

EL ROL DE LA EDUCACIÓN FÍSICA EN LOS PROCESOS DE ENSEÑANZA- APRENDIZAJE DE LOS ALUMNOS DE BÁSICA PRIMARIA

Martha Cecilia Rodríguez Triana¹

ORCID: 0009-0009-2075-8007

E-Mail: Martharodriguez260609@hotmail.com

Institución Educativa Jorge Eliécer Gaitán.

Docente de Básica primaria.

Colombia

Recibido: 11/12/2025

Revisado: 13/01/2026

Aprobado: 16/02/2026

RESUMEN

A través del tiempo el papel de la educación física en el proceso de enseñanza-aprendizaje de los estudiantes ha venido tomando nuevos caminos y relevancia dentro de las etapas formativas, partiendo de una visión enfocada meramente en aspectos orgánicos, a evolucionar a un enfoque que abarca factores de conocimiento y de conexión social. Esta mirada más profunda de su relevancia en los procesos de aprendizaje de los estudiantes, se agudiza en su abarcamiento en etapas educacionales tempranas como la educación básica primaria, en donde los individuos, aun infantes, están empezando a establecer conductas, saberes y habilidades que se constituirán en los pilares que forjarán los factores de asimilación y formulación de conocimiento, estableciendo los elementos de comprensión y resolución frente a las diferentes problemáticas que deberán afrontar en su proceso vivencial y educacional. Partiendo de lo mencionado anteriormente, la presente investigación busca ahondar alrededor del rol de la educación física en los procesos formativos en alumnos de básica primaria. Para su elaboración, la metodología de la investigación se enmarca en un enfoque cualitativo, amparado bajo la técnica de análisis documental, en el que, a través de un escrito académico, se evidenciarán algunas de las teorías que competen y analizan el actual objeto de estudio.

Palabras clave: Educación física, Actividad física, social, cognitivo, orgánico.

¹ Licenciada en Comercio y Contaduría, Universidad Mariana de Pasto, Magister en Gestión de la Tecnología Educativa, Universidad de Santander, Doctorando en Educación UPEL. Docente de Básica primaria, Institución Educativa Jorge Eliécer Gaitán.

THE PHYSICAL EDUCATION ROLE IN THE TEACHING-LEARNING PROCESSES OF PRIMARY BASIC STUDENTS

ABSTRACT

Over time, the role of physical education in students' learning process has evolved, taking new paths and gaining relevance within the formative stages. It has moved from a purely physical focus to an approach that encompasses knowledge and social connection. This deeper understanding of its relevance in student learning processes is particularly evident in early educational stages such as primary school, where even infants are beginning to establish behaviors, knowledge, and skills that will form the foundation for assimilating and formulating knowledge. These skills establish the elements of understanding and problem-solving when faced with the various challenges they will encounter in their life experiences and education. Based on the above, this research seeks to delve deeper into the role of physical education in the formative processes of primary school students. For its development, the research methodology is framed within a qualitative approach, supported by the documentary analysis technique, in which, through an academic writing, some of the theories that concern and analyze the current object of study will be evidenced.

Keywords: Physical education, physical activity, social, cognitive, organic.

Introducción.

La educación física como elemento dentro del componente formativo de los estudiantes, se establece como una herramienta cada vez más relevante para los procesos de enseñanza-aprendizaje en el contexto escolar. Dicha relevancia se debe a que las nuevas formas de enseñanza de la educación y generación de conocimiento, envuelven una multiplicidad de saberes, mismo a los que la educación física no es ajena. Su no limitación a un espacio concreto, hace que la educación física sea vista como una disciplina del saber que permite abarcar factores esenciales para el desarrollo de capacidades, hábitos y habilidades, necesarias para la comprensión y desarrollo de conocimientos en otros espacios de enseñanza.

Desde esta enmarcación, el documento propone como objetivo: debatir alrededor del papel de la educación física en los procesos de enseñanza-aprendizaje de los alumnos en la educación básica primaria. Para mencionado propósito, la investigación se plantea desde la adopción de la metodología cualitativa, acogida desde la técnica de análisis documental, misma que permitirá la aplicación del proceso investigativo, cómo el análisis y discernimiento del documento.

De esta forma, el actual escrito de divulgación investigativa, presenta la conjugación de diversas teorías que enmarcan las más relevantes ideas alrededor del objeto de estudio planteado, con el propósito de exponer las características, fenómenos y competencias, que desde el desarrollo didáctico de la clase de educación física se desprenden para el enriquecimiento de los procesos de enseñanza y aprendizaje en los

alumnos de básica primaria. Así, el documento parte de la presentación de la educación física como disciplina del saber con vigencia y relevancia dentro de los procesos didácticos y pedagógicos, posteriormente, aborda los planos formativos donde la educación física como disciplina enriquece los procesos de enseñanza de los alumnos, mismos a ser: orgánico, del conocimiento, y social; evidenciando su papel en dicho proceso.

Como punto inicial de reflexión, la vigencia y relevancia de la educación física y su proceder pedagógico y didáctico, muestran a través del tiempo una evolución constante que constituyen a esta área del saber, como lo expresa Chaparro et al. (2020), en un actor fundamental para el desarrollo integral de los alumnos, en el cual, no solo se influye en el aspecto físico, sino que aborda componentes cognitivos y emocionales. Este rol, asumido desde la formación, brinda la posibilidad de constituir a la práctica física, como disciplina de conocimiento, en herramienta para fortalecer el rendimiento académico de los estudiantes, así como en vínculo social con el entorno en el que se desenvuelven. De esta forma, una estructuración pedagógica y didáctica acorde a las necesidades actuales de los alumnos, se establece como el marco ideal para la promoción de programas que vayan en pro del establecimiento de hábitos saludables que trasciendan a lo largo del tiempo (Ortiz et al., 2024).

Su proceder pedagógico y didáctico dentro del entorno escolar, ha establecido a esta área del saber en un elemento básico dentro del componente formativo de los alumnos, la versatilidad estimulativa, constituye a su actuar como un elemento clave

dentro del desarrollo educacional integral para los estudiantes. De esta forma, la pedagogía y la didáctica como método y técnica dentro de la educación física, se establecen cómo las bases de rendimiento de la disciplina del saber en el escenario escolar, en tanto estos dos elementos además de propiciar la enseñanza de destrezas motoras, también fomentan valores esenciales para el actuar del alumno en su entorno, tales como la disciplina, el trabajo colaborativo y la comunicación (Bernate, 2021).

Ahondando en los dos elementos anteriormente mencionados, y, en primer lugar, partiendo de la pedagogía en la educación física, esta se podría definir como la conjugación de los principios y teorías que rigen la enseñanza del área del saber, mismos que abarcan aspectos como el orgánico, del conocimiento y social (Sánchez et al., 2022). La pedagogía como estilo de enseñanza en la educación física, de acuerdo a la propuesta taxonómica de Delgado (2015), se divide en seis estilos, mismos a ser: tradicional, de individualización, de participación, de socialización, que promueven la implementación cognitiva, y creativos.

El primero de ellos, el tradicional, se centra en el orden y la tarea, aquí el alumno se caracteriza por contar con una postura pasiva frente al aprendizaje, este estilo de enseñanza busca el desarrollo de habilidades motrices por medio de la repetición. El segundo enfoque de enseñanza planteado por Delgado (2015), denominado de individualización, parte de la concepción de los saberes propios del estudiante en aspectos como las motivaciones y capacidades, en este enfoque la enseñanza se adapta a las características propias y únicas de cada educando. El tercer modelo, el de

participación, presenta como característica principal el rol activo del estudiante frente a su proceso de aprendizaje, y derivadamente en el de los compañeros.

Como cuarto factor Delgado (2015) menciona la socialización, en este estilo el epicentro de la enseñanza se da en la obtención de logros de carácter social, en donde el alumno se integra de manera activa con su comunidad, desarrollando destrezas y valores que le permiten fomentar y establecer un entorno amigable y abierto. El quinto estilo de enseñanza denominado como el que promueve la implicación cognitiva, consiste en la comprensión y desarrollo de capacidades resolutorias, esto mediante la aplicación de actividades de conexión entre el cuerpo y la mente, implica el surgimiento de conocimientos previos. El último estilo llamado creativo, supone y centra su atención en la generación de acciones motrices que incentiven en el educando la creación, su desarrollo involucra una interacción continua con el entorno.

Prosiguiendo con el segundo elemento anteriormente mencionado, el didáctico, podría definirse básicamente como la serie de estrategias, formas y métodos usados para la enseñanza de la educación física. Su relevancia se da en que es el camino en el que el alumno asume el aprendizaje, de allí que el éxito en la implementación de los procedimientos didácticos esté relacionado, para Fernández (2023), con la capacidad de adaptación de los métodos a los requerimientos individuales de los educandos, como, a los objetivos planteados dentro de los programas de clase.

De esta manera, las formas propuestas por la didáctica en la educación física como estrategias de enseñanza, asumen un rol relevante para la obtención del objetivo

deseado. Es así que Ortiz (2024), plantea cuatro estrategias desde las cuales se puede llevar la didáctica en esta área del saber, siendo estas: la enseñanza a través del juego, actividades de cooperación, la enseñanza diferenciada y el uso de tecnologías.

La primera de estas estrategias propuestas expone el uso del juego como elemento de interacción entre la enseñanza y el aprendizaje, esta interacción es la que favorece el éxito como herramienta didáctica, en tanto hace más ameno el aprendizaje, como a su vez, propicia el desarrollo de capacidades y habilidades motrices en ambientes más liberales (Burgos, et al., 2023). La segunda, llamada de actividades cooperativas, es un método que busca impulsar las habilidades colaborativas en los alumnos, mejorando aspectos comunicativos y de trabajo en equipo.

El tercer enfoque, denominado de enseñanza diferenciada, como lo menciona Pérez (2023), reconoce la diferencia individual en tanto a habilidades y saberes de los alumnos, por lo que propone la diferenciación de actividades acorde a los requerimientos de cada individuo, buscando con ello una exigencia y progreso acorde a las capacidades propias. Como última estrategia, la utilización de tecnologías como elemento didáctico, el cual se ha venido desarrollado por medio del uso de aplicaciones de registro, medición, y la publicación de los resultados de las mismas, de acuerdo con Giraldo y Moreno (2023), ha estimulado la práctica autónoma de actividad física, aspecto transformador en el proceso de enseñanza-aprendizaje de la educación física.

Por lo tanto, los procesos pedagógicos y didácticos surgidos y aplicados en la educación física, establecen a el área del saber, cómo una disciplina que está acorde

con las nuevas formas de enseñanza en la educación, evidenciando amplitud de métodos y técnicas que favorecen el aprendizaje en los alumnos. De esta manera, y partiendo del anterior principio, a continuación, se presentarán los diversos planos desde donde la educación física como área de conocimiento, favorece los procesos de enseñanza- aprendizaje de los alumnos de básica primaria.

Como segundo punto de reflexión del documento, la educación física a manera de área del conocimiento, se plantea como una disciplina enriquecedora de los procesos de enseñanza-aprendizaje en la formación educacional de los alumnos. Esta riqueza de aportes se hace presente en la propia ejecución de la clase, pero se distribuye en beneficio derivado a las distintas áreas del saber a las que el estudiante se enfrenta durante su etapa de aprendizaje escolar, esto a través de los planos orgánico, de conocimiento y de ambiente social.

Refiriéndonos al primer plano donde la educación física como clase favorece los procesos formativos del estudiante, el orgánico. Se parte del reconocimiento de la actividad física como elemento beneficioso para la salud corporal de los estudiantes, esto, como es mencionado por Duarte y Zapata (2024), por que impulsa un estilo de vida saludable que contribuye a la prevención de enfermedades, en tanto su impacto se distribuye entre los diferentes sistemas corporales -cardiovascular, circulatorio, musculoesquelético- pero no se limita a estos, sino que se extiende a aspectos como los psicológicos, favoreciendo positivamente los niveles de estrés, ansiedad y depresión.

Bajo esta premisa, la actividad física desprendida de la clase contribuye de manera más marcada en el desarrollo físico de los alumnos en edades tempranas, repercutiendo directamente en áreas del sistema motor, la prevención de complicaciones de salud, y el cuidado y promoción de hábitos saludables. La realización de actividad física para este grupo de edad, de acuerdo con datos de la Organización Mundial de la Salud (OMS) establece un mínimo de 60 minutos diarios, donde la intensidad de las actividades, deben ser moderadas o intensas, además su realización debe enmarcarse dentro de la práctica de ejercicios de corte aeróbico, donde los estudiantes estimulen de forma activa su parte motora (Rodríguez, et al., 2020).

Así como la duración y la intensidad en la práctica física es importante, en igual medida la regularidad de la misma es fundamental para la obtención de resultados positivos (Aguilar, et al., 2014). La práctica continua contribuye efectivamente en el desarrollo fisiológico y motriz, moldeando el cuerpo en su conjunto para las exigencias en los distintos campos en donde los alumnos se desenvuelve, de esta forma, el hacer continuo predispone el cuerpo a una adaptación más rápida y propicia hacia el desarrollo neurológico, inmunológicos, cardiovascular y musculoesquelético.

Inicialmente hablando de la importancia del desarrollo muscular como elemento derivado de la actividad física ejercida en la clase, autores como Muros et al. (2016) mencionan que el estado muscular se configura como uno de los aspectos más relevantes dentro de la condición física de los alumnos, esto por qué se ha hallado relación contraria entre el nivel muscular y los factores de riesgo cardiovasculares en

edades tempranas. De esta manera, el fomento de la actividad física enfocada a la parte muscular y ósea de los educandos trae beneficios estructurales, potenciando elementos como la fuerza y la resistencia; aspectos relevantes en la coordinación motriz.

Para el desarrollo cardiovascular, investigadores como Córdova et al. (2012), mencionan que la actividad física regular en los alumnos en edades tempranas, favorece la salud cardiovascular, esto por medio del fortalecimiento y mejoramiento del corazón y la capacidad circulatoria en cuanto a musculatura y resistencia. De igual manera, resaltan la importancia de la actividad física aeróbica para contrarrestar dos situaciones, el sobrepeso y la aversión al riesgo de contraer complicaciones cardiovasculares en edad adulta.

Aludiendo al desarrollo del sistema inmunitario y su estimulación producto de la actividad física regular, Franco (2023), plantea evidencias concretas alrededor de los beneficios que esta trae al sistema inmunológico, mostrando efectos positivos antiinflamatorios, así como como una disminución en la influencia de enfermedades no transmisibles e infecciones de corte viral. De esta forma, la actividad física en estudiantes de básica primaria, muestra evidencias positivas a una mayor resistencia a complicaciones comunes como la gripa.

Otro de los sistemas corporales en los que la actividad física frecuente incide favorablemente, es el sistema endocrino. Como lo plantea Duarte y Zapata (2023), los beneficios otorgados por una actividad física recurrente, en cuanto a este sistema, van dirigidos en relación a la salud metabólica, ayudando en aspectos como la regulación

hormonal y la calidad del sueño. Estos efectos derivados de la acción física, están en relación con la estimulación y regulación hormonal del cortisol y la melatonina.

Ya refiriéndonos al plano del conocimiento como segundo factor de incidencia de la educación física en los procesos de enseñanza y aprendizaje, podemos decir que este alude a los aspectos cognitivos de los alumnos. La educación física como lo plantea Meneses (2004), considera en su ejecución conceptos elementales de planificación que conducen a la elaboración de estrategias que promueven el desarrollo mental de los estudiantes. Estos beneficios que fortalecen la capacidad de procesamiento de los educandos, se generan desde la asimilación de saberes nuevos y preexistentes, como de conclusiones, motivaciones y expectativas. De esta forma, el sistema cognitivo se establece para Piñera y Ruiz, (2022), bajo el fundamento de la percepción, tal cual elemento que aterriza procesos básicos y complejos del sistema como el aprendizaje, la memoria, el lenguaje y el pensamiento.

El desarrollo de la clase de educación física plantea la integración en su realización de elementos cognitivos y motrices, constituyendo la actividad física dentro del marco curricular, en un proceso integral de formación para el alumno. Esta combinación como parte del desarrollo íntegro del estudiante, busca un aprendizaje más acorde a las actuales demandas sociales. Esta significancia en la instrucción de los educandos, resulta clave en el nivel de básica primaria en tanto los individuos que cursan esta etapa educacional se encuentran en pleno proceso de desarrollo de sus capacidades cognitivas.

Este desarrollo cognitivo de los estudiantes en etapas tempranas de su crecimiento, producto de la actividad física frecuente, es reafirmado por propuestas investigativas como la de Nielsen et al, (2019), en donde se plantea que la labor física impulsa factores cognitivos como la neuro plasticidad, la neurogénesis y la sinaptogénesis, elementos que propician una mejor realización de las capacidades mentales y resolutivas de las personas, permitiendo un desarrollo cerebral adaptativo a las circunstancias vivenciales de los alumnos, ejemplo de esto es la coordinación neuronal, que mejora ítems como los reflejos y la coordinación de movimientos físicos.

Otro enfoque investigativo que evidencia las ventajas de la actividad física en el desarrollo cognitivo de los estudiantes, es el referente a los beneficios que, en materia de bienestar mental esta promueve; mismos que prueban ser recurrentes durante todo el ciclo de vida de los individuos (Piñera y Ruiz, 2022). Las investigaciones en el marco de este enfoque demuestran que una actividad física frecuente conduce a beneficios que se extienden más allá del momento de la realización, y que, además, se dan en aspectos como la salud mental, el aprendizaje, la capacidad resolutiva y la promoción de buenos hábitos. Desde esta idea, la construcción de hábitos saludables entorno a la realización de ejercicios físicos para los estudiantes, se establece como un punto fundamental dentro de su desarrollo escolar, en la medida que el impacto que genera trasciende este plano.

Así la relevancia de la actividad física en el desarrollo del proceso enseñanza-aprendizaje en el plano cognitivo, está enmarcado en aportes significativos referentes al

crecimiento neuronal (Castells, 2023), y su impacto en elementos prácticos como la memoria, el aprendizaje significativo, la atención, la coordinación y la concentración; todos factores relevantes para hacer frente a los procesos educativos a los que los alumnos se harán cargo. Así, la educación física como disciplina, se transforma en escenario de encuentro de factores básicos para la formación de capacidades mentales dentro del proceso de aprendizaje de los alumnos, y en un espacio que reúne características como el goce, el bienestar y el disfrute.

Cómo último plano a tratar, el desarrollo del ambiente social como elemento favorecedor de la educación física en el proceso de enseñanza-aprendizaje de los estudiantes de básica primaria, es visible que el desarrollo de actividad física continua permite a los estudiantes establecer un abanico de competencias y habilidades sociales que favorecen su inserción y vínculo con el entorno social que los envuelve. Este vínculo se despliega desde dos ángulos, el primero de ellos como anteriormente fue nombrado, se da desde un ámbito comunitario, es decir, desde el despertar de competencias ciudadanas como la comunicación, la cooperación, el civismo, el liderazgo, la disciplina y el trabajo colaborativo. El segundo de estos, se despliega desde la óptica de la prevención y tratamiento de problemáticas sociales como lo son la drogadicción, la violencia y la delincuencia.

De esta forma, la actividad física se establece como un campo de interacción propicio donde los estudiantes aprenden a interrelacionarse y comprender la diversidad cultural y el marco social que los enmarca, elementos fundamentales para captar los

requerimientos y vínculos sociales básicos relacionados con el comportamiento. Es así, como la actividad física guiada en primera medida en el entorno escolar, por medio del desarrollo de ejercicios grupales y específicos, permiten a los estudiantes abordar la comprensión de habilidades comunicacionales donde la expresión espontánea, el cruce de ideas y la interacción verbal continua, permiten afianzar elementos propios del trabajo en equipo como la colaboración, el liderazgo, la comunicación y la resolución de problemas, esto como lo dicen Duarte y Zapata (2024) con la finalidad de lograr una meta común.

La ejecución de este tipo de actividades dentro de la clase de educación física, en donde se incentiva el trabajo colaborativo, permite un desenvolvimiento más idóneo y efectivo por parte de los educandos frente a los requerimientos situacionales que se presentan, de esta forma, la interacción del alumno se adapta a los diferentes roles que la actividad y la situación dispone, acción que promueve valores como el respeto y la confianza. Las circunstancias conflictivas dentro del proceder de las actividades grupales, son otro de los elementos que permiten el desarrollo de habilidades sociales en los alumnos. Las comunicaciones y el avance de la capacidad resolutoria situacional de los estudiantes para Barrientos y Caireta (2017), son elementos que propician la apropiación de habilidades sociales que permiten a los educandos, solucionar o evitar conflictos innecesarios.

Un aspecto fundamental que la actividad física promueve dentro del ámbito social, es el fortalecimiento del liderazgo como habilidad. Este factor, desprendido de las

actividades tanto grupales o individuales, se potencia al enfrentar a los alumnos a situaciones que exigen una toma de decisiones ágiles y recurrentes. Esta potenciación, que en el espacio de la actividad física se da de manera natural (Duarte y Zapata, 2024), brinda la posibilidad a los alumnos de profundizar en valores como la responsabilidad, y de contar con la capacidad de trabajar y reaccionar frente a situaciones de presión, lo que establece el marco para desarrollar un manejo adecuado de las emociones.

El desarrollo de actividades físicas permite a los estudiantes comprender y asimilar situaciones como la victoria y la derrota, circunstancias que experimentarán a lo largo de sus vidas. De igual manera, en el transcurrir de las actividades el desarrollo de valores sociales como el respeto y la empatía se hacen presentes, acción que como lo proponen Bernate y Puerto, (2023), generan la necesidad de comprensión de situaciones motivadoras frente a retos propios y de los compañeros, es decir, propende por la generación de sensibilidad frente a las acciones y resultados tanto propios como ajenos.

Es así, que sale a la vista, el importante rol que la educación física juega dentro del proceso de enseñanza-aprendizaje de los estudiantes de básica primaria, un papel que dado los diversos planos formativos que abarca -orgánico, cognitivo, social- se convierte en una disciplina que propende por el desarrollo integral de los estudiantes, desarrollo mismo que no se limita al área específica donde se ejerce, sino que por el contrario, alimenta y fortalece tanto procesos formativos de las diversas asignaturas y ramas del conocimiento dentro del contexto escolar, como en procesos vivenciales del entorno social en el que los alumnos interactúan o lo harán.

Conclusiones.

Las actuales demandas educativas y sociales requieren cada vez con mayor urgencia de las disciplinas del saber, cómo la educación física, un proceder y actuar más acorde a las nuevas necesidades, de esta forma, la implementación de modelos curriculares modernos que brinden herramientas que permitan la apropiación y aplicación de saberes desde una multiplicidad de áreas del conocimiento, facilita a los estudiantes hacer frente a las exigencias a las que se ve abocado en sus distintos entornos. Esta versatilidad y adaptación desprendida desde la ejecución de la clase, es la permite a la educación física como especialidad de conocimiento contar con vigencia.

Los enfoques pedagógicos y didácticos implementados desde la educación física, se caracterizan por disponer una amplia gama de métodos y estrategias de enseñanza, lo que permiten a los alumnos una comprensión y desarrollo de habilidades y conocimientos más acorde a sus necesidades. Esta riqueza metodológica da la posibilidad de la aprehensión de saberes que los alumnos implementaran durante su proceso vivencial, lo que establece a la educación física como un actor primordial en el trámite formativos de los educandos.

El rol de la educación física en el proceso de enseñanza- aprendizaje de los alumnos de básica primaria se establece desde tres planos, que estructuralmente acogen una multiplicidad de elementos que permiten a los estudiantes desarrollar habilidades, hábitos y saberes necesarios en el entorno escolar como social. Sumado a esto, los beneficios en los aspectos cognitivos, sociales y orgánicos se prolongan de

manera lineal durante el trasegar de la vida de los estudiantes, configurándose es un aspecto de suma importancia para la vida en sí.

Referencias.

- Aguilar, M, Ortegón, A, Mur, N, Sánchez, J, García, J, García, I & López, A. (2014). Programas de actividad física para reducir sobrepeso y obesidad en niños y adolescentes; revisión sistemática. *Nutrición hospitalaria*. 30(4), 727-740. DOI: <https://dx.doi.org/10.3305/nh.2014.30.4.7680>
- Barrientos, A, Caireta, M (2017). Educar para la transformación de conflictos desde el deporte escolar. La experiencia de la FEED. <https://escolapau.uab.cat/municipiosypaz/municipis/ConflictoLatenteE.pdf>
- Bernate, J. (2021). Pedagogía y didáctica de la corporeidad. Una mirada desde la praxis. *Retos*. 42, 27-36. DOI: <https://doi.org/10.47197/retos.v42i0.86667>
- Bernate, J, Puerto, S. (2023). Impacto de la educación física en las competencias ciudadanas: Una revisión bibliométrica. *Ciencia y Deportes*. 8(3), 205-378. DOI: <http://dx.doi.org/10.34982/2223.1773.2023.v8.no3.0014>
- Burgos, A, Perlaza, E, Vargas, M, Paredes, C, Morales, B & Peralta, J. (2023). Juegos psicomotrices y desarrollo de las habilidades motrices básicas en la educación física. *Lecturas: Educación física y deportes*. 20(302), 205-224. DOI: <https://doi.org/10.46642/efd.v28i302.3916>
- Chaparro, S, Jaimes, G & Noy, M. (2020). La educación física en la básica primaria. *Revista digital Actividad Física y Deporte*. 6(2) 195-201. DOI: <https://doi.org/10.31910/rdafd.v6.n2.2020.1576>
- Córdova, A, Villa, G, Sureda, A, Rodríguez, J, & Sánchez, M. (2012). Actividad física y factores de riesgo cardiovascular de niños españoles de 11-13 años. *Revista Española de cardiología*. 65(7), 620-626. <https://www.revespcardiol.org/es-actividad-fisica-y-factores-de-riesgo-ca-articulo-S0300893212002205-pdf>
- Delgado, M. (2015). Los estilos de enseñanza de la educación física y el deporte a través de 40 profesionales. *Retos*. 28, 240-247. DOI: <https://doi.org/10.47197/retos.v0i28.35532>

- Duarte, K, Zapata, M. (2024). Impacto de la actividad física sobre el desarrollo físico, social y cognitivo en los niños de básica primaria en Colombia. [Tesis, Universidad José Camacho].
<https://repositorio.uniajc.edu.co/server/api/core/bitstreams/65dd0e03-5c1f-48af-840e-247d50955ced/content>
- Fernández, J. (2022). Nuevas perspectivas de la didáctica de la educación física. *Ensayos. Revista de la facultad de educación de Albacete*. 37(2), 1-2. DOI: <https://doi.org/10.18239/ensayos.v37i2.3246>
- Franco, A. (2023). Actividad física y su relación con el sistema inmune. *Revista cubana de investigaciones biomédicas*. 42(1), 1-20. <http://scielo.sld.cu/pdf/ibi/v42/1561-3011-ibi-42-e1158.pdf>
- Giraldo, D, Moreno, M. (2023). Mobile-learning: aplicaciones móviles deportivas al servicio de la clase de educación física. [Tesis de especialización, Fundación Universitaria los Libertadores].
<https://repository.libertadores.edu.co/server/api/core/bitstreams/3d77ac90-474d-48b5-a600-2587bba5289f/content>
- Meneses, L. (2004). La enseñanza de la educación física y los procesos de desarrollo integral del niño en la edad escolar. [Tesis, Universidad Industrial de Santander].
<https://noesis.uis.edu.co/server/api/core/bitstreams/83a4b524-de3a-49f4-b7ab-74db8c5cb908/content>
- Muros, J, Cofre, C, Zurita, F, Castro, M, Linares, M & Chacón, R. (2016). Relación entre condición física, actividad física y diferentes parámetros antropométricos en escolares de Santiago (Chile). *Nutrición hospitalaria*. 33(2), 314-318. DOI: <https://dx.doi.org/10.20960/nh.110>
- Organización Mundial de la Salud. (9 de Mayo de 2012). *Recomendaciones mundiales sobre actividad física para la salud*. <https://www.paho.org/es/noticias/9-5-2012-recomendaciones-mundiales-sobre-actividad-fisica-para-salud>

- Ortiz, C, Chávez, A, Islas, S, Orana, A & Nájera, R. (2024). Pedagogía y didáctica de la educación física, su impacto en la educación y salud de la niñez. *Ciencia Latina Revista Multidisciplinar*. 8(4) 11058-11079. DOI: https://doi.org/10.37811/cl_rcm.v8i4.13243
- Pérez, I. (2023). Inclusión en el aula de educación física: superando barreras y fomentando la participación de todos. *Revista Internacional de Educación Física*. 3(3), 1-5. <https://revista-acief.com/index.php/articulos/article/view/104>
- Piñera, H, Ruiz, L. (2022). Influencia de la educación física en los procesos cognitivos. *Revista cubana de medicina*. 61(3), 1-11. <http://scielo.sld.cu/pdf/med/v61n3/1561-302X-med-61-03-e2667.pdf>
- Rodríguez, A, Rodríguez, J, Guerrero, H, Arias, E, Paredes, A & Chávez, V. (2020). Beneficios de la actividad física para niños y adolescentes en el contexto escolar. *Revista cubana de medicina general integral*. 36(2), 1-14. http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0864-21252020000200010#B6
- Sánchez, S, Castro, C, Prat, A & Castillo, A. (2022). La pedagogía en educación física en Chile en contextos escolares, las universidades y las políticas públicas. Una revisión. *Retos*. 43, 904-915. DOI: <https://doi.org/10.47197/retos.v43i0.87807>