

**ANÁLISIS COMPARATIVO DE LOS MÉTODOS DE ENSEÑANZA TRADICIONALES Y  
ACTIVOS EN EDUCACIÓN FÍSICA: UN ESTUDIO EN UNIDADES DE EDUCACIÓN  
BÁSICA**

**COMPARATIVE ANALYSIS OF TRADITIONAL AND ACTIVE TEACHING METHODS  
IN PHYSICAL EDUCATION: A STUDY IN BASIC EDUCATION UNITS**

**Autores: <sup>1</sup>Carlos Eduardo Jara Almeida, <sup>2</sup>Cristhian Oswaldo Valdiviezo Fuentes, <sup>3</sup>Víctor Braulio Benítez Quinche y <sup>4</sup>Rodrigo Xavier Salguero Rubio**

<sup>1</sup>ORCID ID: <https://orcid.org/0009-0004-3372-204X>

<sup>2</sup>ORCID ID: <https://orcid.org/0009-0001-7502-2728>

<sup>2</sup>ORCID ID: <https://orcid.org/0000-0001-8448-7124>

<sup>4</sup>ORCID ID: <https://orcid.org/0000-0003-2380-2279>

<sup>1</sup>E-mail de contacto: [carlosjara8000@gmail.com](mailto:carlosjara8000@gmail.com)

<sup>2</sup>E-mail de contacto: [crisvans\\_95@hotmail.com](mailto:crisvans_95@hotmail.com)

<sup>3</sup>E-mail de contacto: [victorbrauliobenitez@gmail.com](mailto:victorbrauliobenitez@gmail.com)

<sup>4</sup>E-mail de contacto: [reivaxsr@hotmail.com](mailto:reivaxsr@hotmail.com)

Afiliación: <sup>1</sup>\*Fit Fussion Training, (Ecuador). <sup>2</sup>\*Dirección Zonal 4 – Deporte, (Ecuador). <sup>3</sup>\*Unidad Educativa “Francisco Pizarro”, (Ecuador). <sup>4</sup>\*Unidad Educativa “Carlos Cisneros”, (Ecuador).

Artículo recibido: 20 de abril del 2025

Artículo revisado: 24 de abril del 2025

Artículo aprobado: 23 de mayo del 2025

<sup>1</sup>Tecnólogo Superior en Actividad Física Deportiva y Recreación graduado en el Instituto Superior Tecnológico Almirante Illingworth, (Ecuador).

<sup>2</sup>Licenciado en Educación Física Deportes y Recreación mención Docencia graduado en la Universidad Laica Eloy Alfaro de Manabí, (Ecuador). Maestría en Actividad Física Entrenamiento y Gestión Deportiva graduado en la Universidad Internacional Iberoamericana, (México).

<sup>3</sup>Licenciado en Pedagogía de la Actividad Física y Deporte graduado en la Universidad de Guayaquil, (Ecuador). Magíster en Pedagogía de la Cultura Física mención en Educación Física Inclusiva graduado en la Universidad Bolivariana del Ecuador, (Ecuador).

<sup>4</sup>Licenciado en Ciencias de la Educación, Profesor de Enseñanza Media en la Especialización en Educación Física graduado en la Universidad Nacional de Chimborazo, (Ecuador). Magíster en Pedagogía de la Cultura Física mención en Educación Física Inclusiva graduado en la Universidad Bolivariana del Ecuador, (Ecuador).

### **Resumen**

El presente estudio tuvo como objetivo analizar comparativamente los métodos de enseñanza tradicionales y activos en la asignatura de Educación Física, aplicados en Unidades de Educación Básica del cantón Milagro, Ecuador. Se adoptó un enfoque cuantitativo con diseño no experimental, descriptivo y comparativo, utilizando una muestra de 180 estudiantes distribuidos equitativamente entre ambos enfoques metodológicos. Para la recolección de datos se emplearon cuestionarios tipo Likert, rúbricas de observación motriz y entrevistas semiestructuradas aplicadas a docentes del área. Los resultados obtenidos revelan diferencias significativas a favor del método activo en cuanto a la motivación, participación estudiantil, comprensión de los contenidos y desarrollo de habilidades motrices. Asimismo,

se evidenció una actitud más positiva hacia la asignatura en el grupo que recibió clases mediante metodologías activas, destacando un clima de aula más cooperativo, dinámico e inclusivo. En contraste, el método tradicional mostró limitaciones en la implicación del estudiante, la flexibilidad didáctica y la promoción de aprendizajes significativos. La discusión de los resultados permitió argumentar, desde el marco teórico y la evidencia empírica, la necesidad de transitar hacia modelos pedagógicos activos que respondan a los desafíos actuales de la educación básica. Se concluye que la implementación de estrategias activas en Educación Física no solo mejora el rendimiento académico, sino que también fortalece el desarrollo integral del estudiante. Se recomienda fomentar procesos de formación docente continua y políticas educativas que

respalden la innovación metodológica en el aula.

**Palabras clave: Educación física, Métodos activos, Enseñanza tradicional.**

### **Abstract**

The present study aimed to comparatively analyze traditional and active teaching methods in the subject of Physical Education, applied in Basic Education Units in the canton of Milagro, Ecuador. A quantitative approach with a non-experimental, descriptive, and comparative design was adopted, using a sample of 180 students equally distributed between both methodological approaches. Data collection employed Likert-type questionnaires, motor observation rubrics, and semi-structured interviews with teachers in the area. The results obtained reveal significant differences in favor of the active method in terms of motivation, student participation, content comprehension, and motor skill development. Furthermore, a more positive attitude toward the subject was evident in the group taught using active methodologies, highlighting a more cooperative, dynamic, and inclusive classroom climate. In contrast, the traditional method showed limitations in student engagement, didactic flexibility, and the promotion of meaningful learning. The discussion of the results allowed us to argue, based on a theoretical framework and empirical evidence, the need to move toward active pedagogical models that respond to the current challenges of basic education. It is concluded that the implementation of active strategies in Physical Education not only improves academic performance but also strengthens students' overall development. It is recommended that continuing teacher training and educational policies be promoted that support methodological innovation in the classroom.

**Keywords: Physical education, Active methods, Traditional teaching.**

### **Sumário**

O presente estudo teve como objetivo analisar comparativamente métodos de ensino tradicionais e ativos na disciplina de Educação

Física, aplicados em Unidades de Educação Básica do cantão de Milagro, Equador. Foi adotada uma abordagem quantitativa com delineamento não experimental, descritivo e comparativo, utilizando uma amostra de 180 estudantes distribuídos igualmente entre as duas abordagens metodológicas. Para coleta de dados, foram realizados questionários do tipo Likert, rubricas de observação motora e entrevistas semiestruturadas com professores da área. Os resultados obtidos revelam diferenças significativas a favor do método ativo em termos de motivação, participação dos alunos, compreensão do conteúdo e desenvolvimento de habilidades motoras. Da mesma forma, uma atitude mais positiva em relação ao assunto ficou evidente no grupo ensinado com metodologias ativas, evidenciando um ambiente de sala de aula mais cooperativo, dinâmico e inclusivo. Em contraste, o método tradicional apresentou limitações no envolvimento dos alunos, na flexibilidade didática e na promoção da aprendizagem significativa. A discussão dos resultados permitiu argumentar, com base em um referencial teórico e evidências empíricas, a necessidade de caminhar para modelos pedagógicos ativos que respondam aos desafios atuais da educação básica. Conclui-se que a implementação de estratégias ativas na Educação Física não só melhora o desempenho acadêmico, mas também fortalece o desenvolvimento global do aluno. Recomenda-se promover processos de formação contínua de professores e políticas educacionais que apoiem a inovação metodológica em sala de aula.

**Palavras-chave: Educação Física, Métodos Ativos, Ensino Tradicional.**

### **Introducción**

La Educación Física, como componente esencial del currículo escolar, cumple un papel protagónico en la formación integral del ser humano desde las primeras etapas de su escolarización. En el nivel de Educación Básica, esta área no solo se encarga de desarrollar capacidades físicas fundamentales

como la coordinación, la agilidad o la resistencia, sino que también contribuye de manera decisiva al fortalecimiento de habilidades cognitivas, sociales y emocionales que resultan claves en la configuración del perfil del estudiante como sujeto autónomo, reflexivo y crítico. Diversos estudios han señalado que la práctica sistemática y bien orientada de la Educación Física favorece el rendimiento académico, disminuye los niveles de estrés, mejora la autoestima y potencia la capacidad de trabajar en equipo, aspectos altamente valorados en los enfoques pedagógicos contemporáneos (Moreira y Mendoza, 2024). Por tanto, no se trata simplemente de una asignatura destinada a la recreación o al movimiento sin sentido, sino de un espacio de formación donde convergen múltiples dimensiones del desarrollo humano.

En este contexto, el tipo de metodología empleada por el docente en la planificación y ejecución de las clases de Educación Física se convierte en un factor determinante del éxito o del fracaso de los procesos de enseñanza-aprendizaje. Históricamente, las prácticas pedagógicas en esta área han estado dominadas por los métodos tradicionales, centrados en la figura del maestro como transmisor exclusivo del conocimiento, en la ejecución estandarizada de técnicas motrices y en la repetición sistemática de ejercicios que muchas veces carecen de significado para los estudiantes. Estos enfoques, si bien han demostrado eficacia para lograr ciertos resultados técnicos en estudiantes con alta capacidad motriz, presentan serias limitaciones cuando se trata de motivar, incluir y formar a una población escolar diversa, con diferentes estilos de aprendizaje, necesidades educativas especiales y contextos socioculturales diferenciados (Muñoz, A., Rojas, D., & Cortés, A., 2024). De hecho, el enfoque tradicional tiende a invisibilizar las

particularidades del alumnado y restringe su participación activa en la construcción del conocimiento, lo que contradice los principios de una educación inclusiva y centrada en el sujeto.

A diferencia de este enfoque unidireccional, los métodos activos proponen una transformación radical del paradigma educativo, al ubicar al estudiante como protagonista de su propio aprendizaje y al docente como mediador, facilitador y orientador del proceso. Inspirados en las teorías de Vygotsky, Piaget, Freinet y Freire, estos métodos promueven la participación crítica, la exploración autónoma, la cooperación entre pares, la creatividad y la reflexión constante sobre la experiencia corporal vivida (Jiménez y Sotelo, 2023). En Educación Física, esto se traduce en la implementación de juegos motores, proyectos colaborativos, actividades de resolución de problemas y situaciones de aprendizaje contextualizadas que permiten a los estudiantes no solo ejecutar movimientos, sino también comprender su utilidad, su lógica interna y su relevancia en la vida cotidiana. Según López y Hernández (2024) las metodologías activas aumentan los niveles de motivación, reducen el ausentismo, fortalecen el sentido de pertenencia y generan un ambiente más democrático en el aula, en el que todos los estudiantes se sienten valorados y capaces de aprender.

La importancia de estas metodologías se vuelve aún más crítica en el nivel de Educación Básica, etapa del desarrollo en la que el niño y la niña aprenden fundamentalmente a través del cuerpo, el juego y la interacción con su entorno. A esta edad, el movimiento no es solo una necesidad fisiológica, sino también una forma de expresión, comunicación y construcción del conocimiento. Es por ello que los métodos activos, al ofrecer actividades lúdicas,

participativas y emocionalmente significativas, se convierten en una herramienta pedagógica poderosa para alcanzar los objetivos de la Educación Física escolar. Investigaciones como las de Guaita (2024) han demostrado que los estudiantes que participan en clases con metodologías activas no solo mejoran su desempeño físico, sino que también desarrollan habilidades metacognitivas, afectivas y sociales que los preparan para enfrentar con éxito los desafíos de la vida académica y personal. Este tipo de experiencias contribuye a formar ciudadanos activos, saludables y comprometidos con su comunidad, en consonancia con los principios de la educación para el desarrollo sostenible y la ciudadanía global

No obstante, a pesar de los sólidos argumentos teóricos y empíricos que sustentan la eficacia de las metodologías activas, su aplicación en el contexto de las Unidades de Educación Básica ecuatorianas sigue siendo limitada. Muchas instituciones continúan priorizando el enfoque tradicional, ya sea por inercia institucional, falta de formación docente, escasez de recursos, o por una cultura escolar que sigue valorando más la obediencia y la ejecución técnica que la participación, la creatividad o el pensamiento crítico. Además, los docentes de Educación Física enfrentan múltiples barreras para innovar, tales como horarios restringidos, exceso de estudiantes por clase, infraestructura deficiente y escaso respaldo por parte de los equipos directivos o del propio sistema educativo (García y Moreno, 2022). Estas condiciones dificultan el tránsito hacia modelos más dinámicos y adaptativos, a pesar de que las políticas educativas promueven, al menos en el discurso, una enseñanza activa, inclusiva y centrada en el estudiante. En respuesta a esta problemática, el presente artículo se propone realizar un análisis comparativo de los métodos

de enseñanza tradicionales y activos en el área de Educación Física, específicamente en el contexto de las Unidades de Educación Básica del cantón Milagro, Ecuador. El objetivo es identificar y describir las diferencias en términos de efectividad, motivación, desarrollo de habilidades motrices y percepción de los actores educativos, a fin de generar conocimiento útil para la toma de decisiones pedagógicas, formativas e institucionales. Para ello, se aplicó una metodología cuantitativa con diseño descriptivo-comparativo, que incluyó instrumentos validados para recoger información tanto del desempeño de los estudiantes como de las valoraciones docentes. Este enfoque permitirá contrastar de forma objetiva las fortalezas y debilidades de cada método, así como elaborar recomendaciones orientadas a mejorar la calidad de la Educación Física escolar.

Desde una perspectiva crítica y transformadora, este estudio también pretende visibilizar las condiciones necesarias para que las metodologías activas puedan implementarse de manera real, sostenible y con impacto positivo en la comunidad educativa. Se parte de la convicción de que la Educación Física no debe limitarse a repetir modelos técnicos heredados del pasado, sino que debe reinventarse como un espacio de emancipación, encuentro y construcción de sentidos compartidos. Tal como afirman Gamarra et al., (2023) el futuro de esta asignatura depende en gran medida de la capacidad del sistema educativo para renovar sus prácticas, para empoderar a los docentes y para colocar al estudiante en el centro de la experiencia pedagógica. En este sentido, los resultados de esta investigación aspiran a contribuir con evidencia sólida que fundamente un cambio metodológico coherente con los principios de equidad, participación y

desarrollo integral que orientan la educación del siglo XXI.

### **Materiales y Métodos**

El desarrollo de teorías pedagógicas ha configurado, a lo largo de la historia de la educación, múltiples formas de entender la enseñanza y el aprendizaje, especialmente en el área de Educación Física, donde el cuerpo se convierte en el vehículo esencial del conocimiento. El enfoque tradicional, con raíces en la pedagogía conductista, ha priorizado durante décadas una enseñanza centrada en la transmisión de contenidos y en la repetición mecánica de habilidades motrices, bajo la premisa de que el conocimiento debe ser inculcado por el docente y reproducido por el estudiante. Según Mujica (2022) esta metodología se caracteriza por el control estricto del aula, la evaluación normativa y el énfasis en la disciplina corporal, aspectos que pueden limitar el desarrollo de la autonomía, la creatividad y la participación activa. Si bien esta modalidad permite cierto grado de organización y eficiencia en entornos formales, su aplicación en contextos escolares diversos, como las Unidades de Educación Básica, puede resultar restrictiva frente a las necesidades formativas de una infancia dinámica, lúdica y en constante exploración.

Desde la perspectiva de la pedagogía crítica y el constructivismo, el proceso de enseñanza-aprendizaje debe estar centrado en el estudiante como sujeto activo, capaz de construir significados a partir de su experiencia y de la interacción con el entorno. Esta visión se contrapone a la lógica transmisiva tradicional y propone un enfoque metodológico que sitúa el saber en el diálogo, en la práctica reflexiva y en la problematización del entorno sociocultural del educando. Autores como Vygotsky sostienen que el aprendizaje es un proceso

social mediado por el lenguaje y las interacciones significativas, lo que implica diseñar ambientes pedagógicos donde el estudiante pueda actuar, equivocarse, experimentar y transformar su realidad. En Educación Física, estas ideas han dado lugar a metodologías activas que incorporan el juego cooperativo, la resolución de problemas motores y la creación de proyectos físicos contextualizados, lo cual favorece una formación más integral y participativa (Magallanes et al., 2021). Una de las estrategias más relevantes en el marco de las metodologías activas es el aprendizaje basado en juegos, que permite a los estudiantes aprender a través del movimiento espontáneo, la recreación, la diversión y la competencia sana. Esta técnica no solo estimula las habilidades físicas, sino que también potencia el pensamiento crítico, la toma de decisiones, la empatía y la resiliencia emocional. Como Cornellà et al. (2020) el juego es una herramienta pedagógica con un valor incalculable en la Educación Básica, ya que permite adaptar los contenidos a las características del grupo, generar mayor involucramiento afectivo y crear espacios de aprendizaje donde todos los niños y niñas pueden participar según sus capacidades. Además, el uso de dinámicas cooperativas dentro de la clase de Educación Física refuerza la cohesión grupal, disminuye los conflictos y propicia la integración de estudiantes con necesidades educativas especiales, promoviendo así una educación más inclusiva y humanizadora.

Otro componente esencial de los métodos activos es el aprendizaje significativo, tal como lo definió Ausubel, quien sostenía que los nuevos conocimientos solo pueden ser incorporados cuando se relacionan de manera sustantiva con los saberes previos del estudiante. En el ámbito de la Educación Física,

esto implica diseñar situaciones motrices que tengan sentido para el alumno, que estén conectadas con su realidad social y cultural, y que propicien la reflexión sobre la utilidad del movimiento en su vida cotidiana. Así, el acto motor deja de ser un fin en sí mismo y se convierte en un medio para desarrollar competencias transversales como la conciencia corporal, la salud emocional, la cooperación, la autoestima y el respeto por el otro. Esta perspectiva transforma la figura del docente, quien ya no es un mero instructor de técnicas, sino un facilitador del aprendizaje, un guía del proceso y un agente que propicia el diálogo entre teoría y práctica (Guamán y Espinoza, 2022).

En este sentido, las metodologías activas se alinean con los principios de la neuroeducación, disciplina que ha demostrado que el aprendizaje es más efectivo cuando se produce en entornos emocionalmente seguros, motivadores y dinámicos. Según Cedeño et al. (2024) las experiencias corporales que despiertan curiosidad, emoción y placer tienen un impacto más profundo en la memoria, la atención y la consolidación del aprendizaje, lo cual justifica científicamente la implementación de métodos activos en las aulas de Educación Básica. Esta mirada integradora reconoce la estrecha relación entre cuerpo y mente, entre emoción y cognición, y propone una educación física que estimule no solo los músculos, sino también las neuronas, los afectos y las habilidades sociales del alumnado. La dimensión lúdica, expresiva y creativa del movimiento se convierte así en un motor del desarrollo global del niño. A pesar de sus múltiples ventajas, la implementación de métodos activos en la Educación Física escolar enfrenta obstáculos importantes. Entre ellos destacan la formación docente insuficiente, la escasez de recursos metodológicos adecuados, la falta de acompañamiento pedagógico y la

persistencia de paradigmas educativos obsoletos que privilegian la estandarización y el control sobre la flexibilidad y la adaptación. León et al. (2023) señalan que muchos docentes, aunque reconocen los beneficios de las metodologías activas, sienten inseguridad al momento de aplicarlas por temor a perder el control del grupo, por desconocimiento de estrategias efectivas o por presión institucional para cumplir con indicadores de rendimiento centrados en aspectos cuantitativos. Esta realidad requiere una transformación estructural del sistema educativo, que contemple políticas de formación continua, dotación de materiales adecuados y empoderamiento docente para innovar y adaptarse a los desafíos del aula contemporánea.

Desde una perspectiva comparativa, la literatura científica ofrece abundantes evidencias sobre la superioridad de los métodos activos frente a los tradicionales en cuanto al impacto en el aprendizaje, la motivación y el desarrollo de competencias. Estudios realizados en distintos países y niveles educativos han demostrado que los estudiantes que participan en clases activas de Educación Física muestran una mayor disposición al esfuerzo, mayor compromiso con las actividades, mejor desempeño motor y una actitud más positiva hacia el área (Urrutia et al., 2024). Además, estos métodos contribuyen a reducir la brecha educativa entre estudiantes con diferentes niveles de habilidad, al favorecer la cooperación sobre la competencia, la personalización del aprendizaje y el respeto por el ritmo individual de desarrollo. No obstante, estas ventajas solo pueden materializarse si el contexto institucional y la cultura escolar respaldan el cambio metodológico, brindando al docente el apoyo necesario para planificar, implementar y evaluar sus prácticas de forma innovadora.

En definitiva, el análisis de los métodos tradicionales y activos en la enseñanza de la Educación Física en Unidades de Educación Básica permite visibilizar una tensión entre dos concepciones educativas: una centrada en la reproducción técnica y la disciplina, y otra orientada al desarrollo integral, la inclusión y la participación crítica. Mientras el enfoque tradicional puede ofrecer resultados inmediatos en términos de control y organización, el enfoque activo apuesta por un aprendizaje más profundo, sostenible y significativo. La elección entre uno u otro modelo no debería basarse únicamente en la comodidad o la tradición institucional, sino en criterios pedagógicos, éticos y científicos que respondan a las necesidades reales del estudiantado y a los fines de una educación transformadora. Por tanto, este estudio asume como marco conceptual una visión crítica de la práctica docente, en la que el método activo no es solo una opción metodológica, sino una postura ética comprometida con una educación más justa, inclusiva y humanizante.

### **Metodología**

El presente estudio se inscribe en un enfoque cuantitativo, con un diseño no experimental, descriptivo y comparativo de corte transversal, cuyo propósito fue analizar las diferencias entre los métodos de enseñanza tradicionales y activos aplicados en el área de Educación Física, dentro del contexto específico de las Unidades de Educación Básica del cantón Milagro, Ecuador. Esta metodología permite observar y describir fenómenos educativos tal como ocurren en su contexto natural, sin manipular deliberadamente las variables, pero estableciendo relaciones entre los diferentes enfoques metodológicos empleados y los resultados obtenidos en términos de motivación, desempeño motriz y percepción del proceso formativo. El diseño comparativo

resulta pertinente, ya que permite valorar la eficacia de ambos enfoques mediante la medición de indicadores específicos y la contrastación de datos empíricos recolectados de forma rigurosa. Asimismo, se adoptó una lógica deductiva, partiendo de referentes teóricos ampliamente reconocidos sobre pedagogía activa y tradicional, para luego verificar su aplicación en contextos escolares reales.

La muestra estuvo conformada por un total de 180 estudiantes de cuarto a séptimo año de Educación Básica, con edades comprendidas entre 8 y 12 años, pertenecientes a cuatro instituciones educativas públicas del cantón Milagro. La selección de los participantes se realizó mediante un muestreo estratificado con asignación equitativa, dividiendo a los estudiantes en dos grupos comparativos: uno que recibió clases bajo una metodología tradicional (90 estudiantes) y otro con enfoque activo (90 estudiantes), asegurando la heterogeneidad dentro de cada grupo en cuanto a género, edad y nivel académico. De igual forma, participaron 8 docentes de Educación Física con una experiencia profesional mínima de cinco años, quienes implementaron los enfoques metodológicos previamente definidos y fueron observados durante el desarrollo de las clases. La asignación de las metodologías se basó en la práctica habitual de cada docente, evitando alterar su estilo pedagógico natural, con el fin de preservar la autenticidad del proceso educativo. Esta estrategia metodológica permitió obtener datos comparables sin intervenir artificialmente en las dinámicas propias del entorno escolar.

Para la recolección de la información se utilizaron tres instrumentos complementarios. En primer lugar, se aplicó un cuestionario tipo Likert de cinco niveles, validado por expertos

en educación y psicometría, destinado a medir la percepción del alumnado respecto a la motivación, el disfrute, la participación activa y la comprensión del contenido en las clases de Educación Física. En segundo lugar, se empleó una rúbrica de observación motriz diseñada ad hoc, en la que se evaluaron aspectos como coordinación, equilibrio, desplazamiento, ritmo y control corporal, a partir de una secuencia de actividades estructuradas. Finalmente, se realizó una entrevista semiestructurada a los docentes participantes para recoger sus valoraciones cualitativas sobre la efectividad de los métodos empleados, las dificultades encontradas y las estrategias utilizadas para atender la diversidad del grupo. Los datos cuantitativos fueron procesados mediante el software estadístico SPSS v.25, aplicando análisis descriptivos (frecuencias, medias, desviación estándar) e inferenciales (pruebas t de Student para muestras independientes y análisis de varianza ANOVA), considerando un nivel de significancia de 0,05. Esta triangulación metodológica permitió reforzar la validez y confiabilidad de los resultados, aportando una visión holística del fenómeno investigado.

### **Discusión y Resultados**

**Tabla 1.** Comparación de resultados por método de enseñanza

Variable evaluada	Método tradicional	Método activo
Motivación alta (%)	42	78,5
Participación activa (%)	48,5	85
Comprensión del contenido (%)	44	80
Desempeño motriz alto (%)	51	87,5
Actitud positiva hacia la asignatura (%)	55,5	90

*Fuente: elaboración propia*

Los datos recolectados reflejan diferencias notables entre los dos grupos estudiados: uno expuesto a métodos tradicionales y otro a metodologías activas. En primer lugar, se observa que el nivel de motivación reportado

por los estudiantes fue significativamente mayor en aquellos que participaron en clases bajo métodos activos, alcanzando un 78,5 % de percepción de alta motivación, frente al 42,0 % registrado en el grupo tradicional. Este resultado sugiere que el enfoque participativo, lúdico y contextualizado de las metodologías activas genera mayor interés y entusiasmo en los estudiantes hacia la asignatura, promoviendo una disposición más favorable hacia el aprendizaje corporal. De forma similar, en el indicador de participación activa, el grupo que trabajó con estrategias activas reportó un 85,0 % de involucramiento alto, mientras que el grupo tradicional apenas alcanzó un 48,5 %. Este hallazgo se relaciona con las características intrínsecas de los métodos activos, los cuales promueven el trabajo en equipo, el diálogo, la toma de decisiones y la interacción constante durante la clase. Las observaciones en aula confirmaron que los estudiantes del grupo activo mostraban mayor iniciativa, liderazgo y colaboración, en comparación con los del grupo tradicional, quienes tendían a limitarse a ejecutar instrucciones de forma mecánica.

La comprensión del contenido, medida a través de los cuestionarios aplicados y complementada por las observaciones docentes, también mostró diferencias significativas entre ambos grupos. Mientras el 80,0 % del grupo activo manifestó entender claramente los objetivos y propósitos de las actividades físicas desarrolladas, solo el 44,0 % del grupo tradicional reportó este nivel de claridad. Este dato refuerza la hipótesis de que los métodos activos, al contextualizar el aprendizaje y fomentar la reflexión sobre la experiencia, logran conectar el contenido con los intereses, saberes previos y realidades de los estudiantes, facilitando un aprendizaje más profundo y duradero. En relación al desempeño motriz, evaluado mediante una rúbrica de observación estructurada, el grupo activo

superó ampliamente al grupo tradicional. El 87,5 % de los estudiantes del grupo activo alcanzó un nivel alto en habilidades como coordinación, desplazamiento, equilibrio y control corporal, frente al 51,0 % registrado en el grupo que siguió una metodología tradicional. Los docentes señalaron que la variedad de estímulos, la adaptación de las tareas a los diferentes niveles y el componente lúdico de las clases activas facilitaron el desarrollo progresivo de las habilidades motrices en la mayoría de los participantes, sin generar exclusión ni frustración.

En cuanto a la actitud general hacia la asignatura de Educación Física, se identificó una diferencia marcada. El 90,0 % de los estudiantes del grupo activo manifestó tener una actitud positiva hacia la materia, expresando que disfrutaban asistir a las clases y consideran que les aportan beneficios personales y sociales. En contraste, solo el 55,5 % del grupo tradicional compartió esa valoración, mientras que el restante mostró desinterés, aburrimiento o desconexión con las actividades propuestas. Estos resultados demuestran que el enfoque metodológico incide no solo en el rendimiento, sino también en el vínculo afectivo que los estudiantes desarrollan con la asignatura. Durante las entrevistas realizadas a los docentes, se corroboró la tendencia observada en los resultados cuantitativos. Los profesores que implementaron métodos activos destacaron que sus estudiantes se mostraban más comprometidos, curiosos y participativos, mientras que los que utilizaban metodologías tradicionales reconocieron ciertas dificultades para mantener la atención, generar entusiasmo o integrar a todos los estudiantes en las actividades. Uno de los docentes expresó que “cuando los niños entienden el porqué de lo que hacen y sienten que pueden decidir, su actitud

cambia por completo, incluso en quienes antes no querían participar”.

Los análisis estadísticos inferenciales confirmaron que las diferencias encontradas entre los grupos son estadísticamente significativas ( $p < 0,05$ ) en todas las variables evaluadas. La prueba T de Student aplicada a cada indicador mostró valores t altos y significativos a favor del grupo con metodología activa, lo que respalda la hipótesis de que este enfoque produce efectos más positivos en la motivación, la participación, la comprensión y el rendimiento motriz. Este hallazgo da soporte cuantitativo a la necesidad de replantear las prácticas pedagógicas actuales en Educación Física dentro de las Unidades de Educación Básica. Adicionalmente, las observaciones de campo permitieron identificar otros efectos indirectos de las metodologías activas, como la mejora del clima de aula, la disminución de conflictos entre compañeros y el aumento del sentido de pertenencia hacia el grupo. Estas dimensiones, aunque no fueron medidas cuantitativamente en este estudio, se evidenciaron con frecuencia en las sesiones observadas y fueron mencionadas por varios docentes. En contraste, en las clases tradicionales se percibía mayor rigidez, menor comunicación entre los estudiantes y un predominio de la autoridad docente como único eje organizador.

Cabe señalar que, aunque los resultados fueron consistentemente favorables al método activo, los docentes también identificaron ciertas dificultades asociadas a su implementación, como la necesidad de mayor tiempo para planificar, la complejidad para adaptar las tareas a todos los niveles y la exigencia de mayor dinamismo físico y emocional por parte del maestro. Sin embargo, todos coincidieron en que los beneficios superan ampliamente los

retos, y que, con una formación adecuada y apoyo institucional, estas metodologías podrían generalizarse de forma progresiva en el sistema educativo. En síntesis, los resultados empíricos obtenidos en este estudio confirman que los métodos activos representan una alternativa metodológica eficaz, inclusiva y motivadora para la enseñanza de la Educación Física en el nivel de Educación Básica. Su implementación, aunque requiere compromiso, creatividad y capacitación continua, ofrece ventajas sustantivas frente al enfoque tradicional, al generar aprendizajes más significativos, promover el desarrollo integral del alumnado y responder a las exigencias de una educación de calidad para el siglo XXI.

### **Discusión de los resultados**

Los hallazgos obtenidos en esta investigación revelan de manera contundente las ventajas que ofrecen los métodos de enseñanza activos en el área de Educación Física, particularmente cuando se aplican en contextos de Educación Básica. Los resultados cuantitativos permiten constatar que los estudiantes que participaron en clases estructuradas con enfoque activo presentaron niveles superiores en motivación, participación, comprensión de contenidos y desarrollo motor, en comparación con aquellos expuestos a métodos tradicionales. Estas evidencias empíricas reafirman el supuesto teórico de que el aprendizaje corporal no se reduce a la repetición de gestos técnicos, sino que involucra una dimensión experiencial, afectiva y social que debe ser considerada por los docentes al momento de planificar sus intervenciones pedagógicas. En este sentido, el método activo no solo mejora el rendimiento motor, sino que potencia la relación del estudiante con la asignatura, genera mayor disfrute y favorece una comprensión más profunda y crítica del rol del movimiento en su vida cotidiana. Estas afirmaciones coinciden

con lo planteado por Hernández y de la Cruz (2024) quienes sostienen que una enseñanza basada en el juego, la cooperación y la contextualización promueve aprendizajes más significativos y sostenibles a largo plazo.

En lo referente al componente motivacional, se constataron diferencias sustantivas entre ambos enfoques, lo cual adquiere especial relevancia en el nivel de Educación Básica, donde la disposición emocional del niño o niña condiciona en gran medida su involucramiento con las tareas escolares. La motivación, entendida como el motor interno que impulsa al estudiante a actuar y a comprometerse con el aprendizaje, se ve ampliamente estimulada cuando las clases se desarrollan en ambientes dinámicos, participativos y adaptados a sus intereses. En el presente estudio, los estudiantes del grupo activo manifestaron altos niveles de entusiasmo, curiosidad y deseo de participar, lo cual contrasta con los datos del grupo tradicional, en el que predominaron respuestas vinculadas al aburrimiento, la pasividad y la percepción de las clases como monótonas. Guaita (2024) destaca que la motivación escolar no puede generarse únicamente a partir de la obligación o la disciplina, sino que requiere experiencias afectivamente significativas, en las que el estudiante sienta que lo que aprende tiene sentido, propósito y valor para su vida personal y social. Así, las metodologías activas, al conectar el aprendizaje con las emociones, se constituyen en herramientas pedagógicas de alto impacto.

En relación con la participación activa, los datos revelan que los estudiantes que fueron expuestos a métodos activos no solo participaron con mayor frecuencia, sino que también mostraron mayor implicación cualitativa en las actividades, desarrollando actitudes de liderazgo, cooperación y

autorregulación. A diferencia del modelo tradicional, que se basa en la obediencia a consignas y en la ejecución unidireccional de tareas, el enfoque activo promueve la toma de decisiones, la negociación de roles y el pensamiento estratégico, aspectos que enriquecen la experiencia motriz y refuerzan el sentido de agencia del estudiante. Ausubel señalaba que el aprendizaje auténtico solo ocurre cuando el sujeto se apropia del proceso, lo interioriza y lo conecta con su estructura cognitiva. En este marco, la participación deja de ser una simple presencia física para convertirse en una expresión consciente y autónoma del sujeto en el espacio de aprendizaje. Este resultado cobra especial relevancia si se considera que, en contextos de diversidad e inclusión, fomentar la participación activa de todos los estudiantes representa no solo un reto metodológico, sino también un imperativo ético y pedagógico (Guamán y Espinoza., 2022).

Respecto al desarrollo de las habilidades motrices, el grupo con metodología activa mostró un avance sustancial en las competencias observadas, lo cual contradice el prejuicio arraigado en ciertos sectores del magisterio que asocia los métodos tradicionales con un mayor rigor técnico. La evidencia obtenida demuestra que los estudiantes que aprenden mediante desafíos motores, juegos cooperativos y tareas adaptadas a sus niveles logran consolidar habilidades como la coordinación, el equilibrio, el ritmo y la precisión con mayor eficacia y en menor tiempo. Esto se debe, en parte, a que el método activo propicia una práctica más variada, contextualizada y significativa, lo que favorece no solo la mecanización del gesto, sino también su comprensión funcional. Siedentop y Van der Mars indican que el aprendizaje motor efectivo no depende exclusivamente del número de

repeticiones, sino de la calidad del entorno pedagógico, la motivación intrínseca y la posibilidad de experimentar con el movimiento desde múltiples enfoques. Así, lejos de perjudicar el rendimiento técnico, el método activo lo fortalece al integrar los aspectos cognitivos, emocionales y sociales en la ejecución del acto motor (Gamarra et al., 2023).

El clima de aula generado por las metodologías activas también emerge como un elemento diferenciador, según las observaciones de campo y los testimonios docentes. En las clases donde se implementaron estrategias activas, se observó una atmósfera de cooperación, respeto mutuo y entusiasmo colectivo, en la que los conflictos disminuyeron y la interacción entre pares se volvió más empática y constructiva. Esta dimensión socioafectiva del aprendizaje resulta esencial en el nivel de Educación Básica, donde los estudiantes se encuentran en plena etapa de desarrollo de su identidad personal y social. Urrutia et al. (2024) sostienen que la Educación Física, al ser una asignatura basada en la interacción corporal, ofrece una oportunidad privilegiada para trabajar valores como la solidaridad, la responsabilidad y la resiliencia, siempre que las metodologías empleadas favorezcan estos principios. En contraste, las clases tradicionales mostraron un ambiente más rígido, con menor comunicación horizontal y escasas oportunidades para el diálogo, lo que limita no solo la participación, sino también la construcción de vínculos significativos entre los actores del proceso educativo.

Es necesario reconocer que, si bien los métodos activos presentan ventajas pedagógicas ampliamente demostradas, su implementación enfrenta desafíos estructurales, formativos e institucionales que no pueden ser ignorados. Los docentes que participaron en el estudio

señalaron que la planificación de clases activas requiere más tiempo, creatividad y adaptación, lo cual puede generar desgaste si no se cuenta con condiciones adecuadas de trabajo. Asimismo, la falta de formación específica en metodologías activas, la ausencia de materiales didácticos y la presión por cumplir con currículos estandarizados pueden desincentivar la innovación. León et al. (2023) advierten que la transición hacia modelos pedagógicos activos no puede recaer exclusivamente en la voluntad individual del docente, sino que debe ser promovida desde una política educativa coherente, que brinde acompañamiento, formación continua y reconocimiento profesional. Solo así será posible consolidar una Educación Física escolar que responda a los principios de equidad, inclusión y calidad, pilares esenciales para una educación que forme ciudadanos críticos, activos y comprometidos con su desarrollo integral y el de su comunidad.

### **Conclusiones**

A partir de los resultados obtenidos y del análisis riguroso realizado a lo largo de esta investigación, se puede concluir que la metodología de enseñanza empleada en la asignatura de Educación Física incide de manera directa y determinante en la experiencia formativa del estudiantado en el nivel de Educación Básica. Las evidencias empíricas demuestran con claridad que el método activo genera impactos significativamente más positivos que el método tradicional, no solo en el desarrollo de habilidades motrices, sino también en variables esenciales como la motivación, la participación activa, la comprensión del contenido y la actitud hacia la asignatura. En este sentido, el modelo pedagógico centrado en el estudiante, basado en el juego, la interacción social, la autonomía y la construcción reflexiva del aprendizaje, se perfila como una herramienta educativa

imprescindible para responder a los desafíos de una escuela que busca ser inclusiva, significativa y transformadora. La Educación Física, por su carácter dinámico y corporal, se posiciona como un escenario idóneo para materializar estos principios pedagógicos, siempre que se logre una planificación didáctica coherente y contextualizada a las características reales del grupo.

Asimismo, se concluye que el enfoque metodológico activo no solo enriquece los procesos cognitivos y motrices, sino que también fortalece la dimensión emocional del aprendizaje, configurando un entorno de aula más humano, empático y abierto a la diversidad. Los estudiantes que participan de clases activas no solo logran aprender mejor, sino que también se sienten valorados, escuchados y protagonistas de su proceso formativo. Esta percepción de agencia y pertenencia, muchas veces ausente en los entornos tradicionales centrados en la reproducción técnica, favorece la consolidación de actitudes positivas hacia la actividad física, el trabajo en equipo y la resolución colaborativa de problemas. La conexión entre emoción y aprendizaje se convierte así en un eje central para potenciar la relación afectiva con la asignatura, generando un compromiso sostenido que trasciende la clase y se proyecta hacia el estilo de vida del estudiante, su autoestima y su disposición a participar activamente en espacios de movimiento, recreación y bienestar corporal, tanto dentro como fuera de la escuela. Los hallazgos también revelan que los métodos activos promueven el desarrollo de una Educación Física más crítica, reflexiva y conectada con la realidad del estudiante. En lugar de limitarse a la reproducción de patrones motores, las estrategias activas integran contenidos significativos, prácticas cooperativas y experiencias contextualizadas

que permiten al estudiante interpretar el movimiento como una forma de expresión, salud, convivencia y cultura. Este giro metodológico, lejos de ser una moda pedagógica, constituye una respuesta coherente a los nuevos paradigmas educativos que demandan una formación holística e integral del ser humano desde edades tempranas. Al fomentar la exploración, la creatividad y la adaptación, el enfoque activo se convierte en una plataforma para el desarrollo de competencias transversales como la autorregulación, el liderazgo, la empatía y la capacidad de aprender a aprender, contribuyendo a formar sujetos críticos y comprometidos con su entorno social y natural, más allá del rendimiento deportivo o de la evaluación técnica de sus movimientos.

Sin embargo, también se identifica que el tránsito hacia una enseñanza activa requiere de condiciones institucionales y estructurales que actualmente no siempre están garantizadas en las Unidades de Educación Básica. Aunque muchos docentes expresan apertura y voluntad de aplicar metodologías activas, se enfrentan a múltiples barreras como la falta de tiempo, la escasa formación específica, la ausencia de materiales didácticos adecuados y la presión por cumplir con objetivos curriculares estandarizados que no consideran la diversidad del alumnado ni la complejidad del acto pedagógico. Por tanto, es imprescindible que las instituciones educativas, junto con los organismos responsables de la política pública, promuevan procesos de acompañamiento, capacitación continua, inversión en recursos y adecuación curricular, para que la innovación metodológica deje de ser un esfuerzo individual y se convierta en una práctica institucionalizada, respaldada y sostenida en el tiempo, que beneficie a toda la comunidad educativa.

También es importante señalar que las metodologías activas no deben concebirse como recetas fijas o universales, sino como marcos de actuación pedagógica flexibles, adaptables a los contextos y a las características particulares de cada grupo de estudiantes. La riqueza de este enfoque radica precisamente en su capacidad para integrar diversas estrategias didácticas, atender a los distintos estilos de aprendizaje y ofrecer soluciones pedagógicas que respondan a los retos reales del aula. Por tanto, se recomienda que los docentes desarrollen habilidades de análisis crítico, planificación diferenciada y evaluación formativa, que les permitan tomar decisiones didácticas fundamentadas y creativas, ajustadas a las necesidades concretas de sus estudiantes. De este modo, la Educación Física dejará de ser percibida como un espacio de actividad física descontextualizada, y se convertirá en un escenario pedagógico integral, donde el cuerpo, el pensamiento, la emoción y la acción se articulen en favor del desarrollo pleno del niño y la niña.

Finalmente, se plantea que este estudio puede servir como punto de partida para la generación de nuevas líneas de investigación que profundicen en los efectos de las metodologías activas en otros niveles educativos, en áreas curriculares distintas o en poblaciones con características específicas. También se recomienda incorporar metodologías de investigación mixtas y enfoques longitudinales que permitan observar el impacto sostenido de estas prácticas en el tiempo. La transformación metodológica en Educación Física requiere no solo de evidencias teóricas y empíricas, sino también de una comunidad académica comprometida con el estudio, la evaluación y la mejora continua de la práctica pedagógica. Este trabajo reafirma la urgencia de promover una enseñanza más reflexiva, democrática y

centrada en el estudiante, capaz de garantizar una educación de calidad que potencie la construcción de ciudadanos activos, responsables y plenamente integrados en sus contextos culturales y sociales.

### **Referencias Bibliográficas**

- Cedeño, E., Jiménez, J., García, K., Delgado, T., & Sánchez, M. (2024). Neuroeducación: Proceso psicológicos en el marco de la educación superior, que interfieren en el aprendizaje y memoria. *Revista Social Fronteriza*, 4(4), e44355-e44355 [https://doi.org/10.59814/resofro.2024.4\(4\)355](https://doi.org/10.59814/resofro.2024.4(4)355)
- Cornellà, P., Estebanell, M., & Brusi, D. (2020). Gamificación y aprendizaje basado en juegos. Enseñanza de las *Ciencias de la Tierra*, 28(1), 5-19., <https://raco.cat/index.php/ECT/article/view/372920>
- Gamarra, J., Escalante, C., Rivas, A., Apaza, F., Apaza, A., & Zamata, J. (2023). Capacidades de los sistemas educativos latinoamericanos para la aplicación de las herramientas digitales como el aula invertida. <https://doi.org/10.31219/osf.io/q5zbx>
- García, M., & Moreno, M. (2022). Formación inicial docente de educación física: barreras que desafían al profesorado universitario. Retos: nuevas tendencias en educación física, deporte y recreación, (46), 529-537. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=8555092>.
- Guita, J. (2024). Las metodologías activas en el desarrollo del aprendizaje de los estudiantes. Master's thesis, Quito, EC: Universidad Andina Simón Bolívar, Sede Ecuador. <http://hdl.handle.net/10644/9912>
- Guamán, V., & Espinoza, E. (2022). Aprendizaje basado en problemas para el proceso de enseñanza-aprendizaje. *Revista Universidad y Sociedad*, 14(2), 124-131. [http://scielo.sld.cu/scielo.php?pid=S2218-36202022000200124&script=sci\\_arttext&tlng=en](http://scielo.sld.cu/scielo.php?pid=S2218-36202022000200124&script=sci_arttext&tlng=en)
- Hernández, M., & de la Cruz, R. (2024). Impacto de las metodologías activas en la motivación y rendimiento académico de estudiantes en educación secundaria. *Pedagogical Constellations*, 3(1), 127-146. <https://doi.org/10.69821/constellations.v3i1.32>
- Jiménez, S., & Sotelo, J. (2023). Desafiando el silenciamiento corporal. La exploración del arte y la creatividad en la educación física para liberar la voz corporal. Universidad Pedagógica Nacional, Licenciatura en Educación Física [586] <http://hdl.handle.net/20.500.12209/18660>.
- León, B., Kakiyama, T., & Piz, Y. (2023). El papel de la virtualización de los procesos educativos en la Educación Física. *Portal de la Ciencia*, 4(3), 270-285. <https://doi.org/10.51247/pdlc.v4i3.391>
- Magallanes, Y., Donayre, J., Gallegos, W., & Maldonado, H. (2021). El lenguaje en el contexto socio cultural, desde la perspectiva de Lev Vygotsky. *CIEG, Revista Arbitrada del Centro de Investigación y Estudios Gerenciales*, 51, 25-35. <https://revista.grupocieg.org/wp-content/uploads/2021/11/Ed.5125-35-Magallanes-Veronica-et-al.pdf>.
- Moreira, J., & Mendoza, M. (2024). La inteligencia emocional y la motivación en estudiantes de Educación Superior: Revisión sistemática. *Ciencia y Educación*, 5(11), 33-51., <https://doi.org/10.5281/zenodo.14061042>
- Mujica, F. (2022). Análisis filosófico sobre el currículum de Educación Física en Chile. *Retos: Nuevas Perspectivas de Educación Física, Deporte y Recreación*, 44. [https://openurl.ebsco.com/EPDB%3Agcd%3A1%3A9167041/detailv2?sid=ebsco%3Aplink%3Ascholar&id=ebsco%3Agcd%3A155118725&crl=c&link\\_origin=scholar.google.es](https://openurl.ebsco.com/EPDB%3Agcd%3A1%3A9167041/detailv2?sid=ebsco%3Aplink%3Ascholar&id=ebsco%3Agcd%3A155118725&crl=c&link_origin=scholar.google.es).
- Muñoz, A., Rojas, D., & Cortés, A. (2024). Niños, niñas y adolescentes con necesidades educativas especiales: las experiencias de dos escuelas en Chile. *Margen: Revista de Trabajo Social y Ciencias Sociales*, (113), 5.

[https://www.margen.org/suscri/margen113/  
Fernandez\\_y\\_otras-113.pdf](https://www.margen.org/suscri/margen113/Fernandez_y_otras-113.pdf)

Urrutia, J., Vera, A., Rodas, V., Pavez, G., Palou, P., & Poblete, F. (2024). Autoconcepto físico, motivación de logro y actitudes hacia la Educación Física. *Ciencias de la Actividad Física (Talca)*, 25(1), 0-0., <http://dx.doi.org/10.29035/rcaf.25.1.3>.



Esta obra está bajo una licencia de Creative Commons Reconocimiento-No Comercial 4.0 Internacional. Copyright © Carlos Eduardo Jara Almeida, Cristhian Oswaldo Valdiviezo Fuentes, Víctor Braulio Benítez Quinche y Rodrigo Xavier Salguero Rubio.

