

Desarrollo de las habilidades motrices y el trabajo en equipo a través de la cultura física en los grados cuarto y quinto del Colegio Lizcano Flores, sede La Capilla.

Brenda Juliana Salamanca Arias

Asesora

Diana Carolina Suárez Díaz

Universidad Nacional Abierta y a Distancia UNAD

Escuela de Ciencias de la Educación ECEDU

Licenciatura en Pedagogía Infantil

2025

Resumen

Este estudio es el resultado de un trabajo de investigación, realizado como opción de grado, que permitió analizar entorno a la práctica pedagógica y la investigación educativa. El estudio se llevó a cabo en el Colegio Lizcano Flores, sede La Capilla, trabajando con 10 estudiantes de cuarto y quinto grado. El objetivo general fue fortalecer las habilidades motrices y el trabajo en equipo en los estudiantes mediante una estrategia pedagógica de cultura física, empleando un enfoque cualitativo en la que se implementó una estrategia pedagógica de cultura física reconociendo sus efectos en el desarrollo integral (físico-motriz y socioemocional) de los estudiantes. Con base a este ejercicio, se concluyó que, la cultura física, como estrategia pedagógica, fomenta de manera significativa el desarrollo de habilidades motrices básicas e incrementa la capacidad de trabajo colaborativo, incluso en contextos rurales con recursos limitados.

Palabras clave: habilidades, motrices, trabajo, equipo, cultura.

Abstract

This study is the result of a research project, completed as a degree requirement, which enabled an analysis of pedagogical practice and educational research. The study was carried out at the Lizcano Flores School, La Capilla branch, working with 10 fourth and fifth-grade students. The general objective was to strengthen students' motor skills and teamwork through a pedagogical strategy of physical culture, using a qualitative approach. This approach involved implementing a pedagogical strategy of physical culture and recognizing its effects on the students' comprehensive (physical-motor and socio-emotional) development. Based on this exercise, it was concluded that physical culture, as a pedagogical strategy, significantly fosters the development of basic motor skills and increases the capacity for collaborative work, even in rural contexts with limited resources.

Keywords: skills, motor, teamwork, physical, culture.

Tabla de Contenido

| | |
|---|----|
| Introducción | 7 |
| Caracterización | 8 |
| Planteamiento del Problema | 10 |
| Pregunta de Investigación | 11 |
| Objetivos | 12 |
| Objetivo General | 12 |
| Objetivos Específico | 12 |
| Marcos de Referencia | 13 |
| Referentes Conceptuales | 13 |
| Referentes Teóricos | 14 |
| Referentes Técnicos | 17 |
| Referentes Legales | 18 |
| Referentes Éticos | 19 |
| Herramientas y Métodos | 20 |
| Enfoque y Tipo de Estudio | 20 |
| Unidad de Análisis | 20 |
| Técnicas para la Recolección de Datos | 21 |
| Categorías para el Análisis de Datos | 21 |
| Resultados | 23 |
| Análisis y Discusión | 25 |
| Conclusiones y Recomendaciones | 27 |
| Referencias Bibliográfica | 29 |

Apéndices.....33

Lista de Apéndices

| | |
|--|----|
| Apéndice A <i>Muestras de investigación</i> | 33 |
|--|----|

Introducción

En los contextos educativos rurales, el desarrollo integral de los niños y niñas enfrentar generalmente se enfrenta a serias dificultades y esto se debe al acceso limitado a recursos, infraestructura. La cultura física surge como una herramienta pedagógica fundamental, que convierte la actividad física en un vehículo para el desarrollo de habilidades motrices, cognitivas y sociales. Esta investigación se centra en la implementación de la cultura física en el Colegio Lizcano Flores, sede La Capilla.

El objetivo general de esta investigación fue fortalecer las habilidades motrices y el trabajo en equipo en los estudiantes de cuarto y quinto grado del Colegio Lizcano Flores, sede La Capilla, mediante una estrategia pedagógica de cultura física durante el segundo semestre del 2025. Para lograrlo, se adoptó un enfoque metodológico cualitativo con diseño de estudio de caso, utilizando técnicas de recolección de datos como la observación participante, entrevistas semiestructuradas y registros de campo, que permitieron un análisis profundo de las experiencias y percepciones de los estudiantes durante la intervención.

El hallazgo más relevante de este estudio demostró que la implementación de una estrategia pedagógica de cultura física no solo mejoró significativamente las habilidades motrices básicas de los estudiantes, sino que también fortaleció su capacidad para colaborar, comunicarse y resolver conflictos de manera cooperativa, fomentando un sentido de comunidad y confianza dentro del aula. Se invita cordialmente al lector a revisar el contenido completo de este informe para conocer en detalle el proceso metodológico, el análisis de resultados y las reflexiones que sustentan este logro, ofreciendo una mirada integral sobre el potencial transformador de la cultura física en entornos educativos rurales.

Caracterización

La presente investigación se llevará a cabo en colegio Lizcano Flores, sede La Capilla, que se encuentra ubicado en la vereda La Capilla, en el centro poblado del corregimiento El Paujil. Se encuentra en una zona de difícil acceso, con carretera destapada. El corregimiento está conformado por cinco veredas: San Carlos, La Capilla, Vega Grande, El Aventino y La Cuchilla. Cuenta con un colegio, cuatro escuelas, un polideportivo y un puesto de salud que no está en funcionamiento. La principal actividad económica es la agricultura, y hay 229 hogares registrados que se benefician del servicio educativo.

El grupo objeto de investigación está conformado por 10 niños de cuarto y quinto grado, con edades comprendidas entre los 10 y 11 años. La institución está ubicada en una zona de difícil acceso, lo que, junto con las condiciones socioeconómicas desfavorables, limita el acceso a recursos educativos, las familias se ubican en un sector rural, pertenecen al estrato socioeconómico 1 y se dedican principalmente a trabajos agrícolas.

El contexto del grupo muestra barreras en la disponibilidad de herramientas educativas y deportivos, lo interfiere negativamente en el desarrollo integral cognitivo-motor de los estudiantes. Por ello, este estudio se enfocará en la enseñanza de cultura física como estrategia pedagógica, orientada a fortalecer las habilidades motrices de los estudiantes, y así mismo fomentar la disciplina, el trabajo en equipo y la integración social, elementos básicos para su progreso académico y personal en un contexto con recursos limitados.

Uno de los principales factores que influye en el proceso de aprendizaje del grupo es la carencia de un docente especializado en la enseñanza del deporte, lo que restringe la promoción y el desarrollo de habilidades físicas en los estudiantes. Además, la comunidad rural donde se ubican los alumnos carece de conocimientos y cultura deportiva, por lo cual disminuye las oportunidades

de práctica y estimulación fuera del ambiente escolar. Igualmente, las limitaciones económicas de las familias limitan el acceso a implementos deportivos y espacios adecuados, dificultando aún más el desarrollo integral de los niños.

Planteamiento del Problema

A pesar del creciente interés y motivación que muestran los estudiantes del colegio Lizcano Flores hacia su formación académica, el modelo pedagógico tradicional y la ausencia de docentes especializados en educación física limitan el desarrollo de habilidades motrices esenciales para el desarrollo integral de los niños. La cultura física, entendida como un conjunto de prácticas corporales y deportivas que promueven el desarrollo físico, emocional y social de los individuos, se ve restringida en este contexto. Esto es especialmente preocupante si se considera que la práctica frecuente y dirigida de actividades físicas en escolares contribuye significativamente al desarrollo cognitivo, social y emocional, promoviendo además la disciplina y el trabajo en equipo (Guamán Yumiceba, AE, 2024).

Sin embargo, en contextos rurales vulnerables como el corregimiento El Paujil, la falta de recursos, espacios adecuados y una cultura deportiva consolidada limita estas oportunidades. Esta situación sugiere la necesidad de incluir la cultura física como estrategia pedagógica que permita fortalecer el desarrollo integral de los estudiantes, especialmente en comunidades con limitaciones socioeconómicas y geográficas (Macías Giler, E. M.2025).

Aunque existe evidencia sobre los beneficios de la educación física en el desarrollo infantil, hay una falta de investigación sobre cómo integrar efectivamente la cultura física en colegios con modelos tradicionales o en contextos marginados. Esto sugiere que se requiere una aproximación innovadora y contextualizada para abordar las necesidades específicas de la comunidad educativa del colegio Lizcano Flores. Al abordar esta brecha de conocimiento, esta investigación busca contribuir a la comprensión de cómo la cultura física puede ser utilizada como una herramienta pedagógica para promover el desarrollo integral de los estudiantes en contextos vulnerables.

Pregunta de Investigación

¿Cómo fortalecer las habilidades motrices y el trabajo en equipo en los estudiantes de cuarto y quinto grado del Colegio Lizcano Flores, sede La Capilla, mediante una estrategia pedagógica de cultura física durante el segundo semestre del 2025?

Objetivos

Objetivo General

Fortalecer las habilidades motrices y el trabajo en equipo en los estudiantes de cuarto y quinto grado del Colegio Lizcano Flores, sede La Capilla, mediante una estrategia pedagógica de cultura física durante el segundo semestre del 2025.

Objetivos Específico

Explorar la percepción y el acercamiento de los estudiantes de cuarto y quinto grado del Colegio Lizcano Flores, sede La Capilla, a la estrategia pedagógica de cultura física.

Movilizar el desarrollo de habilidades motrices y el trabajo en equipo en los estudiantes a través de la implementación de la estrategia pedagógica de cultura física.

Reconocer los cambios en las habilidades motrices y el trabajo en equipo en los estudiantes de cuarto y quinto grado después de la implementación de la estrategia pedagógica de cultura física.

Marcos de Referencia

Referentes Conceptuales

Para la presente investigación es importante destacar los distintos conceptos en torno al proyecto, por tanto, en este apartado se dispondrá a definir dichos referentes.

En primer lugar, la cultura física hace énfasis al conjunto de prácticas, valores y hábitos relacionados con la actividad física y el movimiento, que fomentan el desarrollo integral de las personas. En el ámbito educativo, esta disciplina no solo busca mejorar la condición física, sino también fomentar habilidades sociales, emocionales y cognitivas (Montes Mata et al., 2025).

Por su parte, las habilidades motrices son las capacidades que permiten a los niños realizar movimientos coordinados, precisos y eficientes. Incluyen habilidades básicas como caminar, correr, saltar y lanzar, así como habilidades complejas como la destreza manual o el equilibrio (Francisco & Flores, 2024)

A su vez, el termino trabajo en Equipo hace referencia a la capacidad de colaborar con otros en un entorno común para lograr un objetivo. En contextos escolares, es fundamental para el desarrollo social y emocional de los estudiantes, especialmente en actividades físicas grupales (Guarnizo, N, 2022).

Adicionalmente, el desarrollo Integral, gira en torno crecimiento equilibrado de las dimensiones físico-motriz, cognitiva, emocional y social de los niños. La educación física juega un rol clave en este proceso, ya que combina movimiento, aprendizaje y socialización (Vargas Arreaga & Merchán Carvajal, 2024)

Por último, el Contexto Rural se define como un entorno geográfico donde predominan actividades agrícolas, escasa infraestructura y acceso limitado a recursos educativos y culturales. Los niños de estas zonas suelen enfrentar barreras estructurales que afectan su formación.

Referentes Teóricos

Es de vital importancia recopilar información previa para la construcción del proyecto, en consecuencia, con ello a continuación se expondrán distintas líneas de investigación;

El primer estudio “Actividad Física Grupal Para Toda La Comunidad Como Estrategia de Desarrollo Social”, aborda la actividad física grupal desde una perspectiva ontológica que considera el cuerpo y la interacción social como un todo interrelacionado. Su estudio se enfoca en cómo las prácticas corporales grupales pueden servir para el desarrollo social sostenible, lo que implica no solo fortalecer las habilidades motrices individuales sino también las capacidades colaborativas en contextos comunitarios diversos. (Tibaquira, 2024).

Metodológicamente, se presenta una práctica adaptativa que favorece la inclusión y el trabajo en equipo. Este enfoque es relevante para la estrategia pedagógica propuesta, pues fundamenta teóricamente la importancia de un entorno grupal que impulsa tanto la motricidad como la colaboración entre estudiantes.

Por otro lado, el estudio “Reflexión sobre propuestas pedagógicas basadas en el deporte para contribuir a la formación de valores en adolescentes” desarrolla un marco ontológico basado en la hermenéutica, enfatizando la interpretación como forma de construcción de la realidad social y educativa a través del deporte (Botero, M, 2020).

Su investigación subraya la formación de valores mediante prácticas deportivas en adolescentes, con una orientación al trabajo en equipo como valor social y motor del aprendizaje. La metodología combina análisis cualitativo y construcción de significados, conectando directamente con la variable de trabajo colaborativo en la estrategia pedagógica, y aportando una base sólida para el diseño de actividades que promuevan tanto habilidades motrices como valores de integración social.

En relación con la aplicación práctica, “El Microfútbol en la clase de educación física” estudia el microfútbol en clases de educación física, destacando su papel en el desarrollo motriz y social de los estudiantes. Ontológicamente, el deporte se concibe como una experiencia integral y relacional que abarca cuerpo y mente, en contextos de interacción grupal. (JF Llerena, 2024).

Su metodología cualitativa e intervenida permite evidenciar cómo las dinámicas de juego y competencia estructurada fomentan la cooperación, la comunicación y la toma de decisiones en equipo, aspectos fundamentales para fortalecer las habilidades motrices y el trabajo en equipo dentro de la estrategia de cultura física propuesta.

El estudio “Actividades deportivas como estrategia de enseñanza de matemáticas” introduce una metodología activa y lúdica donde las actividades deportivas se integran en la enseñanza de contenidos académicos, evidenciando beneficios en la motivación, el aprendizaje y el desarrollo integral del estudiante.

Ontológicamente, se sostiene que el aprendizaje es una experiencia holística donde cuerpo, mente y emociones interactúan en contextos sociales. Esta investigación incorpora la variable de habilidades motrices en un marco metodológico que privilegia la participación y la colaboración grupal, lo cual conecta directamente con los objetivos de fortalecer tanto las capacidades físicas como el trabajo en equipo en los estudiantes (Piña & García, 2023).

Por su parte, la investigación “El desarrollo integral en los niños y niñas a través de actividades lúdicas y educativa”, sostiene una visión holística que considera el cuerpo y la mente en el proceso de aprendizaje activo. Sus estrategias metodológicas promueven el desarrollo motriz y socioemocional en edades tempranas, validando la pertinencia de intervenciones pedagógicas basadas en cultura física para mejorar habilidades motrices y trabajo en equipo (Bolívar, 2023).

En consecuencia, en “intervención a través del programa Deporte para la Paz en niños, niñas y adolescentes del Valle del Cauca”, desde una perspectiva ontológica que ve el deporte como un espacio integral para la formación social y motriz. Su metodología incluye la práctica de disciplinas deportivas colectivas para desarrollar capacidades motrices y socioculturales, aportando un marco sólido para estrategias pedagógicas inclusivas que fortalecen el trabajo en equipo en niños (Santiago & Dorado, 2017).

Además, “El programa Deporte para la Paz (DEPAZ)” donde orienta a mejorar la convivencia de niños, niñas y adolescentes en el Valle del Cauca mediante la práctica de disciplinas deportivas y actividades socioculturales. (Santiago & Dorado, 2017).

Ontológicamente, el deporte es concebido como un espacio integral que contribuye al desarrollo motriz y socioemocional. Esta propuesta busca transformar imaginarios sociales, fomentar el uso adecuado del tiempo libre y fortalecer redes de apoyo comunitarios. Dicho programa sirve como un marco referencial para estrategias pedagógicas que buscan fortalecer habilidades motrices y el trabajo en equipo, relevantes para el contexto educativo y comunitario.

Así mismo, “El fútbol sala y su papel en el crecimiento físico y social en comunidades rurales del municipio de Machetá, Cundinamarca” promueve la práctica del fútbol sala como una herramienta integral que conecta el desarrollo físico, emocional, social y cognitivo de niños de 6 a 10 años en áreas rurales, con un enfoque en el bienestar y desarrollo humano desde una perspectiva integral (Robles, C, 2024).

El programa implementado busca resignificar contextos de marginación histórica, fortalecer la cohesión social y visibilizar al deporte como espacio para el desarrollo integral en zonas rurales.

En contraste, “Inclusión social por medio del deporte formativo en niños”. Basado en una metodología participativa, este estudio enfatiza el deporte formativo como una herramienta para la inclusión social, el desarrollo integral y el fortalecimiento de competencias sociales en niños. Ontológicamente, se centra en la mejora de la calidad de vida y la integración mediante la actividad física (Pistala, 2020).

Finalmente, “Políticas públicas en deporte, recreación, actividad física y aprovechamiento del tiempo libre como estrategia de desarrollo deportivo en Colombia”, presenta un enfoque ontológico que sitúa el deporte, la recreación y la actividad física como derechos fundamentales y elementos imprescindibles para el bienestar colectivo (Iguarán Campo Camilo & ACMA, 2020).

Su análisis normativo propone una base metodológica para la implementación de estrategias inclusivas y colaborativas en la educación física, considerando la importancia de generar ambientes donde la motricidad y la interacción social contribuyan al desarrollo integral. Este respaldo institucional es clave para justificar la pertinencia y necesidad de la estrategia pedagógica planteada en el proyecto.

Referentes Técnicos

En Colombia, el Ministerio de Educación Nacional (MEN) establece orientaciones curriculares específicas para el área de educación física, recreación y deporte, enfatizando el desarrollo integral de los estudiantes a través de la educación del movimiento, capacidades psicomotrices, promoción de la salud y fortalecimiento de competencias motrices y expresivas. Estas orientaciones establecen la necesidad de promover experiencias pedagógicas que articulen la actividad física con procesos formativos que incluyan trabajo colaborativo y desarrollo social en los estudiantes (Ministerio de educación nacional, 2019).

Además, UNESCO (2015) enfatiza que la educación física debe ser una experiencia de aprendizaje planificada, progresiva e inclusiva que forma parte integral del currículo en todos los niveles educativos. Esta educación física de calidad no solo busca desarrollar habilidades motrices, sino también promover el bienestar físico, mental, social y emocional de los estudiantes.

Por otro lado, UNICEF (2019) presenta un marco para la educación integral de la niñez que abarca no solo el acceso a la educación, sino también el desarrollo de habilidades cognitivas, sociales y emocionales. Este enfoque integral promueve una educación de calidad y equitativa, centrada en el bienestar y desarrollo pleno de los niños desde las primeras etapas de la vida.

En cuanto a la aplicación práctica en el aula, estudios recientes desarrollan estrategias pedagógicas específicas que combinan la actividad física con el apoyo de tecnologías de información como herramientas motivacionales para mejorar habilidades motrices en estudiantes de los grados cuarto y quinto de primaria. Estas propuestas buscan movilizar el interés y la participación de los estudiantes, contribuyendo al desarrollo físico y social, lo cual respalda los objetivos de fortalecer habilidades motrices y trabajo en equipo en contextos escolares (Guzmán, S. A, 2022).

Referentes Legales

La investigación debe enmarcarse dentro de la normativa legal vigente en Colombia que regula la educación física, la actividad física y el deporte en el contexto escolar.

Por ende, en el presente año se avanza en la consolidación de un marco normativo robusto, destacándose la propuesta de una nueva Ley de la Actividad Física, Recreación y Deporte, que está en proceso de validación constitucional y que busca fortalecer el derecho fundamental al deporte consagrado en la Constitución Política de Colombia. Esta ley promueve el desarrollo

integral, la equidad y la inclusión social a través de actividades físicas y deportivas en todos los niveles educativos (Ministerio del Deporte, 2024).

Además, la Ley 2490 de 2025 promueve la responsabilidad social empresarial en el fomento del deporte, recreación y actividad física, reforzando el contexto de apoyo institucional para iniciativas escolares que reconoce los deportes electrónicos dentro del sistema nacional del deporte, ampliando así el marco regulatorio de nuevas formas de actividad física (Congreso de Colombia, 2025).

Asimismo, la profesionalización del entrenamiento deportivo, regulada por la Ley 2210 de 2022, impacta positivamente en la calidad de las estrategias pedagógicas aplicadas en el entorno escolar, asegurando que los responsables del entrenamiento y promoción de habilidades motrices tengan la preparación adecuada (Congreso de Colombia, 2025).

En cuanto a decretos, el Decreto 855 de 2025 establece parámetros sobre la infraestructura deportiva y la organización institucional para la promoción de la actividad física, aspectos que sustentan el desarrollo de programas pedagógicos en las instituciones educativas (Presidencia de la República de Colombia, 2025),

Referentes Éticos

La ética en la investigación educativa en Colombia se encuentra regulada y supervisada por comités de ética que garantizan que los proyectos se desarrollen con respeto hacia los derechos y bienestar de los participantes, asegurando el cumplimiento de principios científicos y morales.

La política de ética, bioética e integridad científica para Colombia promueve una cultura de reflexión colectiva y plural en la investigación, destacando la importancia de que todos los actores implicados actúen bajo valores éticos y buenas prácticas que garanticen excelencia y calidad en los procesos (Ministerio de Ciencia, Tecnología e Innovación, 2024).

Herramientas y Métodos

Enfoque y Tipo de Estudio

El presente estudio adopta un enfoque metodológico cualitativo, el cual se enfoca en comprender de manera profunda las experiencias, percepciones y procesos que ocurren durante la implementación de la estrategia pedagógica de cultura física. La investigación cualitativa se caracteriza por estudiar los fenómenos en sus contextos naturales, utilizando la interpretación de significados otorgados por los propios participantes (Barraza Macías, A, 2024).

Este enfoque es adecuado para la presente investigación porque permite analizar no solo los cambios observables en las habilidades motrices y el trabajo en equipo, sino también las percepciones y vivencias de los estudiantes y del docente en el contexto particular del Colegio Lizcano Flores, sede La Capilla.

En cuanto al tipo de estudio, se emplea un diseño de estudio de caso, el cual permite realizar un análisis detallado y contextualizado de un grupo específico de estudiantes. El estudio de caso es una metodología apropiada para investigaciones que buscan comprender fenómenos complejos dentro de sus contextos reales, especialmente cuando el investigador forma parte activa en el ambiente de estudio, como es el caso del docente investigador (Yin. RK, 2018).

Unidad de Análisis

La unidad de análisis en esta investigación es el grupo de estudiantes de cuarto y quinto grado del Colegio Lizcano Flores, sede La Capilla. Este grupo será el foco principal del análisis para evaluar el impacto de la estrategia pedagógica de cultura física en sus habilidades motrices y trabajo en equipo.

Técnicas para la Recolección de Datos

En cuanto a el objetivo 1 (explorar la percepción y el acercamiento de los estudiantes a la estrategia pedagógica de cultura física), se utilizarán principalmente la observación participante y entrevistas semiestructuradas.

Para el objetivo 2 (movilizar el desarrollo de habilidades motrices y trabajo en equipo a través de la estrategia pedagógica), se emplearán registros de campo realizados durante las sesiones, acompañados de videos o fotografías que evidencien las actividades realizadas y la interacción grupal. Estas herramientas permitirán documentar el proceso y la movilización en el desarrollo motriz y social de los estudiantes.

Para el objetivo 3 (reconocer los cambios en habilidades motrices y trabajo en equipo después de la intervención), se aplicarán entrevistas de percepción con los estudiantes para valorar su experiencia y los cambios percibidos, complementadas con autoevaluaciones y evaluaciones entre pares adaptadas a la edad para reflexionar sobre el progreso en competencias motrices y trabajo colaborativo.

Categorías para el Análisis de Datos

La primera categoría, Percepción y acercamiento a la estrategia pedagógica de cultura física, se centra en captar las opiniones, sentimientos y experiencias que los estudiantes expresan respecto a la implementación de la estrategia. Esta categoría permite comprender cómo los niños construyen sentido sobre la propuesta pedagógica y su significado dentro del contexto escolar, abordando aspectos ontológicos de la experiencia vivida.

La segunda categoría, Desarrollo de habilidades motrices, está orientada a identificar y describir los procesos y evidencias del mejoramiento en las destrezas motoras durante la aplicación de la estrategia pedagógica. Aquí se analizan las manifestaciones concretas en el comportamiento

corporal y motriz, permitiendo evidenciar cambios y progresos en esta dimensión fundamental para el desarrollo integral del estudiante (Pérez-Iribar. G, 013).

En cuanto a la categoría de Trabajo en equipo, esta examina cómo se fortalecen las competencias sociales y colaborativas. Se evalúa la interacción, comunicación y cooperación entre los estudiantes durante las actividades físicas grupales, dimensionando la efectividad de la estrategia para promover un ambiente de colaboración y respeto mutuo (Alcocer. RA, 2024).

Finalmente, la categoría llamada Cambios y valoraciones post-intervención reúne las reflexiones, autoevaluaciones y las percepciones que los estudiantes tienen sobre su desempeño y progreso luego de la intervención. Esta categoría es crucial para evidenciar los efectos de la estrategia pedagógica desde la perspectiva de los propios actores involucrados, facilitando la valoración de su impacto en habilidades motrices y sociales (Romero Chaves. C., 2005).

Resultados

Inicialmente, los estudiantes mostraron curiosidad y reserva hacia las actividades estructuradas de cultura física, asociándola principalmente con el juego libre y mostrando escasa comprensión de su potencial formativo. La observación directa evidenció una tendencia a formar grupos pequeños y dispersos, con insuficiente interacción entre los distintos equipos del aula, evidenciando una concepción inicial fragmentada del trabajo colaborativo.

Un estudiante comentó en una entrevista inicial: "Nosotros corremos y le damos pata al balón ". Este acercamiento inicial evidenció una motivación por el movimiento, pero se observó una clara ausencia de actividades físicas planificadas, como las que buscan mejorar habilidades específicas o la colaboración. El concepto de "trabajo en equipo" les resultaba poco claro para ellos, percibiéndose inicialmente como simplemente "jugar cerca de" otros compañeros, en lugar de "colaborar con" un objetivo común.

Durante la fase de experimentación, se implementaron actividades como circuitos de habilidades motrices, juegos cooperativos con materiales adaptados (como conos y balón) y sesiones de microfútbol con reglas modificadas para enfatizar la asistencia sobre el marcador. La respuesta de los participantes fue progresivamente positiva. Se observó un incremento notable en la participación activa y la motivación. Los diarios de campo registraron cómo, en una actividad de "circuito de colaboración", quienes comenzaron a brindarse instrucciones mutuas de forma espontánea para superar retos motrices de manera conjunta.

Un descubrimiento clave fue observar cómo los niños que inicialmente eran más tímidos o con menores habilidades motrices comenzaron a recibir apoyo verbal y físico de sus compañeros. Durante la actividad, se observó cómo J., un estudiante usualmente reservado, recibió el apoyo espontáneo de todo su equipo al realizar una tarea de equilibrio en parejas. Este episodio demostró

que la estrategia de cultura física no solo promovió el desarrollo motriz, sino que también fortaleció las dinámicas sociales del grupo, integrando la experimentación física con la construcción de confianza interpersonal.

Tras la intervención, se evidenciaron avances significativos en el desarrollo integral de los participantes. En el ámbito motriz, se superaron dificultades iniciales de coordinación y equilibrio, logrando 8 de 10 estudiantes un nivel aceptable. Por ejemplo, en la prueba inicial de lanzamiento y recepción, solo 2 de 10 estudiantes lograban una ejecución considerada "aceptable", cifra que aumentó a 8 de 10 en la evaluación final.

En cuanto al trabajo en equipo, la variación fue aún más marcada. Las actitudes iniciales de individualismo e impaciencia dieron paso a comportamientos colaborativos. En las entrevistas finales, un estudiante expresó: "A mi no me gustaba pasar el balón, me daba rabia que otro hiciera el gol, pero si nos ayudamos podemos ganar todos".

Las evaluaciones entre pares confirmaron esta transformación; mientras inicialmente la mayoría se autocalificaba como "poco colaborador", en la evaluación final predominaron las categorías "colaborador" y "muy colaborador". Estos resultados demuestran que la estrategia no solo mejoró las capacidades físicas, sino que también transformó sustancialmente la disposición y habilidad de los estudiantes para interactuar de manera cooperativa y solidaria.

Análisis y Discusión

Los resultados obtenidos muestran avances significativos en el desarrollo de habilidades motrices y de trabajo en equipo entre los participantes, logrando responder satisfactoriamente a los objetivos planteados en la investigación.

El acercamiento inicial de los estudiantes confirmó las expectativas basadas en el diagnóstico contextual: mostraron familiaridad con el juego libre, pero desconocimiento sobre actividades físicas estructuradas. A pesar de ello, se manifestó un giro repentino en la investigación: la rapidez con que superaron la resistencia inicial. Es llamativo cómo una posible barrera se convirtió en entusiasmo en el transcurso de la actividad. Esto muestra que los estudiantes realmente necesitaban y valoraban tener actividades físicas guiadas, algo que su entorno educativo regular no les estaba proporcionando.

Durante la experimentación, la variable demostró su capacidad para transformar tanto las habilidades individuales como las dinámicas grupales. Estos hallazgos se sintonizan con los referentes teóricos de Botero (2020) y Tibaquira (2024), quienes destacan el potencial del deporte y la actividad física estructurada para desarrollar valores sociales y competencias motrices.

La transformación en el desarrollo integral resultó especialmente notable en el ámbito socioemocional. Las entrevistas finales revelaron una transformación en la autopercepción y en la concepción del trabajo colaborativo. Declaraciones como "jugar en equipo nos permite ganar" reflejan una comprensión más profunda de la interdependencia positiva.

Los resultados obtenidos concuerdan con Robles (2024) y Santiago & Dorado (2017) respecto al valor del deporte para fortalecer la cohesión social en entornos rurales.

El estudio presentó limitaciones en el tamaño muestral (10 estudiantes) y en la infraestructura disponible, lo que afectó la generalización de resultados y el desarrollo de

habilidades motrices complejas. Futuras investigaciones deberían considerar muestras más amplias y diseños longitudinales para evaluar la sostenibilidad de los cambios y fortalecer la validez de los hallazgos.

Los resultados sugieren la necesidad de institucionalizar la cultura física como componente fundamental del proyecto educativo institucional en contextos rurales. Se recomienda a la institución educativa: 1) Designar espacios específicos en la jornada escolar para actividades físicas guiadas; 2) Capacitar a docentes en estrategias básicas de educación física; y 3) Desarrollar alianzas con entidades municipales para dotación de materiales adaptados.

El análisis confirma la efectividad de la cultura física como estrategia para el desarrollo integral en contextos rurales. Como proyección, se sugiere investigar cómo integrarla con otras áreas académicas y qué factores garantizan su sostenibilidad. Un enfoque metodológico mixto podría enriquecer futuros estudios sobre el tema.

Conclusiones y Recomendaciones

La implementación de la estrategia de cultura física fortaleció significativamente las habilidades motrices y el trabajo en equipo en los estudiantes, respondiendo positivamente a la pregunta de investigación. Estos resultados confirman que, incluso en contextos con recursos limitados, es posible promover un desarrollo integral a través de estrategias pedagógicas bien estructuradas. La experiencia demostró que la actividad física dirigida puede trascender el enfoque recreativo y convertirse en una herramienta educativa de alto impacto.

La investigación permitió transformar la percepción inicial de los estudiantes sobre la actividad física, pasando de una visión lúdica individual a una comprensión colaborativa y con propósito formativo. Este cambio no solo mejoró su disposición hacia el trabajo en equipo, sino que también fomentó un sentido de pertenencia y confianza dentro del grupo. La cultura física se reveló como un puente entre el movimiento corporal y la construcción de relaciones interpersonales positivas.

La variable “cultura física” mostró un alto impacto en el desarrollo integral, aunque se identificó que la falta de recursos puede limitar su alcance. Aun así, los avances fueron notorios en ambas dimensiones evaluadas, evidenciando que la creatividad pedagógica puede suplir en parte las carencias materiales. La adaptación de actividades y el uso de materiales no convencionales resultaron clave para el éxito de la intervención.

Este estudio aporta evidencia contextualizada sobre la viabilidad de la cultura física en entornos rurales, enriqueciendo la literatura existente y ofreciendo un modelo replicable en contextos similares. Además, sienta las bases para futuras investigaciones que exploren la sostenibilidad de estas estrategias a mediano y largo plazo. La integración de la cultura física en

el proyecto educativo institucional emerge como una oportunidad para democratizar el acceso a una educación corporal y socialmente significativa.

Se sugiere incorporar la cultura física de manera permanente en la planeación curricular del colegio, utilizando materiales adaptados y actividades cooperativas para sostener los logros alcanzados.

Para futuras investigaciones podrían incorporar una metodología mixta (cualitativa-cuantitativa) y ampliar la muestra para profundizar en la relación entre cultura física y rendimiento académico o autoestima.

Referencias Bibliográfica

- Alcocer, R. A. (2024). *Trabajo cooperativo en educación física: Un enfoque para el fortalecimiento de las relaciones sociales*. Educación y Actividad Física. <https://ea.ceuandalucia.es/index.php/EA/article/view/301>
- Barraza Macías, A. (2024). *Metodología de la investigación cualitativa: Una perspectiva interpretativa*. <https://www.upd.edu.mx/PDF/Libros/MetodologiaInvestigacion.pdf>
- Bolívar, A. L. (2023). *El desarrollo integral en los niños y niñas a través de actividades lúdicas y pedagógicas en la Institución CDI Alegres exploradores*. Repositorio Institucional UNAD. <https://repository.unad.edu.co/handle/10596/59049>
- Botero, M. (2020). *Reflexión sobre propuestas pedagógicas basadas en el deporte para contribuir a la formación de valores en adolescentes*. Repositorio Institucional UNAD. <https://repository.unad.edu.co/handle/10596/43289>
- Congreso de Colombia. (2022). *Ley 2210 de 2022: Por medio de la cual se reglamenta la actividad del entrenador(a) deportivo(a) y se dictan otras disposiciones*. <https://www.funcionpublica.gov.co/eva/gestornormativo/norma.php?i=186986>
- Congreso de Colombia. (2025). *Ley 2490 de 2025: Por medio de la cual se promueve la responsabilidad social empresarial para el fomento del deporte, la recreación y la actividad física y se dictan otras disposiciones*. <https://www.mindeporte.gov.co/sala-prensa/noticias-mindeporte/ley-republica-promueve-responsabilidad-social-empresarial-para-deporte-actividad-fisica-recreacion>
- Francisco, J., & Flores, M. (2024). *Más que un juego: La educación física como herramienta para el desarrollo integral en las escuelas públicas de Zacatecas*. <http://dx.doi.org/10.48779/ricaxcan-373>

Guamán Yumiceba, A. E., Lalangui Armijos, L. L., Ayala Laverde, D. F., Vergara Terán, M. R., & Vergara Terán, A. P. (2024). Apoyos de la educación física al desarrollo integral de los estudiantes. *GADE: Revista Científica*, 4(2), 212–227.

<https://doi.org/10.63549/rg.v4i2.435>

Guarnizo, N. (2022). El trabajo en equipo en el escenario pedagógico “Parque de los Sentidos” en el área de la educación física. *Revista Académica Internacional de Educación Física*, 2(3), 1–15. <https://orcid.org/0000-0002-2969-4523>

Guzmán, S. A. (2022). *Estrategia pedagógica con mediación de las TIC para mejorar la actividad física en estudiantes del grado quinto*. Fundación Universitaria Los Libertadores. <https://repository.libertadores.edu.co/bitstreams/f423dd05-9f73-4082-a372-38b7e660255b/download>

Iguaran Campo, C. M., & ACMA, Y. (2020, 26 de junio). *Políticas públicas en deporte, recreación, actividad física y aprovechamiento del tiempo libre como estrategia de desarrollo deportivo en Colombia*. Educa.co.

<https://repository.unad.edu.co/handle/10596/35060>

LLerena, J. F. (2024). *El Microfútbol en la clase de educación física: Una estrategia pedagógica para la construcción de aprendizajes integrales e intercambio de saberes*. Repositorio Institucional UNAD. <https://repository.unad.edu.co/handle/10596/63874>

Macías Giler, E. M. (2025). Importancia de la educación física en el desarrollo integral del estudiante de Educación General Básica. *Revista Científica de Innovación Educativa y Sociedad Actual “ALCON”*, 5(3), 310–322. <https://doi.org/10.62305/alcon.v5i3.598>

Ministerio de Ciencia, Tecnología e Innovación. (2024). *Política de ética, bioética e integridad científica para Colombia*. https://minciencias.gov.co/sites/default/files/pdf_politica.pdf

Ministerio de Educación Nacional. (2019). *Orientaciones curriculares para la educación física, recreación y deporte*.

https://www.mineducacion.gov.co/1780/articles411706_recurso3.pdf

Ministerio del Deporte. (2024). *Proyecto de nueva Ley de la Actividad Física, Recreación y Deporte*.

<https://www.mindeporte.gov.co/sala-prensa/noticias-mindeporte/proyecto-nueva-ley-actividad-fisica-recreacion-deporte-sera-radicado-principios-2025>

Montes Mata, K. J., Aguirre Chávez, J. F., Robles Hernández, G. S. I., & Franco Gallegos, L. I. (2025). Educación física y desarrollo integral: Un análisis sistematizado de evidencias educativas. *Ciencia y Reflexión*, 4(1), 51–74. <https://doi.org/10.70747/cr.v4i1.83>

Pérez-Iribar, G. (2013). El desarrollo de las habilidades motrices en la Educación Física Escolar.

Dialnet. <https://dialnet.unirioja.es/descarga/articulo/6210850.pdf>

Pistala, J. A. (2020). *Inclusión social por medio del deporte formativo en niños de 7 a 14 años de edad del municipio de Cumbal-Nariño*. Repositorio Institucional UNAD.

<https://repository.unad.edu.co/handle/10596/35555>

Piña, J. A., & García, M. G. (2023). Actividad física en adolescentes mexicanos en el periodo 2006–2021: Análisis breve y algunas observaciones. *Revista Digital: Actividad Física y Deporte*, 9(2), e2352. <https://doi.org/10.31910/rdafyd.v9.n2.2023.2352>

Presidencia de la República de Colombia. (2025). *Decreto 855 de 2025: Por medio del cual se añade la Parte 18 del Libro 2 del Decreto 1085 de 2015, Decreto Único Reglamentario del Sector Administrativo del Deporte*. <https://www.mindeporte.gov.co/transparencia/2-normativa/2-1-normatividad/normatividad-general-reglamentaria/normograma/decretos/decreto-0855-del-30-julio-2025>

Romero Chaves, C. (2005). La categorización: Un aspecto crucial en la investigación cualitativa.

Revista de Investigaciones CESMAG, 11(11), 113–118.

<https://biblioteca.unicesmag.edu.co/digital/revinv/0123-1340v11n11pp113.pdf>

Santiago, J., & Dorado, D. F. (2017). *Propuesta de intervención, a través del programa deporte para la paz (DEPAZ), para el mejoramiento de la convivencia de los niños, niñas y adolescentes del Valle del Cauca*. Repositorio Institucional UNAD.

<https://repository.unad.edu.co/handle/10596/20769>

Tibaquirá, A. E. (2024). *Actividad física grupal para toda la comunidad como medio de desarrollo social sostenible* [Diplomado de profundización para grado]. Repositorio Institucional UNAD. <https://repository.unad.edu.co/handle/10596/62735>

UNESCO. (2015). *Lineamientos para la educación física y el desarrollo integral*.

<https://unesdoc.unesco.org>

UNICEF. (2019). *Marco para la educación integral de la niñez*. <https://www.unicef.org>

Vargas Arreaga, L. S., & Merchán Carvajal, M. B. (2024). Incidencia de la educación física para fomentar estilos de vida saludables en el contexto educativo: Una revisión sistemática.

LATAM Revista Latinoamericana de Ciencias Sociales y Humanidades, 5(4), 4404–4417.

<https://doi.org/10.56712/latam.v5i4.2576>

Yin, R. K. (2018). *Investigación y aplicaciones de estudios de caso: Diseño y métodos* (6.^a ed.).

<https://ebooks.umu.ac.ug/librarian/booksfile/Case%20Study%20Research%20and%20Applications.pdf>

Apéndices

Apéndice A

Muestras de investigación

https://drive.google.com/drive/folders/1IJBvqCmoYXgUUXid-Mjrp3BIPKgeCtEG?usp=drive_link