

**Percepción de la Educación Física en Edades Tempranas Dentro del Ámbito Escolar en la
Institución Educativa Consuelo Araujo Noguera**

Autores:

Maira Alejandra Rico Cadena

Diber Fabián Ruidiaz Díaz

Asesor

Milton José Morales Vielma

Universidad Popular Del Cesar

Departamento de Ciencias Básicas y Educación Lic

Facultad de Educación

Educación Física Recreación y Deportes

Valledupar, Cesar

2025

Nota de Aceptación

Firma de Jurado

Firma de Jurado

Agradecimientos

Queremos manifestar nuestra más sincera gratitud a Dios, fuente de vida y fortaleza, por haber permitido nuestro avance con determinación y optimismo en cada fase de este proceso.

A nuestros padres por su su indispensable apoyo, palabras de aliento, sacrificios y amor incondicional, que fueron esenciales para lograr este objetivo. Además, a nuestros docentes, en especial a nuestro asesor Milton Jose Morales Vielma por impartirnos sabiduría, por orientarnos con paciencia y dedicación.

Gracias a la Universidad Popular del Cesar, por guiarnos con excelentes docentes capacitados para brindarnos una educación de calidad, y por inculcar en nosotros el compromiso a la excelencia y al pensamiento crítico y a la Institución Educativa Consuelo Araujo Noguera por brindarnos el espacio y los necesarios recursos para llevar a cabo la realización de este proyecto investigativo.

De verdad gracias, por tanto.

Dedicatoria

En primer lugar, dedicamos este trabajo a Dios por orientarnos, por fortalecernos en cada paso y por brindarnos la sabiduría para finalizar este periodo. Por su amor incondicional, por ser nuestro constante soporte y por confiar en nosotros incluso en las situaciones más adversas a nuestros padres.

A nuestros docentes, que con paciencia, dedicación y esfuerzo han guiado nuestro camino hacia el conocimiento y la formación integral.

Finalmente, a nosotros mismos, por no abandonar, por confiar en nuestras habilidades y por el esfuerzo que hoy se manifiesta en este logro.

Tabla de Contenido

Momento I.....	1
1.1. Introducción	1
1.2. Descripción del Problema	2
1.3. Razones e Implicancias.....	3
1.4. Propósito	5
1.4.1. General.....	5
1.4.2. Derivados	5
Momento II	6
2.1. Fundamentación Teórica	6
2.1.1. Investigaciones Previas	6
2.2. Bases Teóricas Conceptuales	12
E.F	12
Primera Infancia	12
Actividad Física en Niños	12
Percepción	13
2.3. Bases Legales.....	14
Momento III.....	15
3.1. Método de Investigación o Perspectiva Metodológica	15
3.2. Enfoque Paradigmático	17
3.3. Tipo de Investigación.....	18
3.4. Diseño de la Investigación	19
3.5. Técnicas de Investigación.....	20
3.6. Instrumentos de Investigación	21

3.7.	Actores Sociales.....	22
3.8.	Aspectos Éticos y Bioéticos.....	23
3.9.	Procedimiento de Recopilación de Datos	24
3.10.	Procedimientos de Análisis de Datos.....	25
3.11.	Resultados y Discusión.....	26
3.11.1.	Cuestionario de Estudiantes.....	26
3.12.	Conclusión de cuestionarios a estudiantes.....	30
3.13.	Cuestionario de los Padres	31
3.14.	Conclusion del cuestionario de los padres	36
3.15.	Entrevista a los Docentes.....	37
3.16.	Conclusion de la entrevista a docentes	40
3.17.	Discusión Final	41
3.17.1.	Percepciones sobre la importancia de la E.F	41
3.17.2.	Concepciones sobre la naturaleza de la E.F.....	41
3.17.3.	El rol del docente de E.F.....	42
3.17.4.	Valoración curricular de la E.F	42
3.17.5.	Extracto de la Guía de Actividades Físico Recreativas.....	44
3.18.	Conclusion	45
3.19.	Recomendaciones	46
Referencias	47	
Anexos	52	

Listado de Tablas

Tabla 1	Percepción de los estudiantes¿La E.F es una asignatura facil de ganar?.....	26
Tabla 2	¿La E.F hace que te relaciones mejor con tus compañeros?.....	27
Tabla 3	¿Te gusta la E.F?.....	27
Tabla 4	¿La E.F es jugar futbol?.....	28
Tabla 5	¿La E.F es para ti un recreo?	28
Tabla 6	¿La E.F es importante para ti?	29
Tabla 7	La E.F es una asignatura importante para la formación de tu hijo.	31
Tabla 8	La E.F es un segundo recreo.....	32
Tabla 9	La E.F la puede impartir cualquier docente.....	32
Tabla 10	La E.F crea hábitos saludables en mis hijos	33
Tabla 11	La E.F es menos necesaria que otras asignaturas	34
Tabla 12	La E.F es practicar deporte	35
Tabla 13	Entrevista a los docentes.....	37
Tabla 14	Entrevista a Docentes	57
Tabla 15	Cuestionario aplicado a estudiantes.....	57
Tabla 16	Cuestionario a padres de familia.....	57

Listado de Imágenes

Imagen 1.	Guía práctica de actividades físico recreativas.....	43
------------------	--	----

Momento I

1.1.Introducción

La educación física (en adelante E.F) en la primera infancia constituye un pilar fundamental para el desarrollo integral de los niños, ya que impacta no solo en su salud física, sino también en su crecimiento cognitivo, emocional y social. En el contexto escolar, la implementación adecuada de programas de E.F puede influir significativamente en la percepción que los niños tienen sobre la actividad física, el deporte y el bienestar general. Ahora bien, durante la etapa que abarca desde el nacimiento hasta los ocho años de edad conocida como primera infancia, es un periodo que constituye un determinante en su desarrollo integral, es así, como la E.F se posiciona como un elemento relevante para promover un desarrollo saludable y equilibrado en esta población.

La presente investigación, tiene como propósito principal examinar las actitudes, creencias y experiencias de los estudiantes, así como las percepciones de docentes y padres de familia, respecto a la E.F durante esta etapa vital del desarrollo infantil. Reconociendo su papel esencial en prácticas saludables, el desarrollo fundamental de las habilidades motoras, la facilitación de la socialización y la mejora del bienestar emocional en los niños y al profundizar en este tema se espera generar conciencia sobre la relevancia de priorizar la E.F en el desarrollo infantil durante sus primeras etapas. Para ello, se empleara un enfoque mixto que combine técnicas cuantitativas como cualitativas, con el fin de comprender a fondo como se percibe la E.F dentro del estudiantado facilitando el diseño e implementación de intervenciones pedagógicas y políticas educativas para el fomento de estilos de vida saludables y activos desde el desarrollo en la primera infancia.

A través de un enfoque interdisciplinario que conecta la pedagogía, la psicología del desarrollo y la promoción de la salud, este proyecto busca identificar los factores que inciden en la percepción de la E.F en edades tempranas, así como proponer recomendaciones y estrategias en pro de la calidad y la efectividad de los programas de esta área en la I.E. Consuelo Araujo Noguera. Esta investigación pretende dilucidar las ventajas de la E.F temprana, al mismo tiempo, motivar comportamientos específicos que contribuyan al bienestar integral de los niños en la sociedad.

1.2.Descripción del Problema

En la I.E Consuelo Araujo Noguera ubicada en de la ciudad de Valledupar se evidencia una situación problema en relación con la enseñanza de la E.F, especialmente en los niveles de primera infancia dado que actualmente, la Institución en mención no cuenta con un único docente y especializado para esta área, lo que ha llevado a que sean docentes de otras disciplinas quienes asuman la responsabilidad de dictar la asignatura lo que ha generado una serie de limitaciones tanto en la calidad de los ejercicios propuestos como en el cumplimiento de los objetivos pedagógicos propios de esta área.

Teniendo en cuenta que la E.F, especialmente en la etapa de la primera infancia cumple un rol fundamental en el desarrollo los niños, los ejercicios guiados que se imparten en la Institución carecen de un enfoque profesional, pues no están diseñados tampoco orientados por personal con formación especializada en el área física. Lo que ha ocasionado que las actividades no respondan adecuadamente a las necesidades del desarrollo infantil e incluso en algunos casos, puedan representar riesgos para la salud física y emocional de estos estudiantes.

En consecuencia, la falta de un docente especializado ha limitado la posibilidad de implementar metodologías activas, inclusivas y contextualizadas para promover por ejemplo, el disfrute del movimiento, la adquisición de aquellos hábitos saludables y en el fortalecimiento de competencias motrices básicas lo que pone en manifiesto, una falencia estructural que afecta directamente la calidad del proceso educativo en un área que resulta clave para el desarrollo integral de los niños en su primera etapa formativa.

Debido a la situación problema descrita, se hace necesario hacer frente ante esta realidad, visibilizar sus impactos negativos y plantear una propuesta que conduzcan a una mejora sustancial en la enseñanza de la E.F en la Institución Consuelo Araujo Noguera para los niños de la primera infancia, con miras en garantizar una educación pertinente y de calidad para el estudiantado en su etapa más temprana y sensible de desarrollo.

Finalmente, se propone a formularce la siguiente pregunta de investigación.

¿Cuáles son las percepciones que se tienen de la E.F en edades tempranas dentro del ámbito escolar en la IE Consuelo Araujo Noguera?

1.3.Razones e Implicancias

A través del tiempo, la E.F ha trascendido en una disciplina de gran relevancia para la formación integral y en la educación de las personas, especialmente en edades tempranas, ya que permite a los niños desarrollarse en todas sus dimensiones, para sus vidas diarias e incluso como un proceso para sus proyectos de vida. El anterior argumento se refuerza en lo manifestado por Cipagauta y Ramírez (2014), cuando el niño demuestra su inocencia fomenta su creatividad y por encima de todo, le permite conocer, respetar y valorar a sí mismo y a los demás por medio de una E.F activa.

La E.F influye en el crecimiento físico y en las habilidades de la infancia a través de experiencias, sensaciones y percepciones; entonces las actividades físicas de calidad permiten a los niños construir su identidad y desarrollar su imagen corporal. Además, fomenta la integración de la acción, el pensamiento y la emoción que les permite reflexionar, experimentar y actuar de manera holística. Frente a este argumento, se intervino en la Institución Consuelo Araujo Noguera a través del presente proyecto de investigación específicamente en las edades de los 5 a los 11 años entre los grados tercero, cuarto y quinto, ya que en esta Institución no se cuenta con un docente profesional en el área donde se puede ver afectadas las habilidades motrices básicas de los niños, lo que influye directamente en la capacidad de realizar actividades en la etapa adulta.

De acuerdo con lo mencionado se pretende crear una conciencia en la población de los niños en su temprana edad por medio de herramientas suministradas por personas expertas en el ámbito de la E.F, dentro de las que se incluyen la implementación de actividades ya sean teóricas o lúdicas. Es por esto, que se tiene como objetivo analizar las percepciones que se tienen de la E.F que se les imparte a los estudiantes de edades tempranas en la escuela primaria ya que durante este período no sólo se forman las habilidades y destrezas artísticas de los niños, sino también deportivas. Desde el punto de vista social, la investigación busca dinamizar aquellas relaciones sociales orientadas a un desarrollo físico y lúdico para que los niños hagan parte de su proceso de formación integral, a través de sus experiencias y el disfrute de las actividades físicas que los rodean.

Es importante mencionar que la E.F no sólo ayuda a los niños a integrarse sino que también mejora el trabajo en equipo, el respeto por los demás, la resolución de conflictos y desarrolla sus habilidades sociales para que puedan alcanzar las metas que se propongan. Así mismo al desarrollar la motricidad, la concentración y la disciplina, la E.F contribuye en la mejora del rendimiento

escolar, la atención, la memoria y la disposición para el aprendizaje en otras áreas del conocimiento.

1.4.Propósito

1.4.1. General

Analizar las percepciones de la E.F en edades tempranas en el ámbito escolar de la IE consuelo Araujo Noguera de la ciudad de Valledupar.

1.4.2. Derivados

Identificar las experiencias y opiniones de los estudiantes, padres de familia y docentes acerca del papel de la E.F en edades tempranas en la I.E Consuelo Araujo Noguera.

Diseñar actividades físicas recreativas adaptadas a las necesidades de los niños encontradas en el análisis de las experiencias y opiniones de los actores sociales en la Institución Consuelo Araujo Noguera.

Proponer una E.F de calidad a través de la elaboración de una guía de actividades físicas recreativas acorde a las necesidades de los estudiantes de la I.E Consuelo Araujo Noguera.

Momento II

2.1.Fundamentación Teórica

A continuación, se presentan los conceptos y teorías claves que sustentan esta investigación sobre la Percepción de la E.F en edades tempranas dentro del ámbito escolar en la I.E Consuelo Araujo Noguera. Las siguientes investigaciones fueron recopiladas a través de búsquedas en diversos repositorios universitarios a nivel local, nacional e internacional.

2.1.1. Investigaciones Previas

Investigación nacional de: Patrón (2023), como objetivo diseña una propuesta didáctica basada en algunos juegos tradicionales que ayudan a mejorar motricidad fina en estudiantes de quinto grado población elegida para el desarrollo de la práctica pedagógica, está conformada por 32 estudiantes, con quienes se experimentaron diferentes acciones motrices que permitieron revelar algunas dificultades relacionadas con la motricidad fina. Se aplicó un diseño preexperimental con enfoque cuantitativo. Los resultados que se obtuvieron de la encuesta que se aplicó a los estudiantes de 5to grado de la IE La Pradera, esta fue resuelta por un número de 32 estudiantes, con el fin de aclarar cuánto conocían estos juegos tradicionales, cuánto los aplicaban en la vida diaria y donde frecuentan estos juegos. En conclusión, la metodología utilizada en esta investigación permitió observar que a través de los juegos tradicionales aplicados se pueden desarrollar algunas de las habilidades motoras finas, como se puede evidenciar en la prueba final de manera positiva.

Aporte: Aporta evidencia reciente sobre el valor de los juegos tradicionales en el desarrollo de la motricidad fina. Refuerza la idea de que la E.F en primaria debe ir más allá del deporte y centrarse en habilidades fundamentales para la vida escolar y cotidiana. Se relaciona con esta investigación ya que, para la recolección de datos, se utilizó una encuesta aplicada a los estudiantes, con el objetivo de evaluar el impacto de los juegos tradicionales en el desarrollo de las habilidades motrices.

Investigación regional de: García y Jiménez. Estilos de vida saludables (2022).

Aporte: Aporta evidencia sobre los factores que influyen en cómo los alumnos valoran la E.F. Esto refuerza la idea de que las percepciones no son espontáneas, sino que están mediadas por

aspectos como el ambiente escolar, la metodología y la actitud del docente, lo cual es clave en el análisis de percepciones en edades tempranas.

Investigación internacional de: Quilumbaquín (2021), desarrolló actividades físicas recreativas para el desarrollo de la motricidad básica en niños de 5 a 6 años, unidad educativa Jacinto Collahuazo durante el COVID 19, el objetivo fue determinar qué actividades componen el programa de actividades físicas y recreativas que contribuyeron al crecimiento de las habilidades motrices básicas en los niños de cinco a seis años en la Unidad Educativa mencionada.

Se apoya en un enfoque de investigación cuali y cuantitativo porque se utilizaron la ponderación y la prueba de Mc Clenaghan y Gallahue para comparar los resultados y determinar la relación en cualidades y cantidades. Los métodos utilizados fueron inductivos en cuanto a llegar a la conclusión general del trabajo a partir de situaciones específicas, deductivos porque la conclusión estaba implícita en las premisas, analíticos por el detalle de las características de la población en estudio y sintéticos porque estaba estructurado en un documento formal sus partes; también se emplearon técnicas de entrevistas, encuestas de especialistas y observación en el campo en el lugar de los eventos. Esta situación fue crucial para comprender las causas y consecuencias que, con la ficha de observación, se pudo realizar la prueba.

Aporte: Muestra cómo diseñar e implementar un programa de actividades físicas recreativas incluso en contextos adversos (COVID-19). Su enfoque mixto y el uso de herramientas de evaluación nutren el apartado metodológico de esta investigación.

Investigación internacional de: Hua Wu et al. (2021). Desarrollan la investigación sobre la relación entre la aptitud motora, las habilidades motoras fundamentales y la calidad de los patrones de movimiento en niños de primaria, con el objetivo fue reconocer la relevancia de las habilidades de movimiento fundamentales (FMS) en las actividades físicas y propone una barrera de competencia entre FMS y habilidades deportivas específicas de alto nivel durante la infancia media. Realizaron una investigación no probabilística con un diseño transversal. El estudio estuvo compuesto por 4 variables compuestas por diferentes pruebas para medir velocidad, flexibilidad, coordinación y resistencia muscular.

Se aplica un tipo de muestreo probabilístico donde se comparan las pruebas de los 117 niños con los promedios de los diferentes grupos de grado. Los resultados de la investigación mostraron que la mitad de los 117 niños obtuvieron una puntuación menor o igual a 14 en la puntuación FMS (habilidades de movimiento fundamentales), que es el valor de corte para predecir

lesiones debidas a patrones de movimiento fundamentales restringidos y asimétricos. Se concluye que, al desarrollar habilidades de movimiento fundamentales en niños de primaria, algunas de las cualidades físicas también son atractivas durante este período y deben basarse en un buen QMP (patrón de movimiento de calidad). Finalmente, es importante fortalecer la capacitación para seguir los principios de individualización y etapa de desarrollo de la edad.

Aporte: Tiene una relación directa y significativa con la percepción de la E.F en edades tempranas, ya que aporta evidencia sobre el papel fundamental que cumple esta área en el desarrollo integral del niño. A través del análisis de la aptitud motora, las habilidades motoras fundamentales y la calidad de los patrones de movimiento, el estudio refuerza la idea de que la E.F en la infancia no solo promueve la actividad corporal, sino que también construye las bases para un desarrollo motor saludable, seguro y eficiente.

Investigación nacional de: Luna et al. (2020), desarrollaron la investigación sobre la motricidad básica como base para la E.F en la escuela primaria, el objetivo se centró en la importancia de las habilidades motoras básicas como base para la E.F en la escuela primaria, ya que se pueden considerar movimientos esenciales en el desarrollo motor del niño. Para el desarrollo de la investigación, el diseño responde a un enfoque descriptivo, analítico e inductivo. El estudio estuvo conformado por las variables como correr, saltar, lanzar objetos, girar, etc.

Se aplicó un tipo de muestreo probabilístico donde participaron estudiantes, docentes y padres de familia, a quienes se les aplicó una encuesta donde están presentes las variables de investigación. Los resultados de la investigación arrojaron que el 82% de los padres conocen las etapas del desarrollo motor de los niños y el resto no.

Se concluye que el desarrollo del HMB en edades tempranas podría ayudar a niños y niñas a mejorar sus diferentes movimientos en cada una de las actividades que se presentan a lo largo de su vida estudiantil, deportiva y diaria.

Aporte: Fundamenta que las habilidades motoras básicas (HMB) son pilares del desarrollo infantil, y que padres y docentes deben conocerlas. Esto complementa el diagnóstico institucional al explicar por qué es crítico desarrollar HMB en la educación primaria. Los instrumentos utilizados en esta investigación fueron encuestas a padres de familia y observaciones no participativas que permitieron obtener una visión integral sobre la importancia que se le otorga al desarrollo de las HMB en el contexto de la educación primaria, destacando la necesidad de

fortalecer estas competencias desde una edad temprana para favorecer el desarrollo integral del niño.

Investigación nacional de: González et al., (2019).

Aporte: Brinda evidencia práctica del impacto de actividades físicas bien diseñadas en el desarrollo de habilidades motrices básicas. Se apoya el objetivo de diseñar una guía de actividades físicas adaptadas a las necesidades de los estudiantes. Los resultados de este estudio corroboran que, con la aplicación de actividades físicas, se desarrolló las HMB en niños de 3 a 5 años pertenecientes al programa educa a tu hijo.

Investigación regional de: Rodríguez (2019), desarrolló como objetivo la investigación basada en los juegos motores. El juego motor es una actividad recreativa significativa que está configurada como una situación motora y mediada por un objetivo motor. Utiliza varios tipos de videojuegos motorizados, juegos recreativos, que es una actividad en la que hubo varios participantes. Su función principal fue brindar diversión y entretenimiento a los jugadores. En cualquier caso, los juegos pueden cumplir una función educativa, ayudar a la estimulación física y mental y contribuir al desarrollo de habilidades prácticas y psicológicas. Juegos tradicionales, se juegan sin la ayuda de juguetes tecnológicamente complejos, sino con sus propios cuerpos o con materiales fácilmente accesibles (piedras, hojas, flores, etc.). Entre los hogares objetos como (cuerdas, papeles, tablas). Juegos pre deportivo: Son aquellos que requieren destrezas y destrezas propias del deporte (movimientos, lanzamientos, recepciones, etc.).

En conclusión, el juego es un componente relevante para el desarrollo integral de nuestros estudiantes. Si deseamos mejorar todas las áreas del individuo y formar ciudadanos completos, no se puede ignorar la importancia indiscutible del juego en el desarrollo psicoevolutivo a lo largo de la vida.

Aporte: La relación está en que ambas investigaciones resaltan la importancia de incorporar juegos motores en la E.F de los niños pequeños, ya que estos juegos no solo mejoran las habilidades físicas si no que también apoyan el desarrollo integral del niño, preparándolos para futuros aprendizajes y desafíos.

Investigación internacional de: Chávez (2017). Desarrolla la investigación, juegos tradicionales ecuatorianos donde el objetivo fue fomentar el desarrollo de habilidades motrices básicas en niños de 5 a 6 años. Realiza investigaciones experimentales. El estudio estuvo compuesto por dos variables. La primera, la variable dependiente, que fue la aplicación de juegos

recreativos tradicionales ecuatorianos y la segunda, la variable dependiente, que fue la motricidad básica.

Para los resultados de la investigación se realiza una selección de dos AB paralelos, cada grupo de 19 estudiantes de 5 a 6 años, se unieron para trabajar con una población de 38 estudiantes de la unidad educativa privada La Providencia. Al grupo de niños se les realizaron pruebas iniciales para determinar las características locomotoras, no locomotoras y de proyección-recepción. Y la misma prueba inicial se realizó al mismo grupo, luego de haber aplicado el programa de juegos tradicionales ecuatorianos. Después de analizar los datos, se descubrió que la implementación de un programa de juegos recreativos tradicionales ecuatorianos en infantes mejora sus habilidades motoras básicas.

Aporte: Refuerza la utilidad del juego tradicional como herramienta educativa para desarrollar la motricidad. Su enfoque recreativo también está en línea con la propuesta de la guía lúdica adaptada, vinculando cultura, movimiento y aprendizaje. Esta tiene mucha relación con este proyecto de investigación ya que también se utilizó un enfoque mixto (cualitativo y cuantitativo) y un diseño cuasi experimental, permitiendo observar los efectos de la implementación de juegos tradicionales en el desarrollo de las HMB, donde se utilizan instrumentos de investigación como entrevistas a docentes para obtener información cualitativa sobre la percepción y experiencia en la explicación de juegos tradicionales y una lista de cotejo para evaluar el desarrollo de habilidades motrices básicas en niños y niñas de 5 a 6 años, permitiendo un análisis cuantitativo de los resultados.

Investigación internacional de: López et al., (2015).

Aporte: Esta investigación permite comprender cómo los docentes, desde su rol universitario, perciben la E.F. Aunque es en un contexto de educación superior, ayuda a contrastar percepciones institucionales y resalta la necesidad de formación docente especializada desde etapas tempranas.

La metodología que utiliza en esta investigación fue cuantitativa con un diseño descriptivo, donde se aplica un cuestionario estructurado a 41 docentes universitarios del programa de licenciatura en E.F en México, con el objetivo de conocer su percepción sobre los propósitos fundamentales de la E.F. La relación con esta investigación está en que una percepción limitada de esta educación a nivel universitario puede influir negativamente en la calidad de la enseñanza en edades tempranas. Por eso es fundamental que los docentes universitarios adopten y transmitan

una visión actualizada, integral y pedagógicamente sólida de la E.F desde los primeros años de vida.

Investigación de: Moreno et al., (2013).

Aporte: Demuestra cómo la motivación generada por el docente puede modificar la percepción del estudiante hacia la asignatura. Reafirma el papel fundamental del maestro de E.F como motor de actitudes positivas hacia el movimiento y la salud en la infancia. El estudio involucra a 780 estudiantes de la región de Murcia, utilizó el cuestionario de Actitudes hacia la Educación Física (en adelante CAEF) para evaluar las percepciones del alumnado. Se relaciona con la E.F en edades tempranas porque demuestra que la percepción positiva del alumnado hacia esta área se empieza a formar desde los primeros años escolares. Factores como una relación cercana con el docente, clases divertidas y la percepción de utilidad de los contenidos influyen directamente en como los niños valoran la E.F.

2.2. Bases Teóricas Conceptuales

E.F

Se refiere a una disciplina pedagógica que aborda el cuerpo humano desde una variedad de puntos de vista físicos, con el objetivo de brindar una educación integral sobre el cuerpo humano que contribuya a la salud y el bienestar, así como a la formación deportiva y la lucha contra la vida sedentaria (Equipo Editorial, 2021).

Por lo tanto este aporte tiene una estrecha afinidad con este trabajo de investigación, ya que ambos se centran en que la E.F se presenta como una disciplina pedagógica, lo que implica que debe ser enseñada de manera estructurada y consciente, adaptándose a las necesidades y capacidades de los niños en diferentes etapas de su desarrollo, por lo tanto se quiere resaltar como la E.F en las primeras etapas escolares es fundamental no solo para fomentar las habilidades físicas, sino también para contribuir al bienestar integral de los niños, para que desde pequeños puedan aprender sobre el trabajo en equipo, disciplina y habilidades motoras, ya que estas competencias son fundamentales para su desarrollo social y personal.

Primera Infancia

El desarrollo temprano de los niños es una etapa muy importante en su desarrollo, que incluye varios aspectos como el desarrollo biológico, psicológico, cultural y social. También durante este tiempo se establecen las personalidades y las relaciones sociales de los niños. (Aldeas infantiles SOS, 2021). Para garantizar el desarrollo adecuado, es esencial que los niños crezcan en entornos que los protejan, brinden amor, brinden una dieta saludable, tengan acceso a la atención médica y reciban apoyo que fomente su desarrollo en todas sus dimensiones.

Por tal motivo se considera que la E.F es muy importante en edades tempranas, ya que no solo fortalece las habilidades motrices, sino que también mejora otros aspectos como lo cognitivo, lo social y lo emocional fomentando la creatividad y la imaginación en los niños lo que les permite expresarse de manera más efectiva.

Actividad Física en Niños

Un estilo de vida activo en la infancia ayuda a prevenir algunas enfermedades persistentes que son muy comunes en la edad adulta, como la obesidad, la hipertensión, la diabetes, el cáncer, los problemas musculoesqueléticos y la salud mental. Sin embargo, se sabe que el estilo de vida sedentario es un factor de riesgo para estas mismas enfermedades, por lo que la práctica regular de

actividad física y la reducción del estilo de vida sedentario son fundamentales para la salud de la infancia (AEP, 2015).

Percepción

Es el proceso por el cual interpretamos y organizamos la información sensorial que recibimos del entorno para darle significado y comprender la realidad que nos rodea. Para crear una representación mental coherente del mundo, se requiere la selección, organización e interpretación de los estímulos sensoriales como la luz, el sonido, el tacto, el sabor y el olor. La percepción está influenciada por factores como experiencias previas, expectativas, emociones, atención, contexto cultural y social.

Es el mecanismo individual que realizan los seres humanos que consiste en recibir, interpretar y comprender las señales que provienen desde el exterior, codificándolas a partir de la actividad sensitiva. Raffino, Equipo editorial, Etecé (5 de agosto de 2021).

2.3. Bases Legales

Mediante la Ordenanza 0011 de 2006, la honorable asamblea del Departamento del Cesar ordena la creación de la Secretaría de Recreación y Deportes Departamental que en su artículo 2º autoriza modificar la estructura de la planta de la administración central del departamento del Cesar. La Enmienda propuesta (y aprobada) en primer debate de la Comisión Primera Constitucional del Senado de la República al Proyecto de Ley Estatutaria número 274 de 2024 Senado y 224 de 2023 Cámara en el que se desarrolla el derecho fundamental a la educación, y se dictan otras disposiciones.

Ley 181 de enero 18 de 1995 en el Artículo 10 afirma los objetivos generales al fomento de la práctica del deporte, la recreación, el aprovechamiento del tiempo libre y la promoción de la educación extraescolar de la niñez y la juventud en todos los niveles y estamentos sociales del país. para contribuir a la formación integral de la persona en todas sus edades y facilitarle el cumplimiento eficaz de sus obligaciones como miembro de la sociedad.

Ley 115 de 1994 promueve la actividad física que se fundamenta en una concepción integral de la persona humana, de su dignidad, de sus derechos y de sus deberes.

Momento III

3.1.Método de Investigación o Perspectiva Metodológica

Dado que se permite aprovechar las ventajas de ambas metodologías, este proyecto empleará una metodología de investigación mixta. Según, Creswell (2015) el principal propulsor y activo difusor de este movimiento, la investigación con métodos mixtos es aquella en la que el investigador reúne datos cuantitativos y cualitativos, los integra y luego realiza interpretaciones basadas en combinar las fortalezas de ambos.

Esta investigación se basa en el método de investigación del autor John w. Creswell ya que es uno de los autores mas conocidos en el ámbito de la investigación mixta con su libro se trata de un recurso indispensable que proporciona una guía exhaustiva sobre cómo diseñar una investigación con métodos mixtos que fusione aspectos cualitativos y cuantitativos, proporcionando una visión más holística del fenómeno estudiado mediante el uso de diversas técnicas y metodologías.

Mientras que los datos cualitativos ofrecen una comprensión más profunda y contextualizada de las perspectivas, actitudes y creencias de las partes involucradas (alumnos, padres y profesores) sobre la E.F temprana, los datos cuantitativos nos ofrecen una visión general y nos permiten detectar patrones y tendencias.

En cuanto a la E.F en edades tempranas, la visión de Cresswell coincide en la necesidad de enfoques integradores. El juego tradicional, al ser una herramienta cultural y motriz, permite que los niños aprendan mediante el cuerpo, el afecto y la experiencia social. Así, una metodología mixta podría ofrecer un panorama más amplio del valor formativo de la E.F, reconociendo tanto los logros medibles como los aprendizajes cualitativos que emergen en contextos escolares. Este proyecto se fundamenta más en el aspecto cualitativo, ya que permite comprender a fondo y en profundidad los fenómenos sociales desde la perspectiva de los participantes.

La investigación se llevará a cabo a través de casos de estudio dentro de la IE. Se utilizarán recopilación de datos cualitativos y cuantitativos, como entrevistas semiestructuradas, cuestionarios y observaciones no participativas. Estas estrategias proporcionarán una visión general de las experiencias y percepciones de los estudiantes. Además, se llevará a cabo un análisis de contenido por medio de la herramienta cuantitativa de *Google forms*, para encontrar patrones y temas recurrentes en la información recopilada. Este análisis ayudará a comprender cómo las

personas ven la E.F y qué factores la afectan. Los resultados se interpretarán a la luz de las teorías existentes en el campo de la E.F y el desarrollo infantil.

Cabe resaltar que las entrevistas aplicadas a los docentes y los cuestionarios aplicadas a estudiantes y padres de familia en el presente estudio tiene biabilidad metodologica y sustento académico y con base al análisis de los resultados obtenidos en los cuestionarios, entrevistas y observaciones no participativas en las clases de E.F se diseñó un plan de actividades físicas recreativas que favorecerán a los estudiantes de la I. E. Consuelo Araujo Noguera. Para la creación de esta guía se tuvo en cuenta un autor destacado que ha hablado sobre la importancia de las guías de actividades físico recreativas, González (2022) en el que se se aborda la relevancia de estas guías para fomentar la actividad física y el desarrollo integral de los individuos.

La guía estará estructurada con la siguiente información. La portada de este documento introduce un análisis detallado sobre la importancia de la E.F en básica primaria, ya que fomenta no solo el desarrollo físico, sino también habilidades sociales y cognitivas. En la introducción, se establecen los objetivos que guiarán las diversas actividades de coordinación, las cuales son esenciales para mejorar la movilidad articular y preparar a los estudiantes para ejercicios más complejos.

Además, se describen actividades específicas como el calentamiento, que incluyen estiramientos y ejercicios de desplazamiento, así como actividades de equilibrio estático y dinámico. A lo largo de la guía de actividades, se enfatiza la relevancia de actividades lúdicas, como las rondas y los juegos tradicionales, que no solo promueven la actividad física, sino que también fortalecen la cohesión grupal entre los estudiantes. Asimismo, se ofrecen recomendaciones para docentes y padres de familia sobre cómo apoyar a los niños en su desarrollo físico y emocional. Finalmente, en la conclusión, se destacan los beneficios de implementar un enfoque integral en la E.F, complementado con una adecuada vuelta a la calma y actividades de relajación tras el ejercicio. Este trabajo se completa con una sección de anexos, un glosario y una exhaustiva bibliografía que respalda la investigación realizada.

3.2.Enfoque Paradigmático

El paradigma de esta investigación es constructivista, que sostiene que la realidad se construye socialmente y es subjetiva. Este enfoque se centra en cómo las personas crean significado a partir de sus experiencias y cómo estas experiencias afectan sus percepciones y acciones.

Desde esta perspectiva, se reconoce que cada actor involucrado en el proceso educativo (estudiantes, padres y docentes) tiene su propia interpretación de lo que es la E.F y su importancia en las edades tempranas. Por lo tanto, se pretende comprender estas percepciones subjetivas y cómo se construyen y negocian dentro del contexto escolar, el enfoque constructivista también enfatiza cómo el contexto influye en las percepciones y creencias. En consecuencia, se tomarán en cuenta elementos contextuales específicos de la I.E. Consuelo Araujo Noguera, como la cultura escolar, las políticas educativas y las condiciones socioeconómicas de la comunidad, para entender mejor las percepciones de la E.F. Este enfoque está basado en el psicólogo y epistemólogo Piaget (1966), cuyas teorías sobre el desarrollo cognitivo y el aprendizaje constructivista se consolidaron en sus obras durante la primera mitad del siglo XX.

3.3.Tipo de Investigación

Una investigación exploratoria es un tipo de estudio que busca obtener una comprensión inicial de un fenómeno, y ha sido discutida por varios autores. Uno de los más reconocidos en este contexto es Earl Babbie (1973), aborda diferentes tipos de investigación, incluyendo la investigación exploratoria y discute su importancia para formular hipótesis y guiar investigaciones más profundas.

El tipo de investigación que se llevará a cabo es una investigación exploratoria. Este tipo de investigación es adecuado para temas que no han sido ampliamente estudiados y donde se busca descubrir nuevas ideas y conocimientos. La investigación exploratoria es flexible y abierta, permitiendo al investigador adaptarse a los nuevos hallazgos y preguntas que puedan surgir durante el estudio. La investigación se centrará en explorar las percepciones de los estudiantes, padres y docentes sobre la E.F en edades tempranas. Se investigará cómo estas percepciones afectan la participación y el interés en la E.F así como las barreras y facilitadores para una participación efectiva.

Además, se explorarán las expectativas y aspiraciones de los padres y docentes respecto a la E.F y cómo estas expectativas se alinean o difieren de las percepciones y experiencias de los estudiantes. Esta exploración ayudará a identificar áreas clave para intervenciones futuras y recomendaciones para mejorar la E.F en la Institución.

Linea de investigación:

Pedagogía y didáctica de la educación.

3.4.Diseño de la Investigación

El diseño de investigación de casos múltiples ha sido ampliamente discutido por Yin (1984), que presenta el diseño de investigación de casos múltiples como una estrategia para examinar fenómenos complejos a través de diferentes contextos y comparaciones.

El estudio de casos múltiples se utilizará como diseño de investigación. Este diseño permite una mejor comprensión de las percepciones y experiencias de varios grupos en un contexto específico. Para obtener una representación amplia y diversa de las percepciones de la E.F, se seleccionarán varios casos dentro de la IE, incluidas clases de diferentes niveles de grado y grupos de estudiantes.

Cada caso incluirá la recolección de datos a través de entrevistas con estudiantes, padres y docentes, así como observaciones de las clases de E.F. Este enfoque permitirá comparar y contrastar las percepciones y experiencias entre los diferentes casos y detectar patrones comunes y diferencias significativas.

El estudio de caso múltiple también permitirá una triangulación de datos, donde se cruzarán las perspectivas de los diferentes grupos para obtener una visión más completa y robusta de la percepción de la E.F en la Institución. Los resultados se analizarán utilizando un enfoque temático, identificando categorías y subcategorías relevantes.

3.5. Técnicas de Investigación

Para la recolección de datos, se utilizaron las siguientes técnicas de investigación.

Entrevistas semi estructurada: Se realizaron entrevistas con los docentes para explorar sus percepciones y experiencias en profundidad. Las entrevistas permitirán obtener datos ricos y detallados y se adaptarán según las respuestas de los participantes.

Sheele y Groeben (1988), proponen una elaboración específica de la entrevista semiestructurada en su método para reconstruir las teorías subjetivas. La expresión “teoría subjetiva” se refiere al hecho de que el entrevistado tiene un caudal complejo de conocimientos sobre el asunto en estudio. Este conocimiento incluye supuestos que son explícitos e inmediatos y que él puede expresar espontáneamente al responder a una pregunta abierta.

Cuestionarios: Se aplican dos tipos de cuestionarios, uno para padres de familia y otro para los estudiantes.

El cuestionario de los estudiantes, estuvo formado por preguntas dicotómicas. Permiten solo dos opciones de respuesta, si o no para obtener respuestas claras y rápidas y el cuestionario de los padres de familia estuvo estructurado según el grado de acuerdo. Este permite expresar a la persona su nivel de acuerdo o desacuerdo frente a la afirmación presentada.

Observaciones no participativas: Se realizaron observaciones en las clases de E.F para documentar cómo se desarrollan las actividades y cómo participan los estudiantes. Estas observaciones proporcionarán datos contextuales importantes y complementarán la información obtenida en las entrevistas.

3.6. Instrumentos de Investigación

Los instrumentos de investigación incluirán guías de entrevista y protocolos de observación. Estos instrumentos se desarrollarán con base en la revisión de literatura y se validarán mediante un proceso de revisión por expertos.

Guía para entrevistas: Eso incluirá preguntas abiertas destinadas a explorar las percepciones y experiencias de los participantes en la E.F. La organización se centrará en temas importantes como la importancia de la E.F, las experiencias personales, los obstáculos y los facilitadores.

Guía para cuestionarios: Esto incluirá una serie de pasos a seguir para aplicar los cuestionarios a los actores, también tendrá el objetivo claro del instrumento, en el caso de los padres: Recolectar las opiniones y actitudes de los padres de familia frente a la E.F impartida a sus hijos en la IE.

Estudiantes: Conocer de forma básica y directa la percepción de los niños sobre la E.F, su importancia y significado para ellos.

Protocolo de observación: Incluirá categorías y subcategorías para registrar las actividades observadas en las clases de E.F, la participación de los alumnos, la interacción entre docentes y estudiantes, y otros aspectos relevantes del contexto escolar.

3.7. Actores Sociales

La población de estudio incluirá a estudiantes de los grados 3º, 4º, 5º de (5 a 12 años), padres de familia y los docentes de las áreas de naturales, geometría y español (que son los encargados de dar la clase de E.F en los cursos anteriormente mencionados) de la I.E. Consuelo Araujo Noguera. La muestra se seleccionó utilizando un muestreo intencional, que permitió elegir a los participantes que mejor puedan aportar información relevante para el estudio.

Se seleccionarán estudiantes de diferentes grados para obtener una representación amplia de las edades tempranas. Se incluyeron niños y niñas para explorar posibles diferencias de género en las percepciones de la E.F. Los padres fueron seleccionados con base en su disposición para participar y su conocimiento del tema.

La muestra incluyó 15 estudiantes, 12 padres y 3 docentes. La selección de una muestra diversa y representativa permitirá obtener una comprensión más completa de las percepciones sobre la E.F en la Institución.

3.8.Aspectos Éticos y Bioéticos

Consentimiento Informado: En este caso se realizó el debido consentimiento informado y se les entrego a los padres de familia de los estudiantes escogidos para realizar los cuestionarios, una vez dado su aprobación y entendiendo la finalidad que tiene el proyecto, continuamos con el proceso. Antes de iniciar con las entrevistas y cuestionarios se les hace claridad tanto a estudiantes, padres y docentes en qué consisten las preguntas y cuál es el tema de estas, una vez todo claro aplicamos las entrevistas.

Confidencialidad y Privacidad: Hablamos con los padres y docentes sobre la privacidad y confidencialidad de sus respuestas, solo serian con el fin de analizar y estudiar sus puntos de vista acerca del tema. En este caso las entrevistas fueron anónimas y no se pidio nombres de ninguno de los participantes.

No Discriminación y Equidad: Se tratan a todas las personas participantes de este proyecto de manera igualitaria, sin ningún tipo de discriminación por su género, raza o condición socioeconómica.

Beneficio para los Participantes: Los hallazgos de esta investigación serán usados para mejorar la calidad educativa de toda la comunidad de la I.E Consuelo Araujo Noguera. Las intervenciones o recomendaciones se basarán en el bienestar de los niños.

3.9.Procedimiento de Recopilación de Datos

Los padres fueron informados sobre la investigación en curso en la que sus hijos son sujetos de estudio y dieron su consentimiento informado para evaluar a los niños para la recolección de datos a través de cuestionarios a padres y estudiantes, todo esto a través del cuestionario de los padres de familia estructurado según el grado de acuerdo. Para conocer que tan de acuerdo o en desacuerdo esta la persona con el interrogante o afirmación presentado.

Cuestionario de los estudiantes está formado por preguntas dicotómicas. Preguntas cerradas con dos opciones (si o no), una forma sencilla de responder para los niños y conocer sus percepciones acerca del tema.

Entrevistas semiestructuradas a los docentes sobre la percepción que estos tienen de la E.F en edades tempranas.

Además, se realizan observaciones no participativas sobre cómo se llevan a cabo las actividades en las clases y cómo participan los estudiantes.

3.10. Procedimientos de Análisis de Datos

El análisis de datos se realizó por medio de un formulario de *Google Forms* para poder evidenciar las respuestas de cada participante de las encuestas, su frecuencia en respuestas y porcentaje de cada una de estas. Además, se utiliza un enfoque hermenéutico-interpretativo que permitió comprender en profundidad los significados que los estudiantes, padres y docentes atribuyen a la asignatura de E.F en el contexto escolar. Este enfoque se centró no solo en cuantificar las respuestas del cuestionario, sino también en interpretar el significado subjetivo y simbólico que los participantes construyeron a partir de su experiencia con la asignatura. Desde esta perspectiva, cada *ítem* se analiza considerando las experiencias, creencias, percepciones y valoraciones expresadas por los actores sociales, los cuales se interpretaron a la luz del contexto social, cultural y educativo en el que se encuentran inmersos. Por lo tanto, no se trató de una mera lectura numérica, sino de un proceso reflexivo y comprensivo en el que se buscaron patrones de significado comunes y divergentes entre los encuestados.

Este enfoque se basa en las ideas de Gadamer (1990), quien sostiene que la hermenéutica implica no solo explicar, sino, sobre todo, comprender, partiendo de la premisa de que todo acto interpretativo se construye en el diálogo entre el texto (en este caso, los datos) y el contexto del investigador. En este sentido, se consideraron tanto el contenido explícito de las respuestas como el contexto cultural y académico que las configura.

3.11. Resultados y Discusión

En este apartado se presentan algunos resultados de las entrevistas y cuestionarios realizados con estudiantes y docentes sobre su percepción de la E.F.

3.11.1. Cuestionario de Estudiantes

La E.F, ¿Es una asignatura fácil de ganar? En esta primera pregunta del cuestionario nos encontramos con que el 80 % de los estudiantes, piensan que la E.F si es fácil de ganar, y el 20% se manifiestan con que no, ya que no la ven como una asignatura fácil de ganar.

Tabla 1. Percepción de los estudiantes *¿La Educación Física es una asignatura facil de ganar?*

Acumulado	Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje
No	2	20%	20%
Si	13	80%	100%
Total	15	100%	

Fuente: Elaboración propia (2025).

Como se puede notar muchos estudiantes piensan que la E.F es fácil, lo que podría mostrar que ignoran su complejidad, incluidas sus partes teóricas, metodológicas y desarrollo. En numerosos entornos escolares, la E.F a menudo se considera una materia menor o secundaria, a diferencia de las materias centrales como las matemáticas o el español, lo que crea una tendencia a pensar que la E.F no necesita mucho trabajo mental o crítico. Por el contrario, es importante tener en cuenta que un 20% de los estudiantes le resulta difícil sobresalir en el tema. Este pequeño punto de vista puede estar influenciado por dificultades personales en el ámbito motriz, por algunas experiencias negativas. Con este grupo encuestado se destaca la necesidad de una E.F más inclusiva, adaptada a las habilidades personales.

La E.F, ¿Hace que te relacione mejor con tus compañeros? Con respecto al ítem de la pregunta *¿hace que te relacione mejor con tus compañeros?*, el 100% (15 estudiantes) piensan que sí.

Tabla 2 ¿La E.F hace que te relaciones mejor con tus compañeros?

	Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje
Acumulado			
Si	15	100%	100%
Total	15	100%	

Fuente: Elaboración propia (2025).

Este resultado muestra claramente que esta asignatura cumple una función socializadora esencial dentro del contexto escolar. A diferencia de otras asignaturas que se centran en procesos cognitivos individuales, la E.F es colaborativa y dinámica que requiere comunicación, cooperación, respeto y reconocimiento del otro como parte activa del proceso, lo que naturalmente fortalece los lazos sociales.

¿Te gusta la E.F? todos los estudiantes encuestados contestan que sí, el 100%.

Tabla 3 - ¿Te gusta la E.F?

	Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje
Acumulado			
Si	15	100%	100%
Total	15	100%	

Fuente: Elaboración propia (2025).

El hallazgo de que el 100% de los estudiantes encuestados afirman disfrutar de la E.F destaca el valor subjetivo y emocional que esta materia tiene para los niños en el entorno escolar. El disfrute unánime de la E.F puede interpretarse como una expresión de motivación intrínseca para la actividad física. Los estudiantes disfrutaban de esta materia no por obligación, sino por la alegría de jugar, interactuar y aprender a través de su cuerpo. Esta conexión positiva con la experiencia física fortalece su bienestar emocional y su compromiso con el entorno escolar. Según Deci y Ryan (1985), el gusto por una actividad como la E.F está profundamente ligado a la

satisfacción de necesidades psicológicas básicas, lo que explica la alta motivación y disfrute que manifiestan los estudiantes.

La E.F, ¿Es jugar fútbol? El resultado de que un 80% de los estudiantes encuestados piensan que sí y el otro 20% que no.

Tabla 4-¿La E.F es jugar futbol?

	Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje Acumulado
No	2	20%	20%
Si	13	80%	100%
Total	15	100%	

Fuente: Elaboración propia (2025).

Se puede evidenciar una percepción reduccionista y estereotipada sobre el verdadero significado de esta asignatura. El predominio del fútbol en la percepción estudiantil también puede reflejar una cultura escolar dominada por figuras deportivas masculinas y populares, donde el fútbol es el deporte principal. Esto puede provocar exclusión o desmotivación en los estudiantes (especialmente en niñas o quienes no se sienten identificados con este deporte). La percepción de que la E.F se limita al fútbol muestra una visión restringida del currículo. Cuando se limita a un solo deporte, se empobrece la experiencia educativa y se descuida la formación integral del estudiante.

Como señala López-Pastor (2009), reducir la E.F a la práctica repetitiva de deportes populares, como el fútbol, limita su potencial educativo y refuerza estereotipos culturales y de género que deben ser superados desde la escuela.

La E.F, ¿Es para ti un recreo? El 80% (13) de los estudiantes dicen que sí, y el 20% (2) dicen que no.

Tabla 5- ¿La E.F es para ti un recreo?

	Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje Acumulado
No	2	20%	20%
Si	13	80%	100%
Total	15	100%	

Fuente: Elaboración propia (2025).

Podemos notar que el 80% de los estudiantes perciben la E.F como un recreo, lo que refleja una experiencia positiva y lúdica, pero también puede indicar una infravaloración de su valor pedagógico. Esta percepción podría originarse en prácticas docentes improvisadas, poco planificadas o en la falta de claridad sobre los objetivos educativos. Por ello, es necesario resignificar la asignatura, destacando que el juego y el disfrute deben estar orientados a aprendizajes significativos. Según, Blázquez (1995) cuando la E.F se percibe simplemente como recreo, pierde su intencionalidad educativa y corre el riesgo de ser infravalorada en el entorno escolar.

La E.F, ¿Es importante para ti? El 100% (15) de los estudiantes piensan que sí.

Tabla 6- ¿La E.F es importante para ti?

	Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje Acumulado
Si	15	100%	100%
Total	15	100%	

Fuente: Elaboración propia (2025).

Este resultado sugiere que los estudiantes no solo disfrutan de la E.F, sino que también la consideran un componente relevante de su proceso educativo, lo que indica una percepción positiva y consciente de sus beneficios. La respuesta positiva generalizada demuestra que, desde la perspectiva de los estudiantes, la E.F no es una asignatura secundaria ni meramente recreativa, sino una parte fundamental de su formación integral. Este reconocimiento debe valorarse y aprovecharse para fortalecer aún más su lugar en el currículo. Según Devís (2000), la E.F desempeña un papel esencial en la formación integral del alumnado, al promover no solo el desarrollo corporal, sino también competencias sociales, cognitivas y actitudinales necesarias para la vida.

3.12. Conclusión de cuestionarios a estudiantes

Después de analizar los datos obtenidos a través de las encuestas se permite afirmar que la E.F es indispensable para la población estudiantil, analizando los datos nos damos cuenta de que la asignatura de E.F es importante para la gran mayoría de los estudiantes, porque que goza de una gran aceptación entre estos y les dan prioridad. También es importante destacar que los estudiantes no tienen un concepto claro sobre el trasfondo real de lo que es la E.F, ya que la confunden con jugar al fútbol. También se evidencia con un porcentaje superior al 80 %, que la califican como un segundo recreo.

3.13. Cuestionario de los Padres

La E.F es una asignatura importante para la formación de su hijo. En esta primera pregunta del cuestionario nos encontramos con que el 66'7 %, 8 de los padres se muestran de acuerdo con la pregunta realizada, otro 25'4 %, 3 padres se manifiestan muy de acuerdo con que la E.F es una asignatura importante dentro de la formación de sus hijos y por último, se ha encontrado con un dato significativo donde el 8'3 %, uno de los padres encuestado está en desacuerdo.

Tabla 7. La E.F es una asignatura importante para la formación de tu hijo.

	Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje Acumulado
Muy de acuerdo	3	25,4%	25,4%
De acuerdo	8	66,7%	91,7%
En desacuerdo	1	8,3%	100%
Total	12	100%	

Fuente: Elaboración propia (2025).

Los resultados muestran que una gran mayoría de padres 92,1% reconoce la importancia de la E.F en la formación integral de sus hijos. Esto demuestra que valoran el papel de esta asignatura no solo en el desarrollo físico, sino también emocional y social. Las opiniones de los padres reflejan una creciente conciencia de que la E.F va más allá de jugar al fútbol, ya que también contribuye al desarrollo de habilidades fundamentales para la vida y al desarrollo personal. Por otro lado, el 8,3% que discrepa, aunque representa un pequeño porcentaje, indica la presencia de un padre que no considera esta asignatura importante. Estos datos podrían reflejar una visión aún presente en ciertos sectores de la sociedad que subestima la E.F, percibiéndola como una asignatura recreativa o secundaria en comparación con las consideradas académicas.

Según Cecchini Estrada (2004), la E.F es una asignatura con alto valor educativo, ya que favorece el desarrollo integral del alumnado, y su reconocimiento por parte de las familias fortalece su papel dentro del sistema escolar.

La E.F es un Segundo Recreo. El 16'7 %, 2 de los padres encuestados se manifiestan de acuerdo, 8'3 %, 1 padre muy de acuerdo, 16'7 %, 2 padres se muestran en total desacuerdo y el 58'3 %, 7 padres en desacuerdo.

Tabla 8- La E.F es un segundo recreo

	Frecuencia	Porcentajen	Porcentaje Acumulado
Muy de acuerdo	1	8,3%	8,3%
De acuerdo	2	16,7%	25%
En desacuerdo	7	58,3%	83,3%
En total desacuerdo	2	16,7%	100%
Total	12	100%	

Fuente: Elaboración propia (2025).

Los resultados muestran que la mayoría de los padres 75% no está de acuerdo con la idea de que la E.F sea un segundo recreo, lo que representa un avance significativo en la evaluación social y pedagógica de esta asignatura. Esta percepción indica que, para la mayoría de los padres, la E.F ya no se concibe como una simple actividad de ocio, sino como una parte importante del proceso educativo de sus hijos. Sin embargo, el 25% restante, 3 en total sí asocia la E.F con el recreo, lo que revela la persistencia de una concepción reduccionista, donde la E.F se considera una actividad recreativa sin ningún contenido educativo significativo. Este contraste de opiniones sugiere que, si bien la E.F ha ganado prestigio en el ámbito escolar y familiar, aún requiere mayor visibilidad como espacio integral de aprendizaje.

Según Tinning (1992), la concepción de la E.F como un simple recreo activo refleja una construcción cultural que históricamente ha invisibilizado su valor formativo dentro del currículo escolar.

La E.F la Puede Impartir Cualquier Docente. El 33,3 %, 4 de los padres se han mostrado en desacuerdo, 8,3 %, 1 padre en total desacuerdo, al 83%, 1 padre están muy de acuerdo y un 50%, 6 padres de acuerdo. De estos resultados se puede decir que una parte de los padres piensan que cualquier docente puede impartir la asignatura, mientras que la otra parte no lo considera así.

Tabla 9- La E.F la puede impartir cualquier docente.

	Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje Acumulado
Muy de acuerdo	1	8,3%	8,3%
De acuerdo	6	50%	58,3%
En desacuerdo	4	33,3%	91,7%
En total desacuerdo	1	8,3%	100%

Total	12	100%
-------	----	------

Fuente: Elaboración propia (2025).

Los resultados muestran una clara división en las percepciones de los padres con respecto a la profesionalización de la enseñanza de la E.F. Mientras que el 58,3%, 7 padres están de acuerdo o muy de acuerdo con que cualquier profesor puede enseñarla, el 41,6% restante, 5 padres están en desacuerdo o muy en desacuerdo. Este resultado refleja una realidad ambivalente: por un lado, una parte significativa de las familias aún subestima la especificidad educativa de la E.F, creyendo que puede ser desarrollada por cualquier profesor; por otro lado, otra parte reconoce que la E.F requiere una preparación profesional específica, clave para garantizar una enseñanza de calidad, segura, inclusiva y con una clara finalidad educativa. Este tipo de percepción errónea (que cualquier profesor puede enseñar E.F) ha contribuido históricamente a la devaluación de la asignatura, tratándola como un espacio para el fútbol o la improvisación.

Como señala Devís Devís (1996), la E.F necesita de profesionales formados en sus contenidos específicos, ya que su práctica pedagógica conlleva una alta complejidad técnica y educativa que no puede ser asumida por docentes sin especialización.

La E.F Crea Hábitos Saludables en mis Hijos. En referencia al ítem, la E.F crea hábitos saludables en mis hijos" nos hemos encontrado con el resultado de que un 41'7 %, 5 de los padres encuestados se manifiestan de acuerdo, un 50 %, 6 padres muy de acuerdo y un 8,3 %, 1 padre en desacuerdo.

Tabla 10 La E.F crea hábitos saludables en mis hijos

	Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje Acumulado
Muy de acuerdo	6	50%	50%
De acuerdo	5	41,7%	91,7%
En desacuerdo	1	8,3%	100%
Total	12	100%	

Fuente: Elaboración propia (2025).

Los resultados muestran que una gran mayoría de padres y madres, con un 91,7% reconoce que la E.F contribuye al desarrollo de hábitos saludables en sus hijos. Esto refleja una valoración positiva del papel de la E.F en la promoción del bienestar físico, la prevención del sedentarismo y el fomento de rutinas activas desde edades tempranas. Sin embargo, el 8,3% restante, 1 padre cree que la E.F no genera hábitos saludables, lo que demuestra la continua desinformación y falta de

concientización en algunos sectores sobre los verdaderos objetivos de esta asignatura. Por lo tanto, es fundamental que las familias reconozcan la dimensión educativa y preventiva de la E.F, y que el profesorado se esfuerce por visibilizar, mediante prácticas pedagógicas, cómo se fomentan estos hábitos saludables en cada clase.

Según, Caspersen et al., (1985) la actividad física regular desde la infancia, como la promovida por la E.F escolar, es clave en la creación de hábitos saludables que impactan positivamente en la salud a corto y largo plazo.

La E.F. es Menos Necesaria que Otras Asignaturas. El 25%, 3 de los padres han contestado que están de acuerdo, el 41,7 %, 5 padres están en desacuerdo y el 33,3 %, 4 padres están en total desacuerdo.

Tabla 11 La E.F es menos necesaria que otras asignaturas

	Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje Acumulado
De acuerdo	3	25%	25%
En desacuerdo	5	41,7%	66,7%
En total desacuerdo	4	33,3%	100%
Total	12	100%	

Fuente: Elaboración propia (2025).

Este resultado muestra la necesidad de seguir trabajando para concientizar sobre el valor educativo de la E.F, no solo como promotora de la actividad física, sino también como una asignatura que fomenta habilidades cognitivas, sociales y emocionales esenciales para el desarrollo integral del ser humano. La idea de que la E.F es menos necesaria es un remanente de una visión tradicional del currículo, donde el cuerpo y el movimiento han quedado relegados a un segundo plano frente al conocimiento puramente académico.

Como plantea Kirk (2010), la E.F es una disciplina que promueve el desarrollo integral de los estudiantes y no debería ser considerada secundaria frente a otras áreas del conocimiento, ya que sus aportes educativos son únicos e irremplazables.

La E.F. es Practicar Deporte. El 58'3 %, 7 de los padres han contestado que están de acuerdo, el 41,7 %, 5 padres se manifiestan muy de acuerdo con el enunciado. Estos datos demuestran que la mayoría de los padres piensan que mediante la E.F no se educa a sus hijos, sino que solamente se les instruye en uno o varios deportes.

Tabla 12- La E.F es practicar deporte

	Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje Acumulado
De acuerdo	7	58,3%	58,3%
Muy de acuerdo	5	41,7%	100%
Total	12	100%	

Fuente: Elaboración propia (2025).

Los resultados muestran que el 100% de los padres encuestados asocia la E.F exclusivamente con el deporte. Esta percepción revela una visión estrecha y tradicional de la materia, en la que su función pedagógica se reduce a la enseñanza del deporte. Si bien el deporte es una herramienta didáctica dentro de la E.F, su objetivo va mucho más allá del rendimiento físico o la competición. Por lo tanto, es necesario que la comunidad educativa, y en especial las familias, comprendan que la E.F no es sinónimo de deporte, sino que el deporte es solo uno de sus múltiples recursos pedagógicos.

Como advierte Contreras (1998), reducir la E.F a la práctica deportiva limita su verdadero potencial pedagógico, que debe orientarse hacia la formación integral del alumnado y no solo al desarrollo de destrezas motrices específicas.

3.14. Conclusion del cuestionario de los padres

Después de analizar los datos obtenidos a través de los cuestionarios destinados a los padres de familia podemos llegar a las siguientes conclusiones:

La mayoría de los padres de hoy en día le dan importancia a la E.F, pero también hay un gran porcentaje de padres que no comprenden la importancia de la E.F para el desarrollo integral de los niños, lo cual es preocupante para nosotros.

También hay que destacar que el concepto de la E.F sigue persistiendo como un deporte o como un juego, lo cual está alejado de la realidad ya que como sabemos la E.F trasciende mucho más allá que solo salir al patio a jugar. Se puede decir que los padres son más conscientes sobre la importancia que tiene en el sistema educativo la enseñanza de la E.F.

3.15. Entrevista a los Docentes

Una vez analizado los distintos cuestionarios se procede a analizar las entrevistas realizadas a los Docentes

Tabla 13. Entrevista a los docentes

Apartados	N°	Categorías	Códigos	Definiciones
E.F	1	Formación	EFO	Importancia de la E.F en la formación del estudiante.
	2	Docente	EDO	Mención acerca de que cualquier docente imparte la asignatura.
	3	Sociedad	ESO	Visión que tiene la sociedad acerca de la E.F.
	4	Importancia	EIM	Importancia de la E.F en la sociedad actual.
	5	Asignatura	EAS	Cuál de las asignaturas es más importante para la formación del estudiante.

Fuente: Elaboración propia (2025).

Esta Tabla No. 13 muestra la organización y como está clasifica en apartados, categorías, códigos y definiciones. Primero se muestra el apartado como E.F de donde surgen unas categorías desde donde se basará el análisis de las entrevistas.

Estas categorías tienen un código para identificarlas y su respectiva definición para comprender de mejor manera el análisis de las entrevistas. Se puede ver categorías como la Formación (EFO) donde se mostrará la importancia de la E.F en la formación del estudiante, el docente (EDO) para los comentarios sobre que cualquier docente puede impartir la asignatura, también se tiene la Importancia (EIM). Referente a la visión actual que tiene la Sociedad sobre la E. F (ESO), las categorías de la Asignatura (EAS) donde estarán las opiniones sobre que asignatura le resulta más importante.

Entrevista 1. Según la docente la importancia de la E.F en la formación del alumno es vital y bastante importante, porque la formación de los estudiantes sin los aspectos motrices, desarrollo motor, etc. No sería una formación integral para el estudiante. También nos dice que la

E.F la imparte cualquiera profesor en la escuela, eso pasa cuando faltan docentes, entonces otros profesores suplen esa función.

Para que sea una E.F de calidad la debe impartir un profesional del área. Donde se pregunta (cuál de las asignaturas es más importante para la formación del estudiante) nos dice que todas las materias son importantes para que el estudiante pueda formarse, un ser humano integro y concluye diciendo que “ningún estudiante se queda sin E.F por otra materia, ya que siempre los sacan a jugar a la cancha y nadie la pierde porque es considerada una materia fácil.

Entrevista 2 Según la docente la importancia de la E.F en la formación del estudiante es importante para su desarrollo por todo lo que supone esta materia, su alcance y apoyo a toda la parte del cuerpo, resaltando también que es un medio para que los niños puedan expresarse de manera libre. La E.F la imparte cualquiera docente en la escuela, eso ocurre cuando falta profesorado, entonces otros profesores mandados por la administración hacen esa función.

Para que sea una E.F de calidad, la tiene que impartir un profesional de la materia. Los estudiantes deben quedarse sin E.F para progresar en otras materias, ningún niño se ha quedado sin esta educación por otra asignatura, a veces cuando los compañeros piden un espacio para recuperar evaluaciones o algo por el estilo y la visión que tiene la sociedad de la E.F es muy baja, las personas la relacionan con salir a la cancha a patear balón.

Entrevista 3 Según el docente la importancia de la E.F en la formación del estudiante, la E.F les ayuda a los estudiantes a fortalecer mente cuerpo y espíritu, la verdad es que es fundamental para el desarrollo de todos los estudiantes. Cuando habla de que la asignatura de E.F puede ser impartida por cualquiera nos dice: No, porque para que los estudiantes adquieran un buen conocimiento deben ser transmitidas por una persona que tenga conocimientos de lo que se está tratando.

Respecto a si cree que hay asignaturas más importantes, el docente encuestado nos dice: nunca he pensado que una materia es más importante que otra, todas son fundamentales, entonces no estoy de acuerdo que un estudiante se quede sin su educación física por avanzar en otra asignatura. En la pregunta sobre como la Sociedad ve a la E.F, el docente dice que en estos tiempos la E.F se ve como una materia de relleno, en la cual no se le da importancia, la cual se le resta la importancia que se le debe dar y no debería de ser así. La mayoría de las personas creen que la E.F es solamente patear un balón. Como se menciona anteriormente fortalecer un desarrollo y más

desde temprana edad, la verdad que es fundamental estos espacios donde el estudiante se libera mucho del estrés de otras materias a las cuales no tiene la interesa o no le va muy bien en ella.

3.16. Conclusion de la entrevista a docentes

Una vez terminado este proceso de investigación, analizando todos los datos obtenidos, se llego a las siguientes conclusiones. Los padres de familia de la sociedad actual muestran un mayor interés hacia la E.F en su educación, no como debería abarcando todo lo que esta puede ofrecer, pero al menos siendo conscientes de que esta asignatura debe darse en la Institución. Otro aspecto importante a mostrar es como la influencia de los distintos docentes puede influir en la percepción que tienen los estudiantes de la E.F. y así estos le den o no la importancia necesaria compartiendo parte de sus horas con otras materias.

3.17. Discusión Final

En este espacio se muestra un análisis general de los puntos de vista de los actores sociales que tuvieron en común con respecto a la temática central de la investigación.

3.17.1. Percepciones sobre la importancia de la E.F

Los datos reflejan una valoración generalmente positiva por parte de estudiantes, padres y docentes, aunque con ciertos matices:

En el caso de los estudiantes, el 100% reconoce la importancia de la E.F, valorándola no solo por su contenido físico, sino también por su impacto en el bienestar emocional y social, como lo demuestran sus respuestas sobre su disfrute de la asignatura y su influencia en las relaciones interpersonales. Según, Hellison (2003), la E.F promueve valores personales y sociales clave, como el respeto, la responsabilidad y la cooperación. Por consiguiente, los padres en su gran mayoría el 92% apoya su importancia, pero el 8,3% aún la subestima. Además, el 25% la considera menos necesaria que otras asignaturas, lo que refleja una visión jerárquica del currículo escolar. Sin embargo, el reconocimiento de su papel en el desarrollo de hábitos saludables el 91,7% indica una apertura hacia una visión más holística del desarrollo infantil. Lagardera y Lavega (2003), explican que aún persiste una visión tradicional que subordina la EF a las asignaturas consideradas intelectuales.

Del mismo modo los docentes coinciden en destacar su papel clave en el desarrollo integral de los estudiantes, abarcando aspectos motores, emocionales y cognitivos. Sin embargo, advierten que la sociedad aún la percibe como una asignatura secundaria. Kirk (2010), defiende el papel transformador de la E.F en el desarrollo infantil, siempre que se reconozca su función pedagógica y se supere el reduccionismo deportivo.

3.17.2. Concepciones sobre la naturaleza de la E.F

Los datos revelan percepciones reduccionistas tanto entre estudiantes como entre padres:

En este aspecto los estudiantes, el 80% identifica la E.F. con el fútbol, y el mismo porcentaje la asocia con el recreo. Estas respuestas sugieren que los estudiantes disfrutan de la asignatura, pero también que podrían no reconocer su propósito educativo. Contreras (1998) advierte que reducir la E.F a juegos o deportes limita su potencial educativo, despojándola de su valor curricular. En la misma línea, los Padres, el 100% la asocia con el deporte, y el 25% aún la considera un recreo. Esta visión refleja un desconocimiento del contenido educativo que

abarca la E.F (educación en valores, desarrollo físico, motricidad). Devís y Peiró (1992), argumentan que la concepción social de la E.F como actividad física sin reflexión, es uno de los mayores obstáculos para su reconocimiento educativo. Por otro lado, los docentes destacan que la sociedad continúa interpretando la actividad física como un deporte y un juego, lo que refuerza los estereotipos, proponen un cambio hacia una comprensión más integral de su papel en el desarrollo humano. Blázquez (1999), afirma que la actividad física debe abordarse desde una perspectiva holística que incluya cuerpo, mente y emociones.

3.17.3. El rol del docente de E.F

Para los estudiantes esto es muy claro, el docente es un ejemplo de cómo deben actuar, hablar y relacionarse con los demás. El docente es una figura de autoridad dentro y fuera del aula. En edades tempranas, los niños necesitan vínculos afectivos por esto muchos perciben al docente como una figura cariñosa, cercana y comprensiva que los escucha, los consuela o celebra sus logros. Este vínculo puede parecerse al que tienen con sus padres o cuidadores.

En el caso de los padres, el 58,3% cree que cualquier profesor puede impartir E.F, lo que refleja un desconocimiento de la formación específica necesaria en esta área. Sin embargo, el 41,6% reconoce la necesidad de especialistas, lo que indica una perspectiva positiva. Riviére (2004), indica que la calidad de la enseñanza de E.F depende de la formación profesional del profesorado, dada la complejidad metodológica, didáctica y pedagógica de la disciplina. Por el contrario, los docentes expresan su preocupación por la falta de especialistas en algunas instituciones y por la improvisación en la enseñanza de EF cuando esta es impartida por profesionales de otras áreas. Sicilia y Devís (2002), abogan por una formación sólida y continua para el profesorado de EF, ya que su función va más allá de motivar al alumnado que implica educar con y a través del cuerpo.

3.17.4. Valoración curricular de la E.F

En este aspecto los estudiantes perciben a la E.F como una asignatura "fácil", lo que puede llevar a una devaluación de la misma en comparación con asignaturas que consideran más exigentes cognitivamente. Esta percepción puede estar influenciada por la falta de reflexión pedagógica en las clases de E.F. Tinning (1997), señala que la enseñanza basada únicamente en la repetición de ejercicios o juegos sin reflexión crítica puede llevar a una trivialización de la asignatura. De la misma manera la mayoría de padres valora la E.F, aunque una cuarta parte con el 25% la considera menos necesaria, lo que revela cierta indiferencia e ignorancia por

parte de estos. En el caso de los docentes, estos asimilan a todas las asignaturas como parte fundamental del currículo, le dan la importancia que se merece cada una en la mayoría de los casos y también son conscientes del trato y desprestigio que se le da a la E.F, siendo esta importante en la formación integral del ser humano.

Con base al análisis de los resultados obtenidos en los cuestionarios, entrevistas y observaciones no participativas en las clases de E.F se diseña una guía de actividades físicas recreativas que favorecerán a los estudiantes de la I.E Consuelo Araujo Noguera de la Ciudad de Valledupar que se evidencia por medio de la siguiente Imagen No. 1 y del *link* de acceso para su mayor visualización (Ver Anexo 3).

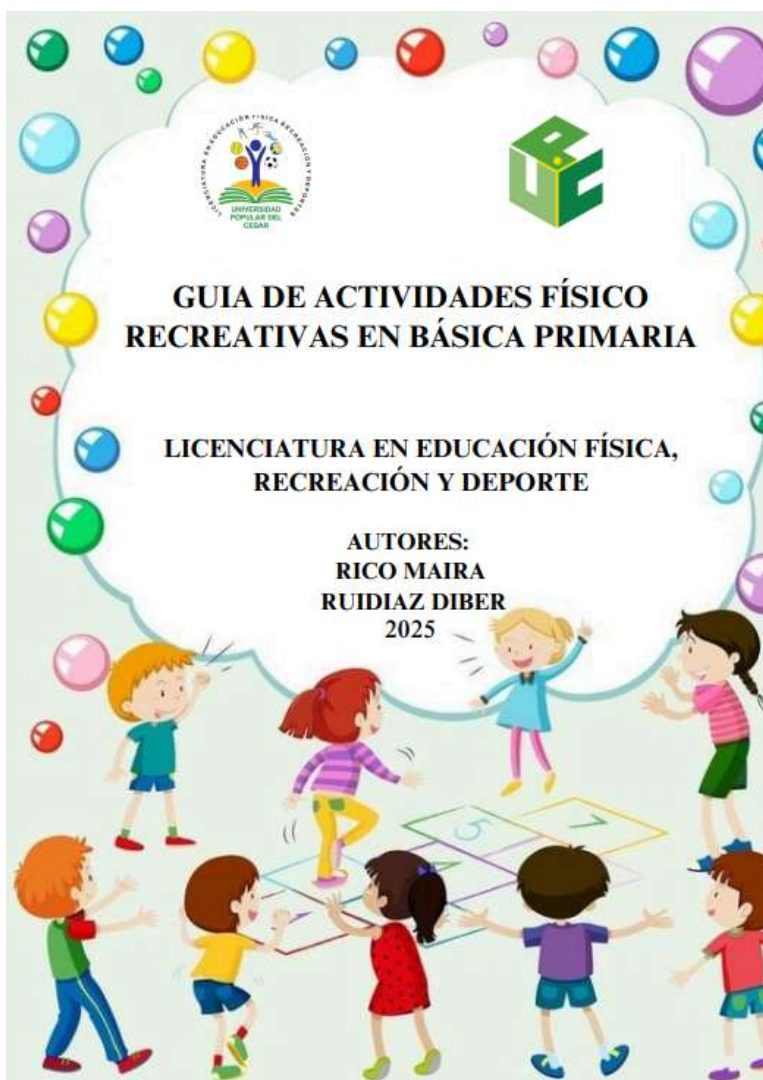


Imagen 1. Guía práctica de actividades físico recreativas

Fuente: Elaboración propia (2025).

3.17.5. Extracto de la Guía de Actividades Físico Recreativas

Esta cartilla tiene como objetivo presentar una serie de actividades recreativas diseñadas para E.F en primaria con el fin de ayudar a los estudiantes a desarrollar sus habilidades motrices básicas tales como caminar, correr, saltar, lanzar y atrapar. Estas habilidades son fundamentales para la participación en actividades físicas y deportes y también son importantes para la vida diaria.

El presente proyecto permitió evidenciar que la E.F en edades tempranas es percibida de forma ambigua dentro del ámbito escolar en la I.E Consuelo Araujo Noguera. Si bien tanto estudiantes como padres y docentes reconocen su importancia, persisten concepciones erróneas que reducen la asignatura a una actividad lúdica sin objetivos pedagógicos claros.

Los resultados demostraron que los estudiantes valoran afectivamente la E.F, pero tienden a confundirla con el simple hecho de jugar fútbol o tener un recreo, lo cual refleja una necesidad urgente de reestructurar la forma en que se imparte esta área. Por su parte, algunos padres aún subestiman su valor formativo, creyendo que puede ser impartida por cualquier docente y que no requiere de una planificación estructurada. Estas percepciones están estrechamente ligadas a las limitaciones institucionales, como la falta de personal capacitado y la escasa inclusión de la E.F en el currículo desde los primeros grados.

Al contrastar estos resultados con los aportes teóricos revisados, se confirma que la E.F, cuando es impartida adecuadamente, contribuye significativamente al desarrollo integral del niño: físico, cognitivo, social y emocional. Investigaciones previas coinciden en que su correcta implementación fortalece las habilidades motrices básicas, mejora la autoestima, favorece la socialización y promueve estilos de vida saludables desde edades tempranas.

En consecuencia, es necesario que las instituciones educativas, junto con los actores escolares, revaloricen la E.F como un componente esencial del proceso formativo y no como un espacio recreativo secundario. Este trabajo destaca la importancia de contar con docentes especializados, estrategias pedagógicas pertinentes y una mayor sensibilización de las familias, para asegurar que la E.F en la infancia no solo se disfrute, sino que también eduque y transforme.

3.18. Conclusion

La presente investigación permitió evidenciar que, aunque existe una percepción mayoritariamente positiva sobre la Educación Física (E.F) por parte de estudiantes, padres y docentes, aún persisten conceptos limitados y estereotipados que reducen su verdadero valor pedagógico. En la comunidad educativa de la I.E. Consuelo Araujo Noguera, la E.F es vista como una asignatura que genera disfrute y fomenta la socialización, pero también como una materia fácil, recreativa o asociada exclusivamente al fútbol. Estas concepciones revelan una falta de comprensión sobre su carácter formativo, integral y transversal en el desarrollo infantil.

La falta de un docente especializado en el área contribuye a esta percepción reducida, afectando la calidad de la enseñanza y limitando el potencial de la E.F como espacio para el desarrollo motor, cognitivo, afectivo y social. A pesar de ello, tanto los resultados de los instrumentos aplicados como las opiniones recogidas en las entrevistas reflejan una disposición favorable al fortalecimiento de esta asignatura, así como una necesidad sentida de profesionalización y mejora curricular.

En este sentido, se concluye que la Educación Física en edades tempranas debe ser entendida y aplicada desde una perspectiva holística, que combine el juego, el movimiento, el conocimiento corporal y los valores, dentro de un marco pedagógico estructurado y con docentes formados en el área. Promover dicha visión es clave para garantizar una formación integral desde la infancia y para consolidar la E.F como un pilar fundamental dentro del proyecto educativo institucional. La implementación de guías didácticas adaptadas y el reconocimiento del rol docente especializado se perfilan como acciones necesarias para avanzar hacia una educación física pertinente, inclusiva y transformadora.

3.19. Recomendaciones

Se recomienda vincular Docentes especializados en el campo de la E.F desde la primaria en la IE Educativa Consuelo Araujo Noguera, ya que la mayoría de los estudiantes y padres consideran que cualquier docente puede impartir esta área. Es fundamental que la Institución cuente con profesionales formados en EF, lo que garantizaría una enseñanza más adecuada, formativa y con verdadero impacto en el desarrollo integral.

Diseñar e implementar una guía de actividades físicas recreativas. Basada en los intereses de los niños y adaptada a sus necesidades motrices. La guía debe incluir juegos tradicionales, circuitos motrices, dinámicas grupales y actividades lúdicas que potencien habilidades físicas y sociales.

Promover jornadas de sensibilización con padres de familia. Se evidencia que algunos padres aún perciben la EF como un recreo o actividad secundaria. Se recomienda realizar talleres pedagógicos y charlas informativas para que comprendan el valor de la EF en el desarrollo cognitivo, emocional y social de sus hijos.

Capacitar a docentes de otras áreas en estrategias de movimiento. En caso de ausencia de especialistas, los docentes de otras áreas pueden recibir formación básica en didáctica del movimiento para evitar que se improvise con prácticas inadecuadas o poco significativas.

Incluir contenidos teóricos básicos sobre el cuerpo y la salud. Algunos estudiantes reducen la EF a jugar fútbol o pasar el rato. Es clave incluir contenidos introductorios sobre el cuerpo humano, la salud, el juego cooperativo y la importancia del movimiento.

Establecer espacios adecuados y seguros para la actividad física. La falta de infraestructura fue un factor mencionado indirectamente. La Institución debe gestionar, junto a entidades municipales, zonas deportivas o recreativas aptas para niños entre 5 y 11 años.

Incorporar la EF en los Proyectos Educativos Institucionales (PEI), esto garantizaría que no sea una asignatura marginal. Debe tener un lugar destacado en el currículo escolar, con tiempos, recursos y evaluaciones formativas claras.

Referencias

- Cipagauta, L., & Ramírez, J. (2014). *La importancia de la educación física en edades tempranas en el contexto escolar [Tesis de Pregrado, Universidad Pedagógica Nacional]*. Obtenido de Proyecto Curricular Particular para optar al título de Licenciada en Educación Física: <http://repository.pedagogica.edu.co/bitstream/handle/20.500.12209/2820/TE-18181.pdf?sequence=1&isAllowed=y#:~:text=Se%20ha%20constituido%20como%20disciplina,para%20su%20proyecto%20de%20vida>.
- AEP. (2015). *Deporte y actividad física en los niños*. Obtenido de Asociación Colombiana de Pediatría: <https://enfamilia.aeped.es/vida-sana/deporte-actividad-fisica-en-ninos>
- Aldeas infantiles SOS. (2021). *¿Qué es la infancia y la primera infancia? ¿Cómo acompañar estas etapas de la vida?* Obtenido de <https://www.aldeasinfantiles.org.co/noticias/2022/que-es-la-infancia-y-la-primera-infancia>
- Bernate, J. (2021). *Physical Education and its contribution to the comprehensive development of motor skills*. Obtenido de PODIUM. Revista de Ciencia y Tecnología en la Cultura Física, mayo-agosto 2021; 16(2):643-661: <https://podium.upr.edu.cu/index.php/podium/article/view/957/html>
- Calzado, D. F. (2022). *Estudio sobre la importancia de la psicomotricidad en educación infantil en base a los contenidos, las metodologías y el tiempo utilizados*. Obtenido de <https://idus.us.es/bitstream/handle/11441/140995/ESTUDIO%20SOBRE%20LA%20IMPORTANCIA%20DE%20LA%20PSICOMOTRICIDAD%20EN%20EDUCACI%203N%20INFANTIL%20EN%20BASE%20A%20LOS%20CONTENIDOS%20C%20LAS%20METODOLOG%20Y%20EL%20TIEMPO%20UTILIZADOS.pdf?sequence=1&>
- Chaparro-Parada, S. M., Jaimes-Jaimes, G., & Noy-Martínez, M. O. (2020). *La educación física en la básica primaria*. Obtenido de Revista Digital: Actividad Física Y Deporte. 6(2):195-201: <https://revistas.udca.edu.co/index.php/rdafd/article/view/1576/1956>

- Chávez, E. (2017). *Perfil: Programa para la implementación de los juegos tradicionales ecuatorianos en el desarrollo de las habilidades motrices básicas en niños y niñas de 5 a 6 años de la Unidad Educativa Particular La Providencia [Tesis de Maestría, Universidad Fuerzas Armadas y Armadas de Ecuador]*. Obtenido de https://www.researchgate.net/publication/319945116_Perfil_PROGRAMA_PARA_LA_IMPLEMENTACION_DE_LOS_JUEGOS_TRADICIONALES_ECUATORIANOS_EN_EL_DESARROLLO_DE_LAS_HABILIDADES_MOTRICES_BASICAS_EN_NINOS_Y_NINAS_DE_5_A_6_ANOS_DE_LA_UNIDAD_EDUCATIVA_PARTICULAR_LA
- Choconta, I. T. (2021). *Incidencia de la educación física en el aprendizaje de habilidades sociales y la autonomía*. Obtenido de Sistematización presentado como requisito para optar al título de Licenciado en Educación: https://repository.uniminuto.edu/bitstream/10656/12008/5/UVDT.EFIS_Nu%C3%B1ezChocontaIvonneTatiana_2021.pdf
- Congreso de la República de Colombia. (1995). *Ley 181 de enero 18 de 1995 [D.O. No.: 41.679 de enero 18 de 1995]*.
- Congreso de la República de Colombia. (1997). *Ley 115 de febrero 8 de 1994 [D.O.: No.: 41.214 del 8 de febrero de 1994]*.
- Correa, F. D. (2018). *IMPORTANCIA DE LA EDUCACIÓN FÍSICA*. Obtenido de La revista "Habilidad Motriz": https://www.researchgate.net/publication/340633742_Importancia_de_la_Educacion_Fisica
- Cortabitarte, I. C. (2016). *Benefits of resistance training in Primary Education*. Obtenido de Vol. 28. Núm. 2.: <https://www.elsevier.es/es-revista-magister-375-articulo-beneficios-del-entrenamiento-fuerza-educacion-S0212679616300196>
- Equipo editorial, E. (2021). *Educación física*. Obtenido de <https://concepto.de/educacion-fisica-2/>

- Fandiño, A. G., & Wilches, D. O. (2018). *La responsabilidad social de la educación física en la motivación a una vida físicamente activa y saludable*. Obtenido de <https://revistas.udca.edu.co/index.php/rdafd/article/view/417/1641>
- García, A., & Jiménez, J. (2022). Factores que influyen en la percepción del alumnado sobre la importancia de la educación física. *Revista EuroAmericana de Ciencias del Deporte*, 11, 1 - 13. Obtenido de <https://revistas.um.es/sportk/article/view/487511/327441>
- Gomez, M. C. (2015). *LA EDUCACION FISCA EN LA EDAD PREESCOLAR*. Obtenido de <https://repository.udistrital.edu.co/bitstream/handle/11349/2417/ForeroGomezMariaConstanza2015.pdf;jsessionid=DA8F44A1B78FAAE9C13F16D3A0304AE2?sequence=1>
- González, S., Hernández, A., & Valero, A. (2019). Actividades físicas para desarrollar las habilidades motrices básicas en niños del programa Educa a tu Hijo. *Conrado*, 15(69), 386 - 393. Obtenido de http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1990-86442019000400386
- Jordan, O. R. (2017). *EL PESO DE LA EDUCACIÓN FÍSICA EN EL HORARIO ESCOLAR*. Obtenido de HISTORIA Y EPISTEMOLOGÍA: <https://revistes.ub.edu/index.php/didacticae/article/view/21766/23451>
- López, S., Marín, R., & Rivera, J. (2015). Percepción de la educación física en docentes universitarios. *Educación Física y Ciencia*, 17(1), 1 - 8. Obtenido de https://www.scielo.org.ar/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2314-25612015000100002
- Martinez, N. M. (2015). *La educación física como elemento de mejora de la competencia social y ciudadana*. Obtenido de Tesis doctoral: https://www.tdx.cat/bitstream/handle/10803/370837/NMM_1de2.pdf?sequence=1
- Molina Cardenas, S., Páez Villazón, A. C., & Peña Bello, N. L. (2018). *Actividad física en niños de colegios públicos de Valledupar y su relación con aspectos sociodemográficos*. Obtenido de Trabajo de grado - Pregrado:

<https://repositorio.udes.edu.co/entities/publication/987663a3-50eb-4bf9-87c7-2311c1ab72ec>

Moreno, J., Zomeño, T., Marín, L., & Ruíz, L. (2013). Percepción de la utilidad e importancia de la educación física según la motivación generada por el docente. *Revista de Educación*, 5(12), 2 - 15. Obtenido de https://www.researchgate.net/publication/230601536_Percepcion_de_la_utilidad_e_importancia_de_la_educacion_fisica_segun_la_motivacion_generada_por_el_docente

Organización Mundial de la Salud - OMS. (26 de junio de 2024). *Actividad física*. Obtenido de <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/physical-activity>

Patrón, S. (2023). *Los juegos tradicionales como forma de desarrollar la motricidad fina a partir de las clases de educación física en estudiantes de quinto grado B de la institución educativa La Pradera [Tesis de Pregrado, Universidad De Córdoba]*. Obtenido de <https://repositorio.unicordoba.edu.co/server/api/core/bitstreams/58f836de-0dce-47a7-85e0-55cb33651587/content>

Piacquadio, M. P. (2015). *La Educación Física en el ámbito ¿Cuál es el discurso y la relación entre los actores?* Obtenido de 11º Congreso Argentino de Educación Física y Ciencias: https://www.memoria.fahce.unlp.edu.ar/trab_eventos/ev.7195/ev.7195.pdf

Renzi, G. (2009). Educación Física y su contribución al desarrollo integral de los niños en la primera infancia. *Revista Iberoamericana de Educación*(50), 1 - 14. Obtenido de Revista Iberoamericana de Educación: <https://rieoei.org/historico/deloslectores/2663Renzi.pdf>

Rincón, C. A. (2014). *Una mirada a la Educación Física en Colombia*. Obtenido de Efdeportes: <https://www.efdeportes.com/efd190/la-educacion-fisica-en-colombia.htm>

Ríos, M. E. (2021). *Incidencias de la educación física y el deporte en la conducta psicológica de escolares*. Obtenido de <https://ciencialatina.org/index.php/cienciala/article/view/161/203>

- Rodríguez, Á., Rodríguez, J., Guerrero, H., Arias, E., & Paredes, A. (2020). La importancia de las clases de educación física en los niños . *Revista Cubana de Medicina General Integral*, 36(2), 1 - 14. Obtenido de Colegio Los Pinos: <http://www.scielo.sld.cu/pdf/mgi/v36n2/1561-3038-mgi-36-02-e1535.pdf>
- Rodríguez, A. Y., Gutiérrez, F. G., & Ávila, R. A. (2017). *El currículo de la educación física como promotor de estilos de vida saludable en el Colegio El Paraíso de Manuela Beltrán*. Obtenido de <https://repository.usta.edu.co/bitstream/handle/11634/3998/Gonz%C3%A1lezRafael2017.pdf?sequence=1>
- Rosero, Á. A. (2023). *Perspectiva de los docentes de diferentes áreas disciplinares de dos instituciones educativas públicas en el municipio de Manzanares – Caldas*. Obtenido de Tesis o trabajo de investigación presentada(o) como requisito parcial para optar al título DE Magíster en Educación: https://repositorio.ucaldas.edu.co/bitstream/handle/ucaldas/19544/AngelAndres_MosqueraRosero_2023.pdf?sequence=1&isAllowed=y
- Sierra, J. D. (2019). *EL DEPORTE PARA FORTALECER VALORES EN MENORES DEL BARRIO POPULANDIA DE VALLEDUPAR* . Obtenido de <https://digitk.areandina.edu.co/bitstream/handle/areandina/4433/Proyecto%20de%20grado.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- UNICEF. (2019). *La actividades física en niños, niñas y adolescentes*. Obtenido de Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia : <https://www.unicef.org/chile/media/3086/file/La%20actividad%20F%C3%ADsica.pdf>
- Vázquez, C. (2015). *Por qué la actividad física es tan importante para los niños*. Obtenido de Revista eroki customer: <https://www.consumer.es/bebe/por-que-la-actividad-fisica-es-tan-importante-para-los-ninos.html>

Anexos

Anexo No. 1. Evidencias trabajo de campo





Fuente: Elaboración propia (2025).

Anexo No. 2. Guía de Cuestionarios y Entrevistas



Entrevista para docentes:

Área de educación del docente: _____

Fecha: ____/____/____

Somos estudiantes de licenciatura en Educación Física, recreación y deporte de la universidad popular del cádiz, estamos realizando un proyecto de investigación para conocer los puntos de vista que se tienen acerca de la educación física en la institución. Para ello necesitamos de su colaboración.

Entrevista

Tema de la entrevista: La Educación Física en primaria.

1. ¿Es importante la educación física en la formación de los estudiantes? ¿Por qué?
2. ¿La educación física puede ser impedida por compañeros? ¿Por qué?
3. ¿En algún momento será necesario que el estudiante se quede sin educación para progresar en otras materias? ¿Por qué?
4. ¿Qué visión piensan que tiene la sociedad sobre la de Educación Física?
5. ¿Qué importancia tiene la Educación Física en la sociedad actual?

GRACIAS POR SU COLABORACION.



Cuestionario para estudiantes:

Fecha: ____/____/____

Grado: _____

Somos estudiantes de licenciatura en Educación Física, recreación y deporte de la universidad popular del cádiz, estamos realizando un proyecto de investigación para conocer los puntos de vista que se tienen acerca de la educación física en la institución. Para ellos necesitamos de su colaboración. Es un cuestionario totalmente anónimo, solo tiene que marcar con una (x) la casilla que crea más oportuna.

Cuestionario

Tema del cuestionario: La Educación Física en edades tempranas.

	Si	No
1. ¿Te gusta la educación física?		
2. La educación física, es una asignatura fácil de ganar?		
3. La educación física, es jugar fútbol?		
4. La educación física, ¿es importante para ti?		
5. La Educación física, ¿es para ti un recreo?		
6. La Educación física, ¿hace que te relaciones mejor con tus compañeros?		

GRACIAS POR SU COLABORACION.



Cuestionario para padres:

Fecha: ____/____/____

Somos estudiantes de licenciatura en Educación Física, recreación y deporte de la universidad popular del cádiz, estamos realizando un proyecto de investigación para conocer los puntos de vista que se tienen acerca de la educación física en la institución. Para ellos necesitamos de su colaboración. Es un cuestionario totalmente anónimo, solo tiene que marcar con una (x) la casilla que crea más oportuna.

Cuestionario

Tema del cuestionario: La Educación Física en primaria.

	Muy de acuerdo	De acuerdo	En desacuerdo	En total Desacuerdo
1. La Educación Física es una asignatura importante para la formación de su hijo.				
2. La educación física es una asignatura fácil de ganar.				
3. La educación física es practicar deporte.				
4. La educación física lo puede impartir cualquier docente.				
5. La Educación física es un segundo recreo.				
6. La Educación física crea hábitos saludables en mis hijos.				

Fuente: Elaboración propia (2025).

Anexo No. 3. Guía de Actividades

INDICE

01	Portada
02	Introducción <ul style="list-style-type: none"> • Objetivos • Importancia de la Educación Física en básica primaria
03	Actividades de calentamiento <ul style="list-style-type: none"> • Movilidad articular • Estiramientos
04	Actividades de coordinación <ul style="list-style-type: none"> • Oculo manual • Oculo pédica
05	Actividades de desplazamiento <ul style="list-style-type: none"> • Carrera de velocidad • Carrera de obstáculos
06	Actividades de equilibrio <ul style="list-style-type: none"> • Equilibrio estático • Equilibrio dinámico

01

07	Actividades de lateralidad <ul style="list-style-type: none"> • Orientación espacial
08	Actividades de recreación <ul style="list-style-type: none"> • Rompecabezas • Juegos tradicionales
09	Actividades de relajación y estiramiento <ul style="list-style-type: none"> • Vuelta a la calma • estiramiento después del ejercicio
10	Recomendaciones <ul style="list-style-type: none"> • Institución • Docentes • padres de familia
11	Anexos <ul style="list-style-type: none"> • Glosario • Bibliografía
12	Conclusión

02

Actividades de coordinación óculo manual y óculo - pédica

Ejercicio: "Atrapar la pelota"
Objetivo: Desarrollar la coordinación motora y la habilidad para atrapar objetos en el aire.
Descripción: Al tomar el silbato los niños comienzan lanzando la pelota al aire a una altura moderada con ambas manos y animar a los niños a moverse libremente e intentar atraparla.
Variante:

- Proporcionar a los niños un objeto para ayudarle a atrapar la pelota, como un cono, una caja o un recipiente con una abertura amplia.

Materiales: Pelotas, cono, caja, silbato



09

Actividades de carrera de velocidad y de obstáculos

Ejercicio: "Relieve de conos"
Objetivo: Mejorar la capacidad de trabajar en equipo y de comunicarse de manera efectiva.
Descripción: Se formaran 4 grupos cada uno ubicado en hileras (uno detrás del otro) a un metro de distancia del punto inicial estará una hilera de conos, la primera de ellas constara con 6 conos que cada grupo deberá ir pasando de uno en uno en velocidad, volver al punto inicial tocarle la mano al compañero que deberá salir en velocidad hacer el mismo recorrido. El grupo en llevar todos los conos al último cono gana.
Materiales: Aros, conos.



19

https://www.canva.com/design/DAGXPX9taRY/B4aXGWopaBvDWY5_cxkXFA/edit?utm_content=DAGXPX9taRY&utm_campaign=designshare&utm_medium=link2&utm_source=sharebutton

Fuente: Elaboración propia (2025).

Anexo No. 4. Consentimiento Informado

Consentimiento Informado

Yo, Lorena Velasco, declaro que he sido informado e invitado a participar en una investigación donde se evaluará la "Percepción de la educación física en edades tempranas dentro del ámbito escolar en la institución educativa Comuna Arango Noguera" la cual busca crear conciencia sobre la perjudicial que es no contar con un docente profesional en el área de educación física.

Este es un proyecto que cuenta con el respaldo de la Universidad Popular Del Cesar y busca conocer cómo se percibe la educación física en los primeros años escolares y la importancia de contar con personal calificado, con el fin de promover el reconocimiento de esta área como fundamental en la formación integral de los niños y niñas.

La evaluación consistirá en contestar un cuestionario con el fin de conocer la percepción de cada uno de los padres de familia en cuanto al tema antes mencionado.

La información registrada será confidencial, ya que los nombres de los participantes serán asociados a un número de serie, esto significa que las respuestas no podrán ser asociadas por otras personas ni tampoco ser identificadas en la fase de publicación de resultados.

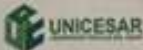

Entoy en conocimiento que los datos no me serán entregados y que no habrá retribución por la participación en este estudio, si que esta información podrá beneficiar de manera indirecta y por lo tanto tiene un beneficio para la sociedad dada la investigación que se está llevando a cabo.

Asimismo, sé que puedo negar la participación o retirarme en cualquier etapa de la investigación, sin expresión de culpa ni consecuencias negativas para mí.

Si Acepto voluntariamente participar en este estudio y he recibido una copia del presente documento.

DONA Wilson Enrique
Firma participante: [Firma]
Firma académica:
C.C. 36732575
Fecha: 10-23-2014

Si tiene alguna duda durante cualquier etapa del estudio puede comunicarse con Maira A. Rico Cadena y Diber E. Ruedas Díaz a los correos Maila@unicesar.edu.co - Diber@unicesar.edu.co

Consentimiento Informado

Yo, Wilson Enrique Ochoa, declaro que he sido informado e invitado a participar en una investigación donde se evaluará la "Percepción de la educación física en edades tempranas dentro del ámbito escolar en la institución educativa Comuna Arango Noguera" la cual busca crear conciencia sobre la perjudicial que es no contar con un docente profesional en el área de educación física.

Este es un proyecto que cuenta con el respaldo de la Universidad Popular Del Cesar y busca conocer cómo se percibe la educación física en los primeros años escolares y la importancia de contar con personal calificado, con el fin de promover el reconocimiento de esta área como fundamental en la formación integral de los niños y niñas.

La evaluación consistirá en contestar un cuestionario con el fin de conocer la percepción de cada uno de los padres de familia en cuanto al tema antes mencionado.

La información registrada será confidencial, ya que los nombres de los participantes serán asociados a un número de serie, esto significa que las respuestas no podrán ser asociadas por otras personas ni tampoco ser identificadas en la fase de publicación de resultados.

Entoy en conocimiento que los datos no me serán entregados y que no habrá retribución por la participación en este estudio, si que esta información podrá beneficiar de manera indirecta y por lo tanto tiene un beneficio para la sociedad dada la investigación que se está llevando a cabo.

Asimismo, sé que puedo negar la participación o retirarme en cualquier etapa de la investigación, sin expresión de culpa ni consecuencias negativas para mí.

Si Acepto voluntariamente participar en este estudio y he recibido una copia del presente documento.

Firma participante: José José
Firma académica: Wilson Enrique
C.C. 90035427
Fecha: 10/23/2014

Si tiene alguna duda durante cualquier etapa del estudio puede comunicarse con Maira A. Rico Cadena y Diber E. Ruedas Díaz a los correos Maila@unicesar.edu.co - Diber@unicesar.edu.co

Fuente: Elaboración propia (2025).

Anexo No. 5. Tablas de Entrevistas y Cuestionarios Aplicados

Estas fueron las preguntas que se aplicaron a los estudiantes, padres y docentes. Para la formulación de dichas preguntas se tuvieron en cuenta investigaciones y estudios por expertos.

Tabla 14. Entrevista a Docentes

1. ¿Es importante la educación física en la formación de los estudiantes? ¿Por qué?
2. ¿La educación Física puede ser impartida por cualquiera? ¿Por qué?
3. ¿En algún momento será necesario que el estudiante se quede sin Educación para progresar en otras materias? ¿Por qué?
4. ¿Qué visión piensas que tiene la sociedad sobre la de Educación Física?
5. ¿Qué importancia tiene la Educación Física en la sociedad actual?

Tabla 15 Cuestionario aplicado a estudiantes

Pregunta	Si	No
1. ¿Te gusta la educación física?		
2. La educación Física, ¿es una asignatura fácil de ganar?		
3. La educación Física, ¿es jugar futbol?		
4. La educación Física, ¿es importante para ti?		
5. La Educación Física, ¿es para ti un recreo?		
6. La Educación Física, ¿hace que te relaciones mejor con tus compañeros?		

Fuente: Elaboración propia (2025).

Tabla 16. Cuestionario a padres de familia

	Muy de acuerdo	De acuerdo	En desacuerdo	En total Desacuerdo

1. La Educación Física es una asignatura importante para la formación de su hijo.

2. La educación Física es una asignatura fácil de ganar.

3. La educación Física es practicar deporte.

4. La educación Física la puede impartir cualquier docente.

5. La Educación Física es un segundo recreo.

6. La Educación Física crea hábitos saludables en mis hijos.

Fuente: Elaboración propia (2025).