

# Educación Física como fundamento para el fortalecimiento de las habilidades motrices en adolescentes. Implicaciones ontológicas

**Physical education as a foundation for strengthening motor skills in adolescents. Ontological implications**

**<sup>1</sup>Bernardo Antonio Peña de Jesús, MA, <sup>2</sup>PhD. Miguel Israel Bennasar-García**

<sup>1</sup> Universidad Tecnológica del Cibao Oriental, Avenida Universitaria No. 100, Cotuí 43000; República Dominicana. Doctorante del Doctorado en Ciencias de la Educación, Universidad Abierta Para Adultos, Sede Santiago de los Caballeros. Avenida Hispanoamericana. Urbanización Thomen, República Dominicana  
<https://orcid.org/0000-0002-7768-0513>, [bernardopena64@yahoo.com](mailto:bernardopena64@yahoo.com)

<sup>2</sup> Instituto Superior de Formación Docente Salomé Ureña, Recinto Luis Napoleón Núñez Molina, Carretera Duarte, Kilómetro 10, Licey al Medio, Santiago de los Caballeros, República Dominicana. Director de Tesis del Doctorado en Ciencias de la Educación, Universidad Abierta Para Adultos, Sede Santiago de los Caballeros. Avenida Hispanoamericana. Urbanización Thomen, República Dominicana.  
<https://orcid.org/0000-0002-3856-0279>  
[miguelbennasar7884@gmail.com](mailto:miguelbennasar7884@gmail.com)

**Recibido:** 6/4/2022; **Aprobado:** 30/5/2022.

## Resumen

El presente estudio tuvo como objetivo estudiar la Educación Física como fundamento para el fortalecimiento de las habilidades motrices en adolescentes. La metodología que se aplicó fue de orientación cualitativa, ya que permitió revisar con criterio epistémico teorías y trabajos de investigación, sirviendo de sustento indagatorio. El diseño aplicado fue la revisión bibliográfica como herramienta en la orientación y selección de

## Abstract

The purpose of this study was to study Physical Education as a basis for strengthening motor skills in adolescents. The methodology applied was of qualitative orientation, since it allowed reviewing with epistemic criteria theories and research works, serving as an inquiry support. The applied design was the bibliographic review as a tool in the orientation and selection of 12 authors and works. The following da-

12 autores y trabajos. Se consultaron las bases de datos Scopus, Web of science, SciElo, Dialnet, Redalyc, Google Académico, Trabajos de grado de Maestría y Doctorado, con data a 5 años. Dentro de los resultados, se evidencia que la experiencia deportiva estimula el desarrollo de habilidades motrices, permitiendo a los educandos del nivel secundario una experimentación individual para valorar sus capacidades y ponderar la participación en actividades de mayor complejidad. Se concluye que las diferentes orientaciones didácticas que desarrollan las capacidades físicas de los adolescentes, significan un aporte al conocimiento y al tratamiento efectivo de la formación y en el desarrollo de las actitudes físicas que en su evolución sirven de base para el conocimiento y fortalecimientos de las destrezas motrices y cognoscitivas.

**Palabras clave:** Educación física; formación educativa; habilidades motrices; instituciones educativas.



Educación Física como fundamento para el fortalecimiento de las habilidades motrices en adolescentes. Implicaciones ontológicas está distribuida bajo una Licencia Creative Commons Atribución-NoComercial-CompartirIgual 4.0 Internacional .

tabases were consulted: Scopus, Web of science, SciElo, Dialnet, Redalyc, Google Scholar, Master's and Doctorate degree works, with 5-year data. Among the results, it is evidenced that the sports experience stimulates the development of motor skills, allowing secondary school students an individual experimentation to assess their capabilities and ponder participation in more complex activities. It is concluded that the different didactic orientations that develop the physical capacities of adolescents, mean a contribution to the knowledge and effective treatment of training and in the development of physical attitudes that in their evolution serve as a basis for the knowledge and strengthening of motor and cognitive skills.

**Keywords:** Physical education; educational training; motor skills; educational institutions.

## INTRODUCCIÓN

La capacidad motora está determinada por las diversas actividades físicas y deportivas en la evolución y crecimiento de los adolescentes constituyéndose en la aprehensión de habilidades que durante la edad escolar debe fortalecer de manera

sistemática y sostenida. En este sentido, el desarrollo de destrezas desde el punto de vista evolutivo, debe abordarse como elemento fundamental en cada una de las etapas experimentadas por las personas, en función de los múltiples beneficios que se materializan en el desempeño muscular y la habilidad de realizar ejercicios de forma coherente y coordinada, en

el sentido de establecer mecanismos para los desplazamientos y rutinas que en el devenir de las actividades diarias se realizan (Zurita-Ortega et al, 2018).

La Educación Física como área vital de las instituciones educativas a nivel secundario, facilita a los aprendices el realizar sus actividades deportivas de forma adecuada, y con ello se fortalece su desarrollo en estas edades vitales para la adultez (Baños et al., 2018). Además de estos beneficios, algunos se prestan a fortalecer el rendimiento estudiantil, la habilidad motriz y la actitud deportiva que son elementos coadyuvantes en la etapa evolutiva de las personas. "... Estudios en diferentes culturas y contextos con población escolar adolescente, han puesto de manifiesto la relación entre variables de aprendizaje motriz durante las clases de EF y el rendimiento académico en esta materia. ..." (Fraile García et al., 2019, p. 59).

La educación en sí misma comprende la preparación para la vida y esto implica entender que es más que una escolarización oficial y que engloba un amplio espectro de experiencias vitales y procesos de aprendizaje (...), ya sea de manera individual o colectiva, desarrollar su personalidad, reconocerse como sujeto de Derecho y llevar una vida plena en el seno de la sociedad (Restrepo, 2022, p. 16).

Es de esa manera que se van estableciendo los cimientos necesarios para un desarrollo armónico en todos los niveles y disciplinas, en particular en Educación Física por su carácter heurístico y estratégico en

la fundamentación de las habilidades motrices de los adolescentes, ya que "... el conocimiento de la cognición se refiere a lo que las personas saben acerca de su propia cognición o acerca de la cognición en general" (Gutiérrez de Blume, et al., 2022, p. 4). Así es como se desenvuelve cada participante del proceso educativo en las diferentes dimensiones del quehacer humano, dando posibilidades en los estadios creativos, en el desarrollo de las destrezas deportivas y motrices, fortalecimiento de las facultades cognoscitivas y el aspecto de orden social que en los espacios académicos es de gran importancia. Se trata de "... generar el desarrollo y tecnificación progresiva y sistemática de la práctica de la Cultura Física como medio de crecimiento personal y social de la vida cotidiana; impulsar las diversas manifestaciones de la Cultura Física..." (Vásquez, Casanova y Casanova, 2021, p. 14).

Hoy en día existe una tendencia en Educación Física (EF) (...) desde los planteamientos pedagógicos globales, que parten de unos propósitos a largo plazo y de unas líneas teóricas fundamentadas en evidencias científicas que se concretan coherentemente en diferentes acciones cotidianas, dependiendo del contexto en el que se trabaja (Callado, 2018, p. 7). De tal manera que cuando se hace referencia a los beneficios de la Educación Física en la consolidación de las habilidades motrices de los estudiantes en nivel secundario, implica considerar de forma sistemática el fortalecimiento de sus potencialidades como sujeto. Esta área sitúa lo formativo en la concepción sistémica,

imprimiendo en los procesos educativos un ingrediente que coadyuva el aspecto integral de las aprehensiones que se realizan en la cotidianidad escolar: el fortalecimiento y desarrollo de las capacidades y habilidades motoras.

La Educación Física se hace necesaria para el desarrollo pleno, armónico e integral del sujeto, y se proyecta por el pensamiento crítico, creativo e innovador que permite generar estrategias; es por ello que la clase de educación física debe ser ese espacio que involucra no solo el trabajo corporal, sino que debe ir más allá del trabajo de lo axiológico desde sí mismo hacia los demás (Bernate, et al., 2019).

En este orden de ideas, las habilidades motrices se transforman en los ápices más importantes para el desarrollo de las capacidades diversas de los sujetos de aprendizaje, en lo afectivo, cognitivo, social, en la moderación emocional, en el establecimiento de mecanismos de auto estima, que son parte de las redes formativas a las que se somete cada persona (Cabrera & Dupeyrón, 2019). Entonces puede deducirse que el fortalecimiento de las habilidades motrices facilita la ejecución tanto de actividades cotidianas como deportivas, empleando mecanismos de realización que devienen en estrategias pedagógicas en cada sesión de intercambios de saberes, constituyéndose en el complemento idóneo para un aprendizaje significativo.

En virtud de lo expuesto, el propósito fundamental de este trabajo es estudiar la

Educación Física como fundamento base del proceso de fortalecimiento de las habilidades motrices en adolescentes a nivel secundario, tomando como estructura los referentes teóricos y académicos que sobre el tema se han desarrollado, los cuales orientan sus conclusiones hacia los beneficios de esta disciplina en la fijación sistemática de las capacidades deportivas en el proceso escolar.

El estudio bibliográfico busca transformarse, dentro de los preceptos formativos, en un referente para académicos e investigadores en el área de Educación Física; que se utilice como soporte formativo y teórico en el fortalecimiento de las habilidades motrices, lo cognoscitivo y afectivo.

## DESARROLLO

El recurso metodológico utilizado en el estudio es de orientación cualitativa, pues no se utilizaron datos numéricos ni estadísticos. Se efectuó una revisión exhaustiva de investigaciones que han abordado la Educación Física y las habilidades motrices de los estudiantes del nivel secundario, sirviendo de base para los análisis y descripciones realizadas.

Los estudios cualitativos permiten caracterizar de forma práctica las apreciaciones epistemológicas que sobre la temática que se indaga se han desarrollado y que forman un constructo referencial para los análisis ulteriores (Hernández-Sampieri & Torres, 2018). En la presente

investigación se realizó un arqueo de estudios previos que permitieron ubicarla en el contexto de las investigaciones de orden teórica. Además, permite clasificar de forma detallada las apreciaciones analíticas y críticas que dan cuenta del estado del arte y de los horizontes de la Educación Física en esta área.

Es por ello que el diseño seleccionado fue bibliográfico, pues se realizó una búsqueda selectiva de los aspectos epistemológicos, por una parte; y por la otra, de carácter conceptual de la Educación Física y su impacto en las habilidades motrices los estudiantes. La revisión de las fuentes encontradas permitió un alcance idóneo para la aprehensión de los elementos característicos de la temática y

los tratamientos ejecutados en cada uno de ellos (Peña et al., 2018).

Para la sistematización de las búsquedas bibliográficas, se siguió el siguiente esquema sugerido por Betancourt et al. (2020), que consiste en seguir las siguientes fases: Idiomas de las referencias, palabras clave, base de datos orientadores, herramientas de búsqueda y lapso de tiempo de las obras, las cuales se sistematizan y exponen en la siguiente Tabla, que considera los elementos integradores y orientadores de las búsquedas documentales.

Tabla 1. *Fase I. Herramientas de búsqueda de información de interés*

Idioma consultado	Español e inglés
Palabras clave de interés	Educación Física, Motricidad, Formación escolar, adolescencia, nivel medio de educación, cultura física y deportiva, Educación, pedagogía y didáctica.
Bases de datos orientadores	Scopus, Web of science, SciELO, Google Académico, Redalyc, Trabajos de grado de Maestría y Doctorado.
Herramientas de búsqueda	Selección y arqueo de fuentes de interés investigativo. Luego se realizó la depuración pertinente.
Lapso de tiempo de las obras	2018-2022 (Data no mayor a 5 años).

Fuente: Elaboración propia, 2022.

## Fase II. Criterios de búsqueda de fuentes

a) Para la escogencia de las informaciones se ubicaron: Líneas de investigación similares a la que se desarrolla, tesis de grado en el área y revistas indexadas en bases datos importantes.

b) Criterio de exclusión: No se consideraron los trabajos, investigaciones o publicaciones, cuyo eje de interés estuviera fuera de la temática que se ejecuta, así como las de datas mayores a 5 años.

c) Se incluyeron aquellas publicaciones cuyas temáticas se relacionaron con el presente estudio, y los itinerarios metodológicos eran similares. Se consideró también el criterio de las palabras clave descritas en la Fase I.

d) Valoración de las informaciones almacenadas: Se realizó un cuadro resumen con los siguientes elementos: 1) Título y autor del trabajo, 2) Propósito del estudio, 3) Metodología utilizada, 4) Tratamiento e instrumentos utilizados y 5) Resultados.

## RESULTADOS

Título/ Autor	Propósito	Método	Tratamiento	Resultados
Porqué la forma De la enseñanza importa: una defensa de la integridad de La educación y del trabajo de los Profesores más allá de Programas y buenas intenciones. / Biesta, G. (2022).	Exploración de las posibilidades educativas y formativas de los estudiantes	Teoría de Klaus Prange	Plantea la idea de que el carácter distintivo de la educación radica en su modo de funcionamiento	La forma de la educación hace posible un modo diferente de resistir los intentos de socavar la orientación pública y democrática de los procesos formativos. Los procesos de enseñanza en el nivel medio constituye una bases epistémica para el desarrollo de destrezas en todas las áreas del saber.
Conservar, legar, desear. Prácticas docentes edificantes Para Restaurar el Carácter Público de la educación. / Thoilliez (2022).	Explorar la misión de los sistemas educativos y las crisis que presentan.	Bibliográfico	Presenta los principales temas de exploración y los problemas generados por el mandato de innovar en educación y su relación con la crisis de transmisión	Las posibilidades de devolver a la educación su parte pública a través de la restauración de tres prácticas docentes edificantes fundamentales: Conservar, legar y desear. Desde esta perspectiva, la educación en adolescentes se debe basar en su evolución y desarrollo de habilidades.
Rendimiento académico en educación primaria: relaciones con la Inteligencia Emocional y las Habilidades	Examinar detalladamente la relación entre el rendimiento académico y la inteligencia emocional y	El inventario BarOn, el SSIS-RS de habilidades sociales y una prueba de	Al grupo considerado se le administro el inventario BarOn, el SSIS-RS y una prueba de valoración.	Hay relación entre la IE y las HHSS y el rendimiento académico, lo que fortalece los aprendizajes. El desarrollo de habilidades, permite la concreción de una

Sociales. / Perpiñà Martí, Sidera Caballero y Serrat Sellabona (2022).	las habilidades sociales.	competencias matemáticas y lingüísticas.		formación integral y sostenida.
Formación del profesorado de Educación Física vinculado a la inclusión y la discapacidad en universidades de Chile. / Muñoz-Hinrichsen (2022).	Conocer el proceso de formación inicial del profesorado de Educación Física en Chile	Estudio con enfoque mixto	Se analizaron datos cuantitativos de las mallas curriculares de formación del profesorado de Educación Física	Se evaluaron 27 planes de estudio, de estos el 3,88% poseen asignaturas vinculadas a la inclusión en sus mallas curriculares, resaltando que dos de ellas no desarrollan el área, y las horas de dedicación son de un 5,04% del total de la carrera. Asimismo, cerca del 56% opinaron que las destrezas deportivas deben concretizarse en edades de adolescencia y adultos.
Composición corporal, somatotipo y condición física en mujeres deportistas colombianas. / Ramos-Parrací, Reyes-Oloya y Palomino-Devia, (2021).	Comparar estos componentes en función de la edad y asociar las variables estudiadas.	Test de resistencia de musculatura abdominal	Para la toma de datos cineantropométricos, se usaron las técnicas de medición, recomendadas por la Sociedad Internacional para el Avance de la Cineantropometría, registrándose un total de 20 medidas.	La flexibilidad y la fuerza de resistencia abdominal fueron mayores en el grupo de menor edad. El desarrollo de habilidades y destrezas en Educación Física, es fundamental para conocer las particularidades de las distintas disciplinas deportivas.
Measuring early childhood educators' physical activity and sedentary behavior-related self-efficacy: A Systematic Review of Tools. / Szpunar, Bruijns and Tucker (2021).	Comparar la actividad física y el sedentarismo en niños escolares	Experimental	Se aplicaron herramientas físicas en los grupos escolares para apreciar su rendimiento.	El comportamiento sedentario limita las capacidades físicas. A nivel de sexto grado y niveles subsiguientes, es recomendable la formación para el fortalecimiento de las habilidades físicas que complementan las destrezas motrices.

<p>Impacto de las redes sociales en el desarrollo profesional en Educación Física: usos, motivaciones y oportunidades. / Mellado Berenguer, Aguilera Mata, Vanaclocha Amat &amp; del Val Martín (2021).</p>	<p>conocer el impacto que generan las redes sociales en el desarrollo profesional de los docentes y estudiantes de Educación Física</p>	<p>Campo descriptiva</p>	<p>Se elaboró y se validó un cuestionario que fue respondido por 403 participantes.</p>	<p>Los resultados indican que la red social más utilizada para el desarrollo profesional en el ámbito de la Educación Física es YouTube. De las orientaciones conceptuales que se sugieren para el fortalecimiento de las destrezas deportivas, es la consolidación de programas que fundamenten los temas de adquisición del fortalecimiento de habilidades motrices.</p>
<p>Núñez Arteaga, E. (2018). Las habilidades motrices y su importancia para el desarrollo en niños y adolescentes. Unesco- Tecnologías de apoyo para la inclusión educativa.</p>	<p>Estudiar la importancia del desarrollo de las habilidades motrices y su influencia en los roles y acciones de las actividades diarias.</p>	<p>Estudio de casos</p>	<p>Se analizaron varias fuentes relacionadas con el tema.</p>	<p>Los adolescentes tienden a presentar dificultades en las prácticas deportivas, por la falta de incentivos y fomentación de las habilidades motrices.</p>
<p>The initial psychometric properties for the Total Body Developm Ental Sequences for youth with visual impairments. / Brian, Fisher, Miedema, Pennell y Lieberman, (2021).</p>	<p>Evaluar las potencialidades deportivas a través del TBDS con un propósito secundario de evaluar los efectos diferenciales del sexo, la edad y el grado de visión sobre las habilidades motrices.</p>	<p>Experimental</p>	<p>Se establecieron dos grupos para evaluar las habilidades motrices.</p>	<p>El TBDS ahora se puede usar como una herramienta inicial de evaluación de las destrezas motrices en jóvenes y adolescentes.</p>

Chapter 1: Introduction to social media for Professional Development and Learning in Physical Education and Sport Pedagogy. / Harvey, Carpenter y Hyndman, (2020).	Uso de las redes sociales por parte de los educadores físicos y entrenadores deportivos.	Bibliográfica	Discusión de antecedentes de las redes sociales, seguida de una revisión de literatura sobre la investigación de la PDL en Educación Física y pedagogía del deporte.	El uso de las redes social es útil en las áreas deportivas y sirven para establecer vínculos entre los interlocutores. También se aprecia la importancia del desarrollo de las destrezas en la ejecución de varias disciplinas deportivas.
La formación inicial del profesorado de Educación Física: una mirada desde la atención a la diversidad. / Valencia-Peris, Mínguez-Alfaro & Martos-García, (2019).	Un análisis de las guías docentes de 40 universidades españolas que se corresponden con la enseñanza de la didáctica de la Educación Física en el Grado en Maestro/a en Educación Secundaria.	Campo descriptiva	Propuesta docente ejemplificando diversas actuaciones que pueden implementarse en la formación inicial del profesorado de Educación Física, como son los talleres de acción directa y los ciclos de investigación-acción	Los principales hallazgos, señalan el hecho que únicamente el 30% de las guías docentes incluye al menos un tema específico sobre atención a la diversidad y desarrollo de habilidades deportivas, un 75% incluyen competencias profesionales relacionadas y sólo un 15% presenta resultados de aprendizaje asociados a esta formación específica.
La Educación Física como programa de desarrollo físico y motor / Rosa Guillamón, García Cantó y Carrillo López (2018)	Estudio de habilidades motrices a través de la Educación Física como estrategia para fortalecer sus actitudes deportivas.	Análisis bibliográfico	La puesta en práctica de la actividad física como elemento coadyuvante en el desarrollo de destrezas deportivas de los estudiantes	Las habilidades motrices pueden ser desarrolladas mediante la ejecución de tareas deportivas, cognitivas y complejas, como estímulo para tener un nivel de condición física óptimo.

Fuente: Elaboración propia, 2022.

## DISCUSIÓN

El arqueo que se realizó y que presenta las apreciaciones de diversos autores, da un basamento epistemológico a las tendencias que se extraen de las reflexiones analizadas y estudiadas en cada texto o investigación, lo que se constituye en una vía apropiada para establecer los vínculos aproximativos a los hechos que conforman la generalidad en lo referente a lo educativo y a los procesos formativos en las instituciones que han asumido tales responsabilidades.

Para su aplicación en el aula deben estar acordes a prácticas pedagógicas activas, con un grado de profundidad y complejidad mayor en cada uno de los ámbitos, y con conocimientos que permitan la integración de las destrezas de pensamiento y competencias propias (Zambrano, 2018, p. 70).

Al hacer las revisiones que se relacionan con los procesos educativos que tratan de optimizar las posibilidades físicas de los estudiantes y el perfeccionamiento de las actividades o destrezas motrices, se aprecia de forma clara que existen elementos que describen los fundamentos que explican esta evolución, donde se describen las razones para que en los intercambios que se realizan en Educación Física en las actividades de campo, se construyan escenarios para un desarrollo armónico, moderado y consustanciado con las capacidades individuales y grupales (Hortigüela et al., 2018).

Otro elemento que se extrae de las reflexiones, parte de las posibilidades cognitivas que a la par de las prácticas deportivas, proporcionan aprendizajes que complementan la formación integral, un beneficio que se obtiene por añadidura en las clases rutinarias de Educación Física. De tal manera que en su ejecución se proporcionan herramientas de trabajo y de ejecución que permiten una participación activa y, en consecuencia, un aprovechamiento de los componentes conceptuales de esta área académica y profesional.

La experiencia que se deriva de la ejecución de rutinas deportivas para el fortalecimiento de las destrezas motrices que deviene de la actividad física, permite a los educandos una experimentación individual para valorar sus capacidades y ponderar la participación en actividades de mayor complejidad y de ejecución motriz. Algunas de las estrategias que suelen utilizar los docentes son la participación grupal, el estudio de reglas y normativas, realización de juegos e intercambios deportivos, en orden a involucrar el grupo total en el desarrollo y estudio de los elementos conceptuales de la asignatura (Urrea et al., 2020).

Algunas de las actividades que se sugieren son:

- Balonmano (óculo-manual): relaciones balón mano, en el recibo drible, lanzamientos, paradas del portero.
- Fútbol Campo (óculo-manual y óculo-podal), las relaciones que se expe-

rimentan son: pies balón, balón pecho, balón cabeza, entre otros.

Las actividades descritas se practican dentro de los escenarios deportivos, y forman un bucle formativo que incentiva los aprendizajes y desarrolla el área cognoscitiva de manera práctica, fortaleciendo las habilidades para aprender los conceptos que forman la complejidad del currículo educativo y que son necesarios en su evolución personal.

...el desarrollar las competencias ciudadanas en la educación física implica desligarse de los modelos educativos tradicionalistas, lo cual genera nuevas perspectivas de la enseñanza-aprendizaje y así lograr aprendizajes significativos enmarcando una formación integral en los estudiantes (Bernate et al, 2020, p. 648).

La individualidad en la ejecución y cumplimiento de las responsabilidades académicas son aspectos que integran la naturaleza de la Educación Física y que, además de la optimización de las habilidades motrices, facilitan la formación integral de los estudiantes del nivel secundario, para asumir y discernir sobre las actividades deportivas que son de su agrado y que pueden motivar su práctica. Las destrezas motrices forman parte de las aptitudes propias de cada persona; es por ello que su aprovechamiento adecuado, con la dirección orientadora de los docentes, suministra aspectos cognoscitivos que permiten la aprehensión de los estatutos conceptuales de las diferentes

disciplinas, que en su práctica organizada y sistematizada provee de manera efectiva de herramientas que propicien ejecuciones óptimas en las diversas metodologías que utiliza el docente de Educación Física (Rius & Torrebadella, 2019). Al respecto, se trata de generen actitudes positivas que acentúen las posibilidades para el desarrollo deportivo de las habilidades motrices. El escenario educativo en todas las áreas del saber, es considerado propicio para fortalecer las capacidades de aprendizajes de los estudiantes (Aguilera-Mata y García-Martínez, 2021).

En las edades que componen la adolescencia, las personas permanecen activas, y este principio brinda un escenario adecuado para que sean “educadas” las capacidades y habilidades deportivas en los estudiantes y en los procesos de socialización que es propio de la Educación Física, cada alumno es apoyo de sus compañeros, referencia y estímulo en la ejecución de las rutinas deportivas (Rojas et al., 2019).

Otro aspecto fundamental destacado en las reflexiones de los trabajos analizados, es el papel que dentro del proceso formativo juega el profesor de Educación Física; ya que las actividades que forman parte de su quehacer diario y en las áreas de campo, posibilitan el desarrollo y consolidación de habilidades en lo personal y psicológico y las capacidades deportivas de los estudiantes de forma sostenida. Cuando se planifican y realizan actividades grupales, se establece un vínculo social importante entre los miembros de

los conjuntos de escolares. Por tanto, de las experiencias que cada docente haya adquirido, depende en buena medida la calidad de la enseñanza que imprima en los escolares. Es por ello que los procesos de intercambio de opiniones a nivel de estrategias y posibilidades didácticas, facilitan un consenso apropiado en las formas de propiciar escenarios para un adecuado tratamiento en la ayuda que se le brinda en las actividades tendientes a desarrollar y fortificar las destrezas motrices (Villafuerte et al., 2019).

De esta manera, en la medida en que se programen posibilidades pedagógicas que optimicen las capacidades y el desarrollo deportivo en los estudiantes, se amplía la posibilidad de fomentar la sociabilidad y el intercambio fraterno con los compañeros de clases, beneficios adicionales de la práctica de la Educación Física, y que se transforman en recursos de mejora de la enseñanza y aportes en la formación integral de los escolares.

## CONCLUSIONES

El recorrido realizado en la revisión, estudio y análisis de teorías, trabajos y documentos, facilitaron una aproximación a la realidad educativa como servicio público y como forma de establecer vínculos epistemológicos con la Educación Física para el desarrollo de las habilidades motrices en adolescentes, ha permitido precisar los siguientes aspectos conclusorios:

Las diferentes orientaciones didácticas que desarrollan las capacidades físicas de los adolescentes, significan un aporte al conocimiento y al tratamiento efectivo en la formación y el desarrollo de las actitudes físicas que sirven de base para el conocimiento de las áreas deportivas y cognoscitivas.

La enseñanza de la Educación Física en el ámbito escolar y social utiliza varias herramientas metódicas que además de precisar y abrir espacios a la promoción de hábitos deportivos que favorecen a la salud, mejora y fortalece las habilidades motrices en los adolescentes. Esto la convierte en un soporte del currículo escolar para la formación integral de los intercambios educativos, y aporta un sentido social e individual en la articulación de los aspectos psicológicos que complementan la educación y el desarrollo de las capacidades generales de las personas. Un aspecto cuyo desarrollo se estimula, es el manejo adecuado de las emociones, facilitando el tránsito de los adolescentes hacia la adultez con responsabilidad ciudadana, parte de los beneficios que se desprenden, porque se trata el tema con libertad.

Hay una apreciación consensuada sobre la Educación Física que emerge como fundamento para el desarrollo y fortalecimiento de la habilidad motriz, y que se materializa en las vivencias diarias manifestadas a través de las experiencias individuales para desarrollar aspectos como las áreas afectivas y psicomotrices, y que acercan a los adolescentes a un es-

cenario tangible para el diálogo con los compañeros de clases. En este sentido la práctica deportiva del baloncesto, fútbol, beisbol, ayudan a la coordinación de las habilidades en cada uno de ellos.

A través del uso de las diferentes herramientas pedagógicas que se aplican en Educación Física, se estimula de forma práctica las habilidades que permiten el desarrollo de destrezas motrices de forma armónica; las actividades y exigencias que se derivan del conocimiento de las diferentes disciplinas curriculares, potencian el desarrollo y aprendizaje de forma organizada y sistemática, ajustada a la evolución cronológica de los alumnos; de esa manera, no se producen resultados que alteran los logros alcanzados, ni las posibilidades de avance que de manera inminente surgen cuando las personas están en su fase de crecimiento.

## REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

Aguilera-Mata, R. y García-Martínez, S. (2021). Las redes sociales como herramienta de formación docente: reflexiones y experiencias personales. *Revista Electrónica Transformar*, 2(1), 30–40. En: <https://revistatransformar.cl/index.php/transformar/issue/view/8/9>

Baños, R., del Mar Ortiz-Camacho, M., Baena-Extremera, A., & Zamarripa, J. (2018). Efectos del género docente en la importancia de la educación física, clima motivacional, comportamientos disruptivos, la intención de práctica futura y

rendimiento académico. Retos: *Nuevas tendencias en Educación Física, Deporte y Recreación*, 33(1), 252-257. En: <https://recyt.fecyt.es/index.php/retos/article/view/59991/36701>

Bernate, J., Bejarano, B., & Cardozo, D. (2020). Cotejo de las competencias ciudadanas en estudiantes de Licenciatura en Educación Física. Mendive. *Revista de Educación*, 18(3), 647-660. <http://mendive.upr.edu.cu/index.php/MendiveUPR/article/view/2049>

Bernate, J., Fonseca, I., Urrea, P., y Amaya, G. (2019). La Educación Física y el deporte social para la paz y el posconflicto en Colombia. EmásF: *Revista digital de Educación Física*, (61), 33-47. En: <file:///C:/Users/Xuser016/Downloads/Dialnet-LaEducacionFisicaYElDeporteSocialParaLaPazYElPosco-7133736.pdf>

Biesta, G. (2022). Porqué la forma de la enseñanza importa: una defensa de la integridad de La educación y del trabajo de los Profesores más allá de Programas y buenas intenciones. *Revista de Educación*, 395, 13-34. En: <https://recyt.fecyt.es/index.php/Redu/article/view/90795/67365>

Brian, A., Fisher, J. R., Miedema, S. T., Pennell, A., y Lieberman, L. J. (2021). The initial psychometric properties for the Total Body Developmental Sequences for youth with visual impairments. *Journal of Developmental and Physical Disabilities*, 33(5), 725-740. En: <https://doi.org/10.1007/s10882-020-09769-3>

Betancourt, M., Bernate, J., Fonseca, I., y Rodríguez, L. (2020). Revisión documental de estrategias pedagógicas utilizadas en el área de la educación física, para fortalecer las competencias ciudadanas (Documentary review of pedagogical strategies used in the area of physical education to strengthen citizen competence). *Retos: Nuevas Tendencias en Educación Física, Deporte y Recreación*, 38(38), 845-851. <https://doi.org/10.47197/retos.v38i38.74918>

Cabrera Valdés, B., & Dupeyrón García, M. (2019). El desarrollo y la estimulación de la motricidad fina en los niños y niñas del grado preescolar. *Mendive. Revista de Educación*, 17(2), 222-239. <http://mendive.upr.edu.cu/index.php/MendiveUPR/article/view/>

Callado, C. V. (2018). El aprendizaje cooperativo en Educación Física: PlanTEAMIENTOS teóricos y puesta en práctica. *Acción motriz, tu revista científica digital*, 20, 7-16. En: <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=6435704>

Domínguez Álvarez, L., Barcala Furelos, R., Peixoto Pino, L., & Rico Díaz, J. (2021). Factores que influyen en la motricidad gruesa de niños y niñas con discapacidad visual: revisión de la literatura. *Sportis. Scientific Journal of School Sport, Physical Education and Psychomotricity*, 8(1), 40-59. <https://doi.org/10.17979/sportis.2022.8.1.8777>

Frailé García, J., Tejero-González, C. M., Esteban-Cornejo, I., & Veiga, Óscar

L. (2019). Asociación entre disfrute, autoeficacia motriz, actividad física y rendimiento académico en educación física (Association between enjoyment, motor self-efficacy, physical activity and academic performance in physical education). *Retos: Nuevas Tendencias en Educación Física, Deporte y Recreación*, 36(36), 58-63. <https://doi.org/10.47197/retos.v36i36.63035>

Gutiérrez de Blume, A., Montoya-Londoño, D. y Osorio-Cárdenas, A. (2022). Habilidades metacognitivas y su relación con variables de género y tipo de desempeño profesional de una muestra de docentes colombianos. *Revista Colombiana de Educación*, 1(84), 1-23. En: <https://revistas.pedagogica.edu.co/index.php/RCE/article/view/11298/10487>

Harvey, S., Carpenter, J. y Hyndman, B. (2020). Chapter 1: Introduction to social media for Professional Development and Learning in Physical Education and Sport Pedagogy. *Journal of Teaching in Physical Education*, 39, 425-433. <https://doi.org/10.1123/jtpe.2020-0004>

Hernández-Sampieri, R., & Torres, C. P. M. (2018). *Metodología de la investigación*, (Vol. 4). México eD. F DF: McGraw-Hill Interamericana.

Hortigüela Alcalá, D., Salicetti Fonseca, A., Hernado Garijo, A., & Pérez Pueyo, Ángel. (2018). Relación entre el nivel de actividad física y la motivación de docentes de educación física. *Sportis, Scientific Journal of School Sport, Physi-*

*cal Education and Psychomotricity*, 4(2), 331-348. <https://doi.org/10.17979/sportis.2018.4.2.3291>

Mellado Berenguer, J., Aguilera Mata, R., Vanaclocha Amat, P., & del Val Martín, P. (2021). Impacto de las redes sociales en el desarrollo profesional en Educación Física: usos, motivaciones y oportunidades. *Sportis, Scientific Journal of School Sport, Physical Education and Psychomotricity*, 8(1), 1-18. <https://doi.org/10.17979/sportis.2022.8.1.8757>

Muñoz-Hinrichsen, F. (2022). Formación del profesorado de educación física vinculado a la inclusión y la discapacidad en universidades de Chile. *Journal of Movement and Health*, 19(1): 1-13. En: <http://jmh.ucv.cl/index.php/jmh/article/view/134/122>

Núñez Arteaga, E. (2018). Las habilidades motrices y su importancia para el desarrollo en niños y adolescentes. *Unesco-Tecnologías de apoyo para la inclusión educativa*. En: [https://dspace.ups.edu.ec/bitstream/123456789/20625/1/Rev\\_Juv\\_Cie\\_Sol\\_0717.pdf](https://dspace.ups.edu.ec/bitstream/123456789/20625/1/Rev_Juv_Cie_Sol_0717.pdf)

Peña Troncoso, S., Toro Arévalo, S., Osses Bustingorry, S., Pachón Moreno, J., & Hernández Mosqueira, C. (2018). La Dimensión Conceptual del Conocimiento en Educación Física: Un estudio Binacional (Conceptual Dimension of Knowledge in Physical Education: A Binational Study). *Retos: Nuevas Tendencias en Educación Física, Deporte y Recreación*,

35, 170-175. <https://doi.org/10.47197/retos.v0i35.63164>

Perpiñà Martí, G., Sidera Caballero, F. y Serrat Sellabona, E. (2022). Rendimiento académico en educación primaria: relaciones con la Inteligencia Emocional y las Habilidades Sociales. *Revista de Educación*, 395, 291-319. En: <https://recyt.fecyt.es/index.php/Redu/article/view/90454/67422>

Ramos-Parracé, C.A.; Reyes-Oloya, F.A.; Palomino-Devia, C. (2021). Composición corporal, somatotipo y condición física en mujeres deportistas colombianas. *Revista Digital Actividad Física y Deporte*, 7(2):e1852. <http://doi.org/10.31910/rda-fd.v7.n2.2021.1852>

Rius, J., & Torrebadella Flix, X. (2019). El juego del cornerball, un pre-texto del pasado para crear debate en la educación física del presente (The game of Cornerball, a pre-text of the past to create debate in the physical education of the present). *Retos: Nuevas Tendencias en Educación Física, Deporte y Recreación*, 37(37), 810-819. <https://doi.org/10.47197/retos.v37i37.67484>

Rojas, M., Bernate, J., Fonseca, I., & Bantancourt, M. (2019) El método praxeológico como herramienta pedagógica de aprendizaje motriz. *ATHLOS Revista Internacional de Ciencias Sociales de la Actividad Física, el Juego y el Deporte*, 18(3), 12-35. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=7086787>

Rosa Guillamón, A., García Cantó, E. y Carrillo, P. (2018) La educación física como programa de desarrollo físico y motor. *EmásF, Revista Digital de Educación Física*, 9 (52). En: file:///D:/Users/barretot/AppData/Local/Temp/2018\_EF\_PROGRAMA\_DESARROLLO\_MOTOR.pdf

Szpunar, M., Bruijns, B. and Tucker, P. (2021). Measuring early childhood educators' physical activity and sedentary behavior-related self-efficacy: A Systematic Review of Tools. *Health Education & Behavior*, 48(4), 455-467. En: [https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC8278557/pdf/10.1177\\_10901981211025471.pdf](https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC8278557/pdf/10.1177_10901981211025471.pdf)

Thoilliez, B. (2022). Conservar, legar, desear. Prácticas docentes edificantes Para Restaurar el Carácter Público de la educación. *Revista de Educación*, 395, 61-83. En: <https://recyt.fecyt.es/index.php/Redu/article/view/92332/67373>

Urrea, P., Bernate, J., Fonseca, I., & Martínez, A. (2018). Impacto social de los graduados de la Licenciatura en Educación Física, Recreación y Deporte UNIMINUTO. *Educación Física y Ciencia*, 20(2), e050. <https://doi.org/10.24215/23142561e050>

Valencia-Peris, A., Mínguez-Alfaro, P., & Martos-García, D. (2019). La formación inicial del profesorado de Educación Física: una mirada desde la atención a la diversidad. *Retos: Nuevas Tendencias en Educación Física, Deporte y Recreación*,

37, 597-604. En: <https://recyt.fecyt.es/index.php/retos/article/view/74180/45765>  
Vásquez Cáceres, M., Casanova Zamora, T. y Casanova Zamora, J. (2021). Sistema de acciones para perfeccionar el proceso de enseñanza aprendizaje de la defensa personal en la educación superior. *Revista Académica Internacional de Educación Física*, 1(5), 12-26. En: <https://www.revista-acief.com/index.php/articulos/article/view/53/35>

Villafuerte, J., Pérez, L., & Delgado, V. (2019). Retos de la Educación Física, Deportes y Recreación en Ecuador: las competencias docentes (Challenges of Physical Education, Sports, and Recreation in Ecuador: the teaching competences). *Retos: Nuevas Tendencias en Educación Física, Deporte y Recreación*, 36(36), 327-335. <https://doi.org/10.47197/retos.v36i36.67062>

Zambrano, E. L. (2018). Prácticas pedagógicas para el desarrollo de competencias ciudadanas. *Revista electrónica de investigación educativa*, 20(1), 69-82. En: <http://www.scielo.org.mx/pdf/redie/v20n1/1607-4041-redie-20-01-69.pdf>

Zurita-Ortega, F., Ubago-Jiménez, J. L., Puertas-Molero, P., González-Valero, G., Castro-Sánchez, M., & Chacón-Cuberos, R. (2018). Niveles de actividad física en alumnado de educación primaria de la provincia de Granada. *Retos: Nuevas Tendencias en Educación Física, Deporte y Recreación*, 34(2), 218-221. En: <https://recyt.fecyt.es/index.php/retos/article/view/60098/38735>