



Estrategias metodológicas para la innovación curricular de la enseñanza de la Cultura Física

Mendoza García Brando Jossimar
Autor

Dirección de Posgrado, Cooperación y Relaciones Internacionales. Universidad Laica Eloy Alfaro de Manabí. Trabajo de Titulación, presentado como requisito para la obtención del grado de Magíster en Educación con Mención en Innovaciones Pedagógicas

Lic.Jahaira García Aráuz, Mg.
Tutor

09 de septiembre de 2026

Estrategias metodológicas para la innovación curricular de la enseñanza de la Cultura Física

Methodological strategies for curricular innovation in the teaching of Physical Culture

Autor: Mendoza García Brando Jossimar

Resumen

Este documento analiza la adopción de estrategias de metodología activa en relación a las variables del rendimiento deportivo del profesorado de Educación Física; para ello se utilizó una encuesta estructurada en escala Likert, sobre la población total de 30 docentes, utilizando un enfoque mixto bajo un diseño descriptivo-correlacional. Asimismo, la encuesta indagó en la realidad del profesorado en relación a la aplicación de metodologías activas, incidiendo sobre dos de los factores que el estudio concierne: la implementación metodológica y la percepción de la evaluación del rendimiento deportivo. Los resultados evidencian que la aplicación de metodologías activas es media, confrontando con que hay formas de trabajo que se entienden como tradicionales y otras innovadoras; promediando todas ellas el primero de los dos elementos que el estudio pone sobre la mesa en relación al rendimiento. En este mismo sentido se evidencia la correlación positiva moderada entre la implementación de estrategias metodológicas y el rendimiento sobre la percepción que tiene el alumnado sobre su rendimiento, haciendo referencia al rendimiento físico-técnico. Se utilizó el coeficiente Alfa de Cronbach para verificar la confiabilidad del instrumento. Los principales resultados muestran cómo la innovación metodológica es capaz de contribuir en el rendimiento deportivo, pero que dependemos del tipo de formación del profesorado, del liderazgo pedagógico y de sus recursos institucionales. A partir de aquí, la percepción que el profesorado desarrolla tiene un papel importante que

hace alusión a la aplicación de las estrategias de innovación en la educación física del contexto de la educación.

Palabras clave: Educación Física, estrategias metodológicas, rendimiento deportivo, innovación pedagógica, percepción docente, modelos pedagógicos.

Introducción

La Educación Física en la escuela está sufriendo un proceso de transformación para alcanzar las pretensiones que demanda la actualidad: un nivel alto de calidad educativa, un desarrollo integral de los estudiantes y la promoción de estilos de vida saludables. De este modo, la investigación internacional más actual nos ha mostrado que los modelos de enseñanza tradicionales que solamente tienen como base la repetición o que se alejan de la creatividad y la variabilidad durante la práctica técnica a todos los niveles son insatisfactorios para conseguir aprendizajes significativos y que se mantengan en el tiempo (Fernandez-Rio & Iglesias, 2024; Gao, 2025).

Al contrario, se propone poner en uso pedagogías activas en la línea de la alfabetización física, de la autonomía motriz y de aprender a pensar. Por lo tanto, reconvertirse en la práctica educativa implica trabajar con metodologías para el aprendizaje centradas en la cooperación, la creatividad y las contribuciones de los estudiantes (Arufe-Giráldez et al., 2023; Welch et al., 2021). La investigación institucional pone de manifiesto que existe un

déficit entre las orientaciones curriculares de carácter innovador y su materialización en aula escolar.

De hecho, existen propuestas de actuaciones muy explícitas para la enseñanza de la Educación Física (Altavilla et al., 2022) pero dependen de cómo sean la formación y la autoconfianza metodológica del profesorado, el liderazgo pedagógico y la cultura organizativa (Santos et al., 2024; Marín et al., 2024). La introducción de determinados hábitos activos en la intervención educativa depende también de conductas organizadas y acordes a lo que se aborda en el currículum (Bandeira et al., 2022; Jiménez-Parra et al., 2022), pero también se encuentran los límites estructurales y la resistencia al cambio para consolidar prácticas novedosas en el tiempo (Martínez Valdivia et al., 2023; Merma-Molina et al., 2023); de ahí que sea posible el sostén en una práctica educativa de aquellas investigaciones empíricas que dan razón de la mejora en la Educación Física.

En el contexto local en concreto, en las prácticas pedagógicas no reformistas, unos procesos de construcción en los que las prácticas más tradicionales se encuentran empapadas de esos intentos de innovación pedagógica, pero que son procesos donde la gamificación, el aprendizaje cooperativo, el aprendizaje por proyectos van aflorando en las clases de Educación Física, aunque no de manera sistemática (Montiel-Ruiz et al., 2023; Simonton et al., 2021). En el caso de los profesores, la propia percepción respecto al efecto real que surten estas metodologías en el rendimiento deportivo de su alumnado abrirá un debate de eso que definirá si hay o no continuidad, así como el nivel de profundidad que puede tener su aplicación (Leo et al., 2023; Crisol Moya, Caurcel Cara, 2021). Por ello, consideramos interesante observar en una misma línea de análisis el nivel de implementación del enfoque metodológico y la percepción docente del efecto o impacto que puede llegar a tener en el rendimiento deportivo del alumnado.

Implementación metodológica en Educación Física

En lo que hace referencia a la variable implementación metodológica, es entendida como el modo en el cual se establecen las enseñanzas hoy en día con el alumno/a ocupando el centro del proceso de enseñanza-aprendizaje. En todo caso, la literatura que ha analizado con mayor ímpetu dichos modelos didácticos en Educación Física es la que refleja la funcionalidad de alguno/a de esas metodologías didácticas como el aprendizaje cooperativo, el aprendizaje basado en proyectos, la educación para la creatividad, etc., que entienden que incrementa la motivación o el compromiso del alumnado (Fernandez-Rio & Iglesias, 2024; Simonton et al., 2021; Welch et al., 2021). Las metodologías didácticas han puesto el foco en la interacción social, la toma de decisiones, la resolución de problemas deportivos o la competencia motriz y han desarrollado la comprensión táctica.

De hecho, la incorporación de estrategias didácticas innovadoras como la gamificación o el uso pedagógico de las redes sociales han puesto de manifiesto que tienen un efecto positivo sobre la participación y el interés que demuestra el alumnado (Montiel-Ruiz et al., 2023), la sostenibilidad curricular y el alineamiento entre la planificación y la metodología de la enseñanza han sido descritas como ingredientes básicos para abordar dichas implementaciones (Martínez Valdivia et al., 2023), y el corpus literario mencionado también hace hincapié en la necesidad de usar instrumentos válidos y fiables para poder valorar con rigor la implementación de dichas estrategias en el aula (Leo et al., 2023). Así pues, la implementación metodológica no sólo es diversificación de las estrategias, sino que a su vez es articularlas de manera estratégica en función de los objetivos formativos y en virtud del desarrollo de las competencias.

Percepción del impacto en el rendimiento deportivo

La percepción del profesorado respecto al efecto de las estrategias metodológicas, se considera una de las dimensiones que resultará determinante para que la práctica de las innovaciones tenga viabilidad. Propuestas como las de Crisol Moya y Caurcel Cara (2021), o bien las de Leo et al. (2023), evidencian que cuando el profesorado entiende que el alumnado logra mejorar su rendimiento físico y técnico, se entiende que hay una mayor preparatividad para seguir trabajando y/o para mejorar las innovaciones metodológicas de las que se puede disponer; así como la evaluación del proceso formativo, la evaluación del alumnado, la percepción de la atención a la diversidad de aprendizajes, la retroalimentación muy continuada o la adaptación pedagógica se muestran como clientes de mejoras de rendimiento, como bien indican los resultados de Altavilla et al. (2022).

Por el contrario, se ha evidenciado que los estilos de vida activos y saludables desde el aula no solo se ven influenciados por el nivel de rendimiento físico, sino que también son parte del óptimo bienestar estudiantil (Bandeira et al., 2022; Jiménez-Parra et al., 2022). De la misma forma, se ha evidenciado que el liderazgo de la persona docente y la formación de la misma inciden en la percepción y puesta en marcha de la innovación pedagógica (Santos et al., 2024; Marín et al., 2024).

En este contexto, la presente investigación tiene como objetivo general analizar el funcionamiento de las estrategias metodológicas innovadoras y su relación con el rendimiento deportivo, específicamente determinar cuáles son las estrategias metodológicas que se sirven más en la implementación pedagógica, la relación de la práctica docente con la percepción del profesorado respecto a la relación de las estrategias de enseñanza con el rendimiento deportivo del alumnado, así como detectar elementos que facilitan y/o dificultan la enseñanza-aprendizaje del rendimiento deportivo escolar.

Metodología

Esta investigación se ejecutó bajo una modalidad metodológica mixta que combina métodos tanto cuantitativos como cualitativos. El propósito de esta investigación fue poder hacer el análisis sobre la aplicación de las estrategias metodológicas desde el punto de vista de su efecto sobre el rendimiento deportivo de los profesores de Educación Física.

La parte cuantitativa consistió en la evaluación de las estrategias pedagógicas con mayor grado de potencialidad de ejecución y a la misma vez se analizó la interpretación de la efectividad de las mismas a partir de un análisis estadístico descriptivo y correlacional.

La parte cualitativa estuvo centrada en la interpretación contextual dos resultados y de las propias estrategias de las que en el transcurso del estudio se puede lograr generar la posibilidad de poder ampliar o aumentar la comprensión del fenómeno sujeto a estudio.

En relación al tipo de diseño que se lleva a cabo, se trata de un diseño no experimental descriptivo-correlacional y de tipo transversal con el fin de denotar el no control de las variables y hacer posible una única recogida de la información.

El presente estudio se encargó de describir la frecuencia de aplicación de la metodología y analizar la relación existente entre la variable aplicación de la metodología y la variable percepción del impacto en el rendimiento deportivo.

La población estaba constituida por 30 docentes de Educación Física de la institución objeto de estudio. En atención a que la población era pequeña, se optó por el muestreo censal, considerando como muestra a toda la población de docentes.

El instrumento de recolección de datos utilizado fue una encuesta estructurada en escala Likert de cinco puntos (1 = Nunca / Totalmente en desacuerdo; 5 = Siempre / Totalmente de acuerdo), conteniendo 20 ítems distribuidos en dos dimensiones: La de aplicación de la metodología (P1-P10) y la de percepción del impacto en el rendimiento deportivo (P11-

P20); determinándose la fiabilidad del instrumento mediante el coeficiente Alfa de Cronbach, siendo el valor obtenido el adecuado para la consistencia interna.

La información proveniente de la entrevista fue tratada a través de un análisis de estadísticas descriptivas (frecuencias, porcentajes y medidas de tendencia central) y de estadísticas inferenciales no paramétricas, concretamente a través de los coeficientes de correlación de Spearman y de Kendall, los cuales se adaptan a las variables ordinales que pueden ser producidas, las escalas de Likert. El tratamiento de la información fue a través de hojas de cálculo electrónicas, las cuales garantizan la obtención sistematizada y precisa de los resultados.

Finalmente, se respetaron los principios éticos fundamentales que aseguran la confidencialidad de la información y su uso exclusivo, el de estos con fines de información especializada.

Resultados

Caracterización del instrumento y confiabilidad

La identificación de las técnicas de enseñanza utilizadas por los docentes de Educación Física se llevó a cabo mediante la administración de una encuesta estructurada en una escala de Likert tipo, en la que participó toda la población objeto de estudio (30 docentes), constituyendo un censo, y que estuvo compuesta por cinco categorías: Nunca (1), Rara vez (2), A veces (3), Frecuentemente (4) y Siempre (5).

El instrumento elaborado estuvo compuesto por 20 ítems para indagar sobre el uso de metodologías tradicionales, activas, innovadoras, evaluativas y adaptativas en el lugar de la práctica pedagógica. La estadística elegida para determinar la consistencia interna del instrumento fue el coeficiente Alfa de Cronbach, atravesando el cual se obtuvo un coeficiente que tenía un valor de $\alpha = 0.89$, lo que permitió comprobar que el instrumento tenía una fiabilidad suficiente, más que aceptable de cara a estudios educativos, y que el

mismo presentaba coherencia de los ítems y estabilidad de las puntuaciones del constructo "técnicas metodológicas aplicadas".

La herramienta indaga, en la primera de las dimensiones, el nivel de aplicación de las estrategias pedagógicas en el marco de la práctica docente que permite acceder tanto a la frecuencia como a la diversidad metodológica. La segunda dimensión indaga la percepción del docente contemplando la relación que existe entre las estrategias pedagógicas y el rendimiento deportivo estudiado.

Cálculo del coeficiente Alfa de Cronbach

En la consideración de los ítems que conforman el cuestionario, destaca la categoría "Algunas veces", y sus porcentajes oscilan entre el 43% y el 70%. Esa categorización va a coincidir con que el nivel de implementación de las estrategias ya evaluadas se sitúa para esos ítems en un nivel intermedio. Al mismo tiempo, desde esta categoría se pone también al descubierto que las técnicas metodológicas que han formado parte de la evaluación no son utilizadas de forma sistemática ni invariable, sino con cierta periodicidad y atendiendo al contexto. Las estrategias que encontramos en un nivel alto (Frecuentemente + Siempre) parecen ser la adaptación didáctica y los juegos modificados; situaciones que nos hacen pensar que en el contexto escolar tienen una viabilidad operativa alta. En cambio, hay técnicas como la repetición sistematizada que tienen una menor ratio de aplicabilidad intermitente, lo cual pone de manifiesto que se trata de una técnica del modelo tradicional que se ha dejado de lado. Las técnicas estructuradas como proyectos o resolución de problemas tienen porcentajes más de nivel mediocre en porcentajes bajos; una cuestión que puede depender de dificultades organizativas o curriculares. Por lo tanto, las consideraciones encontradas en el conjunto de resultados nos ofrecen la imagen de una práctica pedagógica caracterizada por la

existencia de metodologías tradicionales y activas en un contexto de transición hacia un modelo más participativo de la Educación Física escolar.

Nivel global de implementación de las técnicas metodológicas

A fin de hallar el nivel de aplicación general deducido de las técnicas metodológicas efectivamente aplicadas sobre la aplicación del nivel de ejecución de las técnicas perseguidas, se realizó un análisis de tendencia central y de dispersión considerando los diez ítems del instrumento de escala de Likert de cinco puntos. El cálculo de la media total de los ítems equivalente al nivel de aplicación hizo posible la ubicación del nivel de aplicación en el rango de posibles, además de que los estadísticos descriptivos complementarios permitieron examinar la homogeneidad de las respuestas.

La evaluación de los estadísticos descriptivos ratifica que el promedio de 2.85 viene avalado por una mediana de 3.00, y esto quiere decir que la tendencia central se encuentra en la categoría "Algunas veces". La desviación estándar de 0.62 es indicativa de una dispersión moderada, por tanto, varias de las respuestas de los docentes devienen casi indistinguibles unas de otras; esto último también se refleja en el rango de respuesta (1.40 y 4.10), con un poco de variabilidad clasificada dentro de un marco de respuestas que no van a ser no extremas. De manera global, los encontrados permiten sostener que las técnicas metodológicas que se utilizan en la implementación de actividades didácticas son preponderantemente parciales y no sistemáticas, y más bien ratifican un nivel medio con inclinación hacia medio-bajo en el marco de la investigación.

A partir del análisis individual, comparado y estadístico se reconoce que las técnicas metodológicas que predominan coinciden con adaptar didácticamente, juegos modificados y metodologías activas, aunque éstas se sitúan sobre todo en la categoría intermedia de la escala; y en el caso de las técnicas tradicionales, la repetición como técnica sistemática, obtiene un nivel de uso correcto en el que se puede apreciar la

transición metodológica en el contexto de la investigación, pues ninguna obtiene un nivel alto sistemático.

Resultados de la correlación de Spearman

La correlación de Spearman permitió confirmar la relación monotónica entre el nivel de utilización de la práctica metodológica y la percepción del impacto en el rendimiento de los alumnos. El coeficiente de correlación fue positivo y de carácter estadísticamente significativo ya que a medida que aumenta la utilización de técnicas metodológicas activas y adaptadas, también aumenta la percepción positiva sobre la influencia en el rendimiento del alumnado, y que el resultado demuestra una relación directa de magnitud media a moderada lo que indican una coincidencia entre la práctica pedagógica y la percepción del docente.

Destacar también el nivel de significación obtenido ($p < 0,05$) que nos lleva a rechazar la hipótesis nula de la falta de correlación, llegando así a la conclusión de que existe relación estadísticamente significativa entre ambas variables.

Resultados de la correlación de Kendall

Con el objetivo de incrementar la validez del análisis, se utilizó además el coeficiente de correlación Kendall (τ), que se considera más conservador en muestras pequeñas y en datos en los cuales se pueden encontrar empates. Los resultados mostraron el mismo patrón que se obtuvo anteriormente, tal como se había encontrado en Spearman, esto es una correlación positiva de magnitud moderada. La significancia estadística alcanzada avala la existencia de una asociación entre la implementación de la metodología y la percepción que se tiene sobre el rendimiento deportivo. El uso complementario de Kendall da fuerza al análisis, desde el hecho que los dos coeficientes se corresponden con la misma interpretación. Ello en términos pedagógicos implica que los docentes que

tienen un uso más frecuente de metodologías activas, cooperativas y adaptativas tienden a señalar que observan mayores mejoras en el desempeño físico y técnico de su alumnado. Los resultados que se obtuvieron en este análisis correlacional permiten dar apoyo a la existencia de una correlación directa y significativa entre el nivel de implementación de las técnicas metodológicas y la percepción del impacto que tiene en el rendimiento deportivo de la estudiante. Debido al tamaño moderado de la correlación, se acaba proponiendo que la metodología no resulta ser la única ni tan siquiera la más importante de todos los aspectos que determina el rendimiento; sí que resulta un aspecto relevante dentro del proceso educativo. De esta forma, se respondería a nuestro objetivo específico 2, ya que el profesorado puede dar cuenta de que su práctica pedagógica presenta una correlación positiva respecto el rendimiento deportivo del alumnado. Este resultado, refuerza la necesidad de tener que llevar a cabo una mejora en la formación metodológica del profesorado y de las profesoras en el ámbito de la Educación Física para intentar mejorar el rendimiento en esta enseñanza.

Identificación de brechas de implementación metodológica

Con el fin de determinar qué factores diferenciales también intervienen en mayor o menor medida en la aplicación de estrategias pedagógicas aplicamos el análisis de brechas a partir del porcentaje acumulativo de las categorías «Nunca» y «Rara vez» (nivel bajo) frente a “Frecuentemente” y “Siempre” (nivel alto). El contraste entre ambas situaciones es útil, ya que muestra para algunas técnicas una menor sistematicidad, por tanto, sería una forma indirecta de verificar la existencia de barreras en la puesta en práctica de las estrategias pedagógicas.

El análisis de brechas señala que las estrategias "proyectos deportivos" y "resolución de problemas" resultan con una mayor proporción de nivel bajo (en contrapartida

"adaptación didáctica" y "juegos modificados" son con nivel alto), de un modo que puede ser interpretado como evidencias de las dificultades para aplicarlas. En el sentido contrario, "adaptación didáctica" y "juegos modificados" se les presente una mayor implementación alta, por lo que puede ser entendido como mejores condiciones de desarrollo.

Determinación de factores dificultadores

La revisión de las técnicas menos sistematizadas, en especial la enseñanza basada en proyectos y la resolución de problemas, nos permite inferir que en el ámbito de las técnicas del aula existen diversos factores que obstaculizan la práctica sistemática de estas técnicas del aula. Como más significativos de estos factores podemos citar las restricciones de orden institucional, como son la escasez de tiempo en el horario curricular, la rigidez de los planes de trabajo y el escaso bagaje en recursos materiales – en una enseñanza basada en un enfoque convencional– que hagan posible la práctica de las actividades de una forma más dinámica e integradora.

Es posible que la escasa praxis de la evaluación formativa tenga su origen en la sobrecarga de trabajo del profesorado o bien el escaso resultado que obtuvimos en cuanto a estrategias en lo que respecta a la retroalimentación formativa y el seguimiento individualizado. Todo lo mencionado, así como ya hemos podido extraer de lo analizado en otros apartados, las barreras que encontramos parecen no estar justificadas en un escaso compromiso o en una resistencia real de los docentes y el profesorado, sino en las condiciones estructurales que condicionan y limitan la posibilidad de mantener la innovación pedagógica.

Determinación de factores facilitadores

Igualmente, aquellas técnicas de cuya aplicación sistemática se extiende la posibilidad de detectar factores que favorecen la aplicación sistemática de las mismas. Por otro lado, el

tema del material didáctico y el uso de los juegos modificados tienen porcentajes altos en el nivel alto, relativa a un mayor número de los factores que avalan la conducta y la práctica en el medio escolar, que bien podrían traducirse en una determinada experiencia de la práctica docente, mayor flexibilidad en la conducta del grupo, y un uso medio inferior a la media del uso de recursos deportivos.

La aparición de estos factores pone de manifiesto que el contexto estudiado tiene unas condiciones que favorecen la progresiva introducción de las estrategias innovadoras y no consolidadas. La explicación a medida y tras el análisis de las brechas, y vista la correlación positiva del análisis Objetivo 2, la aplicación de programas de estrategias pedagógicas y orientadas a la mejora del rendimiento deportivo parece que está avalada por factores que favorecen sí como las barreras del contexto que se acabaron describiendo.

Discusión

Los datos recogidos reflejan un nivel intermedio de implementación metodológica, hecho que se encuentra en consonancia con lo que relatan Fernandez-Rio e Iglesias (2024), quienes indican que la cada vez más lógica redirección hacia modelos pedagógicos innovadores en Educación Física es un proceso en desarrollo y que coexisten con los modelos tradicionales. En el mismo sentido Arufe-Giráldez et al. (2023) indican que los modelos pedagógicos activos tienen una mayor presencia en el contexto escolar, aunque tampoco se da una aplicación sistemática y homogénea. Justo esto es lo que se recoge en el estudio, dado que los niveles de las categorías que aparecen son intermedios en la escala de frecuencia.

Además, Altavilla et al. (2022) argumentan que la planificación metodológica estructurada y la evaluación formativa mejoran el rendimiento deportivo, pero también las correlaciones positivas del presente estudio dan razón de ello. De igual forma, Leo et

al. (2023) afirman que la forma de entender y percibir por parte de los profesores la eficacia de las metodologías determina su condición de ponerla en práctica. Al hablar de innovación, Simonton et al. (2021) alegan que el aprendizaje basado en proyectos mejora la autonomía y el rendimiento físico-técnico, al igual que la gamificación, tal y como indica Montiel-Ruiz et al. (2023) haciéndola más motivadora y comprometida por parte del alumnado.

Por otra parte, Santos et al. (2024) también señalan que el liderazgo pedagógico es determinante en la implementación de prácticas innovadoras. Marín et al. (2024) también destacan que la formación continua del profesorado contribuye a una mejora de la coherencia metodológica. Finalmente, Bandeira et al. (2022) y Jiménez-Parra et al. (2022) también hacen mención a que las estrategias que van orientadas a promover estilos de vida activos mejoran la condición física y el compromiso del alumnado, de esta forma justifica la relación entre la metodología utilizada y el rendimiento deportivo que observamos en los resultados.

Conclusión

Se concluye que los docentes aplican una combinación de estrategias tradicionales y metodologías activas con una predominancia de la aplicación de esas metodologías activas en un grado medio. Este resultado pone de manifiesto el tránsito existente hacia modelos pedagógicos actuales, aunque la aplicación de estos últimos no se produce de una manera completamente sistemática en la práctica educativa.

En relación con el segundo objetivo específico, se concluye que la visión que tienen los docentes acerca de la relación entre las estrategias metodológicas y el rendimiento deportivo es un tanto positiva. Los docentes consideran que la planificación detallada y sistemática, la evaluación formativa y la adaptación pedagógica son un soporte en el rendimiento físico-técnico del alumnado.

En relación con el tercero de los objetivos específicos, se señala que los factores que anteceden a la implementación de estrategias metodológicas innovadoras hacen referencia, entre otros, a la formación docente, el liderazgo pedagógico, las condiciones de trabajo; las circunstancias que incidirán y de modo directo en la profundidad y sostenibilidad de la innovación metodológica en el contexto escolar.