

# MÉTODOS ACTIVOS Y PEDAGÓGICOS APLICADOS AL DEPORTE

El artículo “Las metodologías activas en el proceso de enseñanza-aprendizaje de la Educación Física” analiza el impacto que tienen estas estrategias pedagógicas en el desarrollo del aprendizaje, la motivación y la participación de los estudiantes. En el contexto actual, la educación física ha experimentado una transformación importante, pasando de modelos tradicionales centrados en la repetición y la instrucción directa hacia enfoques más dinámicos en los que el estudiante asume un papel activo dentro de su propio proceso de aprendizaje.

Las metodologías activas se caracterizan por promover la participación constante del alumnado, favoreciendo el aprendizaje significativo a través de la experiencia, la interacción y la reflexión. A diferencia de los enfoques tradicionales, donde el docente es el principal transmisor de conocimientos, estas metodologías colocan al estudiante como protagonista, permitiéndole construir su propio aprendizaje mediante actividades prácticas, colaborativas y lúdicas.

El estudio se desarrolló en dos instituciones educativas de Cuenca, Ecuador, con la participación de 155 estudiantes y 2 docentes, mediante un enfoque mixto que combinó técnicas cuantitativas y cualitativas. Para la recolección de datos se utilizaron instrumentos como fichas de observación y cuestionarios orientados a medir la percepción de los estudiantes sobre el clima motivacional en las clases de educación física. Este tipo de diseño permitió obtener una visión integral del uso de las metodologías activas dentro del aula.

Uno de los principales hallazgos del estudio es que la aplicación de metodologías activas en las clases de educación física aún es parcial, ya que se concentran principalmente en la fase inicial de las sesiones, como en los momentos de activación o calentamiento. Esto indica que, aunque existe una intención de innovar en la enseñanza, todavía persisten prácticas tradicionales en el desarrollo central de las clases, lo que limita el potencial de estas metodologías para mejorar el aprendizaje.

En cuanto al clima motivacional, los resultados muestran que las metodologías activas favorecen un entorno más positivo y participativo. En particular, se observó que en la institución donde se implementaron con mayor frecuencia estas estrategias, los estudiantes presentaron un mayor “clima de tarea”, es decir, una orientación hacia el aprendizaje, la cooperación y el esfuerzo personal. Por el contrario, el “clima de ego”, relacionado con la competencia y la comparación entre compañeros, tiende a disminuir cuando se promueven prácticas cooperativas.

Este hallazgo es relevante, ya que demuestra que las metodologías activas no solo impactan en el aprendizaje motor, sino también en aspectos socioemocionales del estudiante, como la motivación, la autoestima y la convivencia. El uso de estrategias como el aprendizaje cooperativo, el juego didáctico y la resolución de problemas permite generar ambientes más inclusivos y participativos, donde todos los alumnos tienen la oportunidad de involucrarse activamente.

Sin embargo, el estudio también evidencia la necesidad de fortalecer la implementación de estas metodologías a lo largo de toda la sesión de clase y no solo en momentos específicos. Para lograrlo, es fundamental que los docentes cuenten con una formación adecuada que les permita diseñar actividades coherentes, estructuradas y alineadas con los objetivos de aprendizaje. Asimismo, se requiere un cambio en la concepción del proceso educativo, pasando de un modelo centrado en la enseñanza a uno centrado en el aprendizaje.

En este sentido, las metodologías activas representan una herramienta clave para mejorar la calidad de la educación física, ya que permiten desarrollar competencias no solo físicas, sino también cognitivas y sociales. Además, fomentan la autonomía del estudiante, el pensamiento crítico y la toma de decisiones, elementos esenciales en la formación integral.

En conclusión, el artículo destaca que las metodologías activas tienen un impacto significativo en el proceso de enseñanza-aprendizaje de la educación física, al incrementar la motivación, la participación y la calidad del aprendizaje. No obstante, su aplicación aún presenta limitaciones, lo que hace necesario promover su uso de manera más sistemática y continua dentro del aula. De esta manera, se podrá avanzar hacia un modelo educativo más dinámico, inclusivo y centrado en el estudiante, acorde a las demandas actuales del contexto educativo.

**Referencia:**

*Cardoso Abad, A. A., & Aldas Arcos, H. G. (2025).*

*Las metodologías activas en el proceso de enseñanza-aprendizaje de la Educación Física. Religación, 10(46), e2501469.*

<https://doi.org/10.46652/rqn.v10i46.1469>