

## **Metodologías emergentes para la enseñanza de la Educación Física (Revisión)** *Emerging methodologies for teaching physical Physical Education (Review)*

Ángel Freddy Rodríguez Torres. Universidad Central del Ecuador. Quito. Ecuador.

[[afrodriguez@uce.edu.ec](mailto:afrodriguez@uce.edu.ec)] .

Luis Enrique Chicaiza Peneida. Universidad Central del Ecuador. Quito. Ecuador.

[[lechicaizap@uce.edu.ec](mailto:lechicaizap@uce.edu.ec)] .

Angie Cristina Cusme Torres. Estudiante de la carrera de Pedagogía de la Actividad Física y Deporte. Universidad Central del Ecuador. Quito. Ecuador.

[[accusme@uce.edu.ec](mailto:accusme@uce.edu.ec)] .

**Recibido:** 5 de septiembre de 2021 / **Aceptado:** 8 de diciembre de 2021

### **Resumen**

En la actualidad la enseñanza de la Educación Física debe ser de calidad por lo que se requiere que el profesorado implemente metodologías activas que se centren en el estudiante y potencien su aprendizaje, que le permitan insertarse de manera efectiva en la sociedad y sea capaz de responder a las distintas circunstancias que se le planteen. El objetivo de estudio es identificar las metodologías activas empleadas en las clases de Educación Física y los beneficios en el aprendizaje de los estudiantes. Se realizó la búsqueda de estudios en diferentes bases de datos Redalyc, Scielo, Doaj, Google Académico y Scienca Direct, para la búsqueda de información se utilizó las palabras clave “Metodologías activas” “Educación Física” y “Aprendizaje”. Se revisaron fuentes bibliográficas publicadas entre 1984 y 2021. En una primera etapa se identificaron 120 documentos de los cuales se seleccionaron 73 que cumplían los requisitos de inclusión. Se concluye que la implementación de las MA en la enseñanza de la EF es motivante, forman estudiantes críticos del proceso, responsables, autónomos y con bases más sólidas para enfrentar los retos y los prepara en la resolución de problemas, impulsa la práctica motriz más regular para convertirse en personas activas y con hábitos saludables que le servirán a lo largo de la vida. Por lo que es necesario que el profesorado sea capacitado y cuente con los fundamentos teóricos, metodológicos y prácticos para la implementación de las MA.

**Palabras clave:** metodologías activas; educación física; aprendizaje.

## **Abstract**

Nowadays, the teaching of Physical Education must be of quality, so it is required that teacher implement active methodologies that focus on the student and enhance their learning, allowing them to be effectively inserted in society and be able to respond to the different circumstances that arise. The objective of the study is to identify the active methodologies used in Physical Education classes and the benefits for student learning. A search for studies was carried out in different databases Redalyc, Scielo, Doaj, Google Scholar and Scienca Direct, using the keywords "Active methodologies" "Physical Education" and "Learning". Bibliographic sources published between 1984 and 2021 were reviewed. In the first stage, 120 documents were identified, of which 73 were selected that meet the inclusion requirements. It is concluded that the implementation of the MA in the teaching of PE is motivating, forms students who are critical of the process, responsible, autonomous and with more solid bases to face challenges and prepares them in problem solving, encourages more regular motor practice to become active people with healthy habits that will serve them throughout their lives. Therefore, it is necessary that teachers are trained and have the theoretical, methodological and practical foundations for the implementation of the MA.

**Key words:** active methodologies; physical education; learning.

## **Introducción**

La sociedad se ha visto sometida a grandes cambios educativos en los últimos años y una de las causas es el COVID-19, esto se puede observar en la forma de relacionarnos, de acceder a la información y de interactuar con todo aquello que nos rodea (Córdor et al., 2021) Donde la conectividad, los cambios sociales y la dinámica global son las fuerzas de cambio en el aprendizaje (Marcillo et al., 2021), en la formación del profesorado y en las instituciones educativas (Quinn et al., 2021).

La pandemia ha llevado a la implementación de protocolos que han cambiado la forma en que los maestros enseñan y se comunican con los estudiantes y las familias (Posso et al. 2021). Esta situación obliga a repensar la educación y, en particular, la Educación Física (Varea et al., 2020). La Educación Física (EF) se practica en lugares particulares y en momentos específicos y con la aparición de Covid-19 ha representado una necesidad de analizar los cambios que deben implementarse para la enseñanza de la EF (Posso et al., 2021).

En este escenario, la clase magistral y el rol del docente donde primaba la transmisión de contenidos debe reformularse y dar paso a metodologías donde el estudiante se convierte en un agente activo de su proceso de aprendizaje (De Pablos, 2007).

Una de las preocupaciones que tiene el profesorado es como el estudiante aprende y que metodologías son necesarias emplearlas para este fin. Donde él pueda aprender de manera significativa y pueda transferir lo aprendido en la resolución de problema complejos de su profesión (Rodríguez y Naranjo, 2016).

En la actualidad, para que los alumnos puedan desenvolverse de manera efectiva en el ámbito social y profesional, las metodologías activas cobran una mayor relevancia (Posso et al., 2021), ya que permiten reconducir y orientar los procesos formativos que fomenten el desarrollo de habilidades cognitivas superiores y las habilidades blandas en los estudiantes (Morente et al., 2020; Silva y Maturana, 2017).

Las metodologías activas han adquirido relevancia en el sistema educativo donde el estudiante en su principal protagonista, mayor participación, cooperación, autonomía y autorregulación a los alumnos (Posso, 2018b) en el proceso de enseñanza-aprendizaje (PEA) dando al docente un papel algo observador y poco interventor (Rodríguez y Arias, 2019; Rodríguez et al., 2017).

Es natural que: “los procesos de cambio e innovación generen, en cualquier contexto, una serie de incertidumbres, dudas y temores lo que, en ocasiones, son elementos paralizadores de estas iniciativas” (Muntaner et al., 2020, p.97). Así pues, la innovación educativa introduce cambios para la mejora de la calidad educativa, ya sea relacionados con el sistema educativo en general, o con la práctica docente en particular (Abellán y Herrada, 2016).

Las metodologías activas se fundamentan en que el alumno, a través de la guía del profesor, asuma una mayor responsabilidad y autonomía en su proceso de aprendizaje, facilitando con ello que su aprendizaje sea auténtico reforzando su responsabilidad, autoestima, interés y motivación (Robledo et al., 2015; Ballesta et al., 2011).

Ante lo expuesto, la implementación de estas metodologías exige un cambio radical en la actitud de los alumnos y del profesorado que han tenido que adaptar su rol dentro del aula a un nuevo paradigma, que promueve que el alumno sea capaz de tomar decisiones sobre el mismo y su aprendizaje, desarrollando la capacidad para juzgar la

calidad de su propio trabajo, así como el de los otros volviéndose reflexivo y crítico (Gómez, 2010; Serna y Díaz, 2013; Luelmo, 2018; Álvarez et al., 2020).

El objetivo de este estudio es identificar las metodologías activas empleadas en las clases de Educación Física y los beneficios en el aprendizaje de los estudiantes.

Se realizó una búsqueda de estudios en diferentes bases de datos como Redalyc, Scielo, Doaj, Google Académico y Scienza Direct. Las fuentes bibliográficas revisadas se clasificaron en: artículos de investigación y teóricos, libros e informes de organismos nacionales e internacionales. Para ello se utilizaron palabras clave como: Metodologías activas, Educación Física y Aprendizaje.

Se revisaron fuentes bibliográficas publicadas entre 1984 y 2021. En una primera etapa se identificaron 90 documentos de los cuales se seleccionaron 53 que cumplían los requisitos de inclusión, es decir, se trataba de artículos científicos, libros y tesis publicados en el periodo seleccionado y en idioma español.

En la revisión sistemática realizada a los 53 documentos seleccionados, se identificaron contenidos fundamentales sobre: los beneficios que implica el uso de metodologías activas en las clases de EF y propuestas metodológicas novedosas para aplicar en clases.

## **Desarrollo**

La EF ha sido abordada desde la antigüedad a partir de distintas perspectivas como la salud, la recreación, la expresión corporal, el deporte y la educación, en esta última, según (Cagigal, 1984 p. 49) la EF sería “el arte, ciencia, sistema o técnicas de ayudar al individuo al desarrollo de sus facultades para el diálogo con la vida”, es decir, ayuda al ser humano a desenvolverse en el medio atendiendo primordialmente su constitución física, su destreza, armonía de movimientos, agilidad, vigor, resistencia, entre otras.

La UNESCO (2015) define a la Educación Física de Calidad (EFC) como:

La experiencia de aprendizaje planificada, progresiva e inclusiva que forma parte del currículo en educación infantil, primaria y secundaria. En este sentido, la EFC actúa como punto de partida de un compromiso con la actividad física y deporte a lo largo de la vida. La experiencia de aprendizaje que se ofrece a los niños y jóvenes a través de las clases de Educación Física debe ser apropiada para ayudarles a adquirir las habilidades psicomotrices, la comprensión cognitiva y las aptitudes sociales y emocionales que necesitan para llevar una vida físicamente activa.

Desde la perspectiva educativa la EF trata de ayudar y facilitar al alumnado las condiciones para que sean capaces de elegir, tomar decisiones, descubrir y redescubrir el medio a través del movimiento asegurando su bienestar psíquico y físico (Calero y González, 2014), además, contribuir a la educación de los principales aspectos del hombre como una suma de cuerpo, mente, alma y la motricidad, por ser su campo de acción (Guapi y Aldas, 2019).

En este sentido, en Latinoamérica, la EF es una asignatura que forma parte del Currículo o Plan de estudios del sistema educativo, mismo en el que se plasman las intenciones educativas del país buscando promover el desarrollo (Posso et al., 2021) y la socialización de las nuevas generaciones y en general de todos sus miembros (Ministerio de Educación del Ecuador, 2016).

En la República del Ecuador la EF es la asignatura que se imparte de manera obligatoria en todos los niveles, Preprimario, Educación General Básica y Bachillerato como una actividad de formación física, cultural, y humanística de los estudiantes (Guapi y Aldas, 2019).

En el 2016 se implementa el nuevo currículo basado en el Constructivista Social que incluye los enfoques: lúdico, inclusivo y construcción de la corporeidad, (Posso et al., 2020) permitiendo desarrollar la identidad propia de cada institución; el docente también tendrá que aplicar en sus clases metodologías activas y construir estrategias metodológicas, donde se fomenta la del alumnado, desde una visión holística e integradora del aprendizaje (Pereira et al., 2020; Rodríguez-Torres et al., 2018; Herrera et al., 2018).

### Metodologías Activas

En la actualidad, las “metodologías activas”(MA) se refieren al conjunto de métodos, procesos, estrategias, técnicas y herramientas que permiten al docente convertir el proceso de enseñanza en actividades que fomenten al estudiante a tener un papel más importante en su educación (Posso y Bertheau, 2020) y estimular la adquisición de aprendizaje autónomo (Matzumura et al., 2018; Labrador y Andreu, 2008).

Además, las MA constituyen una forma interesante de presentar el conocimiento y dar una respuesta a las interrogantes que se realiza el docente de qué, cómo, cuándo y dónde enseñar (Baro, 2011).

La propuesta de una MA se basa en una enseñanza de aprender a aprender (Sánchez y López, 2019), donde el estudiante adopte una actitud más activa, reflexiva y comprensiva durante el proceso de construcción de su aprendizaje (León-Díaz et al., 2020), donde se promueva su autonomía de aprendizaje para toda la vida, dada por la motivación y estimulación del alumnado a través de la guía y orientación del docente.

Entre los beneficios de emplear las MA en el proceso de enseñanza y aprendizaje son: ayuda al desarrollo de las capacidades de relaciones interpersonales, de inserción social, las afectivo-motivacionales o de autonomía y equilibrio personal vinculadas a la autoestima (Roque et al., 2020; Pérez, 2017; Zapatero, 2017).

De esta forma, Navarro y Collado (2020) establecen que en una clase el uso de MA puede ser sin duda, uno de los mejores entrenamientos que le podamos ofrecer al cerebro de un niño, adolescentes o adulto y algunos beneficios, se muestran en la siguiente tabla:

Tabla 1. Beneficios del uso de MA

– Fomentan la autonomía, la planificación cognitiva, el trabajo en equipo, aprendizaje cooperativo, la creatividad, entre otras.
– Es un factor de prevención de primer orden, para evitar enfermedades mentales (dificultades de aprendizaje, dislexia, discalculia, TDAH)
– Contribuyen a un óptimo desarrollo del cerebro, salud mental y emocional.
– Mejora las habilidades cognitivas, de aprendizaje, memoria y atención.
– Previene la depresión

Fuente: Adaptado de Navarro y Collado (2020, p.18). Bases neurocientíficas del uso de metodologías activas en Educación Física.

### Metodologías activas en la enseñanza de la Educación Física

El Currículo Nacional de EF al ser constructivista (Posso, Barba y Otañez, 2020) y estar orientado con los enfoques inclusivo, lúdico y de construcción de la corporeidad, brinda la oportunidad de aplicar en el aula diferentes estilos de aprendizaje y estrategias de enseñanza brindando la flexibilidad para que el docente se adapte a las necesidades de los estudiantes, por lo que, el profesor de EF debe replantearse qué enseñar en la asignatura y cuestionarse cómo enseñar esos contenidos, de esta manera será el docente el responsable de seleccionar y adaptar las estrategias metodológicas más adecuadas, teniendo en cuenta las particularidades de cada estudiante y su contexto,

que apunten a la construcción de una población más activa y saludable (Posso, 2018a; Zapatero et al., 2018; Posso et al., 2019; Bonifaz et al., 2020).

De acuerdo con lo establecido en la Guía metodológica para la EF (2018 p. 20) “todas las metodologías deberán ser activas y motivadoras para los estudiantes, en la que se desarrollen todos los enfoques del área, por ello, la EF debe contribuir a que tenga experiencias significativas, que tome decisiones sobre su salud y que le permita el pleno desarrollo psíquico, emocional y físico, diagnosticar previamente situaciones potenciales de riesgo y vulnerabilidad (León, 2020; Rodríguez-Torres et al., 2019)

Es necesario generar un ambiente armónico a través del planteamiento de tareas desafiantes y retadoras, donde los estudiantes son sujetos activos capacitados para identificar necesidades de aprendizaje, investigar, resolver problemas de su profesión, en definitiva, que aprenda a aprender (Rodríguez et al., 2017; Larroya, 2016; Murillo, 2007).

El Ministerio de Educación propone una serie de metodologías activas para la enseñanza de la EF, en la Guía de estrategias metodológicas para la Educación Física en EGB y BGU como se describen a continuación Posso (2018):

- Aprendizaje cooperativo: Se puede aplicar a través de las técnicas de piensa, comparte y actúa, rompecabezas y desafío y Cambio.
- Desafíos Motrices: Se plantean en forma de reto colectivo, en el cual los estudiantes del grupo deben resolver o superar determinados problemas planteados por el docente.
- Inteligencias Múltiples: No todas las personas aprenden de la misma manera, algunas de estas inteligencias son: la lingüística, lógico- matemática, espacial, Kinestésica, musical, interpersonal, intrapersonal y naturalista.

#### Metodologías Activas que pueden emplearse en la enseñanza de la Educación Física:

En la actualidad el proceso de enseñanza no solo se restringe a utilizar una solo metodología sino por contrario la Pandemia Covid 19, ha posibilitado que el profesorado sea disruptivo donde integre las TIC en la enseñanza provocando cambios en los métodos de enseñanza, ello se logra produciendo nuevas formas de enseñar y aprender (Hedberg & Freebody, 2007). A continuación, se describen algunas MA que pueden ser empleadas en la enseñanza de la EF:

1. Aprendizaje basado en problemas: es un medio para aplicar en las clases de EF, ya que a través de este el docente usa problemas reales como estímulo para desarrollar habilidades de solución de problemas y adquirir conocimientos específicos en la asignatura (Posso et al., 2020) además permite a los estudiantes al auto descubrimiento de sus capacidades, habilidades, fortalezas, conduciendo a la generación de un aprendizaje centrado en la indagación y reflexión (Montalván et al., 2020; Méndez et al., 2017; Rodríguez & Naranjo, 2016).
2. Aprendizaje basado en proyectos: es un trabajo integrado de diferentes tareas motrices junto con aspectos sociales y culturales que permite poner de manifiesto la capacidad de la EF de construir aprendizajes significativos (Posso et al., 2021) cuando se encuentra un equilibrio entre planificación y adaptación a los nuevos entornos, inquietudes y situaciones (Aranda y Monleón, 2016; León et al., 2018; Pérez y Valencia, 2020). Promueve la asimilación de conceptos, valores y los prepara a los estudiantes para la vida real, aumenta su motivación, integra lo aprendido en la escuela con la vida real, ofrece oportunidades de colaboración para la construcción de sus conocimientos, resuelve problemas complejos, aumenta su autoestima (Blázquez, 2017; Rodríguez, 2012).

Contreras (2017) propone que, para la enseñanza de la EF, se puede destacar tres tipos de proyectos:

- a) Históricos: los estudiantes realizan investigaciones cuya finalidad es la de recrear los juegos, actividades físicas, bailes y danzas, y en definitiva la cultura motriz de un momento espacio-temporal determinado.
  - b) Deportivos: atienden las manifestaciones deportivas más importantes de nuestra cultura, como la liga de futbol, baloncesto, Olimpiadas, Campeonatos del Mundo, etc. A través de la reproducción de sus características más típicas.
  - c) De participación ciudadana: tienen que ver con acontecimientos de gran carga motriz puntuales de una ciudad o territorio determinado, como son las fiestas populares (p. 15).
3. Aprendizaje por descubrimiento: proporciona al alumno una mayor participación, debido a que el docente presenta todas las herramientas necesarias al alumno para que este descubra por sí mismo, dejar que el alumno descubra por sí solo significa



proporcionarle la oportunidad de que sea el protagonista y decida él mismo lo que desea aprender, y de esta forma otorgar una mejor motivación en la clase (Baro, 2011; Martínez, 2015; Cabezas, 2019).

4. Gamificación: es una forma de ludificación del aprendizaje, es decir hacer del juego el centro de este, además brinda distintas oportunidades y experiencias de aprendizaje a la EF, estos procesos se concretan en el uso de herramientas, técnicas u otros elementos extraídos del juego siendo algunas de ellas el uso de las TIC a través de dispositivos como videoconsolas, ordenadores, tabletas y aplicaciones como Kahhot, Prezi, entre otras que fomentan la participación a través de misiones y/o retos (Escaravajal y Martínez, 2019; León et al., 2019; González, 2020; Olmedo, 2021).
5. Aprendizaje y servicio: procura el aprendizaje de contenidos académicos a la vez que se presta un servicio a la comunidad y sitúa al alumno en el centro del PEA dejando para el profesor el rol de guía, la EF se muestra como un campo de conocimiento adecuado para el uso de esta metodología por su carácter práctico, la riqueza en interacciones personales que produce y por la amplitud y adaptabilidad de sus contenidos, proporcionando una mejora de las habilidades y actitudes sociales en el alumnado (Capella et al., 2014; Chiva et al., 2018; Chiva et al., 2016).
6. Aula inversa: metodología que invierte la forma tradicional de dar las clases, mediante el uso de las TIC, transfiriendo al contexto extraescolar ciertos procesos de aprendizaje que suelen desarrollarse dentro del aula. El área de EF al ser práctica, el trabajo a través de este modelo permite el aumento del Tiempo de Compromiso Motor (TCM) en alumnado, este tiempo permite al alumnado un mayor periodo de práctica motriz y de aprendizaje activo, haciendo posible un aprendizaje en línea que potencie la competencia digital (Roig, 2017; Campos et al., 2021; Ramos, 2021). El aula invertida mejora el aprendizaje de los estudiantes (Hinojo et al., 2019).
7. Contrato didáctico: Llevado al aula de EF, se refiere a las negociaciones que surgen entre el profesor y los alumnos basándose en unas determinadas directrices, este debe diseñarse a través de unas pautas para poder abarcar los elementos del

currículo, por ello se debe encontrar una necesidad de aprendizaje favoreciendo así el aprendizaje, la organización y el clima del aula (Castellano y Palomino, 2018).

8. Desafíos motrices: “Un desafío motriz se debe plantear como pregunta o como frase, en el cual se mencione el problema a resolver y varias condicionantes que dificultarán la actividad, como, por ejemplo: superar el reto” (Posso, 2018, p. 24).

El reto es buscar soluciones a problemas complejos del mundo real, a través de la integración de sus saberes aprendidos en su proceso de formación y donde el alumno interioriza su aprendizaje de manera significativa (Martínez, 2020).

Es una forma atractiva y motivante para trabajar las habilidades motrices y un buen recurso para estos tiempos de Pandemia (Posso et al., 2021). De esta forma se puede estimular y poner en acción diferentes segmentos y grupos musculares, así como componentes de la motricidad como son las capacidades físicas y coordinativas: la velocidad de reacción, la velocidad y agilidad, la resistencia cardiorespiratoria, la fuerza, el equilibrio estático y dinámico, la coordinación dinámica general, la coordinación motriz fina, la coordinación óculo manual y óculo pedal, etc. (KINESIS, 2020).

El profesor puede plantear un reto a sus estudiantes, sin muchas normas, donde se puede organizar por equipos y plantear estrategias de forma autónoma, desarrollando así un comportamiento cognitivo muy importante que se trabajará paralelamente (Posso et al., 2020). A partir de aquí, el docente creará variantes o manejará la situación para que no ganen siempre los mismos y poder reforzar positivamente a todos (Ministerio de Sanidad, Consumo y Bienestar Social, 2014).

9. El aprendizaje cooperativo: se base en el trabajo en pequeños grupos, normalmente heterogéneos, donde los estudiantes aúnan esfuerzos y comparten recursos para construir (Posso et al., 2020) y reconstruir su propio aprendizaje y el de los demás integrantes del equipo (Velázquez, 2010; Rodríguez, 2012). Su aplicación tiene como beneficios en el alumnado a “nivel cognitivo, motriz, social y afectivo-motivacional por lo que se contempla como un excelente recurso para promover la inclusión real del alumnado en las clases de EF” (Velázquez, 2018, p. 14).

(Martínez & Sánchez 2020 p. 10) proponen algunos principios que se deben considerar:

- a) Existe una progresión en cuanto a nivel de dificultad en el ámbito de lo social (habilidades interpersonales requeridas, necesidad de tomar decisiones grupales, etc.). Ocurre lo mismo en cuanto al número de integrantes en los grupos y la duración de estos.
- b) Al principio, resulta necesario demostrar al alumnado las ventajas, o la necesidad de cooperar, con el objetivo de que sean ellos mismos los interesados en trabajar de esta manera.
- c) El clima social de la clase es un factor fundamental a tener en cuenta. Se aplican estrategias didácticas concretas para influir en el ambiente de la clase, y para crear una lógica democrática y cooperativa del aula.

Las posibilidades de aplicación que nos ofrecen las MA son múltiples, pudiendo ser adaptadas al contexto, al contenido, al alumnado y al docente (León et al., 2020), he aquí la importancia de aplicarlas para garantizar que el aprendizaje sea significativo y la autonomía del estudiante en la práctica de actividad física (Posso, et al., 2020).

### El profesorado

Los cambios que se han realizado en la educación involucran un repensar sobre la forma que aprende el estudiante, esto conlleva que el profesorado debe cambiar su forma de enseñar y gestionar su aula que sea un ambiente armónico y motivante donde el estudiante desarrolle un aprendizaje auténtico donde él pueda transferir lo aprendido a nuevas situaciones (Posso et al., 2020) y resuelva problemas reales o lo más cercano a la realidad. Para lo cual es necesario que el profesorado emplee métodos de enseñanza innovadores para mejorar la calidad de la enseñanza (Rodríguez y Naranjo, 2016; UNESCO, 2015; Rodríguez, 2015;).

Para que la implementación de MA tenga un efecto positivo en el aprendizaje del estudiante, se requiere que la institución educativa cuente con un Plan de Desarrollo Profesional para el profesorado, que participa en los procesos de innovación y cambio. Que le permita comprender científica y pedagógicamente, lo que se quiere cambiar. Esto contribuye a formar equipos de docentes cohesionados, motivados y dispuestos al cambio educativo, en aras de la transformación de su gestión docente (Cargua et al., 2018; UNESCO, 2015).

## Conclusiones

Se puede concluir que el uso de metodologías activas en el proceso de enseñanza y aprendizaje de la EF permite:

- Que el alumno posea muchos beneficios entre ellos, un estado motivacional más adecuado, los prepara en la resolución de problemas, tiene una mejor aceptación a la asignatura e incluso el impulso a la práctica motriz más regular y convertirse en personas activas y con hábitos saludables que le servirán a lo largo de la vida.
- Al emplear las MA el alumno tiene una mayor autonomía dentro de su proceso de aprendizaje, lo que a corto y largo plazo es beneficioso pues el docente ya pasa a un segundo plano, donde su tarea es guiar al discente más no entregarle directamente el saber, de esta manera se forman estudiantes críticos del proceso, responsables, autónomos y con bases más sólidas para enfrentar los retos.
- El rol del docente debe cambiar, ya que en la actualidad se necesita formar alumnos que sean capaces de desempeñarse de manera efectiva en la vida y las MA son el vehículo para desarrollarlas, ya que estas son centradas en el estudiante, promueve su participación y le ofrece múltiples situaciones contextualizadas, reales y variadas (Paños, 2017).
- La formación del profesorado es necesaria para que aprenda los fundamentos teóricos, metodológicos y prácticos para que la implementación de las MA en su gestión docente se adecuada y se obtengan los resultados esperados en el aprendizaje de sus estudiantes.

## Referencias bibliográficas

- Abellán, Y., & Herrada, R. (2016). Innovación educativa y metodologías activas en educación secundaria: la perspectiva de los docentes de lengua castellana y literatura. *Revista Fuentes*. 18 (1), 65-76.
- Álvarez, J., Usán, P., Estrada, N., & Murillo, V. (2020). Inclusión de metodologías activas en el alumnado de enseñanza superior universitaria. *Revista Iberoamericana de Psicología del Ejercicio y el Deporte*. 15 (3), 144-149.
- Aranda, P., & Monleón, C. (2016). El aprendizaje basado en proyectos en el área de Educación Física. *Actividad física y deporte: ciencia y profesión*. 24, 53-66.
- Ballesta, F., Izquierdo, T., & Romero, B. (2011). Percepción del alumnado de Pedagogía ante el uso de metodologías activas. *Educatio Siglo XXI*. 29 (2), 353-368.
- Baro, A. (2011). Metodologías activas y aprendizaje por descubrimiento. *Revista Digital Innovación y experiencias educativas*. 45, 1-11.
- Blázquez, D. (2017). Aprendizaje por proyectos "ApP". Blázquez, D. (Edit.). *Métodos de enseñanza de la educación física*. (pp.55-84). INDE.
- Bonifaz, I., Sánchez, J., Herrera, V., & Paredes, R. (2020). El nuevo currículo de educación física en el Ecuador. *Revista Explorador Digital*. 4 (3), 252-265.
- Cabezas, M. (2019). *Recreación Educativa y el Aprendizaje por Descubrimiento en la Educación Física en Niños*. [Tesis de licenciatura inédita]. Universidad Central del Ecuador. Repositorio Digital UCE. <http://www.dspace.uce.edu.ec/handle/25000/19385>
- Campos, L., Sellés, S., García, J., & Ferriz, A. (2021). Aula invertida en educación física: Aprendizaje, motivación y tiempo de práctica motriz. *Revista Internacional de Medicina y Ciencias de la Actividad Física y el Deporte*. 21 (81), 63-81.
- Capella, C., Gil, J., & Martí, M. (2014). La metodología del aprendizaje-servicio en la educación física. *Apunts Educación Física y Deportes*. 2 (116), 33-43. <http://dx.doi.org/10.5672/apunts.2014-0983.es>
- Cargua, A., Posso, R., Cargua, N., & Rodríguez, Á. (2019). La formación del profesorado en el proceso de innovación y cambio educativo. *Revista científica Olimpia*, 16(54), 140- 152.

- Castellano, E., & Palomino, A. (2018). El “contrato didáctico” como alternativa al deporte libre en las clases de educación física de secundaria. Una experiencia piloto. *Revista Científica Digital Acción Motriz*. 21, 49-66.
- Chicaiza, J. del R., Chimba Santillán, A. N., Cándor Chicaiza, M. G., Romero Obando, M. F. y Posso Pacheco, R. J. (2021). Desarrollo de proyectos interdisciplinarios en la educación remota ecuatoriana. *Revista EDUCARE - UPEL-IPB - Segunda Nueva Etapa 2.0*, 25(2), 306–321. <https://doi.org/10.46498/reduipb.v25i2.1527>
- Chiva, Ó., Capella, C., & Pallares, M. (2018). Investigación-acción sobre un programa de aprendizaje-servicio en la didáctica de la educación física. *Revista de Investigación Educativa*. 36 (1), 277-293. <http://dx.doi.org/10.6018/rie.36.1.270581>
- Escaravajal, J., & Rodríguez, F. (2019). Análisis Bibliográfico de la gamificación en Educación Física. *Revista Iberoamericana de Ciencias de la Actividad Física y el Deporte*. 8 (1), 97-109. <http://dx.doi.org/10.24310/riccafd.2019.v8i1.5770>
- Gómez, A. (2010). El alumnado como constructor de su propio aprendizaje en el área de educación física. *Revista WANCEULEN E.F. DIGITAL*. 6, 52-61.
- González, C. (2020). Herramientas TIC para la gamificación en educación física. *Revista Electrónica de Tecnología Educativa EDUTEC*. 71, 67-83.
- Guapi, F., & Aldas, H. (2019). La Educación Física como asignatura complementaria en carreras de ingeniería en la Educación Superior Ecuatoriana. *PODIUM*. 14 (1), 93-106.
- Hedberg, J. & Freebody, K. (2007). *Towards a disruptive pedagogy: Classroom practices that combine interactive whiteboards with TLF digital content*. Recuperado de [https://www.ndlrn.edu.au/verve/\\_resources/towards\\_a\\_disruptive\\_pedagogy\\_2007.pdf](https://www.ndlrn.edu.au/verve/_resources/towards_a_disruptive_pedagogy_2007.pdf)
- Hinojo, F., Aznar, I., Romero, J., & Marín, J. (2019). Influencia del aula invertida en el rendimiento académico. Una revisión sistemática. *Campus Virtuales*, 8(1), 9-18.
- KINESIS. (2020). *Propuestas de retos motrices para trabajar en casa durante la pandemia en educación física*. Recuperado de <https://www.kinesis-blog.com/2020/08/propuestas-de-retos-motrices-para.html>
- Labrador, M y Andreu, M. (2008). *Metodologías Activas*. Editorial de la UPV. Valencia: España.

- Larroya, A. (2016). *Didáctica de la Historia a través de la Educación Física: metodologías activas y significativas*. [Tesis de licenciatura inédita]. Universidad de Zaragoza. Repositorio ZAGUAN. <https://core.ac.uk/download/pdf/289983008.pdf>
- León, O. (2020). *Concepciones teóricas y realidades prácticas de las metodologías activas en Educación Física*. [Tesis doctoral inédita]. Universidad Autónoma de Madrid. Repositorio Institucional UAM. [https://repositorio.uam.es/bitstream/handle/10486/693839/leon\\_diaz\\_oscar.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://repositorio.uam.es/bitstream/handle/10486/693839/leon_diaz_oscar.pdf?sequence=1&isAllowed=y)
- Luelmo, M. (2018). Origen y desarrollo de las metodologías activas dentro del sistema educativo español. *Revista del Departamento de Filología Moderna Encuentro*. 27, 4-21.
- Marcillo Ñacato, J., Otáñez Enríquez, N., Carrera Toapanta, P. y Posso Pacheco, R. (2021). Desafío del entrenamiento en la pandemia: Una mirada prospectiva desde lo pedagógico. *Revista Olimpia*, 18(03), 64-76. <https://revistas.udg.co.cu/index.php/olimpia/article/view/2718>
- Matzumura, J., Gutiérrez, H., Pastor, C., Zamudio, L., & Ruiz, R. (2018). Metodología activa y estilos de aprendizaje en el proceso de enseñanza en el curso de metodología de la investigación de una facultad de ciencias de la salud. *Revista Anales de la Facultad de Medicina*. 79 (4), 293-300.
- Méndez, M., Méndez, J., & Méndez, V. (2017). Aprendizaje basado en problemas, estudio diagnóstico en docentes de la Educación Física y el Entrenamiento Deportivo. *Revista Conrado*. 13 (60), 87-93.
- Montalván, D., García, D., Ávila, C., & Erazo, J. (2020). Aprendizaje basado en problemas y motivación en estudiantes de educación física. *EPISTEME KOINONIA*. 3 (6), 206-221.
- Morente, H., González, F., & Sánchez, A. (2020). *Metodologías activas en la práctica de la Educación Física*. Ediciones Morata S.L. Madrid: España.
- Muntaner, J., Pinya, C., & Mut, B. (2020). El impacto de las metodologías activas en los resultados académicos: Un estudio de casos. *Profesorado Revista de currículum y*

- formación del profesorado. 24 (1), 96-114.  
<http://dx.doi.org/10.30827/profesorado.v24i1.8846>
- Murillo, P. (2007). Nuevas formas de trabajar en la clase: metodologías activas y colaborativas. *El desarrollo de competencias docentes en la formación del profesorado*. Universidad de Sevilla.  
<https://idus.us.es/bitstream/handle/11441/61247/Nuevas%20formas%20de%20trabajar%20en%20la%20clase.pdf?sequence=1>
- Navarro, D., & Collado, J. (2020). Bases neurocientíficas del uso de metodologías activas en Educación Física. Metodologías emergentes en Educación Física, Consideraciones teórico-prácticas para docentes. *Teacher MBA*. 29-48.
- Olmedo, G. (2021). Propuesta de gamificación en el entrenamiento del mini atletismo. *Ciencia Digital*. 5 (3), 48-66.
- Pérez, Á. (2017). Metodologías activas y evaluación formativa. *Revista Infancia, Educación y Aprendizaje*. 3 (2), 801-807.  
<https://doi.org/10.22370/ieya.2017.3.2.822>
- Pérez, I., & Valencia, A. (2020). Una experiencia educativa basada en metodologías activas para el aprendizaje de los juegos populares y tradicionales. *EmasF*. 11 (66), 130-141.
- Posso, R. (2018a). *Guía de estrategias metodológicas para Educación Física en EGB y BGU*. Recuperado de <https://educacion.gob.ec/wp-content/uploads/downloads/2019/01/GUIA-METODOLOGICA-EF.pdf>
- Posso-Pacheco, R. J. (2018b). Propuesta de estrategias metodológicas activas aplicadas a la educación física (Master's thesis).  
<https://reunir.unir.net/handle/123456789/7439>
- Posso, R., Barba, L., Castro, R., Núñez, L., & Marcillo, J. (2019). Enfoque lúdico como estrategia en el contexto de la Educación Física ecuatoriana: una revisión sistemática. *Lecturas Educación Física y Deportes*. 24 (258), 86-105. Recuperado de <https://www.efdeportes.com/efdeportes/index.php/EFDeportes/article/view/1531>
- Posso, R., Barba, L., León, X., Ortiz, N., Manangón, R., & Marcillo, J. (2020). Educación Física significativa: propuesta para la contextualización de contenidos curriculares. *PODIUM*. 15 (2), 371-381.



- Posso-Pacheco, Richar Jacobo, Barba-Miranda, Laura Cristina, Rodríguez-Torres, Ángel Freddy, Núñez-Sotomayor, Luis Fernando Xavier, Ávila-Quinga, Carlos Efrén, & Rendón-Morales, Pablo Anthony. (2020). An Active Microcurricular Learning Model: A Guide to Classroom Planning for Physical Education. *Revista Electrónica Educare*, 24(3), 294-311. <https://dx.doi.org/10.15359/ree.24-3.14>
- Posso Pacheco, R., Villarreal Arias, S., Marcillo Ñacato, J., Carrera Toapanta, P., & Morales Pérez, N. (2021). Inteligencias múltiples como estrategia para la Educación Física: una intervención didáctica durante la pandemia. *PODIUM - Revista de Ciencia y Tecnología en la Cultura Física*, 17(1). <https://podium.upr.edu.cu/index.php/podium/article/view/1184>
- Posso Pacheco, R. J., Pereira Valdez, M. J., Paz Viteri, B. S., y Rosero Duque, M. F. (2021). Gestión educativa: factor clave en la implementación del currículo de educación física. *Revista Venezolana De Gerencia*, 26 (Número Especial 5), 232-247. <https://doi.org/10.52080/rvgluz.26.e5.16>
- Quinn, J., McEanhen, J., Fullan, M., Gardner, M., & Drummy, M. (2021). *Sumergirze en el aprendizaje profundo. Herramientas atractivas*. Madrid: Morata.
- Robledo, P., Fidalgo, R., Arias, O., & Álvarez, M. (2015). Percepción de los estudiantes sobre el desarrollo de competencias a través de diferentes metodologías activas. *Revista de Investigación Educativa*. 33 (2), 369-383. <https://revistas.um.es/rie/article/view/201381/178521>
- Rodríguez, A. & Arias, A. (2019). Uso de metodologías activas: un estudio comparativo entre profesores y maestros. *Brazilian Journal of Development*. 5 (6), 5098-5111.
- Rodríguez, Á. & Naranjo, J. (2016). El aprendizaje basado en problemas: una oportunidad para aprender. *Lecturas Educación Física y Deportes*. 21 (221), 1-12. Recuperado de <http://www.efdeportes.com/efd221/el-aprendizaje-basado-en-problemas.htm>
- Rodríguez-Torres, Á., Páez-Granja, R., Paguay-Chávez, F., y Rodríguez-Alvear, J. (2018). El profesorado de educación física y la promoción de salud en los centros educativos. *Arrancada*, 18(34), 215-235.

- Roig, R. (Ed). (2017). *Investigación en docencia universitaria: Diseñando el futuro a partir de la innovación educativa*. Octaedro.  
<http://rua.ua.es/dspace/handle/10045/71112>
- Sánchez, F., & López, C. (2019). Utilización de metodologías activas y satisfacción del alumnado universitario. *In Metodologías activas en ciencias de la educación*. 1, 299-312.
- Serna, H., & Díaz, A. (2013). *Metodologías Activas del Aprendizaje*. Fondo Editorial Cátedra María Cano.
- Silva, J., & Maturana, D. (2017). Una propuesta de modelo para introducir metodologías activas en educación superior. *Revista Innovación Educativa*. 17 (73), 117-132.
- Velázquez, C. (2018). El aprendizaje cooperativo en educación física: Planteamientos teóricos y puesta en práctica. *Acción Motriz*, 20, 7-16.
- Zapatero, J. (2017). Beneficios de los estilos de enseñanza y las metodologías centradas en el alumno en Educación Física. *Revista de Ciencias del Deporte e-balonmano.com*. 13 (3), 237-250.