

UCUENCA

Facultad de Filosofía, Letras y Ciencias de la Educación
Carrera de Educación Básica

Las actividades extracurriculares y su ayuda en el aprendizaje escolar

Trabajo de titulación previo a la obtención
del título de Licenciado en Ciencias de la
Educación Básica

Autores:

Andrea del Rocío Orellana Calderón

CI: 0105448013

Correo electrónico: orellanaandrea929@gmail.com

Franklin Adrián Villa Tenesaca

CI: 0106551492

Correo electrónico: franklin010655@gmail.com

Tutora:

Mgt. Raquel María Cordero Palacios

CI: 0102276466

Cuenca, Ecuador
08-septiembre-2022

RESUMEN

Este trabajo monográfico es el resultado de una investigación que se ubica dentro del campo educativo pedagógico, donde se pretende argumentar bibliográficamente sobre las actividades extracurriculares y su ayuda en el aprendizaje escolar. De acuerdo a este objetivo, se busca analizar la importancia que tiene las actividades extracurriculares dentro del aprendizaje escolar, partiendo de una delimitación y conceptualización sobre qué son las actividades extracurriculares y sus tipos, así como también, definiendo qué es aprendizaje escolar, sus diversas implicaciones y como cada una de ellas influyen en el aprendizaje escolar. Posteriormente se comparó, analizó y contrastó la información encontrada para evidenciar la influencia de las actividades extracurriculares en el aprendizaje escolar. Por consiguiente, se concluye que es necesario incluir la práctica de actividades extracurriculares para que el estudiante presente un mejor aprendizaje escolar.

Palabras clave: Actividades extracurriculares. Aprendizaje escolar. Aprender.

ABSTRACT

This monographic work is the result of an investigation that is located within the pedagogical educational field, where it is intended to argue bibliographically about extracurricular activities and their help in school learning. According to this objective, it seeks to analyze the importance of extracurricular activities within school learning, starting from a delimitation and conceptualization of what extracurricular activities are and their types, as well as defining what school learning is, its various implications. and how each of them influence school learning. Subsequently, the information found was compared, analyzed and contrasted to show the influence of extracurricular activities on school learning. Therefore, it is concluded that it is necessary to include the practice of extracurricular activities, so that the student presents a better school learning.

Keywords: Extracurricular activities. School learning. Learning.

Índice

RESUMEN	2
ABSTRACT	3
DEDICATORIA	10
DEDICATORIA	11
AGRADECIMIENTO:	12
AGRADECIMIENTO	13
INTRODUCCIÓN	14
CAPÍTULO 1: LAS ACTIVIDADES EXTRACURRICULARES	16
1.1 Definición de las actividades extracurriculares	16
1.2. Perspectiva de los docentes y padres de familia acerca de las actividades extracurriculares	17
1.3 Tipos de actividades extracurriculares	18
1.3.1 Actividades deportivas	18
1.3.2 Actividades académicas	22
1.3.3 Actividades artísticas y culturales	25
1.4 Tiempo destinado a realizar actividades extracurriculares	27
CAPÍTULO 2: APRENDIZAJE ESCOLAR	29
2.1 Definición del aprendizaje escolar	29
2.2 ¿Qué es aprender?	31
2.3 Implicaciones del aprendizaje escolar	33
2.3.1 Motivación	33
2.3.2 Autoestima	36
2.3.3 Aprendizaje cooperativo	39
2.3.4 Responsabilidad	42
2.3.5 Frustración	43
CAPÍTULO 3: IMPORTANCIA DE LAS ACTIVIDADES EXTRACURRICULARES PARA EL APRENDIZAJE ESCOLAR DE LOS NIÑOS/AS	47
3.1 Beneficios de realizar actividades extracurriculares	47

UCUENCA

3.2 Desarrollo de habilidades por parte de las actividades extracurriculares y su impacto en el aprendizaje escolar	50
3.2.1 Habilidades cognitivas	50
3.2.2 Habilidades motrices	52
3.2.3 Habilidades psicoemocionales	53
3.2.4 Habilidades sociales	55
CONCLUSIONES	58
RECOMENDACIONES:.....	60
REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS	61

Cláusula de Propiedad Intelectual

Andrea del Rocío Orellana Calderón, autora del trabajo de titulación "Las actividades extracurriculares y su ayuda en el aprendizaje escolar", certifico que todas las ideas, opiniones y contenidos expuestos en la presente investigación son de exclusiva responsabilidad de su autor/a.

Cuenca, 8 de septiembre de 2022



Andrea del Rocío Orellana Calderón

C.I: 0105448013

Cláusula de licencia y autorización para publicación en el Repositorio Institucional

Andrea del Rocío Orellana Calderón, en calidad de autor/a y titular de los derechos morales y patrimoniales del trabajo de titulación "Las actividades extracurriculares y su ayuda en el aprendizaje escolar", de conformidad con el Art. 114 del CÓDIGO ORGÁNICO DE LA ECONOMÍA SOCIAL DE LOS CONOCIMIENTOS, CREATIVIDAD E INNOVACIÓN reconozco a favor de la Universidad de Cuenca una licencia gratuita, intransferible y no exclusiva para el uso no comercial de la obra, con fines estrictamente académicos.

Asimismo, autorizo a la Universidad de Cuenca para que realice la publicación de este trabajo de titulación en el repositorio institucional, de conformidad a lo dispuesto en el Art. 144 de la Ley Orgánica de Educación Superior.

Cuenca, 8 de septiembre de 2022



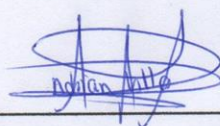
Andrea del Rocío Orellana Calderón

C.I: 0105448013

Cláusula de Propiedad Intelectual

Franklin Adrián Villa Tenesaca, autor del trabajo de titulación “Las actividades extracurriculares y su ayuda en el aprendizaje escolar”, certifico que todas las ideas, opiniones y contenidos expuestos en la presente investigación son de exclusiva responsabilidad de su autor/a.

Cuenca, 8 de septiembre del 2022



Franklin Adrián Villa Tenesaca

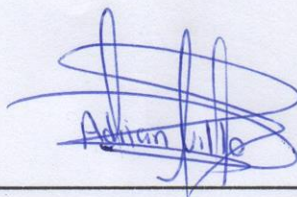
C.I: 0106551492

Cláusula de licencia y autorización para publicación en el Repositorio Institucional

Franklin Adrián Villa Tenesaca, en calidad de autor y titular de los derechos morales y patrimoniales del trabajo de titulación “Las actividades extracurriculares y su ayuda en el aprendizaje escolar”, de conformidad con el Art. 114 del CÓDIGO ORGÁNICO DE LA ECONOMÍA SOCIAL DE LOS CONOCIMIENTOS, CREATIVIDAD E INNOVACIÓN reconozco a favor de la Universidad de Cuenca una licencia gratuita, intransferible y no exclusiva para el uso no comercial de la obra, con fines estrictamente académicos.

Asimismo, autorizo a la Universidad de Cuenca para que realice la publicación de este trabajo de titulación en el repositorio institucional, de conformidad a lo dispuesto en el Art. 144 de la Ley Orgánica de Educación Superior.

Cuenca, 8 de septiembre del 2022



Franklin Adrián Villa Tenesaca

C.I: 0106551492

DEDICATORIA

Dedico esta monografía primero a Dios, pues sin Él nada hubiese sido posible, ya que, gracias a Él, tengo salud y vida para seguir adelante. A mis padres y hermanos, puesto que no hubiese podido llegar hasta estas instancias si no hubiese sido por su confianza y consejos que me han servido para orientarme en los buenos y malos momentos. Así también el apoyo moral y económico que me han servido para seguir adelante con mis estudios.

Andrea Orellana

DEDICATORIA

Dedico esta monografía a:

Dios, ya que, gracias a Él, tengo salud y oportunidades de poder seguir cumpliendo cada una de mis metas. A mis padres, puesto que no hubiese llegado a estas instancias sino hubiese sido por su apoyo y confianza, pues a pesar de los diversos obstáculos que tuve ellos estuvieron ahí para alentarme y darme fuerzas para seguir y confiar en mis capacidades. A mi hermana, puesto que ha sido uno de los pilares fundamentales dentro de mi formación tanto social, como académicamente y que siempre estaba ahí para apoyarme y aconsejarme cuando más los necesitaba.

Franklin Villa

AGRADECIMIENTO:

Agradezco primeramente a Dios por haberme dado salud y fuerzas para poder culminar mis estudios. A mis padres por esforzarse día a día en sacarme adelante a mis hermanos y a mí, además de brindarme su apoyo en los momentos difíciles. A mis hermanos quienes siempre han estado apoyándome y motivándome para ser la mejor. A la Mgt. Raquel Cordero, por su tiempo y apoyo invertido en la elaboración de la monografía. Y mi compañero de monografía por ayudarme a desarrollar este trabajo y ser un buen amigo.

Andrea Orellana

AGRADECIMIENTO

Agradezco primeramente a Dios por haberme dado salud y la paciencia suficiente para realizar este trabajo, pues sin su infinita bondad no hubiese podido llegar a cumplir ninguna meta. Así también, quisiera agradecer con todo mi corazón a mi familia, ya que siempre estaban ahí para darme consejos y apoyarme en aquellos momentos que estaba a punto de caer. Así mismo, de manera muy especial quisiera agradecer a mi amiga y compañera de trabajo, que tras diversas dificultades y altercados siempre ha estado ahí para así poder llegar hasta estas instancias.

Agradezco también a una excelente docente dentro de la carrera, como es la Mgt. Raquel Cordero por haber sido más que una docente, una guía en cada una de las situaciones que estaba expuesto y nos supo apoyar para poder concluir este trabajo monográfico.

Franklin Villa

INTRODUCCIÓN

Realizar actividades extracurriculares en los últimos tiempos tienen más protagonismo dentro del ámbito educativo, especialmente en los niños (Lavandeira, 2017). Puesto que ellos dedican su tiempo libre a practicar actividades: deportivas, académicas y artísticas-culturales que de alguna forma tienen como propósito beneficiar el desarrollo integral de los estudiantes, para que pueda desenvolverse en los diversos contextos de la vida (Palacios-López, 2012).

Lo antes mencionado se puede corroborar con ciertas experiencias vividas durante las prácticas pre profesionales, ya que se ha evidenciado que las actividades extracurriculares tienen más protagonismo dentro del ámbito escolar y a su vez ayudan a tener un mejor aprendizaje escolar de los estudiantes, debido a que hoy en día en una sociedad digitalizada, se evidencia cómo los niños y adolescentes pasan largas horas jugando videojuegos, viendo televisión, en internet y en las redes sociales, que por lo general son actividades que al ser realizadas en un tiempo excesivo no aportan en nada a su vida escolar. Es por esta razón, que se han implementado varios talleres deportivos, académicos y artísticas-culturales que son actividades que ofrecen beneficios tanto para el desarrollo cognitivo, motriz, psicoemocional y social (Morales, 2014).

Es por ello que, en el presente trabajo monográfico, se pretende identificar la importancia de realizar actividades extracurriculares dentro del aprendizaje escolar, puesto que ejecutar actividades deportivas, académicas y artísticas-culturales ayudan al desarrollo de diversas habilidades. Por lo que surge la importancia de considerar a las actividades extracurriculares en el aprendizaje escolar, donde los educandos aprovechen el tiempo libre para desarrollar destrezas, potenciar capacidades e impedir que su mente se atrofie al realizar actividades poco productivas (Asamblea Constituyente del Ecuador, 2008).

Así pues, el objetivo de este trabajo consiste en argumentar bibliográficamente la importancia de las actividades extracurriculares en el aprendizaje escolar. Para cumplir con dicho objetivo se recurrió a la metodología de investigación documental, para ello se llevó a cabo una investigación bibliográfica que permitió la selección y recopilación de información por medio de una lectura crítica y análisis de los documentos bibliográficos sobre el tema. De tal manera que se pudo llegar a establecer conclusiones claras y alcanzar con el objetivo general y específicos de la investigación. Lo que ha permitido estructurar el trabajo monográfico en tres capítulos.

UCUENCA

En el primer capítulo, se busca conocer sobre las actividades extracurriculares existentes y la diversidad de la misma. Para esto se define qué son las actividades extracurriculares de acuerdo a diferentes autores. Así también, se analiza las perspectivas de los docentes y padres de familia acerca de las actividades de tiempo libre. Posteriormente se conceptualiza y ejemplifica a las actividades de tipo deportivas, académicas y artísticas-culturales. Finalmente se examina el tiempo destinado a realizar estas actividades.

En el segundo apartado de este trabajo monográfico se analiza la segunda variable que responde al aprendizaje escolar. En este capítulo se inicia definiendo y dando características del aprendizaje escolar. Para luego conceptualizar qué es aprender. Finalmente, se complementa con las implicaciones del aprendizaje escolar: motivación, autoestima, aprendizaje cooperativo, responsabilidad y frustración.

Para finalizar, en el tercer capítulo se resalta la importancia de las actividades extracurriculares para el aprendizaje escolar de los niños/as. De manera que se exponen los beneficios de ejecutar estas actividades. Además de explicar las habilidades cognitivas, motrices, psicoemocionales y sociales que se desarrollan en la práctica de las actividades extracurriculares, las cuales tienen impacto en el aprendizaje escolar.

El trabajo concluye evidenciando que existe la necesidad de incluir la práctica de actividades extracurriculares ya sean de tipo deportivas, académicas y artísticas-culturales, dentro del aprendizaje escolar del estudiante, puesto que al ejecutar estas actividades en los diversos escenarios ayudan a desarrollar habilidades y destrezas que no se desarrollan dentro de un aula de clase.

CAPÍTULO 1: LAS ACTIVIDADES EXTRACURRICULARES

1.1 Definición de las actividades extracurriculares

Navarro (2014) indica que las actividades extracurriculares se

realizan dentro o fuera de la escuela y no forman parte del currículo (...). Son las encaminadas a potenciar (...) la formación integral del alumnado en aspectos referidos a la ampliación de su horizonte cultural, la preparación para su inserción en la sociedad o el uso del tiempo libre. (p.10)

Aquí se incluye viajes de estudio, actividades deportivas, actividades académicas y artísticas-culturales. Además, dichas actividades son un escenario ideal para que los alumnos desarrollen sus habilidades sociales, aumenten su empatía, mejoren su autoestima, tengan una comunicación afectiva, adquieran y desarrollen habilidades que son difíciles de enseñar en el aula (Morales, 2014). De igual forma, Briceño (como se citó en Leal-Maridueña y Camacho-Vite, 2016) mencionan que las actividades extracurriculares son

significan de esparcimiento y aprendizaje, (...) porque complementan la vida cotidiana, la enriquecen y ayudan a forjar la personalidad. Te dan una mejor la definición del carácter y la toma de decisiones e incluso una mejor orientación sobre lo que quiere hacer en la vida. (p.5)

Estas actividades también favorecen el desarrollo de la psicomotricidad, el esquema corporal, la organización espacio-temporal, las habilidades perceptivas y las aptitudes cognitivas básicas, siempre y cuando no se convierta en una rutina. También facilita la expresión y comunicación, el crecimiento personal y la autorrealización (Krumm y Lemos, 2012).

Las actividades extracurriculares también se pueden realizar dentro de la institución, tal como lo manifiesta Palacios-López (2012) “las actividades extracurriculares se realizan fuera del horario de clase, pero dentro de la institución, con autorización de los padres de familia”. Dichas actividades tienen como objetivos: “complementar la formación de los educandos con actividades de acuerdo al currículo y proyecto educativo del centro, fomentar el desarrollo de valores, actitudes y descargar tensiones de los estudiantes” Leal-Maridueña y Camacho-Vite, 2016, p. 8). Así mismo, las actividades extra tienen como propósito beneficiar el desarrollo integral de los estudiantes, para que pueda desenvolverse en los diversos contextos de la vida. Por otra parte, (Navarro, 2014) menciona que “las actividades extraescolares tienen

UCUENCA

carácter complementario en la formación académica que recibe el alumno en su horario escolar” de tal manera que las escuelas se encargan de enseñar al educando en las áreas del saber y los talleres que se realizan fuera del aula permiten descubrir talentos y habilidades para que los niños se desenvuelven eficazmente en su diario vivir. Asimismo, la autora manifiesta que las actividades fuera de la jornada escolar permiten que el niño “adquiera competencias destinadas a su desarrollo profesional” (p.16) de forma que, tanto los conocimientos escolares como los extracurriculares le permitan al educando sobrellevar cualquier situación que se le presente a lo largo de su vida y se puedan enfrentar a las demandas sociales de su contexto de manera eficiente y reflexiva (Navarro, 2014).

Por otra parte, Moriana et al. (2006) indican que existe otro de tipo actividades extracurriculares que son “actividades desarrolladas dentro del ámbito escolar como complemento para el alumno y generalmente depende dantes del cetro”. Marsh y Kleitman (como se citó en Moriana et al., 2006, p. 38) señalan que “las actividades extracurriculares seleccionadas y planificadas en la escuela son más beneficiosas que las realizadas fuera de ella ya que frecuentemente estas últimas no gozan de la suficiente planificación, ordenación y sentido lógico y coherente” (p.39)

En definitiva, las actividades extracurriculares son el complemento perfecto para tener una vida académica balanceada y sin duda, son un elemento muy importante en el entorno educativo por su contribución a la formación integral de los estudiantes, ya que mediante el desarrollo de estas actividades se promueven aspectos como la sana distracción, buena convivencia e integración entre estudiantes.

1.2. Perspectiva de los docentes y padres de familia acerca de las actividades extracurriculares

Tanto el docente como los padres de familia ven que las actividades extracurriculares son indispensables en la formación de los niños, pues en la sociedad en la que vivimos actualmente, lo normal es que la jornada laboral de los padres finalice en la tarde-noche del día y por lo tanto esto conlleva a que no puedan hacerse cargo de los infantes durante una buena parte del tramo no lectivo (Varela, 2006).

De esta forma, hay una necesidad en los padres en buscar una actividad extra para sus hijos pues, al estar ocupados luego de su jornada escolar realizando actividades, dan espacio para que los padres puedan cumplir con sus actividades laborales, tal como menciona Martínez-

Vicente y Valiente-Barroso (como se citó en Varela, 2006) “dichas actividades ocurren mientras sus padres ocupan sus puestos laborales, lo cual ha proliferado la oferta de este tipo de actividades incluso dentro de los centros educativos, situándose como un punto mediador entre la función asistencial y la educativa”.

Las actividades extracurriculares para los alumnos son generalmente de carácter voluntario más que obligatorio y suelen tener objetivos sociales, artísticos, deportivos en lugar de académicos. Por lo que Tobeña (2016) manifiesta que “la asistencia a estas actividades debe ser elegida por los infantes y no por obligatoriedad de los padres” caso contrario en vez de ser un elemento positivo terminará convirtiéndose en algo desfavorable para el bienestar y el aprendizaje del educando. Así mismo, es importante no sobrecargar a los niños con actividades, porque además ir a la institución educativa, tienen tareas y deberes que cumplir, por lo que se debe intentar que se tomen las actividades extraescolares como actividades complementarias.

Así mismo, los docentes sugieren a los estudiantes que realicen estas actividades extra ya que puede ser un complemento positivo para su vida Holland y Andre (como se citó en Leal-Maridueña y Camacho-Vite, 2016). De igual forma, Pros et al. (2015) mencionan que “los educadores deben orientar y guiar a los padres de familia a las actividades a realizar” de tal manera, que los profesores juegan un rol importante dentro de este proceso, con el objetivo de brindar a los representantes mayores oportunidades de elección teniendo en cuenta las aptitudes e intereses de los educandos.

1.3 Tipos de actividades extracurriculares

1.3.1 Actividades deportivas

Las actividades deportivas son las más escogidas tanto por padres de familia y niños, pues más del 70% de los niños de primaria y secundaria practican algún deporte después de clase. Tal como Mollá (como se citó en Garrido-Guzmán et al., 2011) indica en una investigación realizada a alumnos de 4º grado, “el deporte más practicado correspondió al fútbol. Sin embargo, estos alumnos en segunda instancia se inclinaban más por la natación, el ciclismo y los deportes de raqueta, (...) básquetbol y atletismo” de esta forma se puede verificar la afinidad que tienen por actividades deportivas. Además, Romero (como se citó en Garrido-Guzmán et al. 2011) manifiesta que “el deporte en edad escolar responde al conjunto de actividades físico-deportivas que se desarrollan en horario no lectivo, dirigidas a la población en edad escolar y de participación voluntaria” (p. 146). Del mismo modo, los autores señalan que los estudiantes

UCUENCA

realizan actividades extra, por dar uso de manera positiva su tiempo libre, por mantener una vida saludable, diversión y competencia, por lo que este tipo de actividades, formarán parte de en la formación escolar de los estudiantes.

De igual forma, otros los motivos de ejecutar actividades deportivas tanto de hombres como mujeres es por, mantenerse en forma, por agrado, etc. Tal como lo señala Hoyo-Lora y Sañudo-Corrales (2007) los niños realizan actividad física

“porque me gusta y me divierto” (38%), “por encontrarme con amigos” (19%) y “porque es mejor para la salud y me siento bien” (17%). Respecto a las niñas, (...) “porque me gusta y me divierto” (31%); (...) “porque es mejor para la salud y me siento bien” (24%); y llama la atención el hecho de que sea “por mantener la línea”.

Por otra parte, Garrido-Guzmán et al. (2011) mencionan un análisis diferencial según el género, se encontró que “los hombres prefieren el fútbol, seguido del básquetbol y el atletismo, (...), mientras que las mujeres optan por el voleibol, fútbol, básquetbol y atletismo” Sin embargo, Macarro-Moreno et al. (2010) mencionan que la mayor tasa de abandono de estas actividades tiene lugar durante la adolescencia y la juventud. Algunas de las causas por que los niños dejan de realizar actividades extracurriculares deportivas son por la pereza, el cansancio, la falta de tiempo libre, los estudios y el aburrimiento.

Entre las actividades deportivas están:

El fútbol, el cual es un juego colectivo donde intervienen dos equipos con una relación de rivalidad deportiva en una lucha por la conquista de la posesión del balón, con el objetivo de introducirlo el mayor número de veces en la portería contraria y evitar que entre en la propia portería para obtener la victoria. Además, el fútbol está guiado por reglas y da origen a una serie de actitudes y comportamientos técnicos y tácticos más o menos estereotipados. Los equipos en confrontación directa, planifican y coordinan sus estrategias para actuar en contra del rival y de esta forma desorganizar la cooperación de sus rivales (Castelo, 1999).

El básquetbol, no es sólo un juego de equipo, sino también individual. Este deporte, requiere la integración desinteresada del talento de cada individuo en el juego en equipo. En primer lugar, exige una buena realización de las técnicas fundamentales, que una vez aprendidas se ponen en práctica en el juego. Se utilizan ejercicios para infundir confianza, aplicar las técnicas a las distintas situaciones que se presentan durante un partido. Las técnicas fundamentales incluyen el juego de piernas, lanzar, pasar, recoger, driblar, rebotar, realizar

UCUENCA

jugadas con el balón, desplazarse sin el balón y defender. Se debe recalcar las técnicas ofensivas que aumentan la confianza, porque las técnicas de dominar las exige más tiempo que las técnicas relacionadas con el balón (Wissel, 2008).

El atletismo, es un deporte el que desarrollan diversas habilidades como: correr, saltar y lanzar. Asimismo, recogen orientaciones (rendimiento o educativo) existentes para la práctica (Gómez-Mármol y Valero-Valenzuela, 2013). Dentro del atletismo se encuentra la disciplina de la marcha la cual

es una progresión de pasos ejecutados de modo que el atleta se mantenga en contacto con el suelo, a fin de que no se produzca pérdida de contacto visible. La pierna que avanza debe estar recta desde el momento del primer contacto con el suelo hasta que se halle en posición vertical (International Association of Athletics Federation, 2018).

La natación,

es un deporte de autosuperación, pues se nada con el propósito de mejorar las propias marcas, o sea, nadar la misma distancia cada vez en menos tiempo. Por supuesto que en las competencias cada atleta se esfuerza para que su marca sea la mejor de todas. Una gran variedad de pruebas tiene la Natación. Hay competencias individuales y de equipos, a diferentes distancias y con distintos estilos, y lo mejor es que todas se disfrutan al máximo (CONADE, 2008, p. 6).

El tenis, es un deporte de raqueta que se puede jugar entre dos personas o más, en donde la pelota es golpeada con una raqueta. Los puntos se obtienen cuando la pelota rebota más de una ocasión tras haber pasado la red, pero dentro de los límites del campo establecido. Además, es un deporte que se caracteriza por su dinámica intermitente, con esfuerzos interválicos de moderada y alta intensidad, provocados por acciones repetitivas de corta duración, pero de gran intensidad. El número de golpes va a depender del tipo de superficie (pista rápida, hierba o tierra batida) y del género (masculino y femenino), existiendo una tendencia a mayor duración cuando la pista es más lenta (Torres-Luque et al. 2014).

El patinaje de velocidad: Es una actividad deportiva que consiste en deslizarse o recorrer una distancia con patines sobre una superficie de asfalto, hormigón, parquet y pistas de resina sintética en el menor tiempo posible (Sánchez y Rodríguez, 2012).

Así mismo los autores mencionan que

El patinaje es deporte cíclico, en el que se realizan las modalidades de pruebas de velocidad y resistencia, exigiendo a su practicante un adecuado desarrollo sensorio-

UCUENCA

motriz, que compromete, desarrolla y agudiza el sentido del equilibrio y el manejo del espacio. Los patines de ruedas pueden ser: el clásico: conocido también como Guad, que tiene cuatro ruedas colocadas por parejas en dos ejes. El patín en línea: tiene una plancha que sostiene un número variable de ruedas (entre tres y cinco) situadas una a continuación de otra (Sánchez y Rodríguez, 2012, p. 2).

Las artes marciales: Son ejercicios centrados en el cuerpo, la mente y el espíritu que incluyen el boxeo y la autodefensa. Cuyo objetivo es someter o defenderse mediante una técnica concreta de un ataque físico. “Las técnicas básicas de las artes marciales incluyen bloqueos, golpes, volteretas, agarres y proyecciones (lanzar al oponente al suelo), así mismos ejercicios como la coordinación, el equilibrio, la velocidad y la sincronización que necesarias para practicar este deporte” (García-Isidoro et al. 2015, p. 149).

Dentro de las artes marciales se tiene el taekwondo y karate:

El taekwondo: Es un deporte de adversario con interacción directa de dos competidores. “Dentro de estos combates se da un intercambio de golpes, donde las técnicas (sobre todo de pierna) se ejecutan con mucha fluidez, velocidad y explosividad” (De la Fuente García y Castejón-Oliva, 2016, p. 158).

El objetivo de cada competidor es conseguir más puntos que el oponente. Se proclama ganador a aquel que consigue más puntos en el tiempo reglamentario. También se puede ganar por K.O. antes de que termine el tiempo reglado (impidiendo que el contrincante pueda continuar por razones de salud), o por superioridad (si se logra una diferencia de 12 puntos sobre el oponente a partir del final del segundo asalto). Durante el combate, los combatientes llevan un peto que protege el tronco y un casco que protege la cabeza, ambos con conexión electrónica, de manera que registran la puntuación sin necesidad de actuación arbitral. (...) Las principales acciones técnicas en la competición de la modalidad son las de pateo (diferentes patadas, con recorrido y ejecución particulares), los desplazamientos, las fintas y los bloqueos World Taekwondo Federation (como se citó De la Fuente García y Castejón-Oliva, 2016, p. 159).

El Karate: Es un deporte en donde se aprenden técnicas de defensa que no necesitan de armas, sino de las manos, pies u otras partes del cuerpo. El karate desarrolla la interioridad y la búsqueda de la perfección del carácter a través del riguroso entrenamiento.

El sistema de puntuación de este deporte se da de tres formas: *Sanbon* equivale a tres puntos y se obtiene cuando el competidor da patadas en la cara, cabeza, cuello o derriba a su oponente con la pierna. *Nihon* equivale a dos puntos y se otorga cuando el competidor

UCUENCA

da patadas en el abdomen, pecho, zona trasera, zona lateral y golpes de puño a la parte trasera del oponente. Y el *Ippon* equivale a un punto y se obtiene cuando el competidor realiza cualquier golpe de puño sobre cualquier zona como cabeza, cuello, cara, zona trasera, zona lateral, pecho y abdomen de su oponente (CONADE, 2008, p. 10).

En sí gana el combate quien obtenga mayor puntuación tras haber finalizado el último asalto.

El béisbol: Este deporte se juega entre dos equipos que está conformado por nueve jugadores cada uno, en donde el un equipo lanza y la otra batea. El objetivo de este deporte es anotar la mayor cantidad de carreras al terminar el juego, es por esto que, el equipo que batea primero debe aprovechar para sumar la mayor cantidad de puntos, mientras que el equipo contrario debe ver la forma de eliminar a tres bateadores de su equipo oponente. Dentro de este deporte no existe el empate, en el caso de darse se jugará una entrada extra (Villavicencio, 2018).

El fútbol americano: Se juega entre dos equipos, cada uno tiene once jugadores, donde cada equipo busca avanzar con la pelota hacia la zona de fondo del equipo contrario. Durante el partido se reconoce a un equipo ofensivo, es el que tiene la pelota y el otro equipo es defensivo, es el equipo que defiende la línea de gol contra el equipo ofensivo. El objetivo de este deporte es anotar más puntos que el equipo contrario dentro del tiempo establecido. En partidos colegiales el encuentro puede terminar con un empate. En juegos de exhibición o partidos de la temporada regular entre equipos profesionales se juega un periodo extra, llamado muerte súbita, donde el primer equipo que anote es declarado ganador. Si al finalizar los quince minutos del periodo extra ningún equipo ha conseguido anotar, entonces el resultado se da como definitivo (Villavicencio, 2018).

1.3.2 Actividades académicas

Las actividades académicas en algunos casos tienen más valor significativo por parte de los padres ya que, estas ayudan en el proceso de enseñanza-aprendizaje del niño, además que permite a los docentes medir el rendimiento académico de sus alumnos, diagnosticar sus problemas de aprendizaje y conocer sus perspectivas y actitudes hacia el tema indagado (Omeliicheva, 2007). Dentro de las actividades extraescolares académicas se tiene las actividades afectivas. En relación al campo afectivo Cooper (como se citó en Leal-Maridueña y Camacho-Vite, 2016) menciona que se “trata con las emociones, valores, actitudes, convicciones y motivaciones humanas. Las actividades dentro del área afectiva incluyen los

UCUENCA

estudios de casos, historias, dramas, escenificaciones cortas, escritura creativa, debates y discusiones” (p. 7).

Por otra parte, Ansón et al. (2015) indican que las actividades cognitivas de enseñanza/aprendizaje son varios ejercicios y actividades que tienen como propósito mejorar y mantener las capacidades mentales de una persona a largo plazo y en la creación de nuevas conexiones en el cerebro.

Asu vez Leal-Maridueña y Camacho-Vite (2016) mencionan que:

dentro de la esfera cognitiva pueden incluir torbellino de ideas, comentarios de grupos pequeños, análisis de estudios de casos, debates, foros, entrevistas, interacción entre estudiantes (...), paneles de discusión, preguntas y respuestas, preguntas provocativas, historias inconclusas (...), escenificaciones cortas, dramas y conferencias. Por lo general, mientras más se involucran los estudiantes, más alto es el nivel de aprendizaje que se logra. (p. 6)

Por otra parte, las actividades extracurriculares no están presentes en la normativa ni en la práctica educativa, por lo que es necesario incluirlo, “para fortalecer una serie de aspectos normativos, institucionales y técnicos relacionados con la enseñanza integral” (Leal-Maridueña y Camacho-Vite, 2016). Teniendo en cuenta que este tipo de actividades extracurriculares deben ser divertidas y que capten la atención de los niños.

Es fundamental considerar que gran parte de las actividades extracurriculares académicas responden a la necesidad de los niños, que es mejorar su desempeño y su proceso de enseñanza-aprendizaje, tal como indica Martínez y Valiente (2020)

el hecho de asistir a más actividades de carácter académico puede ser una señal de bajo rendimiento académico, dado que a este tipo de clases de refuerzo o de apoyo escolar acuden muchas veces los alumnos que presentan dificultades de aprendizaje o bajas calificaciones.

Es por esto que el acudir a este tipo de actividades fortalece y potencia las diversas habilidades cognitivas, las cuales se reflejan en su actividad escolar.

Dentro de las actividades académicas están:

UCUENCA

Taller de Matemática: Este taller está dirigido a aquellos alumnos con dificultades generales de aprendizaje y tiene como objetivo facilitar, la adquisición de la competencia matemática y competencias básicas en ciencia y tecnología. Para atender a esta finalidad, se organizan los contenidos, criterios de evaluación en dos bloques: el primero centrado en los procesos, métodos y actitudes en matemáticas, en donde el alumno puede progresar, a su propio ritmo, independientemente de su punto de partida; y el segundo, centrado en los distintos aspectos de las Matemáticas: números y álgebra (Londoño, s.f).

Club de informática: Las actividades dentro de este taller son variadas, ya que van desde construir invenciones robóticas hasta escribir la letra de una canción.

Para apoyar estas actividades, ofrecen una variedad de herramientas de diseño, incluyendo las que permiten grabar y editar música digitalmente, hacer publicaciones en la Web, programar computadores, hacer animaciones, editar imágenes y videos, diseñar, representar modelos tridimensionales, crear y controlar máquinas robóticas. A medida que los miembros trabajan con estas herramientas, van construyendo mayor confianza y fluidez técnica. Por ejemplo, un joven puede comenzar creando imágenes con programas simples de dibujo como “KidPix”, avanzar a Photoshop para explorar formas más avanzadas de manipulación tanto de imágenes como de efectos visuales para luego aprender a usar Scratch o Flash para animar sus creaciones. (Rusk et al. 2009, p.3)

Club de lectura: Es un grupo de personas que leen al mismo tiempo un libro. Cada uno lo hace en su casa, pero una vez a la semana, en un día y a una hora fija, se reúnen todos para comentar las páginas avanzadas desde el encuentro anterior. En las reuniones se debate sobre lo que se ha leído en casa: el estilo literario, la acción misma y los personajes. En cada reunión se acuerda la cantidad a leer en los días siguientes y es ese fragmento el que se comenta en la siguiente reunión. Naturalmente cualquiera tiene el derecho a sobrepasar ese límite establecido, pero no se puede comentar a sus compañeros lo que sucede después del punto marcado. (Calvo, 2002)

Club de debate: Se conceptualiza el debate como metodología activa que hace la diferencia con su finalidad competitiva y que busca

por medio de una conversación estructurada que se enfrenten diferentes opiniones y puntos de vista sobre un tema específico que permita polémica o disparidad de visiones. Las opiniones de los estudiantes deben estar correctamente fundamentadas, basadas en datos empíricos, estudios, teorías, etc., que permitan establecer criterios de entrada, participación, búsqueda, presentación de información y datos para proporcionar un

diálogo dinámico e interesante Jérez (como se citó en Vásquez-González et al. 2017, p. 136).

1.3.3 Actividades artísticas y culturales

Las actividades artísticas son prácticas que desarrollan aspectos teóricos formativos (históricos, estéticos, técnicos o temáticos) por medio de representaciones expresivas, con el objetivo de generar aprendizaje en los estudiantes y ayudarlos a desarrollar una habilidad especial SEP México (como se citó en el Ministerio de Educación Colombiano, 2007)

Por ejemplo, el teatro, la música y la danza pueden invocar talentos y habilidades que no forman parte del plan de estudios exigido y también tienen un enfoque relacionado con la sostenibilidad. Los alumnos pueden escribir y actuar en representaciones que reflejan las prácticas dentro de la comunidad o escribir la letra de canciones que recuerden a otros acerca de las buenas prácticas diarias (por ejemplo, cuidar el agua). Estos alumnos pueden actuar para otros, de manera que los mensajes sobre sostenibilidad sean transmitidos en toda la escuela y en la comunidad (UNESCO, 2012).

Entre actividades artísticas culturales están:

Taller de baile: Los talleres de baile se basan en que las personas puedan expresarse por medio de sus movimientos. La meta de estos talleres es tener la creatividad de generar un repertorio de movimientos con ayuda del material que dispone. Además, se considera este proceso como un hecho entre el sentir y el actuar. Esto hace que uno se sienta bien con su propio cuerpo y con sus movimientos (la velocidad, la fuerza, otras personas, etc.). Crear movimientos siempre es un proceso entre sentir y experimentar. Por lo cual, en la danza la meta es sensibilizar a la persona para que experimente y de forma a sus propios movimientos (Probst, 2008).

Dentro de los talleres de bailes se encuentra ritmos como:

Taller de danza folclórica: La danza folclórica está condicionada por la cultura y la geografía de cada región, ya que dentro de cada país puede haber diversas connotaciones. La música, el vestuario, los pasos y la actitud dependen del propio espacio y de las características del lugar. Por lo que, “el movimiento y la danza son inherentes a la existencia del ser humano como forma de comunicación y expresión con sus semejantes, con su entorno natural que no puede dominar y que lo considera como parte de sus divinidades” (Ortega, 2015, p. 37). Así mismo Aguilar-Chasipanta et al. (2017) mencionan que la danza es el aspecto mágico-religioso que el ser humano demuestra en las representaciones artísticas desde tiempos remotos. Así

como también puede ser “una forma de adorar a los dioses, en tiempos arcaicos; un medio de honrar a nuestros ancestros o un método para crear magia, según la cultura de cada individuo” (p. 2). De esta forma concluyendo con lo mencionado Brozas et al. (como se citó en Aguilar-Chasipanta et al., 2017) que manifiestan que los bailes folclóricos:

son danzas que han evolucionado. A menudo conservan rasgos que en algún momento tuvieron significados mágicos o rituales. La danza puede ser recreativa, ritual o artística y va más allá del propósito funcional de los movimientos utilizados en el trabajo y los deportes para expresar emociones, estados de ánimo o ideas. (p. 2)

Taller de ballet: es la unión de la música y los movimientos del cuerpo, donde al ser realizados interpretan una historia. Así mismo, el único instrumento es el cuerpo, puesto que este es capaz de realizar diferentes movimientos, expresando diversas emociones (Robles-Mendoza, 2019). De igual manera, la ejecución del taller de ballet “desarrolla un perfil morfológico específico, ya que se requiere un amplio dominio de técnicas coreográficas y escénicas. (...) se exige nivel técnico, interpretación artística, musicalidad en la ejecución técnica artística y belleza escénica corporal” Cañón et al. (como se citó en Robles-Mendoza, 2019, p. 99)

Taller de teatro: Es un arte vivo que se sintetiza en la relación actor-público.

Hacer teatro como medio de comunicación, de expresión artística, donde va haciendo suyos los códigos y el quehacer teatral, por lo que, junto con ir conociendo el lenguaje teatral, este debe poder experimentar el hecho de elegir, organizar y construir los medios para comunicar lo que quiere expresar y lo que quiere hacer sentir al espectador. (Consejo Nacional de la Cultura y las Artes, 2016, p. 17)

En este taller se puede evaluar la originalidad, verosimilitud y la creatividad de la propuesta.

Taller de música: “Es el arte libre de combinar los sonidos sucesiva y simultáneamente, para transmitir o evocar sentimientos” (Fernández, 2002). Así mismo, ayuda en el desarrollo socio-afectivo del niño, debido a que “el niño experimenta emociones y espontaneidad, (...) el crecimiento de sentimientos estéticos reforzados” (Conejo-Rodríguez, 2012). Así mismo el autor señala que asistir a un taller de música genera satisfacción en los niños, desarrolla habilidades de observación y tolerancia y tener seguridad de movilizarse de un lugar a otro.

UCUENCA

La gimnasia: Es una actividad de “configuración de movimiento caracterizada por su sistematicidad e intencionalidad, con la posibilidad de seleccionar actividades y ejercicios con fines determinados” (Husson, 2013).

Dentro de la gimnasia existe la gimnasia artística y rítmica, Portos y Patow (2013) las definen como:

La gimnasia artística es una práctica corporal deportiva en donde el sujeto encuentra sentido a la búsqueda del dominio corporal en los aparatos de gimnasia siguiendo un código convencional. Esta demostración debe realizarse con una ejecución técnica pre establecida ante un jurado especializado. Por cada error que se produzca. Y la gimnasia rítmica es una práctica corporal deportiva en la que la gimnasta debe dominar su cuerpo manipulando diversos objetos cumpliendo el reglamento. La relación entre la gimnasta y los elementos debe ser constante. Se evaluará una rutina que incluya movimientos específicos del cuerpo y las diversas técnicas en la manipulación de los aparatos. (p. 4)

1.4 Tiempo destinado a realizar actividades extracurriculares

La práctica de actividades extracurriculares como se ha visto tiene un impacto en la formación de los niños, razón por la cual es crucial considerar el tiempo empleado para realizar estas actividades, ante esto varios autores hacen mención a esta variable, como en el caso de Martínez-Vicente y Valiente-Barroso (2020) indica que

los estudiantes que no dedican ninguna hora o dedican más de 10 horas semanales tienen un menor rendimiento escolar. Mientras que no ocurre lo mismo cuando el tiempo medio de realización se sitúa en un intervalo de entre 5 y 6 horas en el que se combinan actividades de tipo deportivo, recreativo y académico, lo que mejora significativamente el rendimiento académico.

Por otra parte, se puede ver que existe una variación en la práctica de estas actividades, pues como nos menciona Calero (2016) en una investigación realizada en Buenos Aires a 300 adolescentes se encontró que “el 45.3% reportó dedicar entre una hora y menos de tres horas; el 26.7%, entre 3 y menos de 6 horas, el 19.33%, 6 horas o más, y el 7.7%, hasta 1 hora semanal” De la misma forma Hoyo-Lora y Sañudo-Corrales (2007) realizaron una investigación a 156 estudiantes, dando como resultado que el 69% de niños y el 25% de niñas realizan actividades extraescolares más de tres días. También se observa que el 14.5% de los estudiantes no ejecutan actividad física y el 38% realiza uno o dos días por semana.

UCUENCA

Por su parte, Martínez-Vicente y Valiente-Barroso (2020) mencionan que la realización excesiva de alguna actividad extracurricular (más de cinco horas a la semana) refleja resultados negativos a diferencia de cuando se realiza una práctica de actividad física moderada, entre 2 y 5 horas a la semana, que se relaciona con un mayor rendimiento académico. Así mismo Pros et al. (2015) manifiestan que realizar una actividad extra más de 10 horas a la semana repercute en un menor rendimiento académico. Independientemente del tipo de actividades, se estima como óptimo un nivel medio de horas (entre dos horas y media y 10 horas y media a la semana). Dicho autor también indica que la media de horas semanales dedicadas a las actividades extraescolares en los niños es de 6.22 horas y en las niñas de 5. 12.

Entonces, como se observa el tiempo es un factor importante que se debe tener en cuenta cuando los estudiantes realizan alguna actividad extracurricular, ya que como menciona Moriana et al. (2006) un número de horas adecuadas a realizar estas actividades durante la semana, tiene la finalidad de no sobrecargar a los estudiantes y evitar que lo que en un principio pueda ser ventajoso para los niños acaben convirtiéndose en algo contraproducente para el bienestar y aprendizaje académico de los alumno.

CAPÍTULO 2: APRENDIZAJE ESCOLAR

2.1 Definición del aprendizaje escolar

Ortiz-Leguis (2014) indica que el aprendizaje escolar fue considerado dentro de un enfoque didáctico. Debido que en el proceso educativo el maestro era el dueño del conocimiento y el alumno un simple receptor. De igual manera Flórez-Romero et al. (2006) manifiestan que el aprendizaje escolar es un proceso social de construcción de conocimientos por parte de los profesores y estudiantes. Los estudiantes actúan como aprendices de las diferentes materias que propone el currículo para los distintos niveles de educación: inicial, básica, media y superior.

Sin embargo, Baquero y Terigi (1996) mencionan que el aprendizaje escolar “consiste en la interacción de sujetos con objetos de conocimiento específicos, en condiciones institucionales” (p. 8). Añadiendo que “el aprendizaje escolar ha sido utilizado clásicamente como un enfoque diádico. Entendiendo al enfoque diádico como la relación maestra/ alumno, las cuales son versiones que identifica dos sujetos con posiciones diferenciadas” Por lo que el aprendizaje escolar fue creado con el objetivo de generar poder, en donde aparece la categorización de maestro (emisor) y alumno (receptor) (Ortiz-Leguis, 2014).

De igual forma, Ortiz-Leguis (2014) manifiesta que, en el aprendizaje escolar,

el sujeto se somete a un régimen específico que pretende una clara forma de cognición como: el habla, comportamiento y cultura. La posición del sujeto está definida por el conjunto de relaciones que se enuncian. El estatus de un alumno solo es comprensible en función de las reglas de comportamiento, de conducta que se han definido en el seno de una comunidad y en buena medida en virtud de los criterios adoptados para la división de tareas.

A su vez, Baquero (1996) indica que “el aprendizaje escolar define un régimen de trabajo particular que regula el uso de los mismos instrumentos mediadores que funcionen como contenido o “vehículo” de la enseñanza” En otras palabras el mismo autor menciona que “se aprende e interioriza el dominio de un instrumento de mediación con su estructura intrínseca y con su modalidad y régimen de uso escolar”. Por añadidura, Ortiz-Leguis (2014) menciona que “el aprendizaje escolar radica en que exigen el dominio de sistemas de representación que a su vez permiten la creación y manipulación de contextos espacio-temporales remotos.” Además, Ortiz-Leguis (2014) indica que con esto “promueve el uso de instrumentos semióticos (como la escritura) o formales (como las matemáticas) o incluso aquellas formas sistemáticas de

UCUENCA

conceptualización que aportan las teorías científicas en forma progresivamente descontextualizada” Entonces los instrumentos semióticos se convierten tanto en objetos como instrumentos, ya que en primera instancia son los que ayudan apropiarse de los saberes para posteriormente captar nuevos saberes. Por ejemplo, el libro es un recurso didáctico que puede dejar de ser un instrumento para apropiarse del saber.

Ortiz-Leguis (2014) determina algunas características fundamentales del aprendizaje escolar

1. **“El aprendizaje escolar es un aprendizaje institucionalizado y regulado”** Puesto que se da dentro de una unidad educativa, donde los contenidos del currículum se convierten en el fin específico de la vida y las relaciones entre los individuos que conforman el grupo. Es un aprendizaje guiado, monitoreado y controlado.
2. **El aprendizaje escolar es un aprendizaje descontextualizado (...)** pues en las escuelas se aprenden contenidos que no son requeridos (...), sino por los requerimientos de un currículum que establece lo que se debe saber.
3. **Se realiza dentro de un grupo-clase.** Si bien el aprendizaje es un proceso personal, se aprende de otros y con otros. Lo característico de la escuela es que estos “otros” toman formas muy precisas: un adulto, depositario de la autoridad y del saber o estudiantes de edades muy similares.
4. **Se produce en una compleja red de comunicación, negociación e intercambios.** El aprendizaje se produce en grupos atravesados por intercambios físicos, afectivos e intelectuales. Debido a que en el aula al existir una variedad de alumnos conlleva a tener problemas de discriminación, poder, entre otros. Por lo cual el aprendizaje se vuelve una tarea compleja y en muchos casos contradictoria. La interacción producida formará un grupo social en el que todos sus miembros afectan y son afectados. Así mismo en el aula se verán reflejados “elementos que definen el clima físico y psicosocial (...), las distintas experiencias personales y sociales, diversos mensajes y formas de comunicación” Ortiz-Leguis (2014)
5. **El aprendizaje escolar supone distintos niveles de intercambio:** a nivel intrapersonal, el aprendizaje individual, además que se le incorporan nuevos contenidos y significados a la estructura cognitiva y afectiva. En el nivel interpersonal, se da el intercambio de información entre todos los miembros que intervienen en el proceso de enseñanza-aprendizaje. Y en nivel grupal: los estudiantes pueden recibir y producir puntos de vistas al ser parte de un grupo.

UCUENCA

6. **“El aprendizaje escolar está regulado por las necesidades de “supervivencia”, la evaluación y el control”,** debido a que se encuentra condicionado por la evaluación y vigilado por una autoridad, quien premiará las conductas válidas y castigará las no deseables. Por lo general el intercambio entre el docente y alumno es una negociación más o menos explícita de acciones que realiza el estudiante con el fin de tener un buen aprovechamiento Ortiz-Leguis (2014)
7. **“El aprendizaje escolar está regulado por las tareas pedagógicas y por las formas de participación que el docente y la escuela proponen”.** Estas las tareas son organizadas con el fin de dar cumplimiento al currículum, por lo que estas tareas deben ser ejecutadas por el alumnado. Y la forma de participación establecen normas y pautas de conductas que ordenan las relaciones en el aula Ortiz-Leguis (2014)

Es así que, el aprendizaje escolar aporta al contexto sociocultural puesto que al comprender las actividades facilitan “el desarrollo humano en la medida en que la ontogénesis se produzca a través de una apropiación de los motivos de actividades relativas, por ejemplo, al juego, el aprendizaje escolar, a la interacción entre padres y alumnos” (Ortiz-Leguis, 2014)

2.2 ¿Qué es aprender?

Fairstein y Gyssels (2003) indican que el aprendizaje es uno de “los procesos más complejos de los que desarrolla el hombre (...). Lo complejo de este proceso interno es que involucra a la persona en todas sus dimensiones: lo afectivo, lo cognitivo, social”. De manera que el aprendizaje se involucra con aspectos emocionales que están relacionados con el miedo al cambio y con la seguridad que brinda la estabilidad. El proceso de aprendizaje sucede en las personas. Pero cada uno tiene una historia diferente, por lo que se le da un sentido y significado al aprendizaje diferente en cada individuo. (Fairstein y Gyssels, 2003, p. 16)

Es así que, si un alumno ha crecido con personas que le enseñaron a estar en un constante aprendizaje, tendrá la noción de estar actualizándose de manera constante en sus aprendizajes, caso contrario si se ha desarrollado en un espacio temeroso, tendrá mayor dificultad de lograr un proceso de aprendizaje (Fairstein y Gyssels, 2003).

De igual forma, Torre-Puente (como se citó Garza-Camino et al. 2011) manifiestan que “el aprendizaje es un proceso intrapersonal e interpersonal de carácter social, cultural y disciplinar, que está anclado contextualmente y no puede entenderse sino dentro del sistema interactivo de los elementos que lo producen” (p. 12).

UCUENCA

En la misma línea, Garza-Camino et al. (2011) mencionan que es un proceso multifactorial porque el alumno está siempre interactuando con otras personas y contexto, en donde sus experiencias y otros factores son fundamentales. Es así que en ocasiones se aprenden de manera tácita e inconsciente. Como menciona el Instituto Vasco de Evaluación e Investigación Educativa (2012) “el aprendizaje es una cualidad innata que desarrollan a lo largo de su existencia, que administran con mayor o menor fortuna, en función de factores psicológicos, sociales, culturales, políticos y de otra naturaleza” (p. 2). En definitiva, el niño debe aprender de una forma intencionada y consciente, de manera que el estudiante debe estar dispuesto a experimentar y descubrir.

Por otra parte, el aprendizaje en el ámbito educativo es un proceso que “debe ser consciente, a partir de sus conocimientos y experiencias previas, la persona interpreta, selecciona, organiza y relaciona los nuevos conocimientos y los integra a su estructura mental” (Garza-Camino et al., 2011). Además, Castaño (2007) añade que aprender es un proceso de diálogo en donde el maestro ve y piensa en su alumno no como un sujeto receptor, sino como un sujeto pensante que se puede desenvolver en cualquier contexto de enseñanza, puesto que los dos son poseedores de “saberes teóricos y culturales que aunque pueden ser en un primer momento frágiles, imprevisibles, espontáneos, opacos y sujetos irremediamente al crecimiento y la mutación, constituyen un insumo importante y necesario” (p. 34). Todo esto para que el maestro y alumno busquen descifrar y entender porciones determinadas de la realidad. De igual forma, Garza-Camino et al. (2011) indica que aprender es un proceso que involucra la interacción. Por ejemplo, en una institución se da la interacción entre estudiantes y docentes y entre los propios estudiantes, los cuales aprenden de manera bidireccional ya que comparten ideas, puntos de vista, durante las discusiones. Todo esto conlleva a generar un nuevo conocimiento.

Por lo mencionado anteriormente en relación a cómo se da el aprendizaje se debe tener en cuenta que “el aprendizaje no es observable directamente, sino que se infiere de lo que puede verse en la conducta manifiesta y no puede explicarse simplemente por procesos de crecimiento y maduración” (Garza-Camino et al., 2011, p. 12) puesto que, el alumno es un sujeto de interacción con el ambiente que le rodea, del cual obtiene información y lo integra en su esquema mental para usarla después, además que “se adquieren nuevas formas de aprender, de convivir, de respetar y de ser” Torre-Puente (como se citó en Garza-Camino et al., 2011, p.12).

El aprendizaje implica recibir y obtener información que se percibe a través de los sentidos, es decir que se adquiere un conocimiento al escuchar, leer, conocer, descubrir,

UCUENCA

informarse, adquirir una práctica, percibir y reconocer. En la vida diaria se practican casi todos esos recursos, porque es necesario para sobrevivir, relacionarnos y trabajar. De otra forma, también hay un aprendizaje de anticipación la cual se convierte en un instrumento de reflexión, de práctica individual y grupal (Gutiérrez y Castillo, 1993). Del mismo modo, es importante considerar los diferentes factores como los sentidos y las experiencias previas, así también “los diferentes factores y procesos involucrados en el aprendizaje, ya que al conocerlos, tanto profesores como alumnos serán capaces de lograr un aprendizaje significativo y relevante para diferentes aspectos de la vida” (Garza-Camino et al., 2011, p. 12).

Por último, se debe entender que

El aprendizaje es un proceso personal, nadie aprende por otro; es una construcción propia que se va integrando e incorporando a la vida del sujeto (...) que a su vez involucra un cambio relativamente permanente en la capacidad de las personas, su disposición o conducta. (Garza-Camino et al., 2011, p. 12).

De manera que el aprendizaje supone un cambio, ya sea al aprender a tocar un instrumento o aprender un idioma, Y como se sabe estos cambios pueden producir malestar, resistencia, ansiedad y miedo en las personas.

2.3 Implicaciones del aprendizaje escolar

Dentro del aprendizaje escolar existen implicaciones como: la motivación, aprendizaje cooperativo, la responsabilidad y frustración.

2.3.1 Motivación

“La motivación del latín *motivus* (relativo al movimiento)”, es aquel que provoca e incentiva al cuerpo a ejecutar una actividad, en otras palabras, es el motor de la conducta humana que puede ser de origen fisiológico o psicológico (Carrillo et al. 2009).

A su vez Herrera et al. (2004) indican que “la motivación es una de las claves más importantes de la conducta humana que responde al actuar del comportamiento sujeto. El comportamiento motivado es vigoroso, dirigido y sostenido” Por añadidura, Naranjo-Pereira, (2009) expresa que “la motivación es un aspecto de enorme relevancia en las diversas áreas de la vida, entre ellas la educativa y la laboral, por cuanto orienta las acciones y se conforma así en un elemento central que conduce lo que la persona realiza y hacia qué objetivos se dirige”. Así mismo Ajello (como se citó en Naranjo-Pereira, 2009) señala que “la motivación debe ser entendida como la trama que sostiene el desarrollo de aquellas actividades que son

significativas para la persona y en las que esta toma parte” (p. 153). Entonces, se puede definir a la motivación como el proceso por el cual el sujeto se plantea un objetivo y mantiene una determinada conducta, con el propósito de lograr una meta.

En el plano educativo, el aprendizaje escolar es inconcebible sin motivación, ya que la motivación debe ser considerada como algo positivo para aprender y continuar haciéndolo de una manera autónoma. “La motivación del aprendizaje es importante cuando los alumnos están poco motivados espontáneamente y el profesor ha de intentar motivarlos con medidas apropiadas, tales como alabanzas, censuras o ilustraciones” (Junco-Herrera, 2010, p. 3). En otro contexto Alfaro-Valverde y Chavarría-Chavarría (2002) mencionan que la motivación debe estar presente en todo momento (al inicio, durante y al final del proceso) y no solamente una actividad inicial, e incluso existe la posibilidad de que los alumnos se auto motiven.

Ausubel (2002) indica que el aprendizaje significativo “se caracteriza por edificar los conocimientos de forma armónica y coherente, por lo que es un aprendizaje que se construye a partir de conceptos sólidos”. Además, Ausubel (1983) reconoce que el aprendizaje se fundamenta en la experiencia humana, ya que el aprendizaje no solo implica pensamiento, sino también afectividad y únicamente cuando se consideran en conjunto se capacita al individuo para enriquecer el significado de su experiencia, por lo que “es un factor importante que influye en el aprendizaje, debido a que es lo que el alumno ya sabe”.

Existen una gran variedad de tipo de motivaciones como: motivación intrínseca, motivación extrínseca, motivación positiva, motivación negativa, motivación personal, motivación secundaria, motivación centrada en el ego, motivación centrada en la tarea. No obstante, en este apartado se expondrá los tipos de motivación que influyen en el proceso de aprendizaje de los estudiantes.

Motivación extrínseca

Anaya-Durand y Anaya-Huertas (2010) mencionan que “la motivación extrínseca se define como aquella que procede de fuera y que conduce a la ejecución de la tarea. Todas las clases de emociones relacionadas con resultados se supone que influyen en la motivación extrínseca”. Por lo que lleva al sujeto a tener diversos comportamientos con en el fin de satisfacer otros motivos que no puede conseguirlo dentro de sí mismo. Sin embargo, en el ámbito educativo no actúa de manera favorable pues como menciona Pervin (1985) “la presencia de recompensas puede perjudicar a la ejecución de la tarea, ya que la actividad solo se realiza por tener algún tipo de beneficio, perdiéndose de vista los aspectos de la propia tarea”. Esto hará que su motivación disminuya “como consecuencia de haber trasladado toda la

UCUENCA

atención, el esfuerzo, el valor de lo que está haciendo, a percibir la tarea como un medio para alcanzar el premio y no como el fin en sí mismo de la actividad” (Soriano, 2001, p. 7). Por tal motivo, cuando se realiza este tipo de actividad en las aulas, el alumno piensa en acabar antes y deprisa, para conseguir lo prometido, sin importarle lo que ha hecho o cómo lo ha hecho. Por ende, la motivación extrínseca no tiene significado en el proceso de enseñanza- aprendizaje puesto que el estudiante solo busca concluir con la actividad, ya que la motivación extrínseca se basa en las recompensas que de cierta forma en vez de ayudar al estudiante lo perjudica en el momento de realizar una tarea, porque en lugar de sentirse motivado puede llegar a sentirse presionado para obtener la recompensa, esto justifica la escasa incidencia que la motivación extrínseca posee sobre la transmisión de conocimiento.

Motivación intrínseca

Anaya-Durand y Anaya-Huertas, (2010) indican que “la motivación intrínseca se puede definir como aquella que procede del propio sujeto, que está bajo su control y tiene capacidad para auto-reforzarse” (p. 7). Además, que “son aquellas acciones del sujeto que realiza por su propio interés y curiosidad, donde no hay recompensas externas al sujeto de ningún tipo” Baquero y Limón (como se citó en De Francesco, 2011, p. 10). Por añadidura, Soriano (2001) menciona que la motivación intrínseca “empuja al individuo a querer superar los retos del entorno y los logros de adquisición de dominio hacen que la persona sea más capaz de adaptarse a los retos y las curiosidades del entorno”

Es importante reconocer que dentro de la motivación intrínseca existen las emociones positivas (interés, satisfacción, inspiración, orgullo) y negativas (miedo, aburrimiento, ansiedad, desesperación). Anaya-Durand y Anaya-Huertas (2010) manifiestan que:

Las emociones positivas que no están directamente relacionadas con el contenido de la tarea también pueden ejercer una influencia positiva en la motivación intrínseca como por ejemplo la satisfacción de realizar con éxito una redacción. En cambio, las emociones negativas pueden repercutir en la motivación intrínseca de dos formas. La primera consiste de emociones negativas como la ansiedad, la ira, la tristeza que pueden reducir el disfrute de la tarea. En segundo lugar, puede aparecer una motivación extrínseca, (...) que conduce a la no ejecución de la tarea. (p. 7)

Además, conllevan a la no ejecución de la tarea ya sea por el aburrimiento o cansancio al realizarlas (Anaya-Durand y Anaya-Huertas, 2010). A su vez se debe tener en cuenta que la motivación intrínseca juega un papel importante en edades tempranas, debido a que su desarrollo en la edad temprana influirá en su vida futura. Gottfried et al. (como se citó en

Mancini, 2018). En definitiva, un estudiante que se siente motivado realiza sus tareas “por su propio interés, por el gusto que le proporciona, por la satisfacción que encuentra en realizarlo, porque está orientado a un objetivo (...) bien definido y congruente con sus propias expectativas” Lepper (como se citó en Anaya-Durand y Anaya-Huertas, 2010, p. 7)

En concreto, la motivación intrínseca es una herramienta que sirve para afrontar diversas barreras que obstaculiza que el conocimiento llegue a los alumnos. Además, “favorece el desarrollo de grupos informales al margen de las estructuras formales, lo cual permite la rápida resolución de problemas, la transferencia de las mejores prácticas y el desarrollo de habilidades profesionales al compartir experiencias y conocimiento tácito” Wenger y Snyder (como se citó en Martín-Cruz et al., 2009). De igual forma, Kofman y Senge (como se citó en Martín-Cruz et al., 2009) mencionan que “la motivación intrínseca puede ayudar a lograr el necesario equilibrio entre competencia y colaboración entre los individuos, puesto que favorece un ambiente de mayor cooperación (...) y reduce la competencia excesiva que dificulta el aprendizaje” (p. 191)

2.3.2 Autoestima

Rice (como se citó en Naranjo-Pereira, 2007) denomina la autoestima como “el vestigio del alma y que es el ingrediente que proporciona dignidad a la existencia humana” (p.2). De manera que:

la autoestima es inherente a todos los seres humanos, es un producto social que se desarrolla en la interacción hombre-mundo, en el proceso de la actividad y la experiencia social y canaliza la actividad del cuerpo y la mente de todas las personas. Su carácter social y desarrollador la proveen de una extraordinaria significación para la educación de niños, adolescentes, jóvenes y adultos (Acosta-Padrón y Hernández, 2004, p. 2)

Del mismo modo Courrau (como se citó en Naranjo-Periera, 2007) indica que la autoestima es “el valor del yo, el valor de la persona ante los ojos de otros, (...) lo define como un proceso dinámico y multidimensional (...) en el cual se involucra el contexto social, físico, emocional y cognitivo de la persona” (p. 3). Además, que es una necesidad vital para el ser humano ya que efectúa una contribución esencial al proceso de la vida, desempeñando un papel clave en las elecciones y decisiones que le dan forma (Naranjo-Pereira, 2007). De igual manera, la autoestima es indispensable para el desarrollo normal y sano debido a que tiene valor de supervivencia y representa un logro individual. Que de cierta forma hace que se convierta en “sentimiento valorativo de nuestro ser, de quiénes somos nosotros, del conjunto de rasgos

corporales, mentales y espirituales que configuran nuestra personalidad” (Acosta-Padrón y Hernández, 2004, p. 2).

Coopersmith (como se citó en Sparisci, 2013) plantea que existen tres niveles de autoestima: alta, media y baja.

La autoestima alta se puede observar cuando las personas son expresivas, asertivas, con éxito académico y social, confían en sus propias percepciones y esperan siempre el éxito, consideran su trabajo de alta calidad y mantienen altas expectativas con respecto a trabajos futuros, manejan la creatividad, se auto respetan y sienten orgullo de sí mismos y caminan hacia metas realistas. Las personas autoestiman media, son aquellas en que la expresión depende de la aceptación social, igualmente tienen alto número de afirmaciones positivas, siendo más moderadas en sus expectativas y competencias que las anteriores. (p. 12)

En cuanto a la baja autoestima, son aquellas personas que están desanimadas, aisladas, su actitud hacia ellos mismos es negativa, por lo que no logran integrarse en un contexto social, se alejan fácilmente y no se arriesgan por temor al fracaso Coopersmith (como se citó en Sparisci, 2013).

Por otro lado, los niños genuinamente son sensibles a ser afectados por los diversos problemas y sucesos que ocurren en las escuelas. Es así que la autoestima ocupa un papel importante en el proceso de formación, donde “los fracasos, las experiencias negativas y el miedo pueden bajar la autoestima, mientras que los éxitos, las buenas relaciones y el amor pueden aumentarla” (Acosta-Padrón y Hernández, 2004, p. 4). Es por esto que la autoestima es la meta más alta y el centro de la forma de pensar, sentir y actuar, es el máximo resorte motivador Molina et al. (como se citó en Toro et al. 2008). De esta forma entendiendo lo que menciona Vaello (2007) que la autoestima es el grado de satisfacción asociado al concepto de sí mismo, a sentirse bien consigo mismo, bajo dos necesidades básicas de la persona, que los expone Yela, (como se citó en Buitrago et al., 2016) percibir que “uno vale para algo y percibir que uno vale para alguien. Esto implica que la expresión “uno vale para algo” es la asociación con el éxito; (...) y “uno vale para alguien”, se refiere al reconocimiento del éxito” (p. 134).

La familia, los profesores, los compañeros y amigos ejercen un papel fundamental en la formación y desarrollo de la autoestima del estudiante. Debido a que la autoestima se desarrolla a partir de la interacción humana, la cual se empieza a formar a través de las relaciones con las principales figuras de apego y posteriormente el contexto irá ampliándose al resto de personas de la familia, la escuela y el grupo de iguales (Naranjo-Pereira, 2007).

UCUENCA

En relación a los padres Martínez-Ferrer, et al. (2008) manifiestan que el apoyo parental (comprendido por conductas de soporte emocional e informacional, respeto por la autonomía y aceptación del hijo como persona) correlacionan positivamente con la autoestima escolar y familiar, tanto de niños como de adolescentes.

Por otra parte, cuando el estudiante asiste a la escuela cambia el contexto y las personas con las que se desenvuelve su vida, en este caso la autoestima que tienen los docentes es fundamental para que se dé el aprendizaje, ya que como lo mencionan (Acosta-Padrón y Hernández, 2004)

le posibilita mayor seguridad, confianza a la hora de conducir el proceso de enseñanza aprendizaje, le permite tener una valoración propia de sus posibilidades de actuar en un momento dado a impartir de sus conocimientos y de poder determinar hasta dónde puede llegar en una actividad determinada, le otorga más valor a lo que sabe y a lo que puede ofrecer, (...), es más creativo y le inspira confianza y seguridad a los alumnos, lo cual le permite desarrollar con éxito su labor. (p. 3)

De tal manera que los profesores son los que también van a influir en la construcción y desarrollo de su autoestima del estudiante (Acosta-Padrón y Hernández, 2004).

Por otro lado, Palacio et al. (2007) menciona que la relación entre amigos y autoestima es bidireccional, es decir, tener buenos amigos mejora la autoestima ya que “la definición de amigos dada por los estudiantes se relaciona más con compartir emociones y con la persona con quien se siente bien” (p. 40), tal como lo menciona García (como se citó Palacio et al. 2007)

el adolescente tiene la necesidad de compartir con sus iguales. Sí un niño difícilmente puede vivir sin depender de otros, a un adolescente se le hace imposible, ya que el descontento personal que siente en esta etapa lo supera interactuando con sus compañeros. En general, (...) las relaciones de amistad consolidadas con sus grupos se convierten en el laboratorio en el que se experimenta la afectividad del adolescente. (p. 40)

Entonces la relación de amistad y apoyo con su grupo de amigos se ve afectada por el tipo de autoestima que presente algún estudiante ya que se puede presentar conflictos entre los estudiantes que no tengan una autoestima adecuada (Palacio et al. 2007)

De igual forma, Naranjo-Pereira (2007) indica que “los éxitos continuos conducen a estas personas a una mayor estabilidad en la autoconfianza educativa; inversamente, aquellas personas que fracasan experimentan una pérdida de autoestima, lo cual, contribuye a una continua carencia de éxito” (p. 7). Es por esta razón que tener una buena autoconfianza es la clave para tener éxitos en la educación. Ante esto Lee (como se citó en Naranjo-Pereira, 2007)

concuera con lo expuesto, pues indica que “existe una cantidad considerable de evidencia (...) que demuestra que el autoconcepto predice e influye en los logros en los centros educativos, desde los grados de primaria hasta la educación universitaria” (p. 8)

En definitiva, existen diversas definiciones en relación a la autoestima, no obstante, la mayoría de autores llegan a tener la misma idea general que es de “conocerse así mismo, es la función de velar por uno mismo, es autodefenderse, valorarse, autoestimarse y autoobservarse. La autoestima es aprender a querernos, respetarnos y cuidarnos. Depende esencialmente de la educación en la familia, la escuela y el entorno” (Acosta-Padrón y Hernández, 2004, p. 4). Desde el punto de vista psicológico Yagosesky (como se citó en Acosta-Padrón y Hernández, 2004) conceptualiza “la autoestima como el resultado del proceso de valoración profunda, externa y personal que cada quien hace de sí mismo en todo momento, esté o no consciente de ello” (p. 4).

2.3.3 Aprendizaje cooperativo

Aprender es algo que los alumnos hacen, y no algo que se les hace a ellos. El aprendizaje no es un encuentro deportivo al que puede asistir como espectador. Requiere la participación directa y activa de los estudiantes. Al igual que los alpinistas, los alumnos escalan más fácilmente las cimas del aprendizaje cuando lo hacen formando parte de un equipo cooperativo (Johnson et al., 1999, p. 5)

En primer lugar, es importante entender la diferencia entre trabajo en grupo y trabajo cooperativo, por lo cual Domingo (2008) menciona que “trabajo en grupo se caracteriza por la comunicación fluida entre las personas en base a relaciones de confianza y de soporte mutuo (...) y de apoyo recíproco entre sus integrantes, donde las tareas son de carácter sinérgico” (p. 234) en otras palabras, que el trabajo en equipo se basa en una la comunicación interpersonal, la confianza, la toma de decisiones en común y la resolución de conflictos entre el grupo. Mientras que el trabajo cooperativo “es un conjunto de personas que trabajan para alcanzar un fin común, mediante acciones colaborativas” (p. 234) es decir, que una persona cumple sus objetivos siempre y cuando los demás también alcancen los suyos, esto se puede conseguir a través del trabajo en equipo. Además, es importante considerar que no se debe formar equipos con personas que no compartan un objetivo común o que sean forzados porque generará interdependencia negativa.

De manera que, el aprendizaje cooperativo es “uno de los procedimientos que ha provocado mayores expectativas para resolver diferentes problemas en los contextos

UCUENCA

educativos” (López y Castillo, 2011, p. 30). Además, Slavin (1991) indica que la implementación de métodos de aprendizaje cooperativo ayuda a resolver cuestiones como la mejora del rendimiento, la motivación, las relaciones interpersonales, el desarrollo de habilidades de pensamiento y colaboración entre pares. Del mismo modo Johnson et al. (1999) manifiestan que “el aprendizaje cooperativo reemplaza la estructura basada en la gran producción y en la competitividad, que predomina en la mayoría de las escuelas, por otra estructura organizativa basada en el trabajo en equipo y en el alto desempeño” (p.4). Así mismo los autores menciona que el maestro es el que aplica la estrategia de aprendizaje cooperativo, en donde sus alumnos generen sus propios conocimientos dejando de lado la percepción de que el docente es un depositador de conocimientos. Por último, Lara-Villanueva (2005) expresa que el aprendizaje cooperativo es un término genérico usado para referirse a un grupo de procedimientos de enseñanza que parten de la organización de la clase en pequeños grupos mixtos y heterogéneos donde los alumnos trabajan conjuntamente de forma coordinada entre sí para resolver tareas académicas y profundizar en su propio aprendizaje.

Mendoza-Pinto (2005) indica que dentro del trabajo cooperativo existen tres tipos:

1. “Los grupos formales de aprendizaje cooperativo: Funcionan en un periodo de una hora a varias semanas de clase; los estudiantes trabajan juntos para lograr objetivos comunes y asegurar que se cumpla la tarea de aprendizaje asignada”. A su vez Johnson et al. (1999) añade que

“el docente debe especificar los objetivos de la clase, tomar una serie de decisiones previas a la enseñanza, explicar la tarea y la interdependencia positiva a los alumnos, supervisar el aprendizaje de los alumnos, (...) brindar apoyo en la tarea (...) y evaluar el aprendizaje de los estudiantes. (p. 5)

2. Los grupos informales de aprendizaje cooperativo. Son temporales y operan unos pocos minutos hasta una hora de clase, así mismo Domingo (2008) agrega que el propósito de los grupos informales es dirigir la atención del estudiante al material que debe aprender, establecer un clima favorable, ayudar a organizar con anterioridad el material que vaya a utilizarse, asegurarse que los estudiantes procesen cognitivamente el material que se ha impartido y proporcionar una conclusión a la sesión.

3. “Los grupos de base cooperativos. Funcionan a largo plazo (mínimo un año) y son de aprendizaje heterogéneo, (...) cuyo principal objetivo es posibilitar que entre ellos se brinden apoyo, ayuda, aliento y respaldo para lograr un buen rendimiento escolar” (Mendoza-Pinto, 2005, p.51). De manera que, “los grupos de base permiten que los alumnos entablen relaciones

UCUENCA

responsables y duraderas que los motivarán a esforzarse en sus tareas, a progresar en el cumplimiento de sus obligaciones escolares (...) y tener un buen desarrollo cognitivo y social” (Johnson et al., 1999, p. 6)

Por otra parte, Johnson y Johnson (como se citó en García et al., 2001, pp. 41 - 42) señalan que existen algunos elementos dentro del aprendizaje cooperativo.

Cooperación: los estudiantes se apoyan mutuamente (...) para aprender a trabajar en equipo, comparten metas, recursos y se responsabilizan de su papel, además de saber que no pueden tener éxito a menos que todos en el equipo tengan éxito.

Responsabilidad: los estudiantes asumen su responsabilidad individual en la parte de la tarea que les ha correspondido y también en hacer comprender a sus compañeros/as su parte del trabajo.

Comunicación: tienen que intercambian información, materiales y preocuparse de que todos sus integrantes comprendan, analizando y reflexionando sobre las conclusiones y (...) resultados.

Trabajo en equipo: aprenden a resolver juntos los problemas, desarrollando habilidades de liderazgo, comunicación, confianza y toma de decisiones y solución de conflictos

Autoevaluación: los equipos deben evaluar qué acciones han sido útiles y qué acciones no.

En definitiva, el aprendizaje cooperativo, se considera un elemento de interacción del sujeto con el medio, no se puede dejar de señalar que una actitud positiva hacia sí mismo y hacia los demás es un factor determinante para el éxito del aprendizaje escolar, es por ello que la actitud, la motivación, la voluntad y las habilidades sociales juegan un papel importante dentro del aprendizaje, ya que complementan con

Una mayor productividad y rendimiento, aprendizaje en la resolución de problemas y el desarrollo del pensamiento (...) creativo, la utilización de habilidades intelectuales superiores, estrategias cognitivas de alta calidad, un lenguaje más elaborado de mayor precisión y rigor, en los intercambios y debates. (Poveda-Serra, 2006, p. 46)

Así mismo, en el desarrollo personal y social causa beneficios como “la valoración y autoestima (...), desarrollo del interés y de la motivación intrínseca hacia el aprendizaje, inducida por los procesos interpersonales del grupo y expectativas de éxito futuro basadas en la atribución causal a sus capacidades y esfuerzos” (Poveda-Serra, 2006, p. 46).

2.3.4 Responsabilidad

“La responsabilidad es la virtud o disposición habitual de asumir las consecuencias de las propias decisiones, respondiendo de ellas ante alguien” (Fundación Canfrac, 2015, p. 4). En otras palabras, la responsabilidad es la capacidad de dar respuesta de los propios actos, y está dispuesto a rendir cuenta de ellos. De igual manera, Wester (como se citó en Hirigoyen, 2012) menciona que “la responsabilidad se vincula con las acciones individuales con las relaciones sociales y, con los contextos de acción; así como son sus condicionamientos, limitaciones, oportunidades y desafíos” Además, el autor añade que la responsabilidad incluye una dimensión psico-sociológica, es decir que el sentimiento de responsabilidad es como un resorte emocional individual, que a su vez ayuda reflexionar sobre sus acciones y hacerse responsables de las mismas.

En la educación la responsabilidad debe ser compartida puesto que, no depende únicamente de los profesores, sino también de los estudiantes, la sociedad y padres de familia, de manera que se evitará “discrepancias entre ambos para ellos se puede usar la comunicación como forma de solucionar diferencias de ideas o pensamientos y apoyarse en los proyectos que se desarrollen y las tomas de decisiones” (Domínguez-Martínez, 2010, p. 3). Por lo que el autor Hirigoyen, (2012) señala que es necesario

que se enseñe a resolver los problemas de manera comprometida, responsable y autónoma buscando soluciones a través de la consideración del consentimiento de los demás; También (...) enseñar a relacionarse con los demás, considerándolos como personas con iguales derechos y obligaciones, dado que solamente con ellos, de manera cooperativa, se puede lograr (...) entendimiento con los otros al que se puede llegar con sentido razonable, pacífico y duradero. (p. 9)

Por su parte Fernández-Díaz et al. (2003) menciona que nadie nace responsable, la responsabilidad se va generando por seguir a personas adultas, además que se genera progresivamente por etapas.

La capacidad de actuar de forma responsable depende de cada persona y del contexto o ambiente que la rodea (familia, escuela, barrio, etc.). Por todo ello, existen ritmos distintos en cada persona. Así pues, será difícil encontrar niños y niñas que, con los mismos años, manifiesten el mismo grado de responsabilidad: cada niño o niña desarrolla más unos aspectos y otros menos. (Fernández-Díaz, 2003, p. 11)

UCUENCA

Por lo tanto, educar con responsabilidad no es una tarea fácil, pero se podrá conseguir a través del esfuerzo y dedicación por parte de los padres y maestros con la finalidad de educar a adultos responsables.

Por otra parte, Arrieta (2016) menciona que educar en valores al estudiante ayuda a que encuentre sentido en sus acciones, responsabilizándose por las mismas, lo cual le permitirá tomar decisiones asertivas y desarrollar capacidades como solución de conflictos. Así mismo Conejo-Rodríguez (2012) complementa que educar con valores ayudará a tener un pensamiento crítico en el estudiante, que a su vez le posibilite plantear objetivos para buscar de una forma más conveniente de enfrentar la realidad, indicándole al estudiante una dimensión humana e integral que permita el desarrollo libre de su personalidad, partiendo de la comprensión de los derechos del otro.

Es importante entender que la capacidad de responsabilidad en estudiantes y su formación van de la mano con la enseñanza y costumbres aprendidas tanto en la escuela como en el hogar, debido a que un estudiante que presenta cualidades de irresponsabilidad, como dejar a cargo a otros que resuelvan lo que no quiere hacer (Escudero et al. 2018). En ese sentido, “tener responsabilidad implica asumir una postura mental en la que se integren el conocimiento, dominio interior, seguridad y confianza de dar lo mejor de cada uno en cada circunstancia, sin importar la situación” Febres (como se citó en Escudero et al., 2018, p. 494).

De igual forma Fraile (como se citó en Escudero et al., 2018) añade que “la responsabilidad y la libertad deben ir de la mano, pues si no se goza de libertad (...) no se logrará desarrollar el sentido de la responsabilidad y no se podrá responder a los actos sean buenos o malos” (p. 494).

En definitiva, Nisbet (como se citó en Valle-Arias et al. 1997) indica que

los alumnos tienen que construir su propio conocimiento y deben aprender a ser responsables del manejo y control (...) con lo cual el aprendizaje deja de ser exclusivamente un mero producto de la enseñanza, ya que requiere un esfuerzo activo de comprensión e implicación en el mismo por parte del alumno. (p. 145)

2.3.5 Frustración

“La frustración se presenta cuando un deseo, un proyecto, una ilusión o una necesidad no se llega a cumplir” Lo que conlleva a que los adultos y los niños experimentan una serie de emociones como: tristeza, angustia, ansiedad, impotencia, decepción, enfado, agresividad o ira. (Hurtado et al., 2015). De igual forma, Mustaca (2018) indica que “la frustración se asocia con

UCUENCA

respuestas conductuales, emocionales, psicofisiológicas y neurales similares o idénticas a la presentación de estímulos aversivos, por lo que se la considera un modelo de estrés y dolor psicológico”

Cubero-Venegas (2004) añade que cuando, no se toma en cuenta las opiniones de los niños, muestran una conducta de frustración, Por lo que los padres lo toman como actitud de “malcriados”. Es por esto, que cuando un niño se revela manifestando que algo es injusto, es crucial dialogar con el niño para saber cuáles son sus motivos de esta conducta. De esta forma se crea un espacio en la cual el niño expresa sus sentimientos. Para posteriormente se llegue a un consenso entre el niño y el adulto.

Molina (2017) menciona que existen tres tipos de frustración:

1. **Externas:** son impuestas por el medio circundante. Por ejemplo: el niño que desea una golosina, pero la madre se la niega.
2. **Internas:** proceden del interior del individuo, es decir de su incapacidad física, mental o emocional para alcanzar un objetivo. Este tipo de frustración representa, para la personalidad del individuo, una amenaza más seria que las externas, pues suele producir una considerable tensión emocional con los consiguientes trastornos de la conducta. Por ejemplo, el chico que no pudo ser aceptado para pertenecer al equipo de fútbol de la escuela porque sus pies planos le impedían correr rápido.
3. **Conflictos:** cuando la persona tiene impulsos contrarios que le empujan a acciones incompatibles entre sí. En la mayoría de los casos, el conflicto se resuelve eligiendo una de las posibilidades, lo que conlleva cierto sufrimiento inevitable; no obstante, el sufrimiento es mayor cuando el sujeto se ve incapaz de renunciar a una opción, y, por tanto, a elegir. (p. 1)

Así mismo, Hurtado et al. (2015) mencionan que, durante la vida, existen ocasiones en las que se logra cumplir con objetivos y deseos planteados, pero también existe la posibilidad que estos no se cumplan por diversas circunstancias. Por lo tanto,

los niños suelen pensar que el mundo gira a su alrededor, (...) y que consiguen al momento lo que piden. No saben esperar porque no tienen desarrollado el concepto del tiempo ni la capacidad de pensar en los deseos y necesidades de los demás. (p. 28)

Entonces es ahí el momento donde se ve la necesidad de enseñar a los niños a tolerar la frustración. Puesto que al momento que dominan el sentimiento de frustración les permitirá afrontar de manera positiva cada una de las situaciones que desarrollen en toda su vida.

UCUENCA

Por su parte, Cubero-Venegas (2004) señala que dentro del aula también puede presentarse la frustración, esto sucede cuando el maestro piensa que es su responsabilidad el aprendizaje del estudiante, puesto que considera al educando como un receptor de información, por lo que se genera una relación unidireccional, en donde el docente tiene el poder y el estudiante debe someterse a dar el cumplimiento de las órdenes dictaminadas por la autoridad.

De manera que esto genera sentimientos de frustración para ambas partes. En el caso del maestro que lo alcance el objetivo de tener estudiantes autónomos y responsables llega a tener sentimientos de frustración. De mismo modo, el estudiante siente frustración al momento que depende de otras personas para realizar alguna actividad. (Cubero-Venegas, 2004)

De igual forma el autor mencionado anteriormente indica que cuando no se permiten que un niño cuente sucesos o situaciones que está viviendo, éste vivirá de sentimientos de frustración, no podrá desarrollar ideas y opiniones independientes; además de no poder aprender a diferir, reconocer opiniones y defender sus propias por medio de la discusión sana.

Por otra parte, es posible observar que existe frustración en el criterio pedagógico. Por ejemplo, la presión institucional, la misma que está orientada a que dos estudiantes renuncien a continuar en el establecimiento (Poblete-Christie et al. 2019). Ningún alumno elige fracasar en la escuela. Si la sociedad, los padres y profesores exigen éxito y el niño fracasa, la experiencia escolar se convierte en fuente de sufrimiento. Si se considera que la tolerancia a la frustración es menor en los alumnos que en las personas más adultas, es fácil concluir que cuando los rendimientos son insuficientes, la valoración de sí mismo o la integración con los demás tampoco son satisfactorias, debido a que surgen sentimientos depresivos y la tendencia a responder a la frustración con conductas disruptivas en clase como agresividad, aislamiento social o absentismo escolar.

En definitiva, Ferrés (como se citó en Corona-Rodríguez, 2014) señala que

la educación es un proceso premeditado y planeado, que tiene como objetivo, centrar, compartir información, significados, conocimientos y habilidades que de algún modo son necesarios para los miembros de un grupo social. En este sentido, la comunicación es esencial (...) para alcanzar dichos objetivos (p. 9).

UCUENCA

De modo que, la falta de acciones comunicativas, muestra un grado de complicidad entre docentes y estudiantes, lo que generará frustraciones, por ende, se verá reflejado en los malos resultados académicos.

CAPÍTULO 3: IMPORTANCIA DE LAS ACTIVIDADES EXTRACURRICULARES PARA EL APRENDIZAJE ESCOLAR DE LOS NIÑOS/AS

3.1 Beneficios de realizar actividades extracurriculares

La realización de actividades extracurriculares ha sido asociada a un mejoramiento progresivo en el nivel educativo de los estudiantes, pues “el ejecutar estas actividades ayuda a los estudiantes a sacar mejores notas” (Marsh, 1992), “desarrollar la creatividad, la curiosidad, la autonomía y asistir a la escuela con más regularidad” (Mahoney y Cairns, 1997). Además, se ha asociado que la realización de estas actividades beneficia a una mayor madurez personal, social y tener un mejor pensamiento crítico Bauer y Liang (como se citó en Pros et al, 2015) “mejores competencias interpersonales asociadas a niveles educativos más altos, mayores expectativas y ambiciones, más empeño y mejores niveles de atención” (Mahoney et al., 2003). Todo esto se debe a que los niños al estar en contacto con otros ambientes de aprendizaje, se sienten motivados e interesados en adquirir nuevos saberes, pues como mencionan Hernández-López et al. (2015) “estas actividades fuera de clase son capaces de influir en las experiencias de los alumnos y conformar sus aprendizajes”. Entonces cuando los niños y las niñas realizan actividades extraescolares ya sean académicas, deportivas y artísticas-culturales obtienen un mejor desarrollo integral.

Por lo que, realizar actividades extraescolares que implican actividad física o deportiva, ayudan en el aumento de autoestima y confianza en uno mismo, en aspectos sociales, cognitivos y académicos. Chomitz et al. (2009) añade que la práctica de actividad física reduce fenómenos relacionados con el estrés, la ansiedad, depresión y mejora los procesos tanto de aprendizaje como de memoria, provocando que el alumno alcance un estado óptimo de salud y una mejora del aprovechamiento académico. Así mismo, Garrido-Guzmán et al. (2010) manifiestan que “el deporte en edad escolar ostenta una importancia indiscutible, puesto que constituye un instrumento para el desarrollo de las capacidades físicas, psicológicas, cognitivas y sociales del individuo en esa etapa de la vida” (p. 71). La asociación positiva encontrada en estas investigaciones se relaciona con el hallazgo de Dwyer, et al. (2001) que indican que los estudiantes que desarrollan actividades deportivas, generalmente tienen un mejor funcionamiento cerebral y niveles más altos de concentración, lo cual se refleja en un mayor progreso de los procesos de aprendizaje, de igual forma los deportes de equipo, como el fútbol

UCUENCA

o el voleibol, básquetbol, fútbol americano, entre otros ayudan a que los niños puedan relacionarse y tener una competición.

Por añadidura, realizar actividades extracurriculares físicas, desarrollan actitudes y hábitos saludables que serán utilizadas durante la vida. Se piensa “que los niños y jóvenes deben vivir experiencias deportivas que influyan positivamente en su vida, ya que a través de la práctica deportiva adquieren una serie de conductas, comportamientos, conocimientos, habilidades y destrezas motrices” (Garrido-Guzmán, 2011). Por ejemplo, el fútbol estimula “la adquisición de competencias de vida, buscan la integración social de los jóvenes y la transmisión de valores intrínsecos” Theodorakis (como se citó en Sepúlveda, 2018, p. 4). “Por competencias de vida se entienden las competencias físicas, conductuales y cognitivas, que pueden ser facilitadas o desarrolladas con la práctica y pueden trasladarse a otros ámbitos de la vida como el familiar, educativo o profesional” Gould et al. (como se citó en Sepúlveda, 2018, p. 4). Así mismo, el taekwondo permite orientar a los estudiantes en valores, en la formación de la personalidad, en la motivación y en el manejo y control de la ansiedad por parte de los practicantes (González-Hernández y González-Reyes, 2017).

De igual forma, el béisbol ayuda a desarrollar la coordinación de los movimientos, la velocidad de reacción y el manejo del tiempo en que se ejecutan estas acciones. Además, para la ejecución de este deporte depende de una buena visión del jugador (García-Mesa, 2012). A su vez Riera (como se citó en Vila, et al. 2007) el patinaje “agrupa los procesos del aprendizaje humano (la asociación de estímulos, imitación, convivencia y reflexión) que corresponden a los procedimientos que puede utilizar el tutor para favorecer el aprendizaje (adecuar la práctica, mostrar, dar pautas y hacer pensar)” (p. 28)

En sí la práctica deportiva tiene un impacto positivo en la salud física y mental debido a que reduce la ansiedad, la depresión y el estrés. Por lo que ejecutar cualquier deporte como el fútbol, tenis, básquetbol, entre otros, liberan sustancias que actúan directamente sobre el cerebro produciendo una sensación de bienestar y relajación (Barbosa-Granados y Urrea Cuéllar, 2018)

Por otra parte, en cuanto a la realización de actividades académicas son importantes, ya que Leal-Maridueña y Camacho-Vite (2016) manifiestan que “complementan la vida cotidiana, la enriquecen y ayudan a forjar la personalidad. Te dan una mejor definición del carácter y la toma de decisiones e incluso una mejor orientación sobre lo que quieren hacer en la vida” (p. 5). De modo que, asistir a un taller de matemáticas puede conducir a los alumnos a la búsqueda

UCUENCA

y comprensión de conceptos matemáticos, a la construcción o interpretación de resultados, al manejo y empleo de técnicas que lleve a resolver situaciones matemáticas, a ofrecer y analizar ejemplos y crear o ejecutar ejercicios. Así mismo, un club de lectura hace necesario que los estudiantes aprendan a comunicar sus ideas, a escuchar y respetar las opiniones de los demás, de modo que beneficia su proceso de aprendizaje (Schiller, 2014).

Por otro lado, desarrollar actividades extracurriculares culturales y artísticas permite a los alumnos desarrollar talentos, destrezas y habilidades. Pues como menciona el Consejo Nacional de la Cultura y las Artes (2016) la actividades artísticas-culturales dan espacios para la creatividad ya que tanto la danza, el teatro, la música, representaciones coreográficas con movimientos corporales fortalecen para tener un desarrollo integral y a su vez ser autónomos, puesto que generan experiencias propias. Así mismo la el Consejo Nacional de la Cultura y las Artes (2016) exponen otros beneficios tras realizar actividades artísticas culturales como son

desarrollo de habilidades artísticas y cualidades como la sensibilidad o la tolerancia. (...) desarrollo de valores ciudadanos, el aporte a la igualdad de género y la valoración de la diversidad. (...) promover un mayor conocimiento de la propia identidad cultural y del diálogo entre culturas. (p. 16)

De igual forma, Gavira y Lara (2004) señalan que en el taller de teatro desarrolla destrezas y competencias fundamentales para el diario vivir, que serán de gran ayuda en el mundo laboral, ya que ayuda a “fomentar la capacidad para pensar, razonar, criticar o tener iniciativas, por ejemplo: a través de improvisaciones, análisis colectivos de las escenas y los ensayos, aportaciones y modificaciones sobre la obra o los ejercicios” (p. 3). Así mismo, dichas autoras manifiestan que “otras competencias estarían relacionadas con la comunicación, debemos leer e interpretar lo leído, hablar con corrección, vocalizar y expresarnos con fluidez, esto se puede conseguir con lecturas dramatizadas y debate, vocalización, hablar en público, expresión oral y corporal” (p.3). Del mismo modo, Gavira y Lara (2004) indican que

la adquisición de habilidades de carácter social, por ejemplo: trabajar en grupos, desenvolverse en las relaciones interpersonales, organizar y planificar el trabajo colectivo y el individual a través de ejercicios de desinhibición ante el público, dinámicas y trabajo en grupo, coordinación del trabajo de escena y los distintos papeles, diseño, planificación, organización, adquisición y ejecución del vestuario” (p. 3)

UCUENCA

Por tal motivo, las actividades artísticas y culturales permiten a los niños tener el gusto por las artes, expandir sus capacidades de creación, desarrollar y potenciar la sensibilidad, la expresión, la experiencia estética y el pensamiento creativo. Sin embargo, es importante considerar que la actividad artística, “siempre que no llegue a ser una rutina favorece el desarrollo de la psicomotricidad, el esquema corporal, la organización espacio-temporal, las habilidades perceptivas y las aptitudes cognitivas básicas” Garaigordobil y Pérez (como se citó en Krumm y Lemos, 2012, p. 2)

En definitiva, las actividades extracurriculares “exitosas se caracterizan por generar contextos seguros, (...) aportan experiencias relevantes y desafiantes para los niños y jóvenes, tienen continuidad a través del tiempo y crean relaciones afectivas positivas, siendo todo un elemento clave para cualquier programa” (Moreno-Carmona, 2020). Además, la práctica de actividades extracurriculares “es idónea para desarrollar hábitos de ocupación de tiempo de ocio y mejorar valores como la cooperación intergrupala, las relaciones personales, el trabajo en equipo, etc.” (Magaz-Gonzales, 2013, p. 5). Tal como lo menciona García (como se citó en Magaz-Gonzales, 2013) “su objetivo es mejorar el nivel instructivo/formativo de los escolares, educarlos en el empleo del tiempo libre y favorecer la ampliación del currículo” (p. 5). En este sentido dichas actividades contribuyen a la formación integral del individuo. En el mismo sentido Nuviala et al. (2007) ratifican que las actividades físicas extraescolares se constituyen en una auténtica escuela en la que se favorece la experimentación, enriquecimiento motriz, vivencia personal del movimiento, formación de bagaje motriz, relación con vivencias y experiencias anteriores, la relación interpersonal y un aprendizaje global no selectivo.

3.2 Desarrollo de habilidades por parte de las actividades extracurriculares y su impacto en el aprendizaje escolar

3.2.1 Habilidades cognitivas

Las habilidades cognitivas son definidas como las destrezas y procesos de la mente necesarios para realizar o alcanzar una tarea; son las trabajadoras de la mente y facilitadoras del conocimiento, ya que son las responsables de adquirirlo y recuperarlo para ser usado en otros momentos durante su vida (Ramos et al. 2010). Así mismo, Meyer-Floukes et al. (2008) indican que las habilidades cognitivas representan capacidades innatas de la mente humana utilizadas para el razonamiento, es decir estas habilidades siempre están presentes y pueden cambiar o no con el tiempo. Por lo que estas habilidades cognitivas se pueden desarrollar dependiendo de las oportunidades y vivencias que tienen las personas a lo largo de su vida. Por otra parte, los

autores mencionan que dichas habilidades pueden ser trabajadas en el aula de clase, estimulando su desarrollo y consolidación en los estudiantes, ya que ayudan a la adquisición de nuevos conocimientos, en una situación o contexto determinado.

Ramos et al. (2010) mencionan que las habilidades cognitivas se pueden clasificar en básicas y superiores. “Las habilidades básicas son consideradas como centrales y pueden ser utilizadas en diferentes momentos del proceso de pensamiento y en más de una ocasión (...) estas pueden ser, la obtención y recuperación de información, organización, análisis, transformación y evaluación” (p. 202). En cambio, las habilidades cognitivas superiores se basan en la solución de problemas, toma de decisiones, pensamiento crítico y pensamiento creativo.

Es así que las actividades extraescolares son un agente que ayudan a desarrollar diversas habilidades cognitivas tal como lo mencionan Moreno-Carmona et al. (2020) que los estudiantes que asisten a actividades extraescolares

muestran una mejor autoeficacia que aquellos que no lo hacen. El hecho de recibir acompañamiento extraescolar como guía en deberes escolares, lectura, escritura y ejercicios matemáticos, espacios para reposo, descanso, y práctica deportiva está relacionado con una mayor creencia en poder superar retos académicos, construir, tener mejores relaciones sociales y más seguridad de lograr resistir la presión social.

Así mismo Monzonís-Martínez (2015) indica que las actividades extra artísticas y deportivas muestran considerablemente mejoras en diversas asignaturas como es la lectora y las matemáticas. Por ende, las actividades artísticas y las deportivas propician actitudes más positivas en la escuela, una mayor vinculación dentro del centro educativo y una motivación más elevada.

De igual forma, Cabane et al. (como se citó en Moreno-Carmona et al., 2020) señalan que “la práctica musical logró desarrollar más habilidades cognitivas” puesto que los estudiantes muestran mejores habilidades en la memoria verbal, además de tener una facilidad de denominar información de corto y largo plazo y mayor habilidad para aprender a leer (Custodio y Cano-Campos, 2017).

Ramírez et al. (2004) manifiestan que la práctica de la actividad física es provechosa y positiva en función de que ayuda a desarrollar procesos mentales, “propiciando bienestar en personas que padecen de alguna enfermedad mental, como es el caso de un trastorno de ansiedad, depresión o estrés, además de beneficios en el rendimiento académico de niños” (p.

68). Entonces los estudiantes que realizan una actividad extra “tienden a mostrar cualidades como un mejor funcionamiento del cerebro; en términos cognitivos, niveles más altos de concentración de energía, cambios en el cuerpo que mejoran la autoestima, y un mejor comportamiento que incide sobre los procesos de aprendizaje” Cocke (como se citó en Ramírez et al., 2004). A su vez, Biggs (como se citó en Martín-Palacio et al., 2009) manifiestan que las actividades extracurriculares académicas repercuten de manera positiva en el aprovechamiento, en la conducta de los individuos al atender, aprender, recordar y pensar; de manera, estas actividades extra de tipo académicas inciden en las competencias cognitivas de quienes practican y también repercute en el rendimiento académico del estudiante.

Es así que la práctica de actividades deportivas ayuda a que se desarrollen habilidades cognitivas pues como nos menciona Berruezo (2001) el desarrollo cognitivo desde temprana edad está íntimamente relacionado con el movimiento, puesto que a través del movimiento se obtienen las primeras experiencias sensoriales, donde el niño explora, relaciona y controla su ambiente, lo que le permite empezar a construir sus esquemas mentales. Así mismo, Espert-Tortajada y Villalba-Agustin (2014) manifiestan que en la actividad física se realiza una regeneración y una activación de conexiones neuronales que contribuye al aprendizaje motor y también al desarrollo cognitivo. Por último, se ve que la actividad física tiene fuertes repercusiones dentro de las habilidades cognitivas tal como lo plantea Herrero y Ferradaz (2011) donde indican que la realización de algún deporte ha demostrado ser una buena opción, ya que favorece al funcionamiento del cerebro, la concentración, la autoestima y la obtención de un mejor comportamiento, factores que propician una mejora en los procesos de aprendizaje.

3.2.2 Habilidades motrices

La habilidad motriz es la competencia de un sujeto frente a un objetivo dado, aceptando que, para la consecución de este objetivo, la generación de respuestas motoras como el movimiento desempeña un papel primordial e insustituible. En la vida diaria se ejecutan diversas habilidades motrices como: hacer la cama, preparar el desayuno, manipular una máquina, confeccionar una pieza de ropa, jugar un partido de fútbol, correr en un parque y tocar un instrumento. Todas estas actividades se pueden clasificar en tres tipos de habilidades motrices: las habituales, aquellas que se utilizan en el quehacer diario, las profesionales, que corresponden al ámbito laboral y las de ocio, actividades que se realizan en el tiempo libre (Flores, 2000). Es importante mencionar que la ejecución de las habilidades motrices

no se reducen solo a la práctica deportiva, sino que constituye una buena parte del patrimonio motor de las personas. Mejorando la ejecución de las habilidades motrices

aumentamos las posibilidades de respuesta y dotamos a los sujetos de una base sólida que les facilitará el aprendizaje de otras actividades más complejas (Flores, 2000).

Krumm y Lemos (2012) manifiestan que realizar actividades extracurriculares, favorecen el desarrollo de “la psicomotricidad, el esquema corporal, la organización espacio-temporal, las habilidades perceptivas, (...) la expresión y comunicación, el crecimiento personal y la autorrealización” (p. 41) siempre y cuando no se convierta en una rutina. Como muestra la implementación de programas como la danza mejoran la creatividad motriz, la fluidez, la flexibilidad y la originalidad del estudiante. El judo y el kung fu son actividades extracurriculares orientadas a niños, pues aportan beneficios psicomotrices ya que al realizar estos deportes mejoran de manera considerable su motricidad, puesto que aumenta el grado de coordinación (Fernández-Martínez, 2015). El patinaje combina cualidades como la fuerza, la resistencia, la velocidad y capacidades coordinativas como la flexibilidad, el equilibrio, el ritmo, la agilidad y la movilidad (Sánchez y Rodríguez, 2012). Y el voley, complementa en el desarrollo de las habilidades motrices como los desplazamientos, saltos, giros, lanzamientos y golpes (Ruiz-España y García-López, 2010).

Del mismo modo, Forgeard et al. (como se citó en Jauset, 2018) expresa que tocar un instrumento de viento, el piano y la guitarra ayuda a desarrollar habilidades motoras finas que están relacionadas con los músculos pequeños de la manos, dedos y muñecas lo cual ayudará al estudiante a tener una mejor coordinación y precisión en realizar movimientos pequeños y precisos. Por otro lado la natación al ser una actividad que involucra todo el cuerpo, no solo desarrolla habilidades motoras gruesas relacionadas con todos los músculos del cuerpo, sino que también ayuda con la conciencia de saber dónde está su cuerpo en relación con el espacio (CONADE, 2008)

3.2.3 Habilidades psicoemocionales

Las habilidades psicoemocionales son las que permiten manejar nuestras emociones de manera racional, lo que lleva a tener una mejor adaptación en un contexto y a su vez favorece un afrontamiento a las circunstancias de la vida con mayores probabilidades de éxito. En donde más allá de las competencias emocionales también se ven involucrados “los procesos de aprendizaje, las relaciones interpersonales, solución de problemas y el mantenimiento de un puesto de trabajo” (Bisquerra-Alzina y Pérez-Escoda, 2007, p. 8). De igual forma, Hernández-Mite et al. (2018) mencionan que “la inteligencia emocional es aquella capacidad para reconocer los sentimientos propios y ajenos y el conocimiento necesario para gestionarlos de

UCUENCA

forma correcta para llevar una vida más feliz”. Por otra parte, Mayer y Salovey (como se citó en Chiappe y Cuesta, 2013) manifiestan que la habilidad emocional “es la capacidad para percibir, valorar y expresar emociones con exactitud, acceder y/o generar sentimientos que faciliten el pensamiento, comprender emociones y el conocimiento emocional” (pp. 506-507). Es así que fortalecer “las habilidades emocionales como el autoconocimiento, el autocontrol y la automotivación” ayuda a que el niño presente niveles bajos de estrés, provocando de esta manera un mejor aprendizaje escolar (Chiappe y Cuesta, 2013).

Las actividades extraescolares son cruciales para potenciar diversas habilidades y las emocionales no son la excepción, pues tal como lo mencionan Hernández-Mite et al. (2018) que la actividad física

constituye un marco propicio para desarrollar acciones concretas, cultivar la afectividad, desarrollar nuestra emocionalidad y mejorar la relación positiva con los demás, así como el adecuado equilibrio emocional y los recursos necesarios para poder encontrar la mejor respuesta ante las situaciones negativas de violencia, estrés, ansiedad, apatía, irritabilidad, depresiones. (p. 161)

Como vemos las actividades físicas reflejan algunas habilidades emocionales pues como indica Hernández-Mite et al. (2018) que “la musculatura refleja nuestro estado emocional, se contrae, se relaja, se mueve libremente en función de la situación a la que nos enfrentamos” (p. 161) es así que estos autores manifiestan que la actividad física

no sólo se da como un conjunto de músculos, huesos y articulaciones, sino como un cuerpo que piensa, que siente, que escucha, que comunica y que expresa. Y que solo se puede concebir a partir de la conjunción de tres dimensiones: la mental a través de los pensamientos; la emocional mediante los sentimientos y las emociones y la actividad física a través de la acción motriz.

Es así que, la práctica de un deporte “le permite fortalecerse, controlar sus emociones ante el éxito y el fracaso; coordinar sus acciones para lograr ciertos objetivos; manejar dinámicamente el tiempo y espacio; asumir situaciones que exigen grandes esfuerzos y resolver problemas rápidamente” (Ministerio de Educación Colombiano, 2010) Así mismo González-Motos (2016) manifiesta que la participación de actividades extraescolares artísticas y deportivos tiene un impacto en las competencias psicoemocionales, puesto que el niño que realiza alguna de estas actividades demuestra una mejor autopercepción, disminuyendo así

UCUENCA

comportamientos negativos, también demuestra una mayor seguridad y autoestima, lo que colabora para que el niño evite el consumo de drogas. Sin embargo, es importante mencionar que dentro de las actividades de tipo artístico los niños tienen pocos beneficios en relación a las niñas, circunstancia que interviene el hecho de ver determinadas actividades artísticas con los roles femeninos.

Por otra parte, Schellenberg (como se citó en Muñoz y Mas, 2016) muestran que la práctica de actividades extraescolares artísticas y en especial la música puede potenciar el desarrollo emocional, puesto que despierta diversas emociones. “Las emociones pueden ser positivas o negativas y con distinta intensidad. Las emociones positivas inducen conductas de cercanía y las negativas, conductas de retirada” (Custodio y Cano-Campos, 2017). Por lo que “la práctica musical requiere de concentración, constancia, memorización de pasajes largos, aprendizaje de diferentes estructuras musicales, así como del desarrollo de la técnica (...) para transmitir las distintas emociones en una obra musical” De que desarrollar estas habilidades conlleva a tener un mejor aprendizaje durante la niñez ya que es el momento cuando el cerebro se está desarrollando.

3.2.4 Habilidades sociales

Dongil-Collado y Cano-Vindel (2014) indican que

Las habilidades sociales se pueden definir como un conjunto de capacidades y destrezas interpersonales que nos permiten relacionarnos con otras personas de forma adecuada, siendo capaces de expresar sentimientos, opiniones, deseos o necesidades en diferentes contextos o situaciones, sin experimentar tensión, ansiedad u otras emociones negativas. (p. 2)

Por lo que, desarrollar las habilidades sociales ayuda en gran magnitud a que el niño tenga un buen desarrollo integral y no tenga problemas de comunicación o de relacionarse dentro de su contexto, tal como nos mencionan Betina-Lacunza y Contini de González (2011) que las habilidades sociales en niños y adolescentes es relevante, puesto que tiene gran impacto tanto en el campo familiar y escolar. Puesto que los mismos autores indican que

Está comprobado que aquellos niños y/o adolescentes que muestran dificultades en relacionarse o en la aceptación por sus compañeros del aula, tienden a presentar problemas a largo plazo vinculados con la deserción escolar, los comportamientos violentos y las perturbaciones psicopatológicas en la vida adulta. (161)

UCUENCA

A su vez, Schaffer (como se citó en Betina-Lacunza y Contini de González, 2011) expresa que “las interacciones sociales implican una serie de modelos de comportamientos muy complejos y sincronizados, ejecutados recíprocamente por dos o más sujetos” Por lo que estos autores señalan que socializar en diferentes contextos ayudan a desarrollar habilidades sociales, no obstante se debe tener en cuenta que estos espacios deben brindar experiencias positivas, puesto que la sociedad aprende de la observación y experimentación.

Monjas-Casares (1995) menciona que “los problemas de relaciones interpersonales se presentan principalmente en aquellos sujetos que se vinculan muy poco con sus pares. Estos se caracterizan por evitación del contacto social con otros sujetos”. Por lo que conlleva a tener trastornos psicopatológicos en la vida adulta. Por el contrario, Prieto Ursua (como se citó en Betina-Lacunza y Contini de González, 2011) manifiestan que ciertos factores como “la competencia y el apoyo social, el empleo del tiempo libre y adecuadas estrategias de afrontamiento” (p. 162) “disminuyen la aparición de problemas psicosociales en la infancia y adolescencia de la persona” (p. 160)

Por otra parte, se considera que realizar actividades extracurriculares fomentan el desarrollo de habilidades como: “trabajo en equipo, cooperación, comunicación interpersonal, liderazgo y resolución pacífica de conflictos” (Gallardo, 2007, p. 5). De igual forma, Arón y Milicic (como se citó en Carrión-Cipriano, 2018) señalan que las actividades extracurriculares, además de generar un rol de competencia, potencian habilidades en el ámbito social, generando que los estudiantes puedan expresarse de manera más asertiva. Así mismo como Piaget (como se citó en Carrión-Cipriano, 2018) expresan que el educando edifica su mundo mediante las diversas interacciones, por lo que afirman que los estudiantes construyen su perfil profesional gracias a la interacción con sus compañeros, sus docentes y se involucran en las actividades extra.

Así mismo, Raza-Carrillo (2019) añade que los estudiantes que asisten a actividades extraescolares muestran una mejor autoeficacia que aquellos que no lo hacen, es decir, al tener acompañamiento extraescolar actividades académicas, culturales, deportivas y espacio de ocio está relacionado con mantener relaciones sociales beneficiosas y tener más seguridad de lograr resistir la presión social y no cometer conductas inadecuadas. Es así que, involucrarse en diversos espacios permite que los niños y jóvenes puedan desenvolverse con seguridad ante cualquier contexto ya sea escolar, social y familiar, por lo que relacionarse con personas

UCUENCA

extrañas, expresarse, compartir puntos de vista, entre otras, puede ayudar a crear bienestar en los estudiantes.

CONCLUSIONES

Tras la indagación bibliográfica realizada en torno a la temática *“Las actividades extracurriculares y su ayuda en el aprendizaje escolar”* se concluye que:

Las prácticas de actividades extracurriculares brindan beneficios puesto que ayudan a tener mejor rendimiento académico, también potencian el desarrollo de la creatividad, la autonomía, curiosidad, el tener un pensamiento crítico y competencias interpersonales. Ya que estos talleres brindan a los estudiantes experiencias positivas para que su aprendizaje sea significativo. Así mismo, se puede señalar que las actividades extracurriculares, en particular de tipo deportivas y artísticas-culturales ayuda a que el estudiante reduzca sentimientos que no colaboran a su formación como es el estrés, ansiedad y depresión.

Así también, se ha constatado que en la práctica de actividades extracurriculares se adquiere una serie de habilidades como la cognitiva, donde el estudiantes muestra autoeficacia, debido a que el estudiante puede superar diversos retos académicos, tener mejor relaciones sociales y enfrentar con seguridad la presión social, así mismo al desarrollar las habilidades cognitivas, el estudiante tiene la facilidad de manipular información de memoria de corto y largo plazo, también les ayuda a tener una mayor concentración para poder aprender, recordar y reflexionar. Todos estos son factores que mejoran los procesos de aprendizaje de los estudiantes. De igual forma, las habilidades motrices ayudan a la organización del espacio-temporal, la expresión, comunicación, la autorrealización, la fluidez, flexibilidad, coordinación y la originalidad de cada estudiante. Por su parte las habilidades motoras finas que están relacionadas con los músculos pequeños de la mano, ayuda al estudiante a tener una mejor coordinación y precisión en realizar movimientos pequeños y precisos.

Así mismo, las habilidades psico emocionales determinan una relación positiva, pues ayudan a controlar las diversas emociones ya sean de éxito o de fracaso del estudiante, así como también a que tenga una mejor autopercepción, una mayor seguridad y autoestima. De igual manera, el desarrollo de las habilidades sociales favorece que el estudiante tenga mayor facilidad de relacionarse con sus compañeros de aula, fomentar el trabajo en equipo, la comunicación, liderazgo y la resolución pacífica de conflictos.

Todas y cada una de estas habilidades son de gran importancia puesto que ayudan a tener un mejor aprendizaje escolar, el cual se ve reflejado dentro del desempeño académico del estudiante.

UCUENCA

Finalmente, se ve la necesidad de incluir la práctica de actividades extracurriculares, puesto que estas son de gran ayuda para que el estudiante presente un mejor aprendizaje escolar, ya que cada una de las actividades realizadas estimulan habilidades y destrezas que en su mayoría no puede ser desarrolladas dentro de un aula de clase. Además, es importante considerar el tiempo adecuado para el desarrollo de estas actividades, ya que al ser realizadas de manera excesiva puede convertirse en algo negativo para el estudiante, así mismo se debe tener en cuenta que la actividad a realizar tiene que ser del agrado de los estudiantes, para de esta forma evitar que se vuelva algo perjudicial para su formación y no tenga una repercusión negativa dentro del aprendizaje escolar.

RECOMENDACIONES:

Posterior a una revisión bibliográfica acerca de las actividades extracurriculares y su ayuda en el aprendizaje escolar, presentamos algunas recomendaciones.

Para los padres, se recomienda:

- Las actividades extracurriculares deben ser elegidas por los propios estudiantes y no obligadas por los padres de familia.

Para los estudiantes, se recomienda

- Los estudiantes deben dar importancia a realizar alguna actividad extracurricular que beneficie en su aprendizaje escolar.

Para los centros educativos, se recomienda

- Crear espacios destinados a desarrollar actividades extracurriculares de cualquier tipo (deportiva, académica y artística-cultural)

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Aguilar-Chasipanta, W., Bayas-Cano, A., Valarezo-Mendoza, E. y Galarza-Guamanquispe, C. (2017). Danza folklórica ecuatoriana: estudio comparativo para mejorar su enseñanza. *Educación Física y Ciencia*, 19(1), 1-8. <https://www.redalyc.org/pdf/4399/439952932009.pdf>
- Alfaro-Valverde, A. y Chavarría- Chavarría, G. (2002). La motivación: Una actividad inicial o un proceso permanente. *Pensamiento actual*, 3(4). <https://revistas.ucr.ac.cr/index.php/pensamiento-actual/article/view/8238>
- Ansón, L., Bayés, I., Gavara, F., Giné, A., Nuez, C., y Torrea, I. (2015). Cuaderno de ejercicios de estimulación cognitiva para reforzar la memoria. *Consorti Sanitari Integral: España*. https://www.csi.cat/media/upload/pdf/estimulacion-cognitiva-csi_editora_94_3_1.pdf
- Acosta-Padrón, R. y Hernández, J. (2004). La autoestima en la educación. *Límite*, 11(11). <https://www.redalyc.org/pdf/836/83601104.pdf>
- Anaya-Durand, A. y Anaya-Huertas, C. (2010). ¿Motivar para aprobar o para aprender?. Estrategias de motivación del aprendizaje para los estudiantes. *Tecnología, ciencia, educación*, (IMIQ) 25(1): 5-14, 2010. <https://www.redalyc.org/pdf/482/48215094002.pdf>
- Arrieta-López, M. (2016). Los masones en el mundo: Geopolítica masónica. La historia de los hijos de la luz. *Almuzara: Córdoba*. <https://www.aacademica.org/milton.arrietalopez/2>
- Asamblea Constituyente. (2008). *Constitución de la república*. <https://www.cec-epn.edu.ec/wp-content/uploads/2016/03/Constitucion.pdf>
- Ausubel, D. (1983). Teoría del aprendizaje significativo. *Fascículos de CEIF*, 1(1-10), 1-10. https://d1wqtxts1xzle7.cloudfront.net/36648472/Aprendizaje_significativo-with-cover-page-v2.pdf?Expires=1644207610&Signature=G1CSctqo4uMBR5OIX8xUyTHNnBo4Y-tVhyYLEO8IG-2G2pc2vuS~pXevEUIc2AxTn~EYteN0Mghlx7C4r9I3tEGYXMXIS4a9fZtJJ6ZUF4ghmFJMuOWryP9TI4PBw5w0g8EvXzIpu2yX4RPhM1lZphcKSdiOliBJbYOWAbxDEVG~dk7VZkK8eF4v08p3blYZaLUHxcCA7n1Kgf0bhOPVpTZuS9msq~e4sPWc~gVII

[TKADZKWPooMrNNcsqtLGQJ7uq2gdcoiKp6uV68wBGPrnCLfwBA~KD9r2e61EJmkGYhq3Lpp78n4cYzjwGMqeZSflcrp3UKLvIrH~fNqzSRg](https://www.researchgate.net/publication/312121212/figure/fig/1/figure-pdf?dipstick-upload=1&isAllowed=y&key-pair-id=APKAJLOHF5GGSLRBV4ZA) &Key-Pair-Id=APKAJLOHF5GGSLRBV4ZA

- Ausubel, D. (2002). *Adquisición y retención del conocimiento*. Una perspectiva cognitiva. 2ª edición, Barcelona: Paidós Ibérica. https://issuu.com/luisorbegoso/docs/ausubel_-_adquisicion_y_retencion_d
- Baquero, R. y Terigi, F. (1996). En búsqueda de una unidad de análisis del aprendizaje escolar. *Apuntes pedagógicos*, 2, 1-16. <http://ricardobur.com.ar/biblioteca/Baquero%20-%20En%20Busqueda%20de%20una%20Unidad%20de%20Analisis.pdf>
- Baquero, R. (1996). *Vigotsky y el aprendizaje escolar* (Vol. 4). Buenos Aires: Aique. https://kupdf.net/download/vigotsky-y-el-aprendizaje-escolar-ricardo-baquero_58a70f2a6454a7e80bb1e9cd_pdf
- Berruezo, P. P. (2001). El Contenido de la psicomotricidad. Reflexiones para la delimitación de su ámbito teórico y práctico. *Revista iberoamericana de psicomotricidad y técnicas corporales*, (1), 39-48. <https://www.um.es/cursos/promoedu/psicomotricidad/2005/material/contenidos-psicomotricidad-texto.pdf>
- Bisquerra-Alzina, R. y Pérez-Escoda, N. (2007). Las competencias emocionales. *Educación XXI*, 61-82. <http://www.ub.edu/grop/wp-content/uploads/2014/03/Las-competencias-emocionales.pdf>
- Brozas-Polo, M. P., García-San Emeterio, T. y López-Azcuna, S. (2011). La danza contemporánea en España (1989-2009): aproximación a la creación coreográfica a través de la revista «Por la danza». *Nuevas tendencias en educación física, deportes y recreación*, n°20, pp16-20 <https://buleria.unileon.es/bitstream/handle/10612/7383/Por%20la%20danza%20RETOS.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Buitrago, N. E., Garzón, C. P. y Vanegas, G. A. (2016). La autoestima en el proceso educativo, un reto para el docente. *Educación y ciencia*, (19), 1-18. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=7982037>
- Calero, A. (2016). Actividades extraescolares durante la adolescencia: características que facilitan las experiencias óptimas. *Psicoperspectivas*, vol. 15, núm. 2, 2016, pp. 102-109. <https://www.redalyc.org/pdf/1710/171046557010.pdf>

UCUENCA

- Calvo, B. (2002). Recetas para un club de lectura. *Travesía: El portal en internet de las bibliotecas públicas españolas*. <http://www.besevilla.org/archivo/Curso%202013%20-%202014/2/recetasparaunclubdelectura.pdf>
- Castelo, J. (1999). Fútbol. *Estructura y dinámica del juego*. Barcelona: INDE. <http://www.paidotribo.com/pdfs/1001/1001.i.pdf>
- Carrillo, M., Padilla, J., Rosero, T. y Villagómez, M. S. (2009). La motivación y el aprendizaje. *ALTERIDAD. Revista de Educación*, vol. 4, núm. 2, julio-diciembre, 2009, pp. 20-32. <https://www.redalyc.org/pdf/4677/467746249004.pdf>
- Carrión-Cipriano, G. E. (2018). *Incidencia de las actividades extracurriculares académicas en el desarrollo de las competencias cognitivas y en la conducta vocacional de los estudiantes del sexto ciclo de la escuela profesional de literatura de la UNFV y la UNMSM* [tesis doctoral, Universidad Nacional Mayor de San Marcos]. https://cybertesis.unmsm.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12672/8203/Carrion_cg.pdf?sequence=3&isAllowed=y
- Castaño, G. E. I. (2007). Enseñar y aprender: un proceso fundamentalmente dialógico de transformación. *Revista Latinoamericana de Estudios Educativos (Colombia)*, 3(2), 29-40. <https://www.redalyc.org/pdf/1341/134112600003.pdf>
- Chiappe, A. y Consuelo-Cuesta, J. (2013). Fortalecimiento de las habilidades emocionales de los educadores: interacción en los ambientes virtuales. *Educación y Educadores*, Vol. 16, No 3, 503-524. <http://www.scielo.org.co/pdf/eded/v16n3/v16n3a06.pdf>
- Chomitz, V. R., Slining, M. M., McGowan, R. J., Mitchell, S. E., Dawson, G. F. y Hacker, K. A. (2009). Is there a relationship between physical fitness and academic achievement? Positive results from public school children in the northeastern United States. *Journal of School Health*, 79(1), 30-37. <https://onlinelibrary.wiley.com/doi/abs/10.1111/j.1746-1561.2008.00371.x>
- CONADE. (2008). *Natación*. <https://conadeb.conade.gob.mx/Documentos/Publicaciones/Natacion.pdf>
- CONADE. (2008). *Karate, un combate de superación personal*. <https://conadeb.conade.gob.mx/Documentos/Publicaciones/Karate.pdf>
- Conejo-Rodríguez, P. A. (2012). El valor formativo de la música para la educación en valores. <https://digibug.ugr.es/bitstream/handle/10481/46152/16%20-%20Pedro%20Alfonso%20Conejo%20Rodriguez.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

- Consejo Nacional de la Cultura y las Artes. (2016). *Manual de apoyo al facilitador. TALLER DE TEATRO. Protagonistas en el juego*. <https://www.cultura.gob.cl/wp-content/uploads/2018/07/manual-teatro.pdf>
- Consejo Nacional de la Cultura y las Artes. (2016). *El aporte de las artes y la cultura a una educación de calidad*. <https://ec.cultura.gob.cl/wp-content/uploads/2021/01/0.57-El-aporte-de-las-artes.pdf>
- Corona-Rodríguez, J. M. (2014). Frustración docente y desafíos que las prácticas informacionales traen al escenario educativo. *Actualidades Investigativas en Educación*, vol. 14, núm. 3, <https://www.redalyc.org/pdf/447/44732048019.pdf>
- Cubero-Venegas, M. C. (2004). La disciplina en el aula: reflexiones en torno a los procesos de comunicación. *Actualidades Investigativas en Educación*, vol. 4, núm. 2. <https://www.redalyc.org/pdf/447/44740202.pdf>
- Custodio, N. y Cano-Campos, M. (2017). Efectos de la música sobre las funciones cognitivas. *Revista de Neuro-psiquiatría*, 80(1), 60-69. http://www.scielo.org.pe/scielo.php?pid=S0034-85972017000100008&script=sci_arttext
- Chiappe, A. y Cuesta, J. C. (2013). Fortalecimiento de las habilidades emocionales de los educadores: interacción en los ambientes virtuales. *Educación y Educadores*, 16(3), 503-524. <http://www.scielo.org.co/pdf/eded/v16n3/v16n3a06.pdf>
- Martín-Cruz, N., Martín-Pérez, V. y Trevilla-Cantero, C. (2009). Influencia de la motivación intrínseca y extrínseca sobre la transmisión de conocimiento. El caso de una organización sin fines de lucro. *CIRIEC-España, revista de economía pública, social y cooperativa*, (66), 187-211. <https://www.redalyc.org/pdf/174/17413043009.pdf>
- De Francesco, G. (2011). Motivación extrínseca: fuente de estimulación y mejora en el rendimiento deportivo de los alumnos en la clase de Educación Física. *Universidad Abierta Interamericana*. <http://imgbiblio.vaneduc.edu.ar/fulltext/files/TC104443.pdf>
- De la Fuente-García, A. y Castejón-Oliva, F. J. (2016). Análisis del combate en taekwondo. Categorías para la evaluación de las acciones tácticas.: Estudio preliminar. *Cultura, ciencia y deporte*, 11(32), 157-170. <https://www.redalyc.org/pdf/1630/163046240008.pdf>

- Dongil-Collado, E. y Cano-Vindel, A. (2014). *Habilidades Sociales* (SEAS). https://bemocion.sanidad.gob.es/comoEncontrarmeMejor/guiasAutoayuda/docs/guia_habilidades_sociales.pdf
- Domingo, J. (2008). El aprendizaje cooperativo. *Cuadernos de trabajo social*, 21, 231-246. <file:///C:/Users/Toshiba/Downloads/8377-Texto%20del%20art%C3%ADculo-8458-1-10-20110531.PDF>
- Domínguez-Martínez, S. (2010). La Educación, cosa de dos: La escuela y la familia. *Revista digital para profesionales de la enseñanza*, 1(8), 1-15. <https://www.feandalucia.ccoo.es/docu/p5sd7214.pdf>
- Dwyer, T., Sallis, J. F., Blizzard, L., Lazarus, R. y Dean, K. (2001). Relation of academic performance to physical activity and fitness in children. *Pediatric exercise science*, 13(3), 225-237. <https://sparkpe.org/wp-content/uploads/Relation-of-Academic-Performance-to-P-A-and-Fitness-in-Children.pdf>
- Escudero, L., Velasco, E. y Palmera, J. (2018). La responsabilidad como valor esencial durante la formación escolar. *CULTURA EDUCACIÓN Y SOCIEDAD*, 493-498. <https://repositorio.cuc.edu.co/handle/11323/2101>
- Espert-Tortajada, R. y Villalba-Agustín, M. D. R. (2014). Estimulación cognitiva: una revisión neuropsicológica. *Therapeia*, (6), 73-93. <https://riucv.ucv.es/bitstream/handle/20.500.12466/344/Therapeia%206-5.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Fairstein, G. y Gyssels, S. (2003). *¿Cómo se aprende?*. Editorial Federación Internacional de Fe y Alegría y Fundación Santa María https://redec.org/sites/default/files/como_se_aprende.pdf
- Fernández-Díaz, M. A., Idoate-Iribarren, J. L., Izal-Mariñoso, M. C. y Labarta-Calvo, I. (2003). *Desarrollo de conductas responsables de 3 a 12 años*. <http://dpto.educacion.navarra.es/publicaciones/pdf/conductas.pdf>
- Fernández (2002). *Curso completo de teoría de la música*. http://www.pianoaventura.com/documentos/curso_completo_de_teor%C3%ADa_de_la_m%C3%BAsica.pdf
- Fernández-Martínez, J. (2015). Análisis de las actividades complementarias y extraescolares y su valor educativo. *Revista Digital*, n°212. <https://www.efdeportes.com/efd212/analisis-de-las-actividades-extraescolares.htm>

- Flórez-Romero, R., Arias-Velandia, N. y Guzmán, R. J. (2006). El aprendizaje en la escuela: el lugar de la lectura y la escritura. *Educación y educadores*, 9(1), 117-133. http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0123-12942006000100008
- Flores, A. B. (2000). *Habilidades motrices* (Vol. 557). Inde. <https://books.google.es/books?hl=es&lr=&id=gJGZtWcBvdMC&oi=fnd&pg=PA5&dq=que+son+habilidades+motrices&ots=5mOPjOY3c-&sig=kScWb3LpUGia5AgfYAGBstGnJSY#v=onepage&q=que%20son%20habilidades%20motrices&f=false>
- Fundación Canfranc. (2015) *Responsabilidad: Tuyo, mío nuestro*. <https://www.fundacioncanfranc.org/wp-content/uploads/2012/03/PDF-tema-10-RESPONSABILIDAD.pdf>
- Gallardo, G. (2007). Actividades Extracurriculares en la Formación Universitaria. *Observatorio de juventud universitaria*. <https://vidauniversitaria.uc.cl/25-actividades-extracurriculares-en-la-formacion-universitaria/file>
- García-Mesa, J. (2012). La acción de batear, una tarea motora extremadamente coordinada. *Revista Digital. Buenos Aires*, 16, 165. <https://efdeportes.com/efd165/la-accion-de-batear-extremadamente-coordinada.htm>
- García, R., Traver, J. A. y Candela, I. (2001). Aprendizaje cooperativo. *Fundamentos, características y técnicas*. Madrid: CCS. <https://edicionescalasancias.org/wp-content/uploads/2019/10/Cuaderno-11.pdf>
- García-Isidoro, S., Tobal, F. M., Martín-Escudero, P., Gutiérrez-Ortega, C. y Castellanos-Sánchez, V. O. (2015). Las artes marciales, su origen y actualidad: Una visión enfocada en el Judo, Karate y Wushu. *Orientando*, (8). <https://orientando.uv.mx/index.php/orientando/article/view/1563>
- Garrido-Guzmán, M.E., Castillo-Cerda, M.A., Elzel-Castro, L.M. y Durán-Astorga, T.C. (2011). Las actividades deportivas en estudiantes de primer año medio en Osorno (Chile). *Revista Internacional de Medicina y Ciencias de la Actividad Física y el Deporte* vol. 10 (41) pp. 145- 163. <https://www.redalyc.org/pdf/542/54222155009.pdf>
- Garrido-Guzmán, M. E., Torres-Luque, G., Zagalaz-Sánchez, M. L. y Romero-Granados, S. (2010). Validación de un cuestionario para el análisis del comportamiento y actuación de los padres y madres en el deporte (ACAPMD). *Retos: Nuevas Perspectivas de Educación*

Física, Deporte y Recreación, 18, 71-76.
<https://www.redalyc.org/pdf/3457/345732284014.pdf>

Garza-Camino, M. T. D. L., Carrillo-Moreno, S., Guerrero-Guadarrama, L. M., Patiño-Domínguez, H. A. M., Caudillo-Zambrano, M. D. L., Fregoso-Infante, A. y Rivera - Aguilera, A. B. (2011). *Aprendizaje autónomo: orientaciones para la docencia*. Editorial Universidad Iberoamericana, AC.
http://192.203.177.185/bitstream/handle/ibero/2493/GCMT_Lib_01.pdf?sequence=1&isAllowed=y

Gavira, G. R. y de Lara, D. C. (2004). El taller de teatro: una propuesta de educación integral. *Revista iberoamericana de educación*, 34(3), 1-9.
<https://rieoei.org/RIE/article/view/3052/3929>

González, C. (2011). *Caracterización técnico-táctica de la competición de combate de alto nivel en taekwondo* [tesis doctoral, Universidad de Barcelona].
https://www.tdx.cat/bitstream/handle/10803/53662/CGDP_TESIS.pdf

González-Hernández, J. y González-Reyes, A. (2017). Perfeccionismo y “alarma adaptativa” a la ansiedad en deportes de combate. *Revista de psicología del deporte*, vol. 26, n. 2, pp. 15-23. <https://www.redalyc.org/pdf/2351/235152045004.pdf>

González-Motos, S. (2016) ¿Qué impacto tienen las actividades extraescolares sobre los aprendizajes de los niños y los jóvenes?. https://ivalua.cat/sites/default/files/2019-11/20_10_2016_07_42_35_actividadesextraescolares_CA_191016.pdf

Gutiérrez, F. y Castillo, D. P. (1993). ¿Qué significa aprender?. *Chasqui. Revista Latinoamericana de Comunicación*, (47), 04-10.
<https://revistachasqui.org/index.php/chasqui/article/view/2138/2158>

Guzmán-Mármol, A. y Valero-Valenzuela, A. (2013). El atletismo desde una perspectiva pedagógica. *Acción Motriz*, (11), 39-46.
<https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=6698349>

Herrera, F., Ramirez, I., Roa, J. y Herrera, I. (2004). Tratamiento de las creencias motivacionales en contextos educativos pluriculturales. *Revista Iberoamericana de educación*, 34(1), 1-21. <https://rieoei.org/RIE/article/view/2885/3818>

- Hernández-López, C. A., Jiménez-Álvarez, T., Araiza-Delgado, I. Y. y Vega-Cueto, M. (2015). La escuela como una comunidad de aprendizaje. *Ra Ximhai*, 11(4), 15-30. <https://www.redalyc.org/pdf/461/46142596001.pdf>
- Hernández-Mite, K. D., Morán-Franco, M. R. y Bucheli-Bermúdez, B. A. (2018). La actividad física y el desarrollo emocional: una propuesta a considerar en la práctica educativa. *Revista Conrado*, 14(63), 159-163. <https://conrado.ucf.edu.cu/index.php/conrado/article/view/772/803>
- Herrero, L. B. y Ferradaz, M. A. L. (2011). Aportes del ejercicio físico a la actividad cerebral. *Lecturas: Educación física y deportes*, (160), 1-7. [file:///C:/Users/Tatiana/Downloads/Dialnet-AportesDelEjercicioFisicoALaActividadCerebral-4503506%20\(1\).pdf](file:///C:/Users/Tatiana/Downloads/Dialnet-AportesDelEjercicioFisicoALaActividadCerebral-4503506%20(1).pdf)
- Hirigoyen, M. A. (2012). La educación para la responsabilidad, cuestiones a considerar en las aulas: una aproximación desde la ética del discurso. *Ikastorratza. e-Revista de Didáctica*. http://www.ehu.eus/ikastorratza/9_alea/etica4.pdf
- Hoyo-Lora, M. y Sañudo-Corrales, B. (2007) Motivos y hábitos de práctica de actividad física en escolares de 12 a 16 años en una población rural de Sevilla. *Revista Internacional de Medicina y Ciencias de la Actividad Física y el Deporte*, vol. 7 (26) pp. 87-98 <http://cdeporte.rediris.es/revista/revista26/artmotivos49.htm>
- Hurtado, M., De la Cruz, P. y Robles, X. (2015) *Manejos de frustración en niños*. https://se-humanitas.com.mx/autoadministrable/PDF/formacion_padres/07.pdf
- Husson, M. (2013). (septiembre de 2013). Gimnasia: Un análisis de su conceptualización en pos de establecer renovados sentidos en su enseñanza [conferencia]. In *10mo Congreso Argentino de Educación Física y Ciencias. Universidad Nacional de La Plata. Facultad de Humanidades y Ciencias de la Educación. Departamento de Educación Física. Argentina*. http://163.10.30.35/congresos/congresoeducacionfisica/10o-ca-y-5o-l-efyc/actas-10-y-5/Eje_2_Mesa_B-Husson..pdf
- Instituto Vasco de Evaluación e Investigación Educativa (2012). *Competencia para aprender a aprender*. http://ediagnostikoak.net/edweb/cas/materiales-informativos/ED_marko_teorikoak/Aprender_a_aprender.pdf
- International Association of Athletics Federation. (2018). *Reglamento de competición 2018-2019*. <http://www.rfea.es/revista/manualiaaf/manualiaaf20182019esp.pdf>
- Jauset, A. (2018). El aprendizaje musical y sus beneficios en la educación [conferencia]. In *I Congreso Internacional de Neuroeducación Dialogando y compartiendo miradas para*

mejorar la educación.
<https://www.researchgate.net/publication/328253142> *El aprendizaje musical y sus beneficios en la educación*

- Johnson, D. W., Johnson, R. T. y Holubec, E. J. (1999). *El aprendizaje cooperativo en el aula*. Editorial Paidós SAICF. <https://www.ucm.es/data/cont/docs/1626-2019-03-15-JOHNSON%20El%20aprendizaje%20cooperativo%20en%20el%20aula.pdf>
- Junco-Herrera, I. (2010). La motivación en el proceso enseñanza-aprendizaje. *Revista digital para profesionales en la enseñanza. Andalucía España. Federación de enseñanza de CC. OO de Andalucía.* <https://www.feandalucia.ccoo.es/docu/p5sd7327.pdf>
- Krumm, G. L. y Lemos, V. N. (2012). Actividades artísticas y creatividad en niños escolarizados argentinos. *Revista electrónica.* <http://www.scielo.org.co/pdf/ijpr/v5n2/v5n2a05.pdf>
- Betina-Lacunza, A. y de Contini de González, N. (2011). Las habilidades sociales en niños y adolescentes. Su importancia en la prevención de trastornos psicopatológicos. *Fundamentos en humanidades*, 12(23), 159-182. <https://www.redalyc.org/pdf/184/18424417009.pdf>
- Lakes, K. D. y Hoyt, W. T. (2004). Promoting self-regulation through school-based martial arts training. *Journal of Applied Developmental Psychology*, 25(3), 283-302. <http://dx.doi.org/10.1016/j.appdev.2004.04.002>
- Llanga-Vargas, E. F., Silva-Ocaña, M. A. y Vistin-Remache, J. J. (2019). Motivación extrínseca e intrínseca en el estudiante. *Atlante Cuadernos de Educación y Desarrollo*, <https://www.eumed.net/rev/atlante/2019/09/motivacion-extrinseca-intrinseca.html>
- Lara-Villanueva, R. S. (2005). El aprendizaje cooperativo: un modelo de intervención para los programas de tutoría escolar en el nivel superior. *Revista de la Educación Superior*, vol. XXXIV (1), núm. 133, pp. 87-104. <https://www.redalyc.org/pdf/604/60411915008.pdf>
- Lavandeira, L. P. (2017). *Determinación de la influencia de las actividades extraescolares en el rendimiento académico y en la motivación hacia las tareas escolares* [tesis doctoral, Universida de Vigo]. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/dctes?codigo=155937>
- Leal-Maridueña, I. y Camacho-Vite, R. (2016). Las actividades extracurriculares y el mejoramiento cualitativo del proceso de enseñanza-aprendizaje del idioma. Segundo *Congreso Internacional de Ciencias Pedagógicas.* <https://www.pedagogia.edu.ec/public/docs/discos/656d5087e8f1bbd39e97afeb5b8f52e4.pdf>

- Londoño, J. (s.f.). *Taller de matemáticas*.
<https://es.scribd.com/document/372160307/TALLER-DE-MATEMATICAS-1-pdf>
- López, G. y Castillo, S. R. A. (2011). Aprendizaje cooperativo en el aula. *Inventio, la génesis de la cultura universitaria en Morelos*, 7(14), 28-37.
<https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=3747117>
- Macarro-Moreno, J., Romero-Cerezo, C. y Torres Guerrero, J. (2010). Motivos de abandono de la práctica de actividad físico-deportiva en los estudiantes de Bachillerato de la provincia de Granada. *Revista de educación*.
http://www.revistaeducacion.educacion.es/re353/re353_18.pdf
- Magaz-Gonzales, A. (2013). Actividades extraescolares y potencial educativo de la actividad física. *Revista researchgate*.
https://www.researchgate.net/publication/264256807_ACTIVIDADES_EXTRAESCOLARES_Y_POTENCIAL_EDUCATIVO_DE_LA_ACTIVIDAD_FISICA
- Mahoney, J. L., Cairns, B. D. y Farmer, T. W. (2003). Promoting interpersonal competence and educational success through extracurricular activity participation. *Journal of educational psychology*, 95(2), 409.
<http://citeseerx.ist.psu.edu/viewdoc/download?doi=10.1.1.626.1672&rep=rep1&type=pdf#:~:text=Extracurricular%20activity%20participation%20provides%20opportunities,adults%20outside%20of%20the%20classroom.>
- Mahoney, J. L. y Cairns, R. B. (1997). Do extracurricular activities protect against early school dropout?. *Developmental psychology*, 33(2), 241.
<https://psycnet.apa.org/doiLanding?doi=10.1037%2F0012-1649.33.2.241>
- Mancini, N. A. (2018). Motivación relacionada a una tarea cognitiva en niñas y niños preescolares. Presentación de un instrumento para su evaluación. *Anuario de Investigaciones*, 25, 455-462.
<https://www.redalyc.org/journal/3691/369162253052/369162253052.pdf>
- Martín-Palacio, M. E., Martín-Del Buey, F. D. A. y Fernández-Zapico, A. (2009). Marco conceptual de las competencias básicas para el aprendizaje. *International Journal of Developmental and Educational Psychology*, 2(1), 653-661.
<https://www.redalyc.org/pdf/3498/349832321071.pdf>
- Martínez-Vicente, M. y Valiente-Barroso, C. V. (2020). Actividades extraescolares y rendimiento académico: diferencias según el género y tipo de centro. *MLS Educational*

Research (MLSER), 4(1), 73-89. <https://www.mlsjournals.com/Educational-Research-Journal/article/view/286/761>

Martínez-Ferrer, B., Murgui-Pérez, S., Musitu-Ochoa, G. y Monreal-Gimeno, M. D. (2008). El rol del apoyo parental, las actitudes hacia la escuela y la autoestima en la violencia escolar en adolescentes. *International Journal of clinical and health psychology*, 8(3), 679-692. <https://www.redalyc.org/pdf/337/33712016004.pdf>

Marsh, H. W. (1992). Extracurricular activities: Beneficial extension of the traditional curriculum or subversion of academic goals?. *Journal of educational psychology*, 84(4), 553. <https://files.eric.ed.gov/fulltext/ED301578.pdf>

Mendoza-Pinto, M. N. (2005). Grupos cooperativos de aprendizaje en el trabajo tutorial. *Innovación Educativa*, 5(29), 47-53. <https://www.redalyc.org/pdf/1794/179421472005.pdf>

Meyer-Floukes, D., López-Olivo, M. y Serván-Mori, E. (2008). Habilidades cognitivas: transmisión intergeneracional por niveles socioeconómicos. *Estudios Económicos*, 23(1), 129-156. <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=59723105>

Ministerio de Educación Colombiano (2007). *Términos y condiciones de uso para publicaciones y obras de propiedad del ICFES (codificado)*. <https://www.icfes.gov.co/documents/20143/180487/Actividades%20extracurriculares%20-%20choco.pdf>

Ministerio de Educación Colombiano. (2010). *Orientaciones Pedagógicas para la Educación Física, Recreación y Deporte*. https://www.mineducacion.gov.co/1759/articles-340033_archivo_pdf_Orientaciones_EduFisica_Rec_Deporte.pdf

Molina, V. (2017). La frustración. *Revista cscbiblioteca*. <http://cscbiblioteca.com/Psicologia%20OK/La%20Frustracion.pdf>

Monjas-Casares, M. I. (1995). *Programa de enseñanza de habilidades de interacción social (PEHIS) para niños y niñas en edad escolar*. Madrid: CEPE. https://www.researchgate.net/publication/39132103_Programa_de_ensenanza_de_habilidades_de_interaccion_social_PEHIS_para_ninos_y_ninas_en_edad_escolar

- Monzonís-Martínez, N. (2015). La educación física en la consecución de la competencia social y ciudadana. Investigación-acción en torno a la aplicación de un programa basado en la prevención y la resolución de conflictos desde el área de educación física. España - Barcelona, *núm.* 25. https://www.tdx.cat/bitstream/handle/10803/370837/NMM_1de2.pdf?sequence=1
- Morales, G. (2014). Los servicios complementarios y las actividades complementarias y extraescolares: una necesidad educativo-formativa. *Avances en supervisión educativa*, 22, 1 - 24. <https://core.ac.uk/download/pdf/235242861.pdf>
- Moreno-Carmona, N. D., Tasamá-Rincón, M., Rojas-Cruz, C. A. y Soto-Soto, J. D. (2020). La dimensión positiva de las actividades extraescolares en la niñez y la adolescencia. *Aletheia. Revista de Desarrollo Humano, Educativo y Social Contemporáneo*, 12(1), 97-116. http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2145-03662020000100097#B31
- Moriana, J. A., Alós-Cívico, F., Alcalá-Cabrera, R., Pino-Ozuna, M. J., Herruzo-Cabrera, J. y Ruíz-Olivares, R. (2006). Actividades extraescolares y rendimiento académico en alumnos de educación secundaria. *Electronic journal of research in educational psychology*, 4, 35-47. <https://www.redalyc.org/pdf/2931/293123488002.pdf>
- Muñoz, E. Á. C. y Mas, A. C. (2016). Música y competencias emocionales: posibles implicaciones para la mejora de la educación musical. *Revista electrónica complutense de investigación en educación musical*, 13, 125. <https://revistas.ucm.es/index.php/RECI/article/view/51864/49963>
- Mustaca, A. E. (2018). Frustración y conductas sociales. *Avances en Psicología Latinoamericana*, 36(1), 65-81. <https://revistas.urosario.edu.co/xml/799/79954963005/html/index.html>
- Naranjo-Pereira, M. L. (2007). Autoestima: un factor relevante en la vida de la persona y tema esencial del proceso educativo. *Revista Electrónica" Actualidades Investigativas en Educación"*, 7(3), 0. <https://www.redalyc.org/pdf/447/44770311.pdf>
- Naranjo-Pereira, M. L. (2009). Motivación: perspectivas teóricas y algunas consideraciones de su importancia en el ámbito educativo. *Revista educación*, 33(2), 153-170. <https://www.redalyc.org/pdf/440/44012058010.pdf>

- Navarro, G. M. (2014). Los servicios complementarios y las actividades complementarias y extraescolares: una necesidad educativo-formativa. *Avances en supervisión educativa*, (22). <https://avances.adide.org/index.php/ase/article/view/41>
- Nuviala, A., León, J.A., Gálvez, J. y Fernández, A. (2007) Qué actividades deportivas escolares queremos. Qué técnicos tenemos. *Revista Internacional de Medicina y Ciencias de la Actividad Física y el Deporte*, vol. 7 (25) pp. 1-9 <http://cdeporte.rediris.es/revista/revista25/arttecdeport39.htm>
- Omelicheva, M. Y. (2007). Resolved: Academic debate should be a part of political science curricula. *Journal of Political Science Education*, 3(2), 161-175. <https://core.ac.uk/download/pdf/213399999.pdf>
- Ortega, D. J. (2015). La danza folclórica construida con base en la oralidad, reflejo de la identidad regional. *Sociología Universidad de Nariño*, 34-59. <file:///C:/Users/USER/Downloads/3518-Texto%20del%20art%C3%ADculo-12273-1-10-20170718.pdf>
- Ortiz-Leguis. (2014). *Aprendizaje escolar*. <https://es.slideshare.net/orteguita8/aprendizaje-escolar-38282283>
- Palacio, L. M. A., Gandara, G. M., Gandara, J. M., Pertuz, D. H., Guzmán, D. G., Vargas, M. C. y Theran, P. A. (2007). Autoestima y relaciones interpersonales en jóvenes estudiantes de primer semestre de la División Salud de la Universidad del Norte, Barranquilla (Colombia). *Salud uninorte*, 23(1), 32-42. <https://www.redalyc.org/pdf/817/81723105.pdf>
- Palacios-López, A. I. (2012). *Las actividades extracurriculares y el mejoramiento cualitativo de la educación* (Master's thesis). <http://repositorio.unemi.edu.ec/xmlui/handle/123456789/1188>
- Pervin, L.A. (1985). *Personalidad: teoría, diagnóstico e investigación*. 8° edición. Balbao, España: Decie de Brouwer.
- Portos, M. E. y Patow, V. (2013). La gimnasia, la gimnasia artística y la gimnasia rítmica [conferencia]. In *X Congreso Argentino y V Latinoamericano de Educación Física y*

Ciencias (La Plata, 2013). Argentina.
https://www.memoria.fahce.unlp.edu.ar/trab_eventos/ev.2980/ev.2980.pdf

Poveda-Serra, P. (2006). *Implicaciones del aprendizaje de tipo cooperativo en las relaciones interpersonales y en el rendimiento académico*. [tesis doctoral, Universidad de Alicante].
https://rua.ua.es/dspace/bitstream/10045/4110/1/tesis_doctoral_patricia_poveda.pdf

Poblete-Christie, O., López, M. y Muñoz, L. (2019). ¿De la frustración a la alegría o de la alegría a la frustración? Significados sobre inclusión educativa construidos por docentes a partir de su experiencia emocional. *Psyche (Santiago)*, 28(1), 1-14.
https://www.scielo.cl/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0718-22282019000100104

Pros, R. C., Muntada, M. C., Martín, M. B. y Busquets, C. G. (2015). Actividades extraescolares y rendimiento académico en alumnos de primaria. *European Journal of investigation in health, psychology and education*, 3(2), 87-97.
<https://www.formacionasunivep.com/ejihpe/index.php/journal/article/view/38/25>

Probst, A. (2008). Taller de movimiento-danza: dar forma y figura al movimiento. *Ágora para la educación física y el deporte*, (6), 43-50. http://agora-revista.blogs.uva.es/files/2012/05/agora6_adrea_3.pdf

Ramírez, W., Vinaccia, S. y Ramón-Suárez, G. (2004). El impacto de la actividad física y el deporte sobre la salud, la cognición, la socialización y el rendimiento académico: una revisión teórica. *Revista de estudios sociales*, 18, 67-75
<http://www.scielo.org.co/pdf/res/n18/n18a08.pdf>

Ramos, A.I., Ramírez, M.S. y Herrera, J.A. (2010). Desarrollo de habilidades cognitivas con aprendizaje móvil: un estudio de casos. *Comunicar*, (34), 201-209.
<https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=15812481023>

Raza-Carrillo, D. F. (2019). Actividades extraescolares y autoeficacia en niños, niñas y adolescentes: el caso de una escuela en Quito-Ecuador. *Revista ABRA*, 39(59), 73-86.
<https://doi.org/10.15359/abra.39-59.4>

Robles-Mendoza, A. (2019). El ballet clásico desde una mirada de género. *Alternativas en psicología*, p. 42.

<https://www.alternativas.me/attachments/article/207/El%20ballet%20cl%C3%A1sico%20desde%20una%20mirada%20de%20g%C3%A9nero.pdf>

Ruiz-España, J. y García-López, A. (2010). Unidad didáctica: 'Me encanta el voleibol'. *Revista Digital*. Buenos Aires, Año 15, N° 148. <https://www.efdeportes.com/efd148/unidad-didactica-me-encanta-el-voleibol.htm>

Rusk, N., Resnick, M. y Cooke, S. (2009). Origins and guiding principles of the computer clubhouse. *The computer clubhouse: Constructionism and creativity in youth communities*, 17-25. <https://web.media.mit.edu/~nrusk/E2012ClubJuvenilComputadores.pdf>

Schiller, H. (2014). Benefits of book club. *BCLA Browser: Linking the Library Landscape*, 6(4). <https://journals.lib.sfu.ca/index.php/browser/article/view/3619/2883>

Sánchez, H. R. y Rodríguez, M. S. G. (2012). El patinaje de velocidad y el entrenamiento perceptivo visual como elementos distintivos en la planificación de la preparación psicológica. *Lecturas: Educación física y deportes*, (166), 4-10. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=4370420>

Slavin, R. E. (1991). Synthesis of research of cooperative learning. *Educational leadership*, 48(5), 71-82. https://files.ascd.org/staticfiles/ascd/pdf/journals/ed_lead/el_199102_slavin.pdf

Soriano, M. M. (2001). La motivación, pilar básico de todo tipo de esfuerzo. *Proyecto social: Revista de relaciones laborales*, (9), 163-184. [file:///C:/Users/Toshiba/Downloads/Dialnet-LaMotivacionPilarBasicoDeTodoTipoDeEsfuerzo-209932%20\(1\).pdf](file:///C:/Users/Toshiba/Downloads/Dialnet-LaMotivacionPilarBasicoDeTodoTipoDeEsfuerzo-209932%20(1).pdf)

Sparisci, V. (2013). Representación de la autoestima y la personalidad en protagonistas de anuncios audiovisuales de automóviles. *Universidad Abierta Interamericana*, 8. <http://imgbiblio.vaneduc.edu.ar/fulltext/files/TC113919.pdf>

Sepúlveda, V. M., & Roca, L. B. (2018). Efectos del fútbol actual en el modelo social del niño: perspectiva desde lo formativo hacia lo competitivo. *Athlos: Revista internacional de ciencias sociales de la actividad física, el juego y el deporte*, (14), 11-23.

UCUENCA

<file:///C:/Users/Tatiana/Downloads/Dialnet-EfectosDelFutbolActualEnElModeloSocialDelNino-6453514.pdf>

- Tobeña, V. (2016). Repensando la educación media y el formato escolar moderno: la experiencia de los talleres extracurriculares en una escuela argentina. *Revista mexicana de investigación educativa*, 21(68), 167-190.
http://www.scielo.org.mx/scielo.php?pid=S1405-66662016000100167&script=sci_abstract&tlng=pt
- Toro, D. C., Restrepo, S. A., Portilla, N. D. y Ramírez, H. D. (2008). Autoestima y sexualidad en adolescentes: validación de una escala. *Investigacione andina*, 10(16), 57-66.
<http://www.scielo.org.co/pdf/inan/v10n16/v10n16a05.pdf>
- Torres-Luque, G., Sánchez-Pay, A., Fernández-García, Á. I., y Palao, J. M. (2014). Características de la estructura temporal en tenis. Una revisión. *Journal of Sport and Health Research*, 6(2), 117-128.
http://journalshr.com/papers/Vol%206_N%202/V06_2_1.pdf
- UNESCO. (2012). *Educación para el desarrollo sostenible: libro de consulta*. Unesco.
https://periodicooficial.jalisco.gob.mx/sites/periodicooficial.jalisco.gob.mx/files/libro_de_consulta_educacion_para_el_desarrollo_sostenidble_-_unesco.pdf
- Vaello, J. (2011). *Cómo dar clase a los que no quieren*.
<https://iessecundaria.files.wordpress.com/2008/10/como-dar-clase-a-los-que-no-quieren.pdf>
- Valle-Arias, A., Gonzzáles-Cabanach, R., Barca-Lozano, A. y Núñez-Pérez, J. C. (1997). Motivación, cognición y aprendizaje autorregulado. *Revista Española de Pedagogía*, 137-164.
<https://revistadepedagogia.org/wp-content/uploads/2007/06/7MotivacionCognicion.pdf>
- Varela, L. (2006). Evaluación de programas extraescolares: importancia del nivel de participación en las percepciones sobre el tiempo libre, rendimiento académico y habilidad deportiva de los participantes. *Revista Galego-Portuguesa de Psicoloxía e Educación*, 11-12(3), 207-219.
https://ruc.udc.es/dspace/bitstream/handle/2183/7053/RGP_13-11.pdf?sequence=1&isAllowed=y

- Vásquez-González, B., Pleguezuelos-Saavedra, C. y Mora-Olate, M. L. (2017). Debate como metodología activa: una experiencia en Educación Superior. *Revista Universidad y Sociedad*, 9(2), 134-139. http://scielo.sld.cu/scielo.php?pid=S2218-36202017000200018&script=sci_arttext&tlng=en
- Vila, R., Guitart Montserrat, N., Riera Riera, J. y Díaz Lucea, J. (2007). Aprendizaje y enseñanza de las habilidades con patines. *Apunts. Educació física i esports*.<https://core.ac.uk/download/pdf/39140879.pdf>
- Villavicencio, W. (2018). Guía de Diseño de Instalaciones Deportivas. Descripción del deporte, área de juego, superficie de juego, iluminación, instalaciones complementarias y auxiliares, equipamiento y material deportivo. Beisbol. <https://waltervillavicencio.com/wp-content/uploads/2018/06/BEISBOL.pdf>
- Villavicencio, W. (2018). Guía de Diseño de Instalaciones Deportivas. Descripción del deporte, área de juego, superficie de juego, iluminación, instalaciones complementarias y auxiliares, equipamiento y material deportivo. Futbol Americano. <https://waltervillavicencio.com/wp-content/uploads/2018/06/FUTBOL-AMERICANO.pdf>
- Wester, J. H. (2008). Dimensiones y retos de una educación para la responsabilidad ciudadana. *Utopía y praxis latinoamericana*, 13(42), 55-69. http://ve.scielo.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1315-52162008000300004
- Wissel, H. (2008). *Baloncesto. Aprender y progresar*. Editorial Paidotribo. [https://books.google.es/books?hl=es&lr=&id=D0-T7oRQUdMC&oi=fnd&pg=PP7&dq=Wissel,+H.+\(2008\).+Baloncesto.+Aprender+y+progresar.+Badalona:+Paidotribo.&ots=TaOwG50dp1&sig=wLZl4oE7_NngHb05CxRexoPjl94#v=onepage&q&f=false](https://books.google.es/books?hl=es&lr=&id=D0-T7oRQUdMC&oi=fnd&pg=PP7&dq=Wissel,+H.+(2008).+Baloncesto.+Aprender+y+progresar.+Badalona:+Paidotribo.&ots=TaOwG50dp1&sig=wLZl4oE7_NngHb05CxRexoPjl94#v=onepage&q&f=false)