

La educación física como pilar de una educación de calidad en el siglo XXI

Physical education as a pillar of quality education in the 21st century

AUTORES

Robalino Shagñay Juan Joel

Unidad Educativa de FF.AA Militar N°6 "Combatientes de Tapi"
Chimborazo - Ecuador
juanitorobalino93@gmail.com
<https://orcid.org/0009-0005-5360-2587>

Ermel Rodolfo Villota Manosalvas

Unidad Educativa Atanasio Viteri
Pichincha - Ecuador
ermelv@gmail.com
<https://orcid.org/0009-0006-0421-5385>

Irma Paulina Tello Jijón

Unidad Educativa "Emilio Terán"
Cotopaxi - Ecuador
irmap.tello@educacion.gob.ec
<https://orcid.org/0009-0008-6693-4590>

Paola Nataly Chiguano Sandoval

Unidad Educativa "Emilio Terán"
Cotopaxi - Ecuador
paola.chiguano@educacion.gob.ec
<https://orcid.org/0009-0005-9703-9394>

Irma Jimena Morocho Chamorro

Unidad Educativa "Salcedo"
Cotopaxi - Ecuador
jimena.morocho@educacion.gob.ec
<https://orcid.org/0000-0003-2689-114X>

Como citar: La educación física como pilar de una educación de calidad en el siglo XXI. (2025). <i>Prosperus</i> , 2(2), 40-52. https://doi.org/10.63535/ps52sz46	Fecha de recepción: 2025-02-20 Fecha de aceptación: 2025-03-08 Fecha de publicación: 2025-04-10
--	---



Resumen

La investigación tuvo como objetivo, describir la percepción de los docentes de cinco instituciones educativas de Ecuador sobre la educación física como pilar de una educación de calidad en el siglo XXI. Se caracterizó por ser cuantitativa, descriptiva y de campo, el estudio se realizó en cinco instituciones educativas de Ecuador, con una población de cinco docentes de educación física, para el procesamiento de los datos se utilizó la estadística descriptiva. Los resultados del estudio reflejan que la colaboración fue la habilidad mejor evaluada, indicando que la educación física fomenta el trabajo en equipo y la cooperación, con un alto nivel de consenso entre los docentes. La comunicación con una valoración positiva, se destaca como un entorno propicio para la expresión y el intercambio de ideas. El pensamiento crítico y la resolución de problemas demostraron un impacto considerable, aunque con variaciones en las percepciones. Por otro lado, la creatividad recibió la puntuación más baja, lo que indica que su fomento en la educación física no es tan palpable. Se concluye que la educación física se consolida como un pilar fundamental en la educación del siglo XXI, fortaleciendo la colaboración, la comunicación el pensamiento crítico, la resolución de problemas y la creatividad.

Palabras clave: Educación física; Educación de calidad; Siglo XXI.



Abstract

The aim of the research was to describe the perception of teachers from five educational institutions in Ecuador regarding physical education as a cornerstone of quality education in the 21st century. The study was characterized as quantitative, descriptive, and field-based, conducted in five educational institutions in Ecuador with a population of five physical education teachers. Descriptive statistics were used for data processing. The results of the study show that collaboration was the highest-rated skill, indicating that physical education fosters teamwork and cooperation, with a high level of consensus among teachers. Communication, positively evaluated, is highlighted as an environment conducive to expression and the exchange of ideas. Critical thinking and problem-solving demonstrated considerable impact, although with variations in perceptions. On the other hand, creativity received the lowest score, indicating that its promotion in physical education is not as evident. The study concludes that physical education is established as a fundamental pillar of 21st-century education, enhancing collaboration, communication, critical thinking, problem-solving, and creativity

Keywords: Physical Education; Quality Education; 21st Century.



Introducción

En el siglo XXI, la concepción de una educación de calidad ha trascendido la sola adquisición de conocimientos teóricos, enfocándose en el desarrollo de habilidades integrales que capaciten a las personas para adaptarse y prosperar en un entorno globalizado y en continuo cambio. En este contexto, la educación física emerge no solo como una disciplina complementaria, sino como un pilar fundamental para el desarrollo holístico de los estudiantes, como señala la Organización de las Naciones Unidas para la Educación, la Ciencia y la Cultura (UNESCO) (2015), la educación física tiene el potencial de desempeñar un papel importante en la promoción de la inclusión social, la igualdad de género y el empoderamiento comunitario. Esta perspectiva resalta cómo estas prácticas no solo mejoran la salud y el bienestar, sino que también pueden ser herramientas poderosas para construir sociedades más justas y equitativas, al facilitar la integración de diversos grupos y fomentar un sentido de pertenencia y equidad en todos los ámbitos de la vida.

Más allá de los beneficios para la salud, la educación física fomenta el desarrollo de habilidades socioemocionales; como lo son, trabajar en equipo, comunicarse eficazmente, resolver problemas y tomar decisiones; además, la educación física desempeña un papel clave en la salud mental; es así que, la práctica deportiva reduce el estrés, la ansiedad y la depresión, promoviendo una mejor calidad de vida. Según Eime *et al.* (2013), la participación en actividades deportivas está asociada con una mayor autoestima y bienestar emocional; por tanto, en un mundo donde los problemas de salud mental han aumentado significativamente, fomentar el ejercicio en el entorno escolar resulta fundamental.

Un aspecto importante de la educación física, como fundamento de una educación de calidad en el siglo XXI, es su capacidad para inculcar en los estudiantes valores esenciales como la disciplina, la cooperación y el respeto. Al centrarse en la inclusión y la diversidad, la educación física no solo contribuye al desarrollo físico, sino que también ayuda a formar ciudadanos conscientes y solidarios. Un estudio de Bailey (2006), destaca que el deporte escolar fomenta la integración social y mejora las relaciones interpersonales entre



los alumnos, contribuyendo a un ambiente educativo más armonioso y equitativo; es decir, estas interacciones positivas contribuyen a crear un ambiente educativo más equilibrado, donde todos los estudiantes se sienten valorados y motivados a participar, lo que a su vez puede mejorar su bienestar emocional y académico.

No obstante, para que la educación física desempeñe su función como un componente fundamental de una educación de calidad, es esencial que se enseñe de forma adecuada, lo que implica contar con profesores capacitados, instalaciones adecuadas y programas que se adapten a las necesidades e intereses de los estudiantes. También es importante promover la inclusión y la diversidad, garantizando que todos los estudiantes, independientemente de su género, raza, origen étnico o capacidad física, tengan la oportunidad de participar en actividades físicas; en este sentido el Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia (UNICEF) (2019), señala que la educación física debe ser accesible para todos, independientemente de su origen o condición social promoviendo la igualdad de oportunidades.

En definitiva, la educación física tiene un papel fundamental en una educación de calidad pues, no solo promueve la salud física y mental, sino que también contribuye al desarrollo socioemocional y cognitivo de los estudiantes. Además, prepara a los jóvenes para enfrentar los desafíos del futuro, estableciendo así una base sólida para formar individuos integrales y ciudadanos comprometidos y responsables en la sociedad.

De manera particular y en el contexto de cinco instituciones educativas de Ecuador, es perentorio comprender la perspectiva de los docentes sobre el papel de la educación física en la formación integral de los estudiantes; en tal sentido se plantearon las siguientes interrogantes; ¿De qué manera consideran los docentes que la educación física contribuye a la adquisición de habilidades esenciales para una educación de calidad? En este sentido, el objetivo de la investigación fue describir la percepción de los docentes de cinco instituciones educativas de Ecuador sobre la educación física como pilar de una educación de calidad en el siglo XXI.

Material y métodos

Material



CC BY-NC-ND 4.0

<https://creativecommons.org/licenses/by-nc-nd/4.0/>

El estudio se realizó en cinco instituciones educativas de Ecuador, con una población de cinco docentes de educación física, por ser quienes perciben de cerca el desarrollo de las habilidades cognitivas y socioemocionales en sus estudiantes al realizar actividades de educación física. En cuanto a la recolección de datos, se utilizó un cuestionario estructurado, en el cual los participantes evaluaron distintas dimensiones mediante una escala de cinco puntos.

Métodos

La investigación se caracterizó por ser cuantitativa, descriptiva y de campo, lo que permitió recopilar datos directamente en el entorno educativo y analizarlos de manera objetiva. Al tratarse de un enfoque cuantitativo, se utilizó la estadística descriptiva para el procesamiento de los datos, facilitando la interpretación de las percepciones de los docentes sobre la educación física como un elemento clave para la adquisición de habilidades esenciales para una educación de calidad en el siglo XXI, para ello, se analizaron las medias y desviaciones estándar de cada habilidad evaluada, lo que facilita la interpretación cuantitativa del fenómeno estudiado; esto además, proporcionó una visión clara sobre tendencias, variabilidad y patrones en las respuestas, lo que permitió una mejor comprensión del fenómeno estudiado dentro del contexto escolar

Las fuentes secundarias utilizadas en la investigación incluyen libros de texto y artículos científicos, los cuales aportan un respaldo teórico sólido al estudio. Estas referencias han sido fundamentales para fortalecer la base científica proporcionando un contexto amplio y fundamentado en investigaciones previas.

Resultados

A continuación, se presentan los resultados obtenidos en la investigación, los cuales reflejan la percepción de los docentes sobre la educación física como pilar para una educación de calidad en el siglo XXI. Se analizaron las dimensiones de colaboración, comunicación, pensamiento crítico, resolución de problemas y creatividad, utilizando métodos de estadística descriptiva para interpretar las tendencias y variabilidad en las respuestas.



Análisis de los Resultados

Percepción de los docentes sobre la educación física como como pilar de una educación de calidad en el siglo XXI

La Tabla 1, proporciona datos estadísticos sobre la percepción de los docentes respecto a la educación física como pilar de una educación de calidad en el siglo XXI. A través de los valores de media y desviación estándar, se pudieron identificar tendencias y variabilidad en las respuestas, lo que permite interpretar la importancia de cada habilidad dentro del contexto educativo.

La colaboración fue la habilidad mejor evaluada con una media de 4.8, lo que indica que los docentes perciben que la educación física favorece significativamente el trabajo en equipo y la cooperación entre los estudiantes. Este resultado sugiere que las dinámicas deportivas y grupales dentro de la educación física fomentan la capacidad de interacción, coordinación y resolución conjunta de problemas. La desviación estándar de 0.48 revela que las respuestas están relativamente concentradas en torno a la media, lo que sugiere un alto nivel de consenso entre los docentes. Este resultado refuerza la importancia de incorporar estrategias colaborativas dentro del currículo deportivo, ya que la educación física no solo contribuye a la salud física, sino que también mejora la interacción social y la capacidad de los estudiantes para negociar, comunicarse y cooperar con los demás.

La comunicación, con una media de 4.2, indica que los docentes perciben que la educación física es un entorno ideal para fortalecer la capacidad de expresión y el intercambio de ideas; el resultado de la desviación estándar (0.25), indica que la percepción de los docentes es homogénea. Esto sugiere un alto nivel de consenso respecto a que la actividad física fortalece la capacidad de los estudiantes para expresarse y relacionarse con su entorno. Este resultado es consistente con la naturaleza de la educación física, donde el trabajo en equipo, la necesidad de transmitir estrategias y la interacción constante con otros jugadores o compañeros exigen habilidades de comunicación efectiva.

El pensamiento crítico tiene una media alta (4.0), lo que indica que los docentes ven en la educación física una oportunidad para desarrollar esta habilidad en los estudiantes. La



desviación estándar de 0.71 muestra una variabilidad moderada en las respuestas, lo que sugiere diferencias en la percepción de su impacto dependiendo del contexto educativo o la metodología utilizada. Este resultado es relevante porque el pensamiento crítico se desarrolla cuando los estudiantes deben tomar decisiones estratégicas, evaluar su rendimiento y ajustar sus acciones en función de los resultados obtenidos. Los deportes competitivos, el trabajo en equipo y la necesidad de evaluar distintas tácticas dentro del juego pueden contribuir a fortalecer esta habilidad, haciendo de la educación física un espacio de aprendizaje más profundo que va más allá del movimiento.

La resolución de problemas, tiene una media alta (4.0), indicando que los docentes perciben que la educación física contribuye significativamente a esta habilidad. La desviación estándar de 0.71 es moderada, lo que sugiere cierta variabilidad en la percepción de los profesores sobre cómo exactamente se desarrolla esta competencia. El deporte y la actividad física requieren adaptabilidad y toma de decisiones rápidas, lo que fortalece la capacidad de resolver problemas en entornos dinámicos. Sin embargo, la variabilidad en la percepción sugiere que el tipo de ejercicios y actividades aplicadas pueden influir en el grado de impacto sobre esta habilidad.

La creatividad tiene una puntuación media moderada (3.8), lo que indica que los docentes perciben que la educación física influye en esta habilidad, pero no de manera tan significativa como otras. La desviación estándar baja (0.51) sugiere que hay poca variabilidad en las respuestas, es decir, que la mayoría de los docentes tienen una percepción similar sobre el impacto de la educación física en la creatividad. Este resultado puede estar relacionado con el hecho de que, tradicionalmente, la educación física se ha enfocado más en el desarrollo físico y social que en la creatividad. Sin embargo, algunos deportes y dinámicas motrices pueden fomentar la innovación, la improvisación y la capacidad de encontrar soluciones creativas a desafíos físicos y estratégicos.

Tabla 1.



CC BY-NC-ND 4.0

<https://creativecommons.org/licenses/by-nc-nd/4.0/>

Habilidades esenciales desarrolladas en educación física para una educación de calidad en el siglo XXI.

Habilidad	Media	Desviación Estándar
Creatividad	3.8	0.51
Pensamiento Crítico	4.0	0.71
Comunicación	4.2	0.25
Colaboración	4.8	0.48
Resolución de Problemas	4.0	0.71

Fuente: Instituciones educativas (2025)

Discusión

Los hallazgos de la investigación subrayan la importancia de la educación física como un elemento clave en la educación de calidad del siglo XXI. La habilidad de colaboración se destacó como la más valorada por los docentes, lo que sugiere que las actividades deportivas son efectivas para promover el trabajo en equipo y la cooperación entre los estudiantes. Esto indica un reconocimiento generalizado del valor que tiene la educación física no solo en el ámbito físico, sino también en el desarrollo de habilidades sociales esenciales.

Además, la comunicación recibió una evaluación positiva, lo que resalta que la educación física proporciona un ambiente adecuado para potenciar la expresión verbal y la interacción en contextos tanto de aula como de grupo. En conjunto, estos resultados apuntan a que la educación física no es solo una materia recreativa, sino un espacio integral que contribuye a formar individuos competentes y colaborativos en una sociedad en constante evolución.

En cuanto a la colaboración, Martínez y Sánchez (2020), señalan que el aprendizaje cooperativo en educación física mejora la interdependencia positiva entre los alumnos, promoviendo la colaboración y el desarrollo de habilidades sociales; este enfoque pedagógico incentiva el trabajo en equipo, la toma de decisiones conjunta y la resolución de conflictos dentro de un marco colaborativo, fortaleciendo la confianza y el sentido de



pertenencia. La interacción en estas dinámicas contribuye a un desarrollo socioemocional más sólido, permitiendo a los estudiantes mejorar su capacidad de comunicación y empatía en diversos contextos educativos y sociales. Por su parte, Ruiz *et al.* (2015), destacan que los juegos cooperativos en educación física fortalecen las competencias sociales y cívicas, permitiendo una mejor integración grupal, se infiere de lo anterior que las actividades en educación física, al requerir colaboración para alcanzar un objetivo común, favorecen la integración grupal y reducen barreras de exclusión social dentro del entorno escolar.

El pensamiento crítico y la resolución de problemas muestran una influencia favorable pero más variable, lo que sugiere que la educación física es efectiva en estos ámbitos, aunque su impacto puede depender del tipo de metodologías utilizadas. Parra (2023), señala que la educación física puede contribuir al desarrollo del pensamiento crítico al favorecer estilos de vida saludables y la toma de decisiones informadas. Por otro lado, el deporte y la actividad física requieren adaptabilidad y toma de decisiones rápidas, lo que fortalece la capacidad de resolver problemas en entornos dinámicos, sobre este particular Ramírez (2022), destaca que la educación física puede actuar como mediadora en el aprendizaje de resolución de problemas, promoviendo la reflexión y el análisis de situaciones complejas; es decir, a educación física impulsa la reflexión sobre el desempeño individual y colectivo, permitiendo que los estudiantes ajusten su comportamiento ante situaciones complejas. Este enfoque integral refuerza la importancia de la educación física como un espacio de aprendizaje activo que va más allá del desarrollo motriz, promoviendo habilidades críticas para la vida como la toma de decisiones informada y la adaptabilidad en contextos desafiantes.

Finalmente, la creatividad tiene el valor más bajo dentro de la evaluación, indicando que su desarrollo dentro de la educación física no es tan fuerte o evidente como el de otras habilidades lo que indica que la educación física influye en esta habilidad, pero no de manera tan significativa, al respecto Mendoza (2023), señala que el desarrollo de la creatividad dentro de la preparación física es fundamental, ya que permite adaptar estrategias, innovar en metodologías y optimizar el rendimiento, en este sentido, la creatividad se convierte en una herramienta clave para la resolución de problemas, la mejora de técnicas y la implementación de enfoques dinámico.



Conclusiones

Los resultados de la investigación revelan una percepción generalmente positiva por parte de los docentes sobre el papel de la educación física en el desarrollo de habilidades clave para los estudiantes, trascendiendo más allá de simplemente mejorar la salud física, lo que indica que una educación física bien implementada puede ser un valioso recurso para una educación integral, proporcionando las habilidades necesarias para afrontar los desafíos actuales.

Respaldada por la puntuación más alta y la opinión unánime de los docentes, la educación física se afirma como un eje central para el desarrollo de la colaboración estudiantil, este resultado destaca la importancia de las actividades grupales y deportivas para fomentar la cooperación, el trabajo en equipo y la capacidad de resolver problemas de manera conjunta. Implica que las dinámicas implementadas en la clase de educación física ofrecen un contexto natural para que los estudiantes aprendan a interactuar, coordinar esfuerzos y negociar para alcanzar objetivos comunes.

La educación física se consolida como un espacio esencial para el desarrollo de la comunicación entre los estudiantes, siendo valorada positivamente, se subraya la capacidad de la misma para crear un entorno en el que los estudiantes se ven obligados a expresar sus ideas, compartir estrategias y comunicarse de manera efectiva con sus compañeros. La homogeneidad en la percepción de los docentes sugiere que esta habilidad se desarrolla de manera consistente a través de las diferentes actividades y enfoques dentro de la educación física.

La educación física ofrece un entorno dinámico y práctico para el desarrollo de la resolución de problemas y el pensamiento crítico en los estudiantes, aunque con una variabilidad moderada en las respuestas en la percepción, podría reflejar la diversidad de enfoques pedagógicos y tipos de actividades utilizados en diferentes contextos educativos. Sugiere que ciertos deportes o actividades, o ciertas estrategias de enseñanza, pueden ser más eficaces que otras para estimular estas habilidades cognitivas.



La educación física tiene el potencial de fomentar la creatividad en los estudiantes, aunque con la puntuación más baja, representa un área de oportunidad. Si bien los docentes perciben que la educación física influye en la creatividad, su impacto no se considera tan significativo como el de otras habilidades. Esto podría deberse a un enfoque tradicionalmente más centrado en el desarrollo físico y social, dejando menos espacio para la exploración creativa y la innovación.

En general, los datos apuntan a que la educación física, cuando se imparte de forma efectiva, puede ser un espacio crucial para el desarrollo integral de los estudiantes, contribuyendo no solo a su salud física, sino también a sus habilidades sociales, comunicativas y cognitivas como indicadores convirtiéndose en pilar de una educación de calidad en el siglo XXI.

Referencias bibliográficas

- Bailey, R. (2006). Educación física y deporte en las escuelas: una revisión de beneficios y resultados. *Journal of School Health*, 76(8), 397-401. <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/translate.goog/16978162/>
- Eime, R., Young, J., Harvey, J., Charity, M., y Payne, W. (2013). Una revisión sistemática de los beneficios psicológicos y sociales de la participación en el deporte para niños y adolescentes. *Journal of Sport and Exercise Psychology*, 35(5), 556-569. <https://ijbnpa.biomedcentral.com/articles/10.1186/1479-5868-10-98>.
- Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia (UNICEF) (2019). Igualdad, inclusión y diversidad a través del deporte. <https://www.unicef.org/cuba/media/826/file/iguald-inclusion-deporte-folleto.pdf>.
- Martínez B. y Sánchez R. (2020). El Aprendizaje cooperativo en la clase de educación física: dificultades iniciales y propuestas para su desarrollo. *Revista Educación*, 44, (1). 1-10. Universidad de Costa Rica, <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=44060092003>.
- Mendoza, J. (2023). El preparador físico. Reflexión de su praxis en el campo deportivo. En Una Mirada Binacional de las Ciencias del Deporte y la Educación Física. <https://doi.org/10.5281/zenodo.8360671> <https://uney.com.ve/publicaciones/>
- Organización de las Naciones Unidas para la Educación, la Ciencia y la Cultura (UNESCO) 2015. Carta Internacional de la Educación Física, la Actividad Física



y el Deporte. <https://www.unesco.org/en/sport-and-anti-doping/international-charter-sport>.

Parra, G. (2023). Contribución de desarrollo del pensamiento crítico en el área de educación física para favorecer estilos de vida de bienestar. Trabajo de maestría. Universidad Politécnica Salesiana. Ecuador. <https://dspace.ups.edu.ec/bitstream/123456789/24290/1/UPS-CT010336.pdf>.

Ramírez, I. (2022). Educación física como mediadora en el aprendizaje de resolución de problemas. Trabajo de grado. Universidad Pedagógica Nacional. Colombia. <http://repositorio.pedagogica.edu.co/bitstream/handle/>.

Ruiz, J., Bueno, D. y Bueno, I. (2015). Influencia de un programa de cooperación en educación física sobre las competencias sociales y cívicas. *Revista de Educación Física para la paz*, (10) 45-64. <https://dialnet.unirioja.es/descarga/articulo/5367748.pdf>



Conflicto de intereses:

Los autores declaran que no existe conflicto de interés posible.

Nota:

El artículo no es producto de una publicación anterior.

