES**



Albán Carlo Jennifer Beatriz<sup>1</sup>

[Jennel\\_301214@hotmail.com](mailto:Jennel_301214@hotmail.com)



<https://orcid.org/0000-0003-4708-2149>



Pérez Plata Lewin José<sup>2</sup>

[lewin.perez@uleam.edu.ec](mailto:lewin.perez@uleam.edu.ec)



<https://orcid.org/0000-0002-5279-6966>



Vera Campuzano Nelson Eloy<sup>3</sup>

[milena021011@hotmail.com](mailto:milena021011@hotmail.com)



<https://orcid.org/0000-0002-6901-4406>

<sup>1</sup>Estudiante de la Maestría en Educación, Mención Educación Física y Deporte.  
Universidad Laica Eloy Alfaro de Manabí, Ecuador.

<sup>2-3</sup>Docente de Postgrado Universidad Laica Eloy Alfaro de Manabí, Ecuador

**Recibido:** 10 enero 2024

**Aceptado:** 23 enero 2024

**Publicado:** 31 enero 2024

## RESUMEN

Este artículo de revisión documental aborda algunas estrategias de enseñanza aprendizaje innovadoras orientadas al fortalecimiento de la enseñanza y el aprendizaje en educación física, y pone énfasis en la importancia de las innovaciones educativas que apuntan hacia la satisfacción de las demandas cambiantes de la educación y la sociedad en general. El objetivo fue analizar dichas estrategias desde el punto de vista de otros autores y contribuir con el conocimiento de estas. La metodología se basó en una revisión minuciosa de estudios previos que tratan el tema y los resultados más relevantes tras la aplicación de las mismas, destacando la necesidad de la innovación para romper con esquemas de enseñanza tradicional. Los resultados destacan la eficacia de estrategias innovadoras basadas en aplicaciones tecnológicas para mejorar la participación y el rendimiento de los estudiantes y resaltan el interés de adoptar nuevas prácticas docentes en educación física para resolver los desafíos del presente.

**Palabras clave:** práctica, estrategias de enseñanza, innovaciones educativas.

## ABSTRACT

This desk review article addresses some innovative teaching-learning strategies aimed at strengthening teaching and learning in physical education and emphasizes the importance of educational innovations that aim to meet the changing demands of education and society in general. The objective was to analyze these strategies from the point of view of other authors and to contribute to their knowledge. The methodology was based on a thorough review of previous studies that address the subject and the most relevant results after their application, highlighting the need for innovation to break with traditional teaching schemes. The results highlight the effectiveness of innovative strategies based on technological applications to improve student participation and performance and highlight the interest in adopting new teaching practices in physical education to solve the challenges of the present.

**Keywords:** practice, teaching strategies, educational innovations.

## RESUMO

Este artigo de revisão documental aborda algumas estratégias inovadoras de ensino-aprendizagem destinadas a fortalecer o ensino e a aprendizagem em educação física e enfatiza a importância de inovações educacionais que visam atender às demandas em mudança da educação e da sociedade em geral. O objetivo foi analisar essas estratégias do ponto de vista de outros autores e contribuir para o seu conhecimento. A metodologia baseou-se numa revisão aprofundada de estudos anteriores que abordam a temática e dos resultados mais relevantes após a sua aplicação, evidenciando a necessidade de inovação para romper com os regimes tradicionais de ensino. Os resultados destacam a eficácia de estratégias inovadoras baseadas em aplicações tecnológicas para melhorar a participação e o desempenho dos alunos e destacam o interesse em adotar novas práticas de ensino em educação física para solucionar os desafios do presente.

**Palavras-chave:** prática, estratégias de ensino, inovações educacionais.

## INTRODUCCIÓN

La educación física es la base del desarrollo integral de los estudiantes. No se trata sólo de mejorar las habilidades motoras, pues incorpora los aspectos físicos, emocionales y sociales que configuran a las personas sanas y equilibradas. En este contexto, la calidad de la enseñanza y el diseño de estrategias docentes juegan una posición de relevancia en el ámbito de la formación del individuo.

El movimiento, que no es sólo un deporte, es parte importante del desarrollo integral de los estudiantes. Rodríguez, Rodríguez, Guerrero, Arias, Paredes y Chávez (2020) describen que la educación física es un espacio ideal para la promoción de buenas prácticas conducentes a mejorar la salud física y emocional de niños y adolescentes, entre otros beneficios. Aparte de mejorar las habilidades físicas, promueve el desarrollo emocional, social y cognitivo de los estudiantes (Ramírez y de Oca, 2019), de modo que, en un mundo donde la tecnología y el sedentarismo ganan espacio, la educación física se está convirtiendo en un contrapeso necesario para promover hábitos saludables y el bienestar general (Cuevas, 2020). Este autor añade que la creciente vinculación del deporte con políticas sanitarias, educativas y de seguridad hacen del deporte y la cultura física aspectos obligados a estudiar y aplicar desde la administración pública.

Históricamente, la educación física ha adoptado métodos de enseñanza tradicionales, que en muchos casos promueven una transferencia unidireccional de conocimientos y habilidades. Las clases estructuradas estáticamente, la evaluación de habilidades específicas basada en el desempeño y el énfasis en la competencia fueron prácticas comunes (Pastor, 2023); sin embargo, este paradigma tiene limitaciones obvias, porque un enfoque unidimensional puede alienar a algunos estudiantes y reducir la motivación general (Juárez y Macías, 2021).

La rigidez de las estrategias tradicionales desconecta la educación física de la realidad cotidiana y las expectativas cambiantes de los estudiantes de hoy, de allí que el entorno educativo actual exige un cambio en la enseñanza de la

educación física, considerando que se están produciendo rápidos cambios en la tecnología, la cultura y las expectativas individuales (Pamplona, Cuesta y Cano 2019). Tales cambios, de acuerdo con lo que manifiestan estos autores requieren estrategias de enseñanza que se adapten a la diversidad de habilidades y estilos de aprendizaje presentes en el aula e incorporen elementos cultural y tecnológicamente relevantes.

La innovación en educación física implica no solo la incorporación de tecnología, sino también una revisión fundamental de la pedagogía, avanzando hacia enfoques más inclusivos y centrados en el estudiante (Hijos y Cosculluela, 2022). Las innovaciones buscan cambiar la percepción de la disciplina posicionándola como una experiencia dinámica y de significativa trascendencia para la vida diaria de los estudiantes.

El propósito de este artículo es analizar críticamente las estrategias didácticas empleadas el campo de la educación física a partir de la postura de diversos autores y contribuir con el conocimiento de estas, el cual se logró identificando enfoques que superan las limitaciones de las estrategias tradicionales y se adapten a las demandas actuales de la sociedad y las diversas necesidades de los estudiantes, con lo cual se hace viable promover el desarrollo de prácticas docentes que se adapten a la dinámica realidad actual, ofreciendo también críticas constructivas y recomendaciones razonadas para mejorar la calidad de la enseñanza de la educación física.

Para lograr este objetivo se realizó una búsqueda sistemática en bases de datos académicas, revistas científicas y otras fuentes relevantes. Se recogen investigaciones, y estudios que analizan nuevas prácticas en el área de estrategias didácticas innovadoras aplicadas en la enseñanza y el aprendizaje de educación física. La síntesis de esta información permite brindar un panorama amplio de las tendencias actuales, sus fundamentos teóricos y evidencias de su efectividad en las instituciones educativas.

Entre las preguntas de investigación que guían esta revisión son: ¿Cuáles son las estrategias de enseñanza innovadoras más efectivas en educación física según la literatura actual? ¿Cómo abordan estas estrategias las limitaciones de las prácticas tradicionales? ¿Qué efecto tienen estas estrategias en la motivación y participación de los estudiantes?

Como colofón hay que destacar que el artículo constituye una síntesis crítica de la literatura existente y brinda recomendaciones prácticas para educadores. Se espera que este contribuya al desarrollo de prácticas pedagógicas en educación física, promoviendo enfoques más inclusivos que satisfagan las necesidades de la masa estudiantil del presente. Aunque también puede servir de estímulo al debate y al diálogo en el seno de la comunidad educativa y fomentar la adopción de estrategias didácticas innovadoras que enriquezcan el acto pedagógico.

## **METODOLOGÍA**

La metodología adoptada para llevar a cabo este estudio de revisión documental se caracterizó por su enfoque sistemático y exhaustivo en el análisis de estrategias de enseñanza-aprendizaje innovadoras en educación física. El proceso inició con una revisión bibliográfica meticulosa, abarcando bases de datos académicas, revistas científicas y otros documentos de interés con el propósito de comprender ampliamente las tendencias actuales en el campo.

Durante la revisión bibliográfica se establecieron criterios de inclusión y exclusión para seleccionar estudios pertinentes siguiendo lo que señalan Linares, Hernández, Domínguez, Fernández, Hevia, Mayor y Ribal (2018) en su trabajo titulado Metodología de una revisión sistemática. La inclusión se centró en investigaciones específicas que abordaran estrategias innovadoras, proporcionaran datos empíricos y resultados concretos de su implementación. Por otro lado, se excluyeron publicaciones que no cumplieran con los estándares de relevancia o calidad metodológica, así como algunos de aquellos que tienen más de 10 años de haber sido publicados.

El proceso de selección de estudios se efectuó con especial atención a la aplicación de los criterios predefinidos. Esto garantizó la incorporación de investigaciones alineadas con el objetivo de la investigación y contribuyó a

construir una base bibliográfica coherente y focalizada. Se utilizaron como palabras clave las siguientes: estrategias educativas, estrategias didácticas en educación física, estrategias tradicionales, estrategias innovadoras y educación física filtrando por año de publicación, e idioma español e inglés, para alcanzar la inclusión de 33 publicaciones

Una vez seleccionados los estudios, se procedió a un análisis crítico de cada uno, evaluando la calidad metodológica y la relevancia de las estrategias descritas. Este análisis se realizó con la idea de obtener información confiable y de alta calidad, fundamentando así las conclusiones del estudio.

La síntesis de resultados se hizo de forma reflexiva, destacando la contribución específica de las estrategias en el entorno de educación física. Este enfoque permitió fundamentar el aporte de la innovación en este ámbito. Al hacer una meticulosa aplicación de criterios de inclusión y exclusión durante la revisión bibliográfica se aseguró la confiabilidad y la fundamentación de este estudio.

## **RESULTADOS**

### **Estrategias didácticas tradicionales en la enseñanza aprendizaje de educación física**

La enseñanza de la educación física ha estado marcada por estrategias didácticas tradicionales que, a lo largo del tiempo, han delineado la forma en que se aborda la actividad física en los centros de enseñanza. Estas estrategias, en su esencia, han sido conformadas por paradigmas pedagógicos arraigados en métodos tradicionales de instrucción y evaluación. A pesar de su longevidad, estas estrategias han sido objeto de discusión ya que la dinámica cambiante y los avances de la sociedad y la diversidad de los estudiantes han planteado interrogantes sobre su efectividad y relevancia en el contexto educativo contemporáneo. Pérez (2019), comenta que "Estos avances de la sociedad en materia de conocimiento, ciencia y tecnología exigen de la educación la incorporación de sucesivas innovaciones para hacer frente a los nuevos contextos que van surgiendo" (p.23).

Las estrategias didácticas tradicionales en educación física han estado dominadas por un enfoque instruccional centrado en el profesor. Lecciones

magistrales, estructuradas de manera estática, han sido una constante, donde el docente asume el rol principal en la transmisión de conocimientos y habilidades, mientras que la evaluación, a menudo, se ha centrado en la ejecución de habilidades específicas, relegando la comprensión más amplia de la actividad física a un segundo plano.

La competición y la comparación han sido características destacadas de estas estrategias. La enseñanza de habilidades, con frecuencia, se ha enfocado en la adquisición de destrezas específicas, con menos énfasis en el desarrollo de habilidades socioemocionales y cognitivas. Así mismo, el contenido curricular ha estado guiado por normas y estándares predefinidos, lo que ha llevado a un enfoque más rígido y uniforme en la enseñanza de la educación física.

En este contexto, las estrategias convencionales han favorecido la uniformidad en la enseñanza, con una estructura que deja poco espacio para la adaptabilidad a las necesidades individuales de los alumnos. La participación del estudiante ha sido en gran medida pasiva, con la absorción de información y la ejecución de tareas más que la exploración activa y la aplicación práctica de conocimientos.

A pesar de su arraigo en la historia educativa, las estrategias didácticas tradicionales en educación física presentan una serie de limitaciones que han generado un llamado a la reflexión y la innovación en la enseñanza de esta disciplina.

En primer lugar, la naturaleza de la enseñanza magistral y la evaluación basada en la ejecución de habilidades específicas pueden excluir a aquellos estudiantes cuyos estilos de aprendizaje difieren de lo común. Esta falta de adaptabilidad puede resultar en una desconexión entre la enseñanza y las necesidades individuales de los estudiantes, comprometiendo así la efectividad del proceso de aprendizaje (Taylor, Scruggs, Balemba, Wiest y Vella, 2018).

La ausencia de una evaluación formativa continua es otra de las debilidades inherentes a las estrategias tradicionales (Escobar y Moreno, 2020). La evaluación centrada en resultados finales limita la retroalimentación inmediata, fundamental para el desarrollo progresivo de habilidades y la corrección de

errores en tiempo real. Esto deja abierta la posibilidad de afectar la capacidad de los estudiantes para comprender y mejorar sus desempeños constantemente.

La competición inherente a estas estrategias también crea un ambiente de aprendizaje tenso, donde algunos estudiantes pueden sentirse desmotivados o ansiosos al ser comparados con sus compañeros, por lo cual, este enfoque limita el desarrollo de habilidades socioemocionales, como la colaboración y el trabajo en equipo, aspectos claves en el crecimiento integral de los individuos (Bastidas, 2020).

Asimismo, la falta de integración de la tecnología y la escasa atención a la relevancia cultural y social son limitaciones evidentes. En una sociedad cada día más tecnificada, la omisión de herramientas digitales en la enseñanza de la educación física priva a los estudiantes de experiencias de aprendizaje más dinámicas e interactivas, por cuanto, desde la educación física es posible gozar de los beneficios que dan las nuevas tecnologías en la práctica de actividades que requieren movimiento por parte del alumno y para el proceso de enseñanza-aprendizaje de conceptos teóricos relacionados con la misma. (UNIR, 2021).

La carencia de una conexión significativa con la realidad cotidiana y las experiencias culturales de los estudiantes hace que la educación física parezca desconectada de sus vidas, disminuyendo su impacto y relevancia.

La revisión crítica de estas estrategias no busca invalidar tajantemente sus méritos, por el contrario, procura fomentar la reflexión sobre la necesidad de evolucionar hacia enfoques más flexibles y en consonancia con los requerimientos del conglomerado social del presente. En consecuencia, en el siguiente análisis, se exploran estrategias didácticas innovadoras que apuntan a la superación de estas limitaciones y fortalecen la experiencia de aprendizaje en educación física.

### **Algunas estrategias tradicionales en la enseñanza y el aprendizaje de educación física**

Las estrategias tradicionales en la enseñanza y el aprendizaje de educación física han sido configuradas por modelos pedagógicos soportados en métodos

convencionales que han operado por una buena cantidad de años. Estas estrategias, a pesar de haber sido la piedra angular de la educación física, son objeto de críticas debido a sus limitaciones en adaptabilidad, participación y relevancia en el contexto educativo actual tal como se describe seguidamente (Aguayo, Bravo, Nocetti, Concha y Aburto, 2019).

Evaluación basada en habilidades específicas: se orienta principalmente hacia la ejecución de habilidades específicas. Los estudiantes son evaluados según su capacidad para realizar destrezas particulares, relegando la evaluación a una medida cuantitativa de habilidades de distinta naturaleza, entre ellas las habilidades de lectura (Reyes, Cafaggi y Llano, 2019), sin considerar aspectos más amplios del desarrollo

Competición y comparación: la competición entre estudiantes y la comparación de sus habilidades son elementos fundamentales. La enseñanza de habilidades casi siempre se enfoca en la adquisición de destrezas específicas, con menos énfasis en el desarrollo de habilidades afectivas y de conocimientos.

Uniformidad en la enseñanza: el contenido curricular sigue normas y estándares predefinidos, resultando en un enfoque uniforme en la enseñanza de la educación física, y por tanto, restringe la adaptabilidad a las necesidades individuales de los estudiantes, creando un marco educativo poco flexible.

Participación pasiva: la participación tiende a ser pasiva con los estudiantes actuando más como receptores de información que como participantes activos en su propio aprendizaje. La dinámica de la clase muchas veces se centra en la ejecución de tareas específicas más que en la exploración activa y la aplicación práctica de conocimientos.

Limitada integración tecnológica y cultural: las estrategias tradicionales muestran una limitada integración de la tecnología y una falta de atención a la relevancia cultural y social. Este enfoque puede privar a los estudiantes de experiencias de aprendizaje más dinámicas e interactivas y puede hacer que la educación física parezca desconectada de sus vidas cotidianas y experiencias culturales.

En conjunto, las estrategias tradicionales en la enseñanza y el aprendizaje de educación física, aunque han sido efectivas en ciertos aspectos, ponen al descubierto limitaciones evidentes que han llevado a un cuestionamiento crítico sobre su idoneidad en el entorno académico actual. La necesidad de adaptarse a la heterogeneidad del conglomerado estudiantil, fomentar una participación más dinámica y promover la relevancia cultural y tecnológica ha impulsado la búsqueda de enfoques más innovadores que se aparejen con las exigencias de la sociedad contemporánea.

### **Fundamentos teóricos que respaldan la efectividad de las estrategias didácticas tradicionales en la enseñanza aprendizaje de educación física**

En el análisis de las estrategias tradicionales en la enseñanza y el aprendizaje de la mencionada asignatura precisa sumergirse en los fundamentos teóricos que tradicionalmente le han dado sostén a estas prácticas. Es así como en este apartado se analiza las perspectivas clásicas que han influido en la concepción y aplicación de estrategias educativas convencionales desde el conductismo de Skinner hasta la teoría del desarrollo motor expuesta por Gallahue y dan Ozmun (2006), tomando en cuenta cómo estas teorías han dado cuerpo a la estructura y el enfoque de la educación física tradicional. Este abordaje crítico ayuda a entender la raíz de las estrategias convencionales y arroja luz sobre su impacto en el proceso de enseñanza-aprendizaje en la educación física.

Entre estos fundamentos está el conductismo, que en palabras de Skinner y Ardilla (1975) enfatiza lo valioso de la repetición y la práctica para el aprendizaje. En su obra *Ciencia y Conducta Humana* publicada en la octava década del siglo XX argumentaba que la práctica adecuada es de gran valía para el perfeccionamiento de habilidades. Mientras que Freire citado por Soto (2022) afirmaba que la educación no cambia el mundo, sino a las personas, y estas cambian el mundo". Esta crítica resalta la necesidad de enfoques más dinámicos y participativos en la educación en general, y en particular en educación física.

Por otro lado, está la teoría del cognitivismo impulsada por Piaget (1954), quien en una de sus obras argumentaba que no es posible separar la inteligencia de la acción ni de la emoción. Aunque centrado en el desarrollo cognitivo, la aplicación

práctica de sus teorías en la educación física tradicional ha sido cuestionada.

Otra importante teoría es la del aprendizaje social que destaca la trascendencia de la observación y la imitación en el aprendizaje. Esta teoría manifiesta que los individuos aprenden por medio de la ejecución directa de comportamientos, así como a través de la observación de la forma en que otros actúan. Finalmente está la teoría del aprendizaje cooperativo de Johnson y Johnson, desde el cual, Azorín (2018), los grupos cooperativos promocionan un aprendizaje más efectivo, perdurable y grato. Esta perspectiva resalta la importancia de la interacción entre compañeros.

A pesar de la influencia de estas teorías, nuevas corrientes pedagógicas han surgido en respuesta a las limitaciones de las estrategias tradicionales. Teóricos como Vygotsky y Dewey han defendido enfoques más constructivistas y experienciales (Bulle, 2021), mismos que pueden ser aplicables también en la educación física para fomentar la participación, la reflexión y la adaptabilidad como fundamentos para un mejor aprendizaje.

Estas perspectivas desafían la rigidez de las estrategias tradicionales, proponiendo una educación física más alineada con las necesidades de una sociedad dinámica y cambiante en todos los aspectos.

### **Ejemplos de implementaciones exitosas de estrategias didácticas tradicionales en contextos educativos.**

Las estrategias didácticas tradicionales han resistido el paso del tiempo, demostrando eficacia tanto en entornos educativos generales como específicamente en la enseñanza de educación física. El manejo de clases magistrales donde el profesor expone teorías y técnicas continúa siendo importante, sobre todo porque el aprendizaje es un proceso social que se beneficia de la interacción directa con el conocimiento transmitido por un experto. Se entiende entonces que la clase magistral tiene un arraigo en la educación y es una de las prácticas pedagógicas tradicionales de mayor difusión (Gatica y Rubí, 2021). En el ámbito de la educación física, la demostración práctica de habilidades motoras es esencial.



Desde la perspectiva del aprendizaje observacional, los estudiantes pueden modelar y replicar comportamientos observados, facilitando la comprensión y mejora de las habilidades. La utilización de manuales y libros de texto también ha mostrado ser valiosa, pues constituyen para el educando un recurso estructurado para revisar conceptos teóricos. A decir de Bruner (2018), acceder a la información organizada de forma secuencial facilita el entendimiento y retención de conocimientos.

Las pruebas escritas y evaluaciones teóricas, aplicadas tanto en contextos generales como específicos de educación física, representan una forma de medir la comprensión conceptual y la aplicación de teorías. Al respecto, Bloom en su taxonomía de objetivos educativos afirma que la evaluación escrita puede situarse en niveles superiores, como análisis y síntesis, fomentando de tal modo, una comprensión profunda.

Peña y Bonhomme (2018) explican que las instrucciones paso a paso también encuentran su justificación en la teoría de la cognición situada de Lave y Wenger, que resalta lo positivo de la práctica guiada para el aprendizaje efectivo. Estos autores argumentan:

La perspectiva del aprendizaje situado nos parece relevante para pensar un aprendizaje que es también *político* en tanto rescata otras instancias de relación y participación de los sujetos, suponiendo posiciones alternativas a las que están expuestos los estudiantes (Peña y Bonhomme, 2018, p4)

En educación física, descomponer habilidades motoras complejas en pasos más manejables se alinea con esta perspectiva, facilitando al estudiante la asimilación gradual de conocimientos y habilidades.

Aun cuando estas estrategias han demostrado su valía, es oportuno recordar la necesidad de flexibilidad y adaptación, porque la educación es un proceso dinámico que debe evolucionar para atender las cambiantes necesidades de los estudiantes. Aunque estas se han visto como eficaces en ciertos contextos, presentan limitaciones significativas, una muestra de ello es la excesiva

dependencia de clases magistrales y evaluaciones teóricas que limitan la participación y la aplicación práctica de conocimientos, la ausencia de enfoque en el desarrollo de habilidades blandas, la creatividad y el pensamiento crítico también representa una debilidad, principalmente si se asume que la educación contemporánea persigue el desarrollo de habilidades que sobrepasen la simple transmisión de información.

Sintetizando, es lógico afirmar que en la necesidad de adaptarse a la era digital y aprovechar la tecnología para el aprendizaje activo también sobresale lo favorable que es combinar estrategias tradicionales con métodos innovadores y centrados en el estudiante. Esta combinación de métodos tradicionales con enfoques modernos podría ofrecer una experiencia educativa más satisfactoria.

### **Estrategias didácticas innovadoras en la enseñanza y aprendizaje de la educación física**

Las estrategias didácticas innovadoras en el ámbito de la educación física representan un enfoque novedoso que busca transformar el proceso de enseñanza-aprendizaje, incorporando métodos creativos y adaptativos. Menciona Medina (2018) que la creatividad es la producción divergente que trata el reconocimiento y la generación de nueva información a partir de información conocida, centrada en la diversidad y cantidad producida. Esta resulta tan valiosa en la educación como la alfabetización, y por tanto, debería tratarse con igual valor. En este sentido, se aprecia una tendencia hacia prácticas más orientadas en el estudiante y en desarrollar habilidades integrales.

La gamificación, por ejemplo, se ha convertido en una estrategia innovadora que fusiona elementos de juego con objetivos educativos. De allí que, los videojuegos son la forma de aprendizaje del futuro, y esta idea se ha trasladado al ámbito educativo, incluyendo la educación física. La integración de desafíos lúdicos y competencias saludables motiva a los estudiantes y fomenta el trabajo en equipo y el desarrollo de habilidades motoras. De acuerdo con Guacas (2019), la utilización de videojuegos en el aula puede ser una estrategia innovadora, por lo que su aplicación dependerá desde la actitud que tenga el docente para renunciar a su metodología tradicional (p.49).

Así mismo, la tecnología desempeña un papel de vanguardia en estrategias innovadoras. Flipped Classroom impulsa el aprendizaje activo al invertir el proceso tradicional de enseñanza, por ello, se puede decir que la tecnología es esencial para el aprendizaje constructivista, y su aplicación en la educación física permite a los estudiantes acceder a recursos multimedia para prepararse previamente a la clase.

La inclusión de metodologías como el Aprendizaje Basado en Problemas (ABP) también destaca en la educación física, y queda en evidencia cuando se sabe que esta estrategia estimula el aprendizaje significativo al abordar problemas del mundo real, permitiendo a los estudiantes aplicar conceptos teóricos en situaciones prácticas. Así que, integrar la teoría y la práctica de forma contextualizada en la educación física fortalece el manejo conceptual y hace hincapié en la relevancia de las habilidades adquiridas en la vida cotidiana.

### **Algunas estrategias didácticas innovadoras en la enseñanza y el aprendizaje de educación física.**

En la evolución de la educación física, la incorporación de estrategias didácticas innovadoras se ha vuelto interesante para adaptarse a las necesidades cambiantes de los estudiantes y fomentar un aprendizaje de mayor calidad. A continuación, se describen estrategias respaldadas por la visión de reconocidos expertos en el campo.

Gamificación en la Educación Física: integra elementos de juego en las clases para motivar a los estudiantes y fomentar la participación. Sevilla, Dopico, Morales, Iglesias, Fariñas y Carballeira (2023) apuntan que la gamificación aumenta el aprendizaje del alumno respecto al grupo de enseñanza tradicional, sin modificar los niveles de motivación.

Flipped Classroom (Aula Invertida): permite cambiar la dinámica tradicional de enseñanza al proporcionar materiales y recursos multimedia antes de la clase, haciendo que el tiempo en el aula se dedique a la aplicación práctica y la interacción.

Con ello, la tecnología da acceso al aprendizaje fuera del aula, transformando el espacio tradicional de clase en un ambiente interactivo enfocado en el alumno.

Aprendizaje Basado en Problemas (ABP) en Educación Física: da la posibilidad de presentar a los estudiantes problemas reales relacionados con la actividad física y el bienestar, permitiéndoles aplicar conocimientos teóricos en contextos prácticos

Uso de Tecnologías Interactivas: incorpora dispositivos como sensores de movimiento, aplicaciones y plataformas digitales interactivas para mejorar la retroalimentación y la monitorización del rendimiento físico. En torno a esto, González (2010) asegura que la tecnología puede transformar la experiencia de aprendizaje y "ser competente en la utilización de las tecnologías de la información y la comunicación como instrumento de trabajo intelectual incluye utilizarlas en su doble función de transmisoras y generadoras de información y conocimiento (p.55).

Metodología Cooperativa en Actividades Físicas: promueve el trabajo en equipo y la cooperación a través de actividades físicas grupales, donde los estudiantes aprenden colaborativamente; de tal manera que, el aprendizaje cooperativo no es simplemente un método, es también una filosofía educativa con capacidad de transformar la dinámica del salón de clases.

Estas estrategias aparte de mejorar la eficacia del proceso de enseñanza-aprendizaje en educación física, también desarrollan habilidades esenciales para la vida, como la colaboración, la resolución de problemas y la adaptabilidad.

### **Fundamentos teóricos que respaldan la efectividad de las estrategias didácticas innovadoras en la enseñanza aprendizaje de educación física**

Las estrategias didácticas innovadoras en la enseñanza y aprendizaje de educación física hallan fundamentos teóricos robustos en diversas corrientes pedagógicas respaldadas por influyentes expertos. Desde una perspectiva constructivista, teóricos como Piaget y Vygotsky acentúan la construcción activa del conocimiento por parte de los estudiantes.

La implementación del Aprendizaje Basado en Problemas (ABP), desafiando a los alumnos con problemas de la vida real refleja esta idea de construcción activa y significativa del conocimiento.

Por su parte, la teoría del aprendizaje significativo señala la conveniencia de conectar nuevos conocimientos con la estructura cognitiva previa. En educación física, la integración de tecnologías interactivas para analizar el rendimiento físico ejemplifica esta idea, buscando un aprendizaje más profundo.

La teoría de la motivación supone que la satisfacción de las necesidades psicológicas básicas impulsa la motivación intrínseca. Así, el juego, que introduce elementos lúdicos en la educación física, se ajusta a esta teoría y convierte las actividades en experiencias de aprendizaje apasionantes.

La teoría del aprendizaje situado respalda el aprendizaje efectivo en contextos auténticos. La aplicación del Aula Invertida donde los estudiantes previamente acceden a recursos multimedia se ajusta a este postulado, contextualizando la teoría y promoviendo la praxis.

Entre tanto, el constructivismo social categoriza la interacción social en el aprendizaje. Estrategias como la metodología cooperativa en actividades físicas, que fomenta la colaboración entre estudiantes, reflejan este enfoque, creando un entorno social de aprendizaje.

En conjunto, estas estrategias innovadoras en educación física están fundamentadas en teorías reconocidas, como la construcción activa del conocimiento, la conexión significativa de conceptos, la satisfacción de necesidades motivacionales, la integración en contextos auténticos y la promoción de la interacción social, consolidando así un marco pedagógico sólido y efectivo.

### **Ejemplos de implementaciones exitosas de estrategias didácticas innovadoras en contextos educativos.**

Las estrategias didácticas innovadoras han dejado una huella significativa en diversos contextos educativos, demostrando su efectividad tanto en la enseñanza general como en la específica de educación física.

En el campo de las ciencias, la implementación exitosa del Aprendizaje Basado en Proyectos (ABP) ha transformado el modo en que los estudiantes abordan conceptos científicos.

En el campo de la educación física, la incorporación de tecnologías interactivas ha transformado como se trata el desempeño físico. Según González (2010), la tecnología no sustituye la actividad física, sino que la mejora y ajusta, ofreciendo retroalimentación inmediata y adaptada a las necesidades particulares de cada estudiante.

En la enseñanza de deportes, la metodología cooperativa ha demostrado ser exitosa al promover la colaboración y el trabajo en equipo. Esta estrategia en deportes desarrolla habilidades interpersonales esenciales y fortalece el rendimiento grupal.

Por último, cabe destacar que las estrategias didácticas innovadoras han aportado dinamismo y eficacia a la educación, sin embargo, presentan ciertas limitaciones que requieren consideración. La implementación generalizada de tecnologías y enfoques no convencionales puede resultar en una brecha de acceso y habilidades digitales entre estudiantes. Además, la dependencia excesiva de la tecnología puede alejar el objetivo central de la enseñanza y, en ciertas ocasiones, contribuir a la alienación de los estudiantes.

Otro desafío es la variabilidad en la disponibilidad de recursos y la capacitación del profesorado para adoptar estas estrategias. La falta de acceso equitativo a la tecnología y la formación limitada pueden excluir a algunos estudiantes de los beneficios de estas innovaciones (Monfredini, 2023). Igualmente, el énfasis en las metodologías activas a veces puede descuidar la necesidad de adquirir conocimientos fundamentales, especialmente en disciplinas teóricas.

Asimismo, las estrategias innovadoras pueden generar una carga adicional de trabajo para los educadores, ya que la planificación y ejecución de enfoques no convencionales requieren más tiempo y esfuerzo. La necesidad de adaptarse continuamente a nuevas tecnologías y métodos también genera fatiga entre los docentes. Mientras las estrategias didácticas innovadoras ofrecen beneficios significativos, es necesario abordar con sentido crítico sus limitaciones para

garantizar una implementación equitativa y efectiva que satisfaga las necesidades diversificadas de alumnos y maestros.

### **Estrategias didácticas tradicionales e innovadoras en el contexto educativo. Un análisis comparativo**

Las estrategias didácticas innovadoras presentan varias ventajas significativas sobre las estrategias tradicionales en educación física. Al acoger un enfoque centrado en el estudiante, estas estrategias promueven una participación dinámica, adaptabilidad a diversos estilos de aprendizaje y el uso efectivo de la tecnología. De la misma manera, permiten una evaluación más formativa y continua, fomentan la relevancia cultural y social, y buscan el desarrollo integral de habilidades más allá de las técnicas físicas. En contraste, las estrategias tradicionales, al ser más rígidas y centradas en el profesor, pueden limitar la participación y la adaptabilidad, así como carecer de la conexión necesaria con la realidad cotidiana de los estudiantes.

El cuadro 1 hace una comparación entre las estrategias didácticas tradicionales y las innovadoras y recalca la pertinencia de considerar y adoptar enfoques innovadores en la enseñanza de la educación física, reconociendo que la flexibilidad, la participación del estudiante y la integración de tecnología contribuyen significativamente a un proceso de aprendizaje más efectivo.

**Cuadro 1.** Comparación entre estrategias didácticas tradicionales y estrategias didácticas innovadoras en el campo de la educación física.

<b>Aspecto</b>	<b>Estrategias didácticas innovadoras</b>	<b>Estrategias didácticas tradicionales</b>
<b>Enfoque pedagógico</b>	Centrado en el alumno, promueve la participación y el aprendizaje significativo.	Centrado en el docente y en la transmisión unidireccional del conocimiento.
<b>Flexibilidad y adaptabilidad</b>	Se ajusta a distintos estilos de aprendizaje y habilidades y permite atender la individualidad.	Son rígidas y uniformes, limitadas para ajustarse a las individualidades de cada alumno.
<b>Uso de tecnología</b>	Facilita la integración de tecnologías para fortalecer la	Prescinde del uso de tecnología y se centra en

	experiencia de aprendizaje.	métodos tradicionales de enseñanza.
<b>Participación del estudiante</b>	Promueve el dinamismo, la autoexploración y el descubrimiento personal, mejorando la motivación y el compromiso.	Favorece la participación pasiva donde el alumno es sólo un receptor de mensajes.
<b>Evaluación formativa</b>	Integra evaluaciones continuas y formativas que dan paso a la retroalimentación en tiempo real facilitando el aprendizaje.	Realiza evaluaciones tradicionales sumativas centradas en resultados finales sin dar cabida a la retroalimentación en tiempo real.
<b>Relevancia cultural y social</b>	Asume la diversidad sociocultural del alumno, ligando la educación física con la cotidianidad.	Carece de conexión con la realidad cotidiana del estudiante, limitando su aplicabilidad fuera del ambiente de aprendizaje.
<b>Desarrollo de habilidades</b>	Apunta al desarrollo de habilidades técnicas físicas, incorporando habilidades afectivas y cognitivas.	Prevalece el desarrollo de habilidades físicas específicas a través de prácticas repetitivas.

**Fuente:** Elaborado por los autores.

### **Necesidad y pertinencia de aplicar estrategias didácticas innovadoras para mejorar el proceso de enseñanza aprendizaje de educación física**

La necesidad y pertinencia de aplicar estrategias didácticas innovadoras en la enseñanza-aprendizaje de educación física responde a la evolución constante de la educación y a la creciente comprensión de las necesidades diversificadas de los estudiantes.

La educación física, al igual que otras disciplinas, se beneficia de la integración de estrategias innovadoras que se compaginan con las teorías contemporáneas sobre el aprendizaje, que al ser un proceso activo y social requiere de la introducción de estrategias que fomenten la participación y la interacción como fundamentos decisivos en la educación física.

La diversificación de estilos de aprendizaje también respalda la aplicación de estrategias innovadoras para que los estudiantes aprendan desde diversas formas, de allí el interés de adoptar enfoques que se ajusten a los distintos estilos

en que los estudiantes procesan la información.

La era digital actual también demanda la integración de tecnologías en la educación física. Los estudiantes del presente han cambiado radicalmente su estilo de aprender gracias a la incorporación de tecnologías interactivas que ofrecen oportunidades para personalizar la experiencia educativa y aumentar su motivación. De tal forma que, la aplicación de estrategias didácticas innovadoras en la señalada asignatura no sólo es una respuesta necesaria a los cambios en la sociedad y la comprensión del aprendizaje, es también una oportunidad para mejorar significativamente el acto educativo.

En suma, no queda duda que, adoptar enfoques que fomenten la intervención, se ajusten a la diversidad de estilos de aprendizaje y utilicen la tecnología efectivamente contribuirá a una educación física más relevante, estimulante y centrada en el estudiante.

### **Desafíos actuales en la enseñanza de educación física a partir de la implementación de estrategias didácticas innovadoras basadas en las nuevas tecnologías.**

La enseñanza de educación física enfrenta desafíos significativos en la actualidad, especialmente al incorporar estrategias didácticas innovadoras basadas en las nuevas tecnologías. Se vive en un entorno que cambia rápidamente, y lo que se hace hoy día impacta en el futuro. En este escenario, la implementación de tecnologías en la educación física introduce retos y oportunidades.

Uno de los retos radica en la brecha digital que surge entre los estudiantes. La capacidad de acceder y utilizar tecnologías varía considerablemente (Monfredini, 2023), ante lo cual, los docentes deben abordar estas desigualdades para garantizar una implementación equitativa de estrategias tecnológicas sin exclusión.

Por otro lado, la rápida evolución tecnológica impone desafíos en la formación docente. La integración efectiva de nuevas tecnologías amerita que los educadores estén actualizados y consustanciados con las herramientas

digitales. Toffler (1979) advertía que el analfabetismo del presente siglo no sería saber leer o escribir, sería aprender, desaprender y reaprender. Entonces, la necesidad de capacitación continua es fundamental para superar este desafío.

La distracción digital en el aula también es un obstáculo, pues se es lo que se contempla, y así, el exceso de estímulos digitales afecta la concentración y participación del alumno, frente a lo cual, los maestros necesitan hallar un equilibrio para aprovechar las tecnologías sin comprometer la atención y el compromiso en el entorno de educación física.

Igualmente, la privacidad y la seguridad de los datos son preocupaciones crecientes al utilizar tecnologías en la enseñanza (Roca, 2020), y como efecto surge la necesidad de establecer políticas y prácticas que protejan la privacidad de los individuos y mitiguen los riesgos asociados con el uso de tecnologías educativas.

## **CONCLUSIONES**

A partir de la revisión documental realizada sobre estrategias de enseñanza-aprendizaje innovadoras en educación física, se pueden extraer varias conclusiones. En primer lugar, queda clara la importancia de adoptar enfoques novedosos y actualizados en la enseñanza de esta disciplina, reconociendo la necesidad de adaptarse a las demandas cambiantes de la educación en particular, y de la sociedad en general.

Las estrategias de enseñanza analizadas demuestran que la innovación en educación física no es únicamente deseable, sino también eficaz. En específico, las aplicaciones tecnológicas irrumpen como herramientas idóneas para mejorar la participación y el rendimiento de los estudiantes. Este hallazgo subraya la relevancia de integrar la tecnología con inteligencia en el proceso educativo, suministrando experiencias de aprendizaje más atractivas y adaptadas a las preferencias de la generación actual de estudiantes.

La revisión también pone de manifiesto la necesidad de romper con los esquemas de enseñanza tradicional en educación física. Los resultados resaltan que las prácticas docentes innovadoras tienen el potencial de superar las

limitaciones asociadas con métodos convencionales, abriendo la puerta a un aprendizaje más dinámico y significativo. La adopción de nuevas estrategias se presenta como una opción viable y respuesta necesaria para enfrentar los desafíos educativos del presente y del futuro. En términos más amplios, este análisis refuerza la idea de que la innovación en la educación física mejora la calidad de la enseñanza y contribuye al desarrollo integral de los estudiantes, preparándolos para enfrentar las demandas de una sociedad en constante dinamismo. Bajo este panorama luce apropiado que los docentes de educación física se mantengan actualizados y dispuestos a explorar nuevas metodologías, reconociendo que la innovación, a más de ser un valor agregado, es una herramienta fundamental para el progreso educativo.

## REFERENCIAS

- Aguayo Vergara, M., Bravo Molina, M., Nocetti de la Barra, A., Concha Sarabia, L., y Aburto Godoy, R. (2019). Perspectiva estudiantil del modelo pedagógico flipped classroom o aula invertida en el aprendizaje del inglés como lengua extranjera. *Revista Educación*, 43(1), 97-113. DOI: <https://doi.org/10.15517/revedu.v43i1.31529>
- Azorín Abellán, C. M. (2018). El método de aprendizaje cooperativo y su aplicación en las aulas. *Perfiles educativos*, 40(161), 181-194. [https://www.scielo.org.mx/scielo.php?pid=S0185-26982018000300181&script=sci\\_arttext](https://www.scielo.org.mx/scielo.php?pid=S0185-26982018000300181&script=sci_arttext)
- Bastidas Sierra, J. I. (2020). *Estrategias de evaluación empleadas por el docente en el aprendizaje de matemática de los estudiantes de séptimo año de educación general básica* (Tesis de maestría, Universidad Tecnológica Indoamérica, Quito). Repositorio institucional de la UTI. <https://repositorio.uti.edu.ec/handle/123456789/1853>
- Bruner, J. S. (2018). *Desarrollo cognitivo y educación*. Ediciones Morata. <https://books.google.es/books?hl=es&lr=&id=nZojEAAQBAJ&oi=fnd&pg=PT6&dq=bruner&ots=fYI7MyKvPu&sig=IZvsgwpC-Nt1yoeE-NA71K3ZRI0#v=onepage&q=bruner&f=false>
- Bulle, N. (2021). Vygotsky versus Dewey on mental causation: The core of two divergent conceptions of human thought. *New Ideas in Psychology*, 63, 100898. <https://www.sciencedirect.com/science/article/abs/pii/S0732118X21000477>
- Cuevas Galicia, I. (2020). La política deportiva y el valor público del deporte. *Encrucijada Revista electrónica Del Centro De Estudios En*

*Administración Pública*, (34), 25–43. <https://doi.org/10.22201/fcpys.20071949e.2020.34.70175>

Escobar, M. R. C., y Moreno, J. A. V. (2020). Aula invertida una estrategia motivadora de enseñanza para estudiantes de educación general básica. *Dominio de las Ciencias*, 6(3), 878-897. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=7539749>

Gallahue, D. L., y dan Ozmun, J. C. (2006). *Understanding Motor Development: Infants, Children, Adolescents, Adults*. New York: McGraw-Hill.

Gatica-Saavedra, M., y Rubí-González, P. (2021). La clase magistral en el contexto del modelo educativo basado en competencias. *Revista Electrónica Educare*, 25(1), 321-332. <http://doi.org/10.15359/ree.25-1.17>

González, R. N. (2010). La inclusión de las nuevas tecnologías en la programación del área de Educación Física. *EmásF: revista digital de educación física*, (4), 53-65. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=3233222>

Guacas, K. C. M. (2019). Videojuegos en la enseñanza. *Revista Universitaria de Informática RUNIN*, 5(8), 43-50.

Hijos, A. Q., y Cosculluela, C. L. (2022). *Tecnología y neuroeducación desde un enfoque inclusivo*. Ediciones Octaedro. <https://acortar.link/fA0Brm>

Juárez, M. D. L. L. E., y Macías, R. G. (2021). Perspectivas de la escuela tradicional, nueva y contemporánea. *Ingenio y Conciencia Boletín Científico de la Escuela Superior Ciudad Sahagún*, 8(15), 30-34. <https://repository.uaeh.edu.mx/revistas/index.php/sahagun/article/view/6458>

Linares-Espinós, E., Hernández, V., Domínguez-Escrig, J. L., Fernández-Pello, S., Hevia, V., Mayor, J., y Ribal, M. J. (2018). Metodología de una revisión sistemática. *Actas Urológicas Españolas*, 42(8), 499-506. <https://www.sciencedirect.com/science/article/abs/pii/S0210480618300615>

Medina, Á. M. (2018). Creatividad: estrategias y técnicas creativas empleadas en educación universitaria. *Revista de investigación*, 42(94). <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=376160142002>

Monfredini, I. (2023). La política de ciencia y tecnología para la inclusión social en Brasil. *Revista Cubana De Educación Superior*, 34(1 ene-abr). Recuperado a partir de <https://revistas.uh.cu/rces/article/view/4059>

Pamplona-Raigosa, J., Cuesta-Saldarriaga, J. C., y Cano-Valderrama, V. (2019). Estrategias de enseñanza del docente en las áreas básicas: una mirada al aprendizaje escolar. *Revista eleuthera*, 21, 13-33.

[http://www.scielo.org.co/scielo.php?pid=S2011-45322019000200013&script=sci\\_arttext](http://www.scielo.org.co/scielo.php?pid=S2011-45322019000200013&script=sci_arttext)

Pastor, V. M. (2023). La evaluación en educación física: Revisión de los modelos tradicionales y planteamiento de una alternativa. <https://lc.cx/koFES7https://lc.cx/koFES7>

Peña-Ochoa, M. A., y Bonhomme, A. (2018). Territorios de aprendizaje en niños vulnerables: Un acercamiento desde el aprendizaje Situado. *Psicoperspectivas*, 17(2), 139-150. [https://www.scielo.cl/scielo.php?pid=S0718-69242018000200139&script=sci\\_arttext&tlng=en](https://www.scielo.cl/scielo.php?pid=S0718-69242018000200139&script=sci_arttext&tlng=en)

Pérez, A. A. D. (2019). Estudio experimental sobre estrategias didácticas innovadoras y tradicionales en la enseñanza de Estudios Sociales. *Revista Electrónica de conocimientos, saberes y prácticas*, 2(1), 21-35. <https://camjol.info/index.php/recsp/article/view/8164>

Piaget, J. (1954). *Inteligencia y afectividad*. Buenos Aires: laique.

Ramírez, J., y de Oca, I. M. E. M. (2019). Cultura física: más que dos horas de educación física. *Red de Investigación Educativa*, 11(1), 52-55. <https://revistas.uclave.org/index.php/redine/article/view/1992>

Reyes-Cárdenas, F. D. M., Cafaggi Lemus, C. E., y Llano Lomas, M. G. (2019). Evaluación y aprendizaje basado en habilidades de pensamiento en un curso de laboratorio de química general. *Educación química*, 30(3), 79-91. [https://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0187-893X2019000300079](https://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0187-893X2019000300079)

Roca, A. P. (2020). Sociedad de la información, sociedad digital, sociedad de control. Inguruak. *Revista Vasca de Sociología y Ciencia Política*, (68). <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=7526046>

Rodríguez Torres, Á. F., Rodríguez Alvear, J. C., Guerrero Gallardo, H. I., Arias Moreno, E. R., Paredes Alvear, A. E., y Chávez Vaca, V. A. (2020). Beneficios de la actividad física para niños y adolescentes en el contexto escolar. *Revista Cubana de Medicina General Integral*, 36(2). [http://scielo.sld.cu/scielo.php?pid=S0864-21252020000200010&script=sci\\_arttext](http://scielo.sld.cu/scielo.php?pid=S0864-21252020000200010&script=sci_arttext)

Sevilla-Sanchez, M., Dopico Calvo, X., Morales Aznar, J., Iglesias-Soler, E., Fariñas, J., y Carballeira, E. (2023). La gamificación en educación física: efectos sobre la motivación y el aprendizaje. *Retos*, Núm. 47, p. 87-95. <https://dau.url.edu/handle/20.500.14342/3692>

Skinner, B. F. (1970). *Ciencia y conducta humana: una psicología científica*. Fontanella.

- Skinner, B. F., y Ardilla, R. (1975). *Sobre el conductismo* (pp. 158-159). Fontanella.
- Soto, M. (2022). La educación no cambia al mundo: cambia a las personas que van a cambiar el mundo. *Observatorio Económico*, (168), 9-9. <https://www.observatorioeconomico.cl/index.php/oe/article/view/456>
- Taylor, K., Scruggs, P. W., Balemba, O. B., Wiest, M. M., y Vella, C. A. (2018). Associations between physical activity, resilience, and quality of life in people with inflammatory bowel disease. *European journal of applied physiology*, 118, 829-836. <https://link.springer.com/article/10.1007/s00421-018-3817-z>
- Toffler, A. (1979). *La tercera ola*. Plaza & Janes
- UNIR (2021). Uso de las TICS en educación física: ventajas y como incorporarlas. *Revista UNIR*. <https://www.unir.net/educacion/revista/tic-educacion-fisica/>