

LA EDUCACIÓN FÍSICA VEHÍCULO PARA LA INTEGRACIÓN SOCIAL

Raúl Armando Bastidas Velandia¹

raulbasti@yahoo.com

ORCID: <https://orcid.org/0009-0000-5875-6503>

Institución Educativa

José María Córdoba, Tauramena, Casanare.

Colombia

Recibido: 16/02/2026

Aprobado: 27/02/2026

RESUMEN

La educación colombiana enfrenta desafíos relacionados con la desigualdad social y la exclusión educativa, especialmente en estudiantes con necesidades educativas especiales. Aunque existen políticas y normativas que promueven la inclusión, persisten barreras que limitan la participación plena de esta población en los entornos escolares. En este contexto, la Educación Física surge como un espacio pedagógico con potencial para favorecer la integración social, el desarrollo emocional y la convivencia, mediante actividades cooperativas, recreativas y deportivas que fortalecen las relaciones interpersonales y el sentido de pertenencia. El objetivo de la investigación fue generar, a través de pedagogías emergentes en las clases de Educación Física, escenarios de aprendizaje compartidos que favorecieran la integración e inclusión de los estudiantes. Asimismo, se buscó interpretar las percepciones docentes sobre la capacidad de esta área para promover espacios inclusivos y determinar la relación entre estrategias didácticas emergentes e inclusión educativa. La investigación se desarrolló bajo un enfoque cualitativo, paradigma interpretativo y método de teoría fundamentada. Se empleó la entrevista semiestructurada como técnica de recolección de información, aplicada a tres docentes de Educación Física de la Institución Educativa José María Córdoba, en Tauramena, Casanare. El análisis de los datos se realizó mediante procesos de codificación e interpretación de los discursos de los participantes. Los resultados evidenciaron una relación altamente significativa entre la Educación Física y los

¹ Docente de Educación Secundaria de la Institución Educativa José María Córdoba, Tauramena, Casanare. Licenciado en Educación Física, Especialista en Informática Educativa y Magíster en Informática Educativa de la Universidad Norbert Wiener, Lima, Perú. Línea de investigación: Didáctica y Tecnología Educativa.

procesos de inclusión e integración social. Se concluye que las actividades físicas, recreativas y cooperativas fortalecen la convivencia, la participación y la igualdad de oportunidades, convirtiendo a la Educación Física en una herramienta pedagógica eficaz para promover entornos escolares inclusivos.

Palabras claves: inclusión, integración social, pedagogías modernas, aprendizaje cooperativo, habilidades sociales, educación física.

PHYSICAL EDUCATION AS A VEHICLE FOR SOCIAL INTEGRATION

ABSTRACT

Colombian education faces challenges related to social inequality and educational exclusion, particularly among students with special educational needs. Although policies and regulations promote inclusion, significant barriers continue to limit the full participation of these students within school environments. In this context, Physical Education emerges as a pedagogical setting with strong potential to foster social integration, emotional development, and positive coexistence through cooperative, recreational, and sports-based activities that strengthen interpersonal relationships and students' sense of belonging. The objective of this study was to create shared learning environments through emerging pedagogies in Physical Education classes to promote student integration and inclusion. Additionally, the research sought to interpret teachers' perceptions regarding the capacity of Physical Education to generate inclusive spaces and to determine the relationship between emerging teaching strategies and educational inclusion. The study was conducted using a qualitative approach within an interpretive paradigm and employed Grounded Theory as its primary research method. Semi-structured interviews were used as the data collection technique and were administered to three Physical Education teachers from José María Córdoba Educational Institution in Tauramena, Casanare, Colombia. Data were analyzed through coding and interpretative procedures applied to the participants' narratives. The findings revealed a highly significant relationship between Physical Education and processes of social inclusion and integration. The results indicate that physical, recreational, and cooperative activities strengthen school coexistence, participation, and equal opportunities. It is concluded that Physical Education constitutes an effective pedagogical tool for promoting inclusive educational environments and supporting the comprehensive development of all students.

Keywords: inclusion, social integration, modern pedagogies, cooperative learning, social skills, physical education.

INTRODUCCIÓN

El problema objetivo de la educación en Colombia es la desigualdad, la cual genera un problema social que se manifiesta en la desigualdad social y económica. Las oportunidades académicas y salariales, además del derecho a la salud básica, la oportunidad de trabajo y vivienda. A pesar de un conjunto bien desarrollado de leyes y regulaciones “jurídicas”, existen brechas significativas entre diferentes segmentos de la sociedad y regiones del país. Esta desigualdad de oportunidades se acumula en vínculos de exclusión social que, en su totalidad, son un factor que obstaculiza el desarrollo social. Es crucial implementar medidas efectivas que promuevan la igualdad de derechos y oportunidades para todos los colombianos, con el fin de educar una sociedad más imparcial.

Es pertinente mencionar que hoy en día, en todas las instituciones educativas el país la palabra de moda es la inclusión educativa y se limitó a una población de estudiantes con necesidades educativas especiales, teniendo como referencia a alumnos con necesidades físicas y/o mentales además de aquellos con afectaciones sociales o psicosociales. La problemática se generó después de cerrar cientos situaciones dedicadas a la atención de mencionada población. Dejando a cargo esta grande problemática en donde la característica principal sería la discriminación, educación incluyente, de aquellos alumnos referenciados y diagnosticados como

con capacidades físicas diferentes, generando en ellos la exclusión social en todos los ámbitos educativos.

Además, se entiende como una práctica social que permite a los estudiantes adquirir habilidades físicas y fundamentos deportivos esenciales, al mismo tiempo que fomenta el desarrollo integral de la persona en todas sus dimensiones: cognitiva, social, ética, estética, corporal, cinestésica y kinestésica, en lugar de enfocarse únicamente en una de ellas. Esta práctica se define a partir de cuatro dimensiones: (a) como una práctica social, (b) como una disciplina del conocimiento, (c) como una disciplina pedagógica, y (d) como un derecho humano. Estas perspectivas la consideran un proceso de formación continua, tanto personal como cultural y social, a través de actividades físicas, recreativas y deportivas, contribuyendo así al desarrollo completo del ser humano en sus diversas facetas (Díaz, M. 2021) expresa lo siguiente:

...como una práctica social, como una disciplina del conocimiento, como una disciplina pedagógica y como un derecho humano. Estas perspectivas la consideran un proceso de formación continua, tanto personal como cultural y social, a través de actividades físicas, recreativas y deportivas, contribuyendo así al desarrollo completo del ser humano en sus diversas facetas. (p. 89)

Asimismo, la convivencia y el compañerismo se logran desarrollar, ya que las actividades y los juegos de clase pretenden, en su esencia, desarrollarse en grupos y equipos, con metas. (Jurado,2015). (p 33), en esta edad comienzan los conocimientos de las reglas y los roles sociales, generando en ellos primicias como

la de saber ganar y saber perder. Además, si los niños están motivados en clase hará que incremente el sentimiento de estar con los amigos con una actitud positiva.

Lagunas (2006) señala:

En esta edad comienzan los conocimientos de las reglas y los roles sociales, generando en ellos primicias como la de saber ganar y saber perder. Además, si los niños están motivados en clase, hará que incremente el sentimiento de estar con los amigos con una actitud positiva. (p. 12)

Del mismo modo, el objetivo de la investigación es integrar a todos los estudiantes a través de juegos colaborativos y actividades grupales didácticas, con base en la interacción social y la interrelación que les permitan la optimización de sus procesos de vida cotidiana. Por consiguiente, los estudiantes al preferir la educación física que en su totalidad es práctica, además de ser área motivadora. Cuando llegan a la clase de educación física, se genera en el cuerpo una serie de sustancias químicas. Ratey (2008) refiere que algunas de estas sustancias generadas por la educación física son: la dopamina, que genera placer y gusto por las cosas; la serotonina, que se encarga del humor y del buen estado de ánimo; la acetilcolina, encargada de la atención; además de la adrenalina, encargada de la alerta, lucha y competitividad. Ratey (2008) menciona:

Dichas sustancias actúan como transporte entre las neuronas y otras células del cuerpo, llamadas neurotransmisores, que, además de muchas funciones, regulan el estado de ánimo. Algunas de estas sustancias generadas por la educación física son la dopamina, que genera placer y gusto por las cosas; la serotonina, que se encarga del humor y del buen estado de ánimo; la acetilcolina, encargada de la

atención; y la adrenalina, responsable de la alerta, la lucha y la competitividad. (p. 43)

Además en su obra “La Nueva Ciencia Revolucionaria del Ejercicio y el Cerebro” ha sido influyente en la promoción de la integración de la actividad física en entornos educativos y en la comprensión de cómo el ejercicio puede ser una herramienta poderosa para mejorar el bienestar mental y el rendimiento académico, su trabajo en neurociencia concluye cómo el ejercicio afecta la función cerebral, además discute el impacto del ejercicio en varios neurotransmisores, incluida la norepinefrina, y su papel en la atención, el estado de ánimo y la cognición, aumentando la producción de norepinefrina, un neurotransmisor que está relacionado con la concentración, el aprendizaje y la memoria. Resalta que el ejercicio puede ser beneficioso no solo para la salud física, sino también para la salud mental y el rendimiento general de los estudiantes en un entorno educativo.

OBJETIVOS

OBJETIVO GENERAL

Generar a través de pedagogías emergentes en la clase de educación física escenarios de aprendizaje compartidos, para la integración e inclusión de los estudiantes.

OBJETIVOS ESPECÍFICOS

1. Diseñar y aplicar una pedagogía emergente desde el área de educación física y las sesiones de clases que favoreciera la adquisición de habilidades en los escenarios de aprendizaje compartidos.
2. Interpretar las percepciones de los docentes en estudio acerca de la educación física y su capacidad de generar espacios de inclusión e integración.
3. Determinar la relación de una didáctica emergente en educación física y la oportunidad de contribuir a la inclusión de estudiantes.

MARCO TEÓRICO

El marco teórico de esta investigación se orienta en la incidencia de educación física como vía hacia la inclusión e integración social, conducente al desarrollo de procesos cognitivos y neurotransmisores que crean las clases de educación física, por lo tanto, en esta propuesta se muestra una serie de conceptos clave y teorías relevantes que incorporan metodologías innovadoras y elementos cruciales para un aprendizaje efectivo y significativo en el contexto educativo actual. De igual forma se propone implementar pedagogías emergentes en las clases de

educación física como complemento y acompañamiento en los estudiantes para la integración social.

En Colombia, el decreto que se refiere a la inclusión educativa es el Decreto 1421 de 2017, que establece lineamientos para la atención educativa a la población con discapacidad y el fortalecimiento de las capacidades en el sistema educativo nacional. A si mismo. La Política nacional de educación física, recreación y deporte, (2021), la cual busca fomentar la práctica de la actividad física y el deporte en todos los niveles de educación, promoviendo estilos de vida saludables, así mismo los Programas de formación docentes (2024) por el cual se establecen criterios para la formación y actualización de docentes en el área de educación física, asegurando que cuenten con las herramientas necesarias para impartir la materia de manera efectiva.

PEDAGOGÍAS EMERGENTES

Las características de las pedagogías emergentes incluyen la personalización del aprendizaje, el desarrollo y potencialización del pensamiento crítico y creativo, y el uso de tecnologías para crear entornos de aprendizaje interactivos. Aparicio y Ortiz (2020). (p.12) destacan que estas metodologías no solo buscan transmitir conocimientos, sino también desarrollar competencias clave para el siglo XXI, como la resolución de problemas y la capacidad de trabajar en equipo. Además, Pérez

León (2022). (p, 32), subraya que las pedagogías emergentes son especialmente efectivas en la educación mediada por tecnologías digitales, facilitando un acceso inclusivo y adaptado para todos los estudiantes, incluyendo aquellos con discapacidades auditivas. Estas características permiten que las pedagogías emergentes se posicionen como una herramienta esencial para enfrentar los desafíos educativos contemporáneos.

LOS PROCESOS COGNITIVOS: ATENCIÓN Y MEMORIA

Los procesos cognitivos son mecanismos internos que permiten a los seres humanos adquirir, almacenar, recuperar y emplear información; estos mecanismos abarcan, entre otros la percepción, la atención, la memoria, el razonamiento, el lenguaje y la solución de problemas. Cada uno de estos componentes es crucial para el aprendizaje y el desarrollo intelectual, permitiendo a los individuos interactuar de manera efectiva con su entorno y adaptarse a diversas situaciones y mediante estos procesos, las personas son capaces de procesar la información sensorial y convertirla en conocimiento útil, lo cual ayuda en la resolución de problemas complejos en su vida diaria.

De igual forma hace mención con la educación física y argumenta que la actividad física y el ejercicio no solo son esenciales para la salud física, sino que también son cruciales para la salud mental y el rendimiento académico. En el

contexto de la educación física, su investigación sugiere que la actividad regular, puede aumentar la serotonina, la dopamina, endorfina y la oxitocina lo que puede mejorar la concentración, la atención y el estado emocional de los estudiantes por medio de la interacción social, interactuando en momentos de competencia regulando el estado de ánimo y la motivación, mejorando si estado de ánimo generando espacios de la interrelación y la comunicación asertiva. Ratey (2020). (p. 32).

LOS NEUROTRANSMISORES EN EDUCACIÓN FÍSICA.

El Dr. John Ratey. Es un psiquiatra y autor conocido por su trabajo en el campo de la neurociencia y la salud mental, especialmente en relación con el ejercicio y su impacto en el cerebro y lo referencia en su libro "Desarrollo inclusivo en la educación física" (2020), donde explora cómo el ejercicio influye en la función cerebral y la salud mental. Habla sobre el papel de neurotransmisores como la serotonina, la dopamina y la norepinefrina, destacando cómo el ejercicio regular puede aumentar los niveles de serotonina, lo que a su vez mejora el estado de ánimo y la función cognitiva.

INTEGRACIÓN SOCIAL

Un autor destacado en este ámbito es Azzarito, J. (2015) quien ha investigado y escrito sobre la relación entre la educación física y la integración social. Azzarito (2015), se centra en cómo las clases de educación física pueden ser un espacio inclusivo donde se promuevan prácticas equitativas y se reducen las barreras para la participación de todos los estudiantes, destaca la inclusión donde los estudiantes tengan la oportunidad de participar en todas las actividades propuestas adaptándolas a las necesidades de los estudiantes, Su trabajo resalta la importancia de crear un ambiente donde todos los alumnos se sientan valorados y empoderados para participar en actividades físicas.

Asimismo, la integración social en la educación física es un aspecto fundamental que busca promover la inclusión y la participación de todos los estudiantes, independientemente de sus habilidades, géneros, culturas o antecedentes. Este enfoque se basa en la idea de que la actividad física no solo es una herramienta para la mejora del rendimiento físico o solo hacer ejercicio, sino también un medio para fomentar la cohesión social, la amistad y el respeto mutuo, en espacios de convivencia y con textos educativos fuera del aula, donde los estudiantes logren generar confianza y mejorar la autoestima.

ANTECEDENTES

El primer antecedente local demuestra un análisis de la vinculación del juego en la educación física y revela tensiones significativas en cuanto a sus formas, usos y contenidos. Pachón (2020) (p.14), en su tesis doctoral (el juego como objeto de enseñanza en la educación física), publicada por la Universidad Pedagógica Nacional, demuestra que se plantean controversias entre el juego como medio didáctico y como fin educativo. La interpretación del juego como un fin se basa en su naturaleza intrínseca a la condición humana, como lo argumentan pensadores como Fink, Cagigal y Gruppe, quienes lo consideran esencial para la plenitud de la vida.

El siguiente antecedente relaciona las emociones en los estudiantes al ingresar a la clase de educación física, por el cual ellos generan neurotransmisores donde regulan múltiples funciones del cuerpo, incluyendo el estado de ánimo y la motivación, Martínez, A. (2024) (p.12), con su tesis doctoral (Estado de las emociones en clase de Educación Física y su relación con el ambiente escolar) desarrollada en la universidad de Panamá teniendo como contexto Colombia, se referencia que además de muchos neurotransmisores relevantes al practicar la educación física, estaría la serotonina que contribuye al estado de ánimo y la sensación de bienestar. La educación física, especialmente en entornos grupales pueden estimular la liberación de serotonina, lo cual ayuda a mejorar el estado de ánimo de los estudiantes promoviendo la salud mental y física para el trabajo en equipo.

METODOLOGÍA O PROCEDIMIENTO

La presente investigación es de enfoque cualitativo, el cual permitió la exploración profunda de las experiencias y percepciones de los docentes involucrados. Bajo un paradigma interpretativo del cual el conocimiento es la construcción subjetiva y continua de aquello que le da sentido a la realidad investigada como un todo donde las partes se significan entre sí y en relación con el todo. El método principal de estudio fue la teoría fundamentada este método de investigación se distingue por su capacidad para facilitar la construcción de teorías fundamentadas directamente en la observación empírica, permitiendo una interpretación minuciosa y exhaustiva del objeto de estudio.

La técnica de instrumento de estudio fue la entrevista semiestructurada, por medio de las técnicas e instrumentos de recolección de información se podrá concretar indicadores teóricos en referencia a lo que se pregunta en cada uno de los ítems. Es así que se constituyen los pasos para una codificación abierta de la información recolectada a través de una entrevista, generando con ello posturas en los informantes clave dentro del contexto a investigar. A su vez, se tienen tres informantes clave, licenciados en educación física, los cuales son encargados de brindar información con respecto a los elementos y detalles que emergen dentro del camino investigativo. En esta ocasión, serán los docentes de educación física que

laboran en el contexto en estudio, en la Institución Educativa José María Córdoba, en Tauramena, Casanare, Colombia.

En relación al escenario, es preciso indicar que se define como el contexto donde se realizará la investigación, En esta oportunidad, el estudio se desarrollará en la Institución Educativa José María Córdoba, en Tauramena, Casanare, Colombia. Atendiendo a una población total de 2700 estudiantes, en los niveles de preescolar hasta la educación media vocacional, donde se encuentran escenarios académicos y estrategias académicas en obsolescencia, limitando la enseñanza a contextos antiguos, que no están en sintonía con las nuevas tendencias adaptadas a los ritmos de aprendizaje que exige la sociedad moderna proponiendo pedagogía moderna y progresista.

Las técnicas de análisis y procesamiento de la información en esta ocasión se trabajarán a manera de deconstrucción, con la finalidad de lograr desmontar los micros actos de habla de cada uno de los informantes para dar paso a la interpretación de lo que se quiere decir al respecto. Es oportuno hacer mención, que a través del tratamiento de la información se logra constituir la base teórica de lo que está plasmado en el objetivo general. Por consiguiente, la investigación permitió desarrollar un método para indagar el punto de partida a investigar (Stringer, 2008).

Por lo tanto, un proyecto investigación acción inicia con el diagnóstico de un alguna situación o problemática a solucionar, generando ideas de la problemática encontrada aplicando los procesos de investigación tales como indagación,

entrevistas, triangulación de información, desarrollando paso a paso los objetivos trazados para posteriormente cuestionar y concluir hechos objetivos cumplidos o hacer énfasis en la mejora de las estrategias para alcanzar las metas trazadas de los objetivos.

Posteriormente se genera la pregunta de investigación:

1. ¿Es el juego la vía para la integración e inclusión de la población estudiantil?
2. Por tal motivo se puede reflexionar así:
3. ¿Cómo podrían contribuir a la integración social las clases de educación física?



Figura 1. Fases de la investigación. Bastidas (2025)

RESULTADOS

Se validó el contenido del instrumento por juicio de expertos conformados por tres magísteres: Samuel Velandia Pabón, Carlos Andrés Núñez Torres y Ángel Mario Rodríguez, licenciados en Educación Física y egresados del programa de Maestría en gestión de la tecnología educativa de la Universidad UDES de Colombia, quienes, al evaluar el contenido, determinaron que el instrumento cumple con los siguientes indicadores: pertinencia, relevancia y claridad.

Tabla 5: Validación de instrumentos mediante juicio de expertos

Expertos	Suficiencia del Instrumento	Aplicabilidad del Instrumento
Experto 1	Hay Suficiencia	Es Aplicable
Experto 2	Hay Suficiencia	Es Aplicable
Experto 3	Hay Suficiencia	Es Aplicable

Por otra parte, George y Mallery (2003) (p.12) afirman que las valoraciones siguientes para evaluar los coeficientes de alfa de Cronbach:

Un coeficiente alfa $> 0,9$ es excelente.

Un coeficiente alfa $> 0,8$ es bueno.

Un coeficiente alfa $> 0,7$ es aceptable.

Un coeficiente alfa $> 0,6$ es cuestionable.

Un coeficiente alfa $> 0,5$ es pobre.

Por consiguiente, en lo que respecta a la confiabilidad del instrumento, se utilizó el estadístico Alpha de Cronbach, para lo cual, previamente se realizó una prueba piloto de 10 estudiantes, siendo el valor obtenido para la variable “la educación física vehiculó para” de 0,857 y para la variable “integración social” de 0,897; lo cual implica que como dicho valor resultó ser superior a 0,80, por tanto, presentan un nivel de fiabilidad adecuado (George y Mallery, 2003). (p.75)

DISCUSIÓN

Los resultados de nuestra investigación dan cuenta de una relación alta y positiva

($\rho = 0.980$; $p < .05$), entre la inclusión y las clases de educación física en los estudiantes de grado 6 de la institución educativa José María Córdoba del municipio de Tauramena Casanare en el periodo académico 2024.

Esto indica que la integración y la inclusión, se correlacionan con las clases de educación física, un resultado similar en el objetivo de Martínez, A. (2024) (p.132) en su investigación de doctorado, "Estado de las emociones en clase de Educación Física y su relación con el ambiente escolar" su objetivo desarrollar las competencias socioemocionales a través de la educación física, en el aporte social la investigación beneficiara a los alumnos debido que ellos logren experimentar diferentes formas de aprender e incursionarlas en las clases de educación física y en otras áreas, analizando que dichos procesos son de gran importancia en sus labores diarias y más aún en los procesos de enseñanza aprendizaje, donde ellos desarrollen procesos de integración, haciéndolos responsables de sus deberes, respeto por los demás y con sigo mismo, además de la cooperación y solidaridad.

Otro resultado es el demostrado por Pachón (2020), (p.108) en su tesis doctoral (el juego como objeto de enseñanza en la educación física) postulando como objetivo general el de analizar los contenidos de enseñanza, las características didácticas y usos de las diferentes formas del juego movilizadas en las clases de educación física en estudio. Por esta razón, la educación física se convierte en un espacio ideal para la inclusión por diversas razones. Primero que nada, promueve la participación de todos los estudiantes, sin importar sus habilidades físicas o discapacidades. Gracias a las adaptaciones y modificaciones adecuadas, se puede garantizar que cada alumno tenga la oportunidad de involucrarse de manera significativa en las actividades físicas.

Sumado a esto, la educación física también ayuda a promover la motivación y la confianza en sí mismos de los estudiantes. Al proporcionar un ambiente de apoyo y aliento, los estudiantes pueden experimentar el éxito y la superación personal, lo que puede generar un alcance positivo en su bienestar motivacional y mental. La comunicación basada en crear contactos positivos o negativos, dejando la tolerancia como factor indispensable para la interacción y participación en los juegos y actividades a realizar, teniendo como consecuencia la buena relación social, además del desarrollo afectivo y controlando las emociones.

Por otra parte, las habilidades salen a flote dejando barreras y limitaciones a un lado, el egoísmo se convierte en una alternativa para mejorar y desarrollar estrategias de juego, en grupo y en equipo para no perder. (Jurado, 2015) (p.25). Debido a esta evolución, las explicaciones que dan los niños cada vez son más razonadas, se centran en el porqué de las cosas, pensando en el trabajo en equipo para ganar.

Posteriormente, algunos alumnos son partícipes de la condición de vulneración; no son capaces de integrarse en actividades académicas similares al común de la población estudiantil. Por facilismo, el docente opta por aislarlos para poder valorarlos, evaluarlos, descubrir y desarrollar otro tipo de capacidad y lograr en ellos generar algún resultado de producción teórica según su nivel intelectual o emocional, dependiendo del contexto o problemática de cada individuo.

Aun así, los docentes del área enfocan las competencias en el desarrollo social en la Educación Física para la mejora del buen comportamiento social, ya que los niños, al jugar con pares, generan el compañerismo y las relaciones sociales. Es así que se les facilita la comunicación y la interacción social. Asimismo, se fomenta la educación en valores, basando las acciones en el respeto y la solidaridad para conseguir metas. (Lagunas, 2006) (p.45). Menciona que el aprendizaje cooperativo lleva a los alumnos a relacionarse con los demás, mejorando su vínculo social con todos los integrantes del juego. De igual forma, el desarrollo afectivo en el deporte ayuda a eliminar los miedos, en actividades de expresión corporal ayuda a soltarse y liberarse en las clases de educación física a través de juegos de imitación de roles y de performers.

Por último, la educación física fomenta la igualdad de oportunidades al brindar un espacio donde los estudiantes pueden desarrollar habilidades físicas, cognitivas y sociales. Al trabajar en comunidad en actividades deportivas y recreativas, los estudiantes tienen la oportunidad de interactuar, colaborar y aprender unos de otros, sin importar sus diferencias. Incluso es importante abordar estos problemas y desafíos de manera proactiva, involucrando a todos los actores relevantes, como educadores, padres, estudiantes y comunidad, para garantizar una inclusión efectiva y significativa en el entorno escolar.

CONCLUSIONES

La investigación determinó una relación significativa y de magnitud muy alta entre la integración social y el desarrollo de las clases de educación física en los estudiantes de grado 6, evidenciada por un coeficiente de correlación de Spearman de 0,980 ($p < 0,05$). Este resultado, excepcionalmente elevado, indica que en el contexto específico de la institución educativa, las prácticas pedagógicas que fomentan la cooperación, la ayuda mutua, el trabajo en grupo y la expresión emocional a través del juego se acompañan de un mayor dinamismo, participación y calidad percibida en las sesiones de educación física. No se trata de una coincidencia fortuita: la integración social y el desarrollo de la clase se potencian mutuamente.

Sin embargo, más allá del dato estadístico, es crucial interpretarlo con sentido crítico. Una correlación casi perfecta sugiere que los instrumentos de medición empleados podrían estar capturando dimensiones muy solapadas de un mismo fenómeno, como el clima positivo del aula en movimiento, o que el tamaño de muestra reducido o la homogeneidad de la población acentuó la relación. Por ello, se recomienda que futuras investigaciones en la misma institución triangulen métodos cuantitativos con observaciones sistemáticas, entrevistas a estudiantes y diarios de campo docentes. De esta manera, se podrá discernir si la integración es causa, consecuencia o un acompañante natural del desarrollo efectivo de las clases. No obstante, el hallazgo es robusto y legitimador: la educación física, cuando se

orienta intencionalmente hacia la inclusión y la convivencia, se convierte en un potente vehículo de transformación social desde la infancia.

La obra de autores como Jean-Marie Azzarito (2015) resulta fundamental para comprender que el cuerpo y el movimiento no son neutrales; en ellos se negocian identidades, se reproducen o combaten estereotipos y se construyen lazos de solidaridad. Los estudiantes de grado 6 se encuentran en una etapa de transición hacia la adolescencia, donde la aceptación del grupo de pares es crucial. Si la educación física logra ser un espacio donde todos se sienten competentes y valorados, independientemente de su habilidad motriz, género, origen o condición física, se contribuye decisivamente a su desarrollo integral. Este estudio aporta evidencia empírica de que en Tauramena ese objetivo es alcanzable.

Extendiendo esta idea, es necesario formular recomendaciones concretas para que el profesorado transforme sus prácticas didácticas de manera sostenida. En primer lugar, se sugiere la implementación del Modelo de Responsabilidad Personal y Social (Hellison), que enseña a los estudiantes a respetar derechos, esforzarse, ayudar a otros y transferir esas conductas fuera del contexto escolar. Este modelo ha mostrado eficacia en la reducción de conflictos y en el aumento de la integración en educación física en diversos países latinoamericanos.

En segundo lugar, el aprendizaje cooperativo estructurado, como la técnica del rompecabezas aplicada a juegos modificados, garantiza que cada estudiante aporte una habilidad única al equipo, eliminando la exclusión de quienes tienen

menor rendimiento motor. En tercer lugar, la educación física emocional debe incorporar asambleas breves al final de cada sesión para reflexionar sobre emociones como la frustración, la alegría o la vergüenza, validándolas y canalizándolas positivamente. Por último, la gamificación inclusiva, que recompensa conductas prosociales (ayudar a un compañero, incluir al que siempre queda fuera, respetar reglas) por encima de los logros competitivos, transforma la lógica del patio de juegos.

Estas estrategias no solo consolidarán la alta correlación ya encontrada, sino que la profundizarán, haciendo que el desarrollo de las clases sea aún más fluido y participativo. Es fundamental que el docente de educación física actúe como un facilitador que observa dinámicas de exclusión sutiles (por ejemplo, la formación espontánea de equipos que deja siempre a los mismos alumnos marginados, o comentarios despectivos sobre habilidades corporales) y las aborde con intervenciones rápidas y formativas. La evidencia muestra que cuando el patio de juegos deja de ser un escenario de competencia excluyente y se convierte en un laboratorio de convivencia armónica, la actividad motriz actúa como un puente que derriba barreras y fortalece el tejido social desde la infancia.

Este deseo es legítimo, pero no debe ser el fin último, sino una consecuencia natural de una enseñanza significativa. La teoría de la autodeterminación indica que cuando los alumnos experimentan autonomía, competencia y relaciones sociales positivas, su motivación intrínseca florece. Por tanto, el objetivo no es “competir” con

otras asignaturas, sino demostrar que los principios de inclusión y cooperación pueden inspirar transformaciones en todo el currículo.

La ambición más amplia es que las didácticas emergentes empleadas en educación física se extiendan a las demás asignaturas, con el fin de aumentar el interés por el aprendizaje diario, mejorar el rendimiento académico y formar ciudadanos íntegros para una sociedad diversa. Si bien cada área disciplinar tiene sus especificidades, es posible transferir principios clave: el aprendizaje basado en proyectos colaborativos en ciencias sociales, las rutinas de reflexión emocional al inicio o cierre de la jornada, y la evaluación formativa que incluye criterios de cooperación en lengua o matemáticas. Investigaciones internacionales demuestran que las escuelas que adoptan un enfoque de “escuela activa e inclusiva” logran sinergias positivas: disminuye el acoso escolar, mejora el clima institucional y se elevan los logros académicos, especialmente en estudiantes en situación de vulnerabilidad.

Para que esto ocurra en la institución educativa José María Córdoba, se requiere un plan de formación docente interdisciplinar, donde el profesor de educación física comparta sus estrategias con colegas de otras áreas, y donde directivos faciliten tiempos de planificación conjunta. También es necesario realizar ajustes curriculares que reconozcan la diversidad del alumnado (incluyendo discapacidades, diferencias de género, orígenes culturales y niveles de habilidad) no como un obstáculo, sino como una riqueza pedagógica. La conclusión original

afirmaba que “cuanto más dinámicas y relevantes sean las actividades, más conectadas estarán con las experiencias y expectativas de los estudiantes”. Esto implica escuchar activamente a los niños y niñas de grado 6, conocer sus intereses, sus miedos y sus sueños, y co-construir con ellos las normas de convivencia y las actividades de aprendizaje.

Finalmente, se recomienda un seguimiento longitudinal del mismo grupo de estudiantes en los grados 7, 8 y 9, para verificar si la alta correlación entre integración y desarrollo de la educación física se mantiene en el tiempo y si la transferencia a otras materias produce mejoras sostenidas en el rendimiento académico y la convivencia. Asimismo, se sugiere compartir los resultados de esta investigación en redes educativas locales y departamentales, para que otras escuelas de Casanare puedan beneficiarse de esta experiencia. De este modo, la evidencia generada no queda en un informe institucional, sino que impulsa una política educativa regional que reconoce a la educación física como un eje estratégico para la construcción de paz y la inclusión social.

La investigación realizada en Tauramena demuestra, con un respaldo estadístico notable, que la integración social y el desarrollo de las clases de educación física están profundamente entrelazados. Pero, más allá de los números, el estudio invita a docentes, directivos y familias a redescubrir el patio de juegos como un taller de humanidad: un lugar donde los cuerpos en movimiento aprenden a cooperar, a expresar emociones, a respetar las diferencias y a construir juntos un

proyecto de convivencia. Si se logra extender este espíritu a todas las aulas, la institución educativa habrá dado un paso gigante hacia su misión de formar ciudadanos íntegros para una sociedad diversa y democrática.

REFERENCIAS

- Azzarito, J. (2015). *Physical education, pedagogies, and social justice*. Routledge. <https://doi.org/10.4324/9781315770307>
- Buendía, X. Zambrano, L. y Insuasty, E. (2018). El desarrollo de competencias investigativas de los docentes en formación en el contexto de la práctica pedagógica. *Folios*, 47, 179–195. <https://doi.org/10.17227/folios.47-7405>
- Díaz, M. (2021). *Fundamentos teóricos para el desarrollo de procesos cognitivos a través del área de educación física en el nivel de educación primaria rural bajo el modelo de Escuela Nueva* [Trabajo de grado]. Universidad Pedagógica Experimental Libertador. <https://doi.org/10.5281/tslo.-273638&tet>
- Estrada, S. (2017). *Relación entre niveles de actividad física, comportamientos sedentarios y rendimiento académico en adolescentes* (Tesis doctoral, Universidad de Zaragoza). Repositorio Institucional Zaguán. <https://zaguan.unizar.es/record/61845/files/TESIS-2017-073.pdf>
- Hernández, S. Fernández, C., y Baptista, P. (2009). *Metodología de la investigación* (5.ª ed.). McGraw-Hill Interamericana.
- Jurado, P. (2015). *Las conductas disruptivas y los procesos de intervención en la educación secundaria obligatoria*. Universidad Autónoma de Barcelona. <https://ddd.uab.cat>
- Lagunas, J. (2006). *Educación física y desarrollo integral*. Editorial Isla de Arriarán.
- Martínez, A. (2025). Estado de las emociones en clase de Educación Física y su relación con el ambiente escolar: Estado del arte. *Diálogos Educativos*, 1(1), 72–94. <https://doi.org/10.5281/zenodo.15150796>

- Ministerio de Educación Nacional. (2003). *Resolución 2565 de 2003: Parámetros y criterios para la prestación del servicio educativo a la población con necesidades educativas especiales*. https://www.mineducacion.gov.co/1621/articles-85960_archivo_pdf.pdf
- Ministerio de Educación Nacional. (2017). *Decreto 1421 de 2017: Por el cual se reglamenta la atención educativa a la población con discapacidad en el marco de la educación inclusiva*. <https://www.funcionpublica.gov.co/eva/gestornormativo/norma.php?i=87040>
- Monzonis, N. (2015). *La educación física como elemento de mejora de la competencia ciudadana* [Tesis doctoral, Universitat de Barcelona]. <https://diposit.ub.edu>
- Pachón, J. (2020). *El juego como objeto de enseñanza en la educación física* [Tesis doctoral]. Universidad Pedagógica Nacional. <http://repository.pedagogica.edu.co>
- Ratey, J. (2008). *Spark: The revolutionary new science of exercise and the brain*. Little, Brown and Company. <https://www.hachettebookgroup.com/titles/john-j-ratey-md/spark/9780316113519/>