

Silvia Fabiola Barros-Barros; Helder Guillermo Aldas-Arcos

<http://dx.doi.org/10.35381/r.k.v6i2.1223>

Estrategias innovadoras para el proceso de enseñanza – aprendizaje de la Educación Física en Bachillerato

Innovative strategies for the teaching-learning process of Physical Education in high school

Silvia Fabiola Barros-Barros
silvia.barros@est.ucacue.edu.ec
Universidad Católica de Cuenca, Azogues
Ecuador
<https://orcid.org/0000-0002-0828-3776>

Helder Guillermo Aldas-Arcos
hgaldasa@ucacue.edu.ec
Universidad Católica de Cuenca, Azogues
Ecuador
<https://orcid.org/0000-0002-8389-5473>

Recepción: 25 de enero 2021
Revisado: 20 de febrero 2021
Aprobación: 30 de abril 2021
Publicación: 15 de mayo 2021

RESUMEN

El presente estudio se desarrolla por el poco interés de los estudiantes de bachillerato por la asignatura de Educación Física, algunos piensan que esta asignatura es de relleno y menos importante, el objetivo es describir y clasificar las estrategias innovadoras de mayor utilidad para el proceso de enseñanza – aprendizaje de la Educación Física. El estudio tiene un enfoque cuantitativo de tipo descriptivo no experimental, de corte transversal, la muestra corresponde a los docentes de Educación Física del nivel de bachillerato de la provincia del Azuay. Para la recolección de datos se utilizó la técnica de la encuesta, que fue validada por especialistas académicos. Los resultados obtenidos muestran que en el sistema educativo se utilizan estrategias tradicionales y activas, es decir algunos docentes innovan sus clases con estrategias contemporáneas y algunos docentes no aprovechan todo el potencial que ofrecen las diversas estrategias o a su vez desconocen las mismas.

Descriptores: Estrategias educativas; educación física; aprendizaje activo. (Palabras tomadas del Tesoro UNESCO).

ABSTRACT

This study is developed due to the little interest of high school students in the Physical Education subject, some think that this subject is filler and less important, the objective is to describe and classify the most useful innovative strategies for the teaching process - Learning Physical Education. The study has a quantitative, descriptive, non-experimental approach, cross-sectional, the sample corresponds to Physical Education teachers at the baccalaureate level of the province of Azuay. For data collection, the survey technique was used, which was validated by academic specialists. The results obtained show that the educational system uses traditional and active strategies, that is, some teachers innovate their classes with contemporary strategies and some teachers do not take advantage of the full potential offered by the various strategies or are unaware of them.

Descriptors: Educational strategies; physical education; activity learning. (Words taken from the UNESCO Thesaurus).

INTRODUCCIÓN

A través del tiempo la educación se ha transformado, del mismo modo la pedagogía y los modelos de educación, empezando por los tradicionales hasta llegar al constructivismo, por eso los docentes deben estar en constante capacitación, buscando las mejores alternativas para las exigencias actuales, esta investigación se centra en estrategias innovadoras para el proceso de enseñanza – aprendizaje de la Educación Física en bachillerato, debido a que son la base fundamental para el desarrollo de la educación. Según (Naz & Sohaib-Murad, 2017), el uso de estrategias innovadoras ha sido un tema candente y discutido durante la última década, los docentes deben ser innovadores, creativos e inteligentes para acoger diversas estrategias que faciliten el aprendizaje de los estudiantes de acuerdo a sus capacidades y diferencias.

Durante todos estos años en la Educación Física, han predominado dos modelos educativos según el (Mineduc, 2016), el conductista y el tradicional, estos han sido esenciales para el proceso de enseñanza – aprendizaje, los cuales se centran en las habilidades, dando importancia al rendimiento, la técnica y la automatización de movimientos específicos, donde prima el resultado y no el proceso; las estrategias de enseñanza son directas, por reproducción y centrados en el docente como autoridad absoluta, por lo tanto, los estudiantes son pasivos y sin críticas (Lambert, et al. 2021).

En la actualidad la Educación Física se basa en el constructivismo, el cual establece que, el estudiante es el centro de enseñanza – aprendizaje, teniendo como objetivo que los estudiantes alcancen los conocimientos, habilidades y la confianza de participar y disfrutar de una actividad física saludable (Agama-Sarabia & Crespo-Knopfler, 2016). Es por ello que las estrategias deben diseñarse de tal forma que los estudiantes puedan aprovechar las oportunidades y conseguir mejores resultados en el aprendizaje, siendo la Educación Física actual el escenario ideal para fomentar e impulsar habilidades para la vida; no se trata solo de enseñar habilidades motoras, sino que abarca todo un proceso de enseñanza aprendizaje integral, en los ámbitos físico, cognitivo, social y afectivo.

Existen aportes para el desarrollo del proceso de enseñanza aprendizaje escolarizado, y en específico para impartir las clases de educación física, entre las principales estrategias innovadoras están: Aula invertida (flipped classroom), aprendizaje cooperativo, gamificación (Campos-Gutiérrez, et al. 2021), (Velázquez-Callado, 2015) y (Monguillot-Hernando, et al. 2015). Así mismo, la tecnología a dominado el mundo y las personas pasan más tiempo frente a la televisión, laptop, celulares, entre otras, mientras aumenta el tiempo en la pantalla se disminuye la práctica de la actividad física dando paso al sedentarismo, siendo las clases de educación física el único lugar donde los estudiantes se encuentran físicamente activos (Chalapud-Narváez, et al. 2019).

En este sentido, se destaca la importancia y beneficios de la actividad física, como también hay estudios de que los adolescentes no participan lo suficiente, por ello la educación física debe lograr un impacto positivo en el comportamiento y la promoción de hábitos de vida saludables (Pérez, 2014). Si bien es cierto la Educación Física es una asignatura fascinante para muchos estudiantes, pero también existen casos en los que se sienten desmotivados. La Educación Física en el nivel de bachillerato, para algunos es humillante, frustrante, vergonzosa y apenas tolerable y otros se sienten infelices debido a la desafección y la repetición (Carriedo, et al. 2019).

Por lo anteriormente planteado el problema científico es que los estudiantes muestran desinterés por la Educación Física, en virtud de que piensan que es una asignatura de relleno y no es importante, sin dejar de lado que los adolescentes se encuentran en una etapa de transición o en una fase sensible por lo cual se aburren y desmotivan fácilmente, por ello es preciso la actualización de los docentes, para que cuenten con las herramientas necesarias para innovar y motivar a los estudiantes haciendo que les guste y valoren la asignatura, así como su salud.

Siendo necesario que en las clases de educación física, una de las tareas principales de los docentes, es trabajar con técnicas nuevas que motiven a sus escolares a estar presentes y activos en la clase, para ello han de usar estrategias que involucren a estudiantes desmotivados y conservar el interés con el resto. Con esto se busca que los

docentes y educandos mejoren el proceso de enseñanza – aprendizaje, obteniendo una educación integral con aprendizajes significativos, donde los estudiantes crean y practican sus propias actividades o juegos y el maestro es el orientador, facilitador o guía durante el proceso, logrando transformar las prácticas de los estudiantes.

Este artículo científico tiene como objetivo general describir y clasificar las estrategias innovadoras de mayor utilidad para el proceso de enseñanza – aprendizaje de los estudiantes de bachillerato en la asignatura de Educación Física.

Referencial teórico

En el marco teórico se presenta el estudio de la educación física y sus diferentes categorías, también el estado del arte de las estrategias innovadoras para el proceso de enseñanza – aprendizaje de Educación Física en bachillerato, con las principales características y los aportes de cada una de ellas en el contexto educativo, de acuerdo a varios autores que han indagado sobre el tema, indican que las estrategias que han dado mejores resultados en el proceso de enseñanza – aprendizaje de la Educación Física, están las siguientes: Aula invertida (flipped classroom), aprendizaje cooperativo y la gamificación.

Educación Física

Al hablar de educación física, (Baena-Extremera & Granero-Gallegos, 2015) indican que es una disciplina que basa su accionar en la enseñanza y perfeccionamiento de movimientos corporales, para una formación integral y armónica al ser humano, estimulando sus capacidades físicas, además es una asignatura que se imparte de forma obligatoria en todos los niveles de educación, siendo una de las principales asignaturas que más prefieren los estudiantes.

Para (López-Pastor, et al. 2015), a mediados del siglo XX la Educación Física parecía tener un enfoque definido, su finalidad era hacia el rendimiento físico y deportivo, desde una visión del deporte en la sociedad, es decir se orientaba al entrenamiento de las

capacidades física y habilidades motrices de los estudiantes, prevaleciendo el uso de metodologías o estrategias directas, encaminadas a la competición y al rendimiento deportivo. Sin duda han existido numerosas críticas sobre el enfoque tradicional, donde se argumenta que el sistema educativo no puede tener como objetivo la detección, selección y entrenamiento de posibles talentos, sino que su propósito debe ser que los estudiantes realicen actividad física regularmente, captar el interés y lograr el bienestar, independientemente de sus capacidades físicas y deportivas, lo que contribuye a la formación integral los estudiantes.

En la misma línea (Cañadas, et al. 2021) y (David-Bezeau, et al. 2020), destacan que a nivel mundial se ha entrelazado la educación física y la salud, donde el papel del docente no es solo promover el conocimiento y habilidades motoras, sino concientizar, preparar y motivar a los estudiantes para que adopten modos de vida activos y saludables, es decir que practiquen actividades físicas de por vida, este propósito ha evolucionado con el tiempo, por presiones institucionales y sociales de tal forma que seguirán existiendo propuestas nuevas que se adapten mejor a las necesidades siempre cambiantes de los estudiantes en la actualidad.

La Educación Física en el contexto ecuatoriano desde el Currículo

Con la aparición del currículo de Educación 2016 en Ecuador, la educación física es interpretada como fundamento social y cultural, en todos los niveles del sistema educativo, esto implica la selección, organización y distribución del conocimiento, para favorecer el proceso de enseñanza – aprendizaje, en relación al plan político educativo del país. El currículo dota de pasos detallados y a la vez es flexible para que los docentes puedan tomar decisiones y seleccionar diversas estrategias o actividades de interacción, que pone en juego las relaciones docente-alumno-conocimiento, donde la tarea de los docentes es indagar, seleccionar o construir estrategias para hacer que este documento curricular, trascienda del papel a cada clase de Educación Física, teniendo en cuenta las

características de sus estudiantes, el contexto, historias y experiencias, siendo una herramienta que genere aprendizajes significativos (Mineduc, 2016).

Estrategias Innovadoras

Las estrategias innovadoras, son actividades como un impulso innovador y metodología renovadora, donde los profesores deben tomar decisiones sobre el camino a seguir en la acción educativa, también tendrán que seleccionar programas y recursos didácticos útiles para desarrollar la finalidad educativa, estos recursos, habitualmente, requieren adaptaciones. Las estrategias tienden a estimular el desarrollo de las capacidades físicas, afectivas, intelectuales y sociales, buscan ajustar los programas y recursos metodológicos a las peculiaridades individuales de cada alumno, también es preciso seleccionarlas en función del área y las actividades que se proponen (Campo-Peña, et al. 2020).

Según el (Mineduc, 2016), determina que las estrategias son los pasos o caminos que los docentes deben seguir para lograr el objetivo dentro del proceso de enseñanza – aprendizaje, en este caso de la educación física. Las estrategias innovadoras son el pilar fundamental en el proceso de enseñanza – aprendizaje de la educación física, con el objetivo de lograr un proceso educativo eficaz, es necesario tener claro que la innovación pedagógica busca mejorar los aprendizajes de los discentes mediante sus competencias y la interacción entre sus experiencias y lo nuevo por conocer. Facilitando el proceso de aprendizaje donde los estudiantes crean y practican sus propias actividades o juegos y el maestro es el orientador, facilitador o guía, durante el proceso, logrando transformar las prácticas de los estudiantes.

La enseñanza – aprendizaje de la Educación Física principales estrategias o métodos predominantes en el contexto ecuatoriano

Durante todos estos años la educación física en el Ecuador, se ha manejado con estrategias tradicionales, según estudios de (Recalde-Ayona, et al. 2018), (Herrera-Mena, et al. 2018), concuerdan que la educación está enfocada en el constructivismo, pero en realidad aún se utilizan las estrategias tradicionalistas estribadas en la memorización, la repetición o reproducción de la misma actividad, donde el estudiante es un ser pasivo que solo recibe conocimientos, a través de un proceso centrado en la concepción del docente. Las principales estrategias que manipulan los docentes son el mando directo, mando indirecto, repeticiones, trabajo grupal y asignación de tareas.

Por lo antes expuesto, se establece la importancia y la necesidad dentro del contexto de la Educación Física de replantear estrategias innovadoras que permitan dar respuesta a las demandas educativas surgidas sobre la base de satisfacer las necesidades cognitivas, motrices, afectivas, sociales y educativas en los diferentes niveles de enseñanzas. Es necesario renovar las estrategias tradicionales por estrategias innovadoras para mejorar el proceso de enseñanza – aprendizaje en las clases de Educación Física, siendo estas unas verdaderas oportunidades formativas, no sólo en el orden físico-motriz sino también educativo (Herrera-Mena, et al. 2018).

Estrategias Innovadoras en la Educación Física

Aprendizaje activo

A juicio de (Campillay-Briones & Meléndez-Araya, 2015), el aprendizaje activo es cualquier modelo pedagógico que se utilice para el proceso de enseñanza aprendizaje de los estudiantes, estas actividades deben ser significativas, con el constructivismo se habla muchos sobre el aprendizaje activo siendo actividades centradas en el estudiante, por ejemplo dentro de aprendizaje activo tenemos las siguientes estrategias innovadoras: aprendizaje colaborativo, aprendizaje cooperativo, aprendizaje basado en problemas, aprendizaje basado en proyectos, la clase invertida, gamificación, entre otras.

Aula invertida (Flipped Classroom).

En este sentido, (Vidal-Ledo, et al. 2016) describen la clase invertida como una estrategia que cambia el modelo tradicional o instrucción directa a un aprendizaje centrado en el estudiante, donde primero el estudiante investiga el tema, la estrategia más empleada habitualmente es el uso de vídeos educativos y el espacio de aprendizaje colectivo, transformando la clase en un ambiente de aprendizaje dinámico e interactivo, donde el docente guía a los estudiantes a medida que él aplica los conceptos y participa creativamente en el tema, con los conocimientos que ya adquirieron en el proceso anterior. En la misma línea (Campos-Gutiérrez, et al. 2021), indican que el aula invertida es una estrategia que combina la instrucción directa con el aprendizaje constructivista, el alumnado trabaja en casa los contenidos teóricos a través de vídeos y otros medios multimedia e interactivos, mientras que las clases se destinan a resolver las dudas, debatir sobre los contenidos más complejos o trabajar en problemas y proyectos, con esta estrategia el profesor se libera del tiempo de explicaciones teóricas, lo que le permite centrarse en atender las necesidades individuales y dar respuesta a la diversidad, teniendo en cuenta los diferentes ritmos de aprendizaje, propiciando las competencias de aprender a aprender involucrando a la familia y a la sociedad en general.

Aprendizaje cooperativo

El aprendizaje cooperativo es una estrategia de enseñanza – aprendizaje donde los estudiantes aprenden unos de otros, es la combinación del aprendizaje social y académico, siendo una nueva forma de enseñar y promover los aprendizajes interpersonales, la capacidad de interacción, esto produce ganancias significativas en el aprendizaje como: la capacidad de aplicar y comprender el contenido, habilidades de comunicación y relaciones entre pares, mayor participación, compromiso y una mejora en la salud psicológica es decir ayuda a aumentar la motivación, la autoestima o la autoconfianza, consiguiendo grandes logros tanto en las actividades físicas, cognitivas y socio afectivas (Casey & Goodyear, 2015), por consiguiente, el aprendizaje cooperativo,

es aquel que está enfocado al trabajo en equipo buscando conseguir los objetivos propuestos para sí mismos y para los demás integrantes.

Gamificación

La palabra gamificación viene del inglés “game” que significa juego por lo tanto el juego está involucrado en este concepto de manera muy significativa, como una definición se puede decir que gamificación es el uso de mecánicas, componentes y dinámicas propias de los juegos (Valda-Sánchez & Arteaga-Rivero, 2015). En el mismo contexto Giráldez (2019), define gamificación en el aula, como una forma divertida y amena de trabajar los contenidos y competencias de las diferentes asignaturas, siguiendo los principios que rigen el juego pero manteniendo en todo momento el carácter formal del proceso de enseñanza-aprendizaje, basado en una planificación, control y seguimiento de resultados de aprendizaje establecidos en las guías y programaciones del docente.

De la misma forma (Salvador-García, 2021), comenta que la gamificación como el uso de elementos del juego en contextos ajenos al juego incorporando elementos y experiencias de juego en los procesos de enseñanza aprendizaje, es decir transformar la clase en un juego, la idea es utilizar el potencial de los juegos para promover la motivación y el cambio de comportamiento, teniendo en cuenta que los estudiantes actuales están creciendo en una era de medios interactivos y videojuegos, por ello algunos educadores creen que gamificación podría ser atractivo y dar excelentes resultados

En definitiva, las estrategias innovadoras buscan que los estudiantes adquieran más conocimientos de manera relajada y divertida, desarrollando procesos que les llame la atención, siendo prácticos e innovadores, por cuanto existen excelentes alternativas para impartir conocimientos e impulsar que los educandos adquieran amor a la asignatura, esto a través de las diferentes metodologías o estrategias activas.

MÉTODO

Este estudio responde a un enfoque de investigación cuantitativo de tipo descriptivo no experimental, de corte transversal, apoyada en el método analítico-sintético para el análisis de la información documental (Pesantez-Arcos, et al. 2020). La población de estudio corresponde a los docentes que dictan clases de Educación Física en el nivel de bachillerato de los diferentes centros educativos fiscales, fiscomisionales y particulares de la Provincia del Azuay y toda la población del distrito de Educación 01D03 Girón – Santa Isabel, para determinar la muestra de estudio se aplicó un muestreo no probabilístico de tipo voluntario.

La muestra estuvo conformada por 68 docentes, que incluían 43 varones y 25 mujeres, pertenecientes a la provincia del Azuay de 6 cantones: Cuenca, Girón, Paute, San Fernando, Santa Isabel y Sígsig, las edades de los encuestados están en un rango de 25 a > 50 años, edad promedio 38 años. Con respecto al nivel académico de los encuestados, 42 docentes son Licenciados en Ciencias de la Educación en Cultura Física, 9 docentes tienen estudios de cuarto nivel, 13 docentes son Licenciados en otras especialidades y 4 son profesores.

Se aplicó encuesta y cuestionario a los docentes de Educación Física en el nivel de bachillerato, con el propósito de obtener información sobre el estado actual de estrategias innovadoras para el proceso de enseñanza – aprendizaje de la Educación Física en el nivel de bachillerato. (Anexo 1 https://drive.google.com/file/d/1Si04SaR_EvnC19DinGDU7XHNozISTVyJ/view?usp=sharing).

Para el análisis de la información recopilada, se empleó la estadística descriptiva para analizar los resultados, a través de codificación y tabulación, explicada mediante cuadros de frecuencias y porcentajes, representando a través de tablas estadísticas para una presentación clara y objetiva de los resultados de la investigación, este análisis se hizo mediante el programa SPSS (Calle-Calle, et al., 2019).

Silvia Fabiola Barros-Barros; Helder Guillermo Aldas-Arcos

RESULTADOS

A continuación, se detallan los resultados más relevantes de la encuesta sobre las estrategias innovadoras, que utilizan los docentes en el proceso de enseñanza – aprendizaje de la Educación Física en el nivel de bachillerato (ver Anexo 1), para ello se utilizó la tabla estadística de frecuencia de la variable dependiente que son las estrategias innovadoras y otra independiente que es la frecuencia con que se sienten motivados los estudiantes en las clases de Educación Física.

Las siguientes tablas muestran las frecuencias (F_i) con los porcentajes obtenidos en las diferentes preguntas, donde se exteriorizan los resultados del presente estudio, cabe mencionar que la representación de la tabla 3 y 4 se presenta los resultados de una manera unificada para un mejor análisis de los mismos.

Tabla 1.

Años de experiencia.

Años	Frecuencia	Porcentaje
< 5	15	22,1
5 – 10	24	35,3
11 – 15	10	14,7
16 – 20	9	13,2
21 – 25	5	7,4
26 – 30	3	4,4
> 30	2	2,9
Total	68	100,0
Media	2,74	

Fuente: Elaboración propia

Los datos de la tabla 1, revelan que la mayoría de docentes encuestados tienen entre 0 a 10 años de experiencia en su labor docente, son docentes jóvenes por ende están actualizados en las estrategias de enseñanza – aprendizaje de la Educación Física.

Tabla 2.

Enfoque pedagógico que se utiliza en las clases de Educación Física.

Enfoque pedagógico	Frecuencia	Porcentaje
Tradicional	6	8,8
Conductista	1	1,5
Constructivista	60	88,2
Conectivista	1	1,5
Total	68	100,0

Fuente: Elaboración propia.

La tabla 2 revela que, de los docentes encuestados la mayoría es decir 88,2% utilizan el modelo pedagógico constructivista, por otro lado, el 11,8% afirman que emplean la pedagogía tradicional, conductista y conectivista, esto permite deducir que el proceso de enseñanza – aprendizaje en las clases de Educación Física predomina los principios y fundamentos del modelo pedagógico constructivista, que enfatiza al estudiante como centro del proceso de enseñanza – aprendizaje y el docentes es el guía u orientador quién debe propiciar el escenario y las condiciones adecuadas para que los estudiantes construyan el conocimiento con los otros, es decir ser responsables de sus propios aprendizajes en ayuda de sus pares y con la orientación del docente.

Silvia Fabiola Barros-Barros; Helder Guillermo Aldas-Arcos

Tabla 3.

Estrategias de enseñanza – aprendizaje en la asignatura de Educación Física.

Estrategias de enseñanza – aprendizaje	MF %	F %	O %	R %	N %	Total
Mando directo	35,3	42,6	13,2	7,4	1,5	100
Indirecto	27,9	36,8	23,5	11,8	0	100
Repeticiones	38,2	41,2	17,6	3	0	100
Trabajo grupal	54,4	30,8	11,8	1,5	1,5	100
Asignación de tareas	44,1	47,1	5,9	2,9	0	100
Aprendizaje cooperativo	57,4	35,2	7,4	0	0	100
Aprendizaje basado en problemas	33,8	45,6	17,6	1,5	1,5	100
Aprendizaje basado en proyectos	35,3	39,7	16,2	5,9	2,9	100
Enseñanza por descubrimiento	38,2	39,7	16,2	1,5	4,4	100
Flipped classroom (Aula invertida)	29,4	30,9	25	8,8	5,9	100
Gamificación	19,1	39,7	25	4,4	11,8	100
Enseñanza Recíproca	29,4	41,2	19,1	8,8	1,5	100
Escala aplicada						
Muy frecuentemente = MF	Frecuentemente = F					
Ocasionalmente = O	Raramente = R				Nunca = N	

Fuente: Elaboración propia.

La tabla 3 indica la frecuencia con la que los docentes utilizan las diferentes estrategias de enseñanza – aprendizaje en las clases de Educación Física, en este análisis se enumera de forma ordenada las estrategias desde más utilizada hasta la menos utilizada, también se realiza una breve síntesis de las tres estrategias más usadas y de las dos menos usadas por los docentes encuestados. Con relación al resultado general de las estrategias utilizadas tenemos el siguiente orden: 1. Aprendizaje cooperativo. 2. Asignación de tareas. 3. Trabajo grupal. 4. Repeticiones. 5. Aprendizaje basado en problemas. 6. Mando directo. 7. Enseñanza por descubrimiento. 8. Aprendizaje basado en proyectos. 9. Enseñanza recíproca. 10. Mando indirecto. 11. Flipped classroom (Aula invertida). 12. Gamificación.

A continuación, un breve análisis de las tres estrategias más utilizadas y las dos menos utilizadas en las clases de Educación Física en el nivel de bachillerato.

1. *Aprendizaje cooperativo* con un 92,6% que lo emplean entre frecuente y muy frecuente con énfasis en la segunda, por otro lado, solo 7,4% afirman que lo usan ocasionalmente; lo que permite deducir que esta estrategia es la más utilizada por los docentes de Educación Física, puesto que propicia el escenario ideal para la realización del aprendizaje entre pares, por ende, esta estrategia ayuda al desarrollo integral de los estudiantes.
2. *Asignación de tareas* con un 91,2% que lo usan entre frecuente y muy frecuente con énfasis en la primera, sin embargo 8,8% afirman que usan ocasionalmente o rara vez; lo que permite deducir que esta estrategia es la segunda más utilizada por los docentes de Educación Física, siendo una estrategia que se da de forma directa y que permite al estudiante avanzar según su nivel de desarrollo cognitivo y motor.
3. *Trabajo grupal* con un 85,2% que lo utilizan entre frecuente y muy frecuente con énfasis en la segunda, por otro lado 14,8% aseveran que usan ocasionalmente, rara vez o nunca; lo que permite deducir que esta estrategia es la tercera más utilizada por los docentes de Educación Física, ya que la misma ayuda al trabajo en equipo, donde generalmente los estudiantes mejoran la comunicación e integración social.
4. *Gamificación* con un 58,8% que lo emplean entre frecuente y muy frecuente con énfasis en la primera, sin embargo 41,2% afirman que utilizan esta estrategia ocasionalmente, rara vez o nunca con énfasis en la última; lo que permite deducir que esta estrategia es la menos utilizada por los docentes de Educación Física. Esta es una estrategia innovadora que utiliza la mecánica de los juegos para lograr los objetivos de los aprendizajes deseados, los estudiantes aprenden divirtiéndose y jugando, desarrollando aprendizajes significativos.
5. *Flipped classroom (Aula invertida)* con un 60,3% lo emplean entre frecuente y muy frecuente con énfasis en la primera, por otro lado, el 39,7% afirman que utilizan esta estrategia ocasionalmente, rara vez o nunca con énfasis en la última; lo que permite

Silvia Fabiola Barros-Barros; Helder Guillermo Aldas-Arcos

deducir que esta estrategia es la segunda menos utilizada por los docentes de Educación Física, en esta estrategia los estudiantes realizan un trabajo previo fuera de clase, accediendo en casa a los contenidos de las asignaturas y posteriormente, en el aula se hacen los deberes, interacciones o actividades más participativas, el docente les orienta.

Con estos resultados se llega a la conclusión que se continúan usando con gran frecuencia las estrategias tradicionales, conductistas y con menor frecuencia las estrategias modernas e innovadoras.

Tabla 4.
Herramientas y recursos tecnológicos.

Herramientas tecnológicas para las clases virtuales de Educación Física.			Recursos adicionales utiliza con mayor frecuencia para reforzar la clase de Educación Física.			Métodos y técnicas de enseñanza – aprendizaje durante la educación virtual, en Educación Física.		
Herramientas	Fi	%	Recursos	Fi	%	Métodos/técnicas	Fi	%
Zoom	63	30,9	Videos	56	50	Juegos	45	35,7
WhatsApp	58	28,4	Tutoriales					
Teams	27	13,2	Power Points – Genially	17	15,1	Rutinas de ejercicios	16	12,6
Moodle	14	6,9	Investigaciones	14	12,4	Motivación - Pausa Activa	10	7,9
Google Classroom	13	6,4	Tutorías	5	4,5	Asignación de tareas	9	7,1
Facebook	12	5,8	Tik tok	4	3,6	Mando Directo	8	6,3
Messenger	8	3,9	Gifs – Imágenes	4	3,6	Aprendizaje Colaborativo	7	5,6
Youtube	2	1	Trabajos Cooperativos	2	1,8	Videos, musica	6	4,8
Quizizz	2	1	Construcción de material didáctico	2	1,8	Concursos Deportivos - Retos	6	4,8
			Clases pregrabadas	2	1,8	Elaboración de implementos	5	4

Silvia Fabiola Barros-Barros; Helder Guillermo Aldas-Arcos

Correo	1	0,5	Fichas Interactivas	2	1,8	Investigación	4	3,2
Skype	1	0,5	Música	2	1,8	Juegos Virtuales	3	2,4
Blogs	1	0,5	Invitados especiales	1	0,9	ABP	3	2,4
Webex	1	0,5	Canva	1	0,9	Aula Invertida	2	1,6
Plataforma	1	0,5				Trabajos grupales	2	1,6
Idukay								
Total	204	100	Total	112	100	Total	126	100

Fuente: Elaboración propia.

La tabla 4 indica que existen más datos de los 68, esto hace referencia a que cada docente podía señalar más de una opción o a su vez sugerir algunas estrategias para mejorar el proceso de enseñanza – aprendizaje de la Educación Física. En la primera columna muestra las herramientas tecnológicas que utiliza el docente en las clases virtuales de Educación Física, donde la mayoría afirmó que las herramientas más usadas son: Zoom con el 30,9%, WhatsApp con el 28,4%, Teams con el 13,2% por otro lado y el 27,5 también utilizan esas y otras herramientas, esto permite deducir que esas herramientas son las más accesibles y fáciles de usar dentro de la comunidad educativa. En la columna de recursos adicionales que utilizan en las clases de Educación Física, la mayoría, es decir 50% de los docentes utilizan videos tutoriales, el 15,1% emplean presentaciones como Power Points y genially, el 12,4 envían trabajos de investigación y el 22,5% además de los recursos antes mencionados utilizan otros recursos, esto permite concluir que se siguen usando recursos tradicionales que se trabajan tanto en la educación virtual como en la presencial.

En la última columna de esta tabla los docentes sugieren métodos y técnicas de enseñanza – aprendizaje para que los estudiantes se mantengan en movimiento durante la educación virtual, la mayoría es decir el 35,7 recomienda usar los juegos, 12,6 prefiere trabajar con rutinas de ejercicios, el 7,9 usa la motivación, pausa activa o dinámicas y los restantes usan otras metodologías, esto permite deducir que el juego y las rutinas de ejercicios son la técnicas más óptimas para que los estudiantes se mantengan activos en

Silvia Fabiola Barros-Barros; Helder Guillermo Aldas-Arcos

época de pandemia, puesto a que con ello además de aprender, los estudiantes se divierten y salen de su rutina diaria.

Tabla 5.

App o plataformas para trabajar la Educación Física en línea.

App o plataformas	Fi	%	App o plataformas	Fi	%	App o plataformas	Fi	%
Educa Play	17	14	Wordwall	2	1,6	Cacoo	1	0,8
No trabaja con ninguna App	16	13	Coach´s Eye	2	1,6	Google meet	1	0,8
Kahoot	15	12	Powtoon	2	1,6	Symbaloo	1	0,8
Padlet	13	11	Liveworksheets	2	1,6	Prueba beep	1	0,8
Quizziz	8	6,5	Zoom	2	1,6	Cisco	1	0,8
Munzee	6	4,8	Balance it	2	1,6	Adidas training	1	0,8
Youtube	7	5,6	Meme template	1	0,8	SportTracker	1	0,8
Activilandia	4	3,2	Espuzzle	1	0,8	Painterest	1	0,8
Sworakit	4	3,2	Edmodo	1	0,8	Surverymonkey	1	0,8
Mentimeter	4	3,2	Book creator	1	0,8	Prezi	1	0,8
Moodle	2	1,6	Nike	1	0,8	Stretching Routine	1	0,8
Total							124	100

Fuente: Elaboración propia.

La tabla 5 revela los datos de una pregunta abierta, cada encuestado podía dar más de una respuesta por ello hay un total de 124 datos, aquí los docentes sugieren App o plataformas para trabajar en la asignatura de Educación Física en línea, en cuanto a los resultados 16 docentes afirman que no han trabajado con ninguna App, sin embargo, 52 docentes recomiendan varias Apps o plataformas, dentro de las más utilizadas están: Educa Play, Kahoot, Padlet, Quizziz, Munzee, Activilandia, Sworakit, Mentimeter, entre otras, lo que permite concluir que la mayoría de docentes indaga y se capacita sobre las nuevas estrategias y recursos para trabajar de forma eficiente en la asignatura de Educación Física en línea, por ende mejora el proceso de enseñanza – aprendizaje por parte de los docentes y estudiantes al tener más alternativas didácticas.

Silvia Fabiola Barros-Barros; Helder Guillermo Aldas-Arcos

Tabla 6.
Última capacitación sobre métodos o estrategias de educación.

Tiempo	Frecuencia	Porcentaje
1 mes	14	20,6
3 meses	12	17,6
6 meses	11	16,2
1 año	10	14,7
Más de 1 año	21	30,9
Total	68	100,0

Fuente: Elaboración propia

La tabla 6 indica la última capacitación obtenida respecto a los métodos o estrategias para la enseñanza – aprendizaje de la Educación Física, en efecto el 30,9% recibió capacitación hace más de un año, por otro lado 20,6% hace un mes, el 17,6% hace 3 meses, el 16,2% hace 6 meses y el 14,7% hace un año, esto permite deducir que, si existen capacitaciones e interés de los docentes por las mismas, pero cabe recalcar que un gran porcentaje no se actualiza constantemente.

Silvia Fabiola Barros-Barros; Helder Guillermo Aldas-Arcos

Tabla 7.

Motivo para la falta de adherencia a la Educación Física.

Fundamento	Frecuencia	Porcentaje
Pocas horas de Educación Física.	26	38,2
Falta de motivación.	16	23,5
Crisis de adolescencia.	11	16,2
Contendidos repetidos.	10	14,6
Mal uso de las estrategias de enseñanza - aprendizaje por los docentes.	2	3
Falta de afectividad del núcleo familiar.	1	1,5
Falta de un espacio adecuado.	1	1,5
Exceso de asignaturas.	1	1,5
Total	68	100,0

Fuente: Elaboración propia.

La tabla 7 revela la razón por la que los estudiantes de bachillerato presentan falta de adherencia a la Educación Física, como resultado el 38,2% indica que el motivo principal es las pocas horas de Educación Física en bachillerato, por otro lado, el 23,5% afirma que es por falta de motivación, el 16,2% piensa que es por crisis de la adolescencia, el 14,6% expresa que son por los contenidos repetitivos y el 7,5% respondieron otras alternativas, con esto se comprueba la hipótesis de que los estudiantes muestran desinterés por la asignatura de Educación Física, aunque hay diferentes causas de ello.

CONCLUSIONES

Las estrategias innovadoras contribuyen en la eficacia de la intervención docente dentro del proceso de enseñanza – aprendizaje en las clases de Educación Física, tras el análisis de resultados obtenidos luego de la aplicación de la encuesta a los docentes de Educación Física en el nivel de bachillerato, las estrategias más utilizadas fueron las siguientes: Aprendizaje cooperativo, asignación de tareas, trabajo grupal, por otro lado las menos utilizadas fueron la Gamificación y Aula Invertida (Ver tabla 3).

El empleo de estrategias o metodologías centradas en los estudiantes son menos frecuentes que los métodos que favorecen el control del docente, en comparación con los estilos tradicionales y centrados en el docente en Educación Física, esto coincide con los resultados obtenidos en este estudio, debido a que estas estrategias son más fáciles y accesibles para el docentes, en cambio las estrategias centradas en los estudiantes requiere de mayor trabajo, formación y sobre todo tiempo para preparar cada clase.

En cuanto al aprendizaje cooperativo que es uno de los resultados más importantes de esta investigación y se coincide con algunos autores que es una estrategia innovadora que aporta importantes beneficios como: desarrollo del pensamiento, comunicación, interacción, liderazgo, responsabilidad, entre otras, con esta estrategia o metodología el docente se convierte en guía y facilitador del aprendizaje, mientras que el estudiante se transforma en un sujeto activo que construye y comparte conocimiento con sus pares, pues los estudiantes trabajan juntos para alcanzar un objetivo común.

En cuanto a las herramientas o plataformas más utilizadas están el Zoom, WhatsApp y Teams, del mismo modo los recursos tecnológicos más usados son los videos tutoriales, presentaciones como Power Points y genially y los trabajos de investigación, igualmente como métodos o técnicas están los juegos, las rutinas de ejercicios, la motivación mediante pausas activas o dinámicas, véase en la tabla 4, todas estas herramientas, recursos y técnicas la usan la mayoría de docentes durante la educación en línea para las clases de Educación Física, aunque el segundo es de materia de Física, han dado

importantes resultados, esto revela que el uso de estas herramientas son una tendencia en Sudamérica.

Por otro lado, en la tabla 5 están diferentes App o plataformas para trabajar en la asignatura de Educación Física en línea entre las principales están: Educa Play, Kahoot, Padlet, Quizziz, Munzee, Activilandia, Sworkit, Mentimeter, entre otras, estas aplicaciones ayudan al docente a desarrollar las clases de forma interactiva e innovadora, logrando motivar y captar de mejor manera la atención de los estudiantes.

Por último, el presente estudio cuenta con una limitación que es necesario destacar, debido a que el estudio no permite realizar una evaluación a los estudiantes sobre las estrategias y motivación empleadas por sus docentes, donde el alumnado tenga una participación activa.

Las estrategias innovadoras, metodologías activas, herramientas y recursos tecnológicos que utiliza el docente en la actualidad, es esencial para el proceso de enseñanza – aprendizaje y más aún para interacción y motivación de los estudiantes al recibir clases de Educación Física, en el marco referencial se desarrolla tres de las estrategias que han dado mejores resultados en los últimos 10 años a nivel internacional como son: aprendizaje cooperativo, aula invertida y la gamificación.

Con relación a los resultados obtenidos en esta investigación, estos revelaron que los docentes utilizan con mayor frecuencia las estrategias centradas en el docente, debido a la facilidad del manejo de las mismas, es decir el docente tiene el control de todo el proceso, generalmente dejan de lado las estrategias contemporáneas a causa de que son más trabajosas, requieren de más tiempo y capacitaciones constantes. En conclusión, las estrategias innovadoras permiten la reconfiguración de la práctica docente y calidad de la educación, por ende, es un elemento esencial que debe cumplirse.

FINANCIAMIENTO

No monetario.

AGRADECIMIENTO

A la Universidad Católica de Cuenca y la Jefatura de Posgrados; por apoyar el desarrollo de la investigación.

REFERENCIAS CONSULTADAS

- Agama-Sarabia, A, & Crespo-Knopfler, S. (2016). Modelo constructivista y tradicional: influencia sobre el aprendizaje, estructuración del conocimiento y motivación en alumnos de enfermería [Constructivism model and traditional: learning influence, knowledge structure and nursing student's motivation]. *Index de Enfermería*, 25(1-2), 109-113.
- Baena-Extremera, A, & Granero-Gallegos, A. (2015). Educación física e intención de práctica física en tiempo libre [Physical Education and Intention to Engage in Leisure-Time Physical Activity]. *Revista electrónica de investigación educativa*, 17(3), 132-144.
- Calle-Calle, A., Narváez Zurita, C., & Erazo Álvarez, J. (2019). Auditoria en prevención de riesgos laborales y salud ocupacional: Procedimiento sistémico aplicado a la empresa Jasetrón [Audit in prevention of occupational risks and occupational health: Systemic procedure applied to the company Jasetrón]. *Revista Arbitrada Interdisciplinaria Koinonía*, 4(2), 25-55. <http://dx.doi.org/10.35381/r.k.v4i2.466>
- Campillay-Briones, S, & Meléndez-Araya, N. (2015). Análisis de impacto de metodología activa y aprendizaje heurístico en asignaturas de ingeniería [Impact analysis of active methodology and heuristic learning in engineering subjects]. *Revista Electrónica "Actualidades Investigativas en Educación"*, 15(2),1-16.
- Campo-Peña, A., Campo Peña, E., Coba Vides, J., & Acevedo-Merlano, A. (2020). Estrategias para la enseñanza de la educación física en búsqueda de la calidad educativa [Strategies for teaching physical education in search of educational quality]. *Revista Científica De FAREM-Estelí*, (33), 23-34. <https://doi.org/10.5377/farem.v0i33.9606>

- Campos-Gutiérrez, L., Sellés-Pérez, S., García-Jaén, M., & Ferriz-Valero, A. (2021). Aula invertida en educación física: aprendizaje, motivación y tiempo de práctica motriz [Classroom invested in physical education: learning, motivation and motor practice time]. *Revista Internacional De Medicina Y Ciencias De La Actividad Física Y Del Deporte*, 21(81), 63–81. <https://doi.org/10.15366/rimcafd2021.81.005>
- Campos-Gutiérrez, L., Sellés-Pérez, S., García-Jaén, M., & Ferriz-Valero, A. (2021). Aula invertida en educación física: aprendizaje, motivación y tiempo de práctica motriz [Classroom invested in physical education: learning, motivation and motor practice time]. *Revista Internacional De Medicina Y Ciencias De La Actividad Física Y Del Deporte*, 21(81), 63–81. <https://doi.org/10.15366/rimcafd2021.81.005>
- Cañadas, L., Santos, M. L. y Ruiz, P. (2021). Percepción del impacto de la evaluación formativa en las competencias profesionales durante la formación inicial del profesorado [Perception of the impact of formative assessment on professional skills during initial teacher training]. *Revista Electrónica de Investigación Educativa*, 23, e07, 1-13. <https://doi.org/10.24320/redie.2021.23.e07.2982>
- Carriedo, A., Méndez-Giménez, A., Fernández-Río, J., & Cecchini, J. (2019). Nuevas posibilidades y recursos para la enseñanza de la expresión corporal en educación física: internet y los retos virales [New ways and resources for teaching body expression in physical education: internet and viral challenges]. *Retos*, 37, 722-730. <https://doi.org/10.47197/retos.v37i37.69147>
- Casey, A, & Goodyear, V. (2015). Can Cooperative Learning Achieve the Four Learning Outcomes of Physical Education? A Review of Literature. *Quest*, 67(1), 56-72. <https://doi.org/10.1080/00336297.2014.984733>
- Chalapud-Narváez, L, Molano-Tobar, N, & Ordoñez-Fernández, M. (2019). Niveles de sedentarismo de una institución educativa en Popayán, Colombia [Sedentary levels of an educational institution in Popayán, Colombia]. *Universidad y Salud*, 21(3), 198-204. <https://doi.org/10.22267/rus.192103.156>
- David-Bezeau, S. Turcotte, S. Beaudoin & Grenier, J. (2020) Health education assessment practices used by physical education and health teachers in a collaborative action research, *Physical Education and Sport Pedagogy*, 25:4, 379-393. <https://doi.org/10.1080/17408989.2020.1725457>

- Herrera-Mena, V. H., Tocto-Lobato, J. G., Lomas-Badillo P.L. & Mazón-Moreno O. D. (2018). Currículo, evaluación y calidad en Educación Física: retos y perspectivas en el contexto ecuatoriano [Curriculum, evaluation and quality in Physical Education: challenges and prospects in the Ecuadorian context]. *Olimpia: Publicación científica de la Facultad de Cultura Física de la Universidad de Granma*, 15(47), 47-56.
- Lambert, K., Alfrey, L., O'Connor, J., & Penney, D. (2021). Artefacts and influence in curriculum policy enactment: Processes, products and policy work in curriculum reform. *European Physical Education Review*, 27(2), 258–277. <https://doi.org/10.1177/1356336X20941224>
- López-Pastor, V., Pérez-Brunicardi, D., Manrique-Arribas, J., & Monjas-Aguado, R. (2015). Los retos de la Educación Física en el Siglo XXI [Challenges of Physical Education in XXI Century]. *Retos*, 29, 182-187. <https://doi.org/10.47197/retos.v0i29.42552>
- Mineduc. (2016). Educación física. Currículo de EGB y BGU [Physical education. EGB and BGU Curriculum]. Recuperado de <https://n9.cl/zh02>
- Monguillot-Hernando, M, González-Arévalo, C, Zurita-Mon, C, Almirall-Batet, L, & Guitert-Catasús, M. (2015). Play the Game: gamificación y hábitos saludables en educación física [Play the Game: gamification and healthy habits in physical education]. *Apunts Educación Física y Deportes*, (119),71-79.
- Naz, F, & Sohaib-Murad, H. (2017). Innovative Teaching Has a Positive Impact on the Performance of Diverse Students. *SAGEOPEN*, 7(4). <https://doi.org/10.1177%2F2158244017734022>
- Pérez, B. (2014). Salud: entre la actividad física y el sedentarismo [Health: between physical activity and sedentary lifestyle]. *Anales Venezolanos de Nutrición*, 27(1), 119-128.
- Pesantez-Arcos, K., García-Herrera, D., Ochoa-Encalada, S., & Erazo-Álvarez, J. (2020). Trabajo colaborativo y herramientas digitales para la enseñanza-aprendizaje en la educación en línea del bachillerato [Collaborative work and digital tools for teaching-learning in high school online education]. *Revista Arbitrada Interdisciplinaria Koinonía*, 5(5), 68-90. <http://dx.doi.org/10.35381/r.k.v5i5.1034>

Recalde-Ayona, A, Triviño Bloisse, S, Pizarro Vidal, G, Vargas Vera, D, Zeballos Chang, J, & Sandoval Jaramillo, M. (2017). Diagnóstico sobre la demanda de actividad física para la salud en el adulto mayor guayaquileño [Demand diagnosis in physical activity for health in the Guayaquil older adult]. *Revista Cubana de Investigaciones Biomédicas*, 36(3).

Salvador-García, C. (2021). Gamificando en tiempos de coronavirus: el estudio de un caso [Gamifying in times of coronavirus: a case study]. *Revista de Educación a Distancia (RED)*, 21(65). <https://doi.org/10.6018/red.439981>

Valda-Sánchez, F, & Arteaga-Rivero, C. (2015). Diseño e implementación de una estrategia de gamificación en una plataforma virtual de educación [Design and implementation of a gamification strategy in a virtual education platform]. *Fides et Ratio - Revista de Difusión cultural y científica de la Universidad La Salle en Bolivia*, 9(9), 65-80.

Velázquez-Callado, C (2015). Aprendizaje cooperativo en Educación Física: estado de la cuestión y propuesta de intervención [Cooperative learning in Physical Education: state of the art and intervention proposal]. *RETOS. Nuevas Tendencias en Educación Física, Deporte y Recreación*, (28),234-239.

Vidal-Ledo, M, Rivera Michelena, N, Nolla Cao, N, Morales Suárez, I, & Vialart Vidal, M. (2016). Aula invertida, nueva estrategia didáctica [The flipped classroom, a new didactic strategy]. *Educación Médica Superior*, 30(3), 678-688.