PODIUM

Revista de Ciencia y Tecnología en la Cultura Física

Volumen 21 | **2026**

Universidad de Pinar del Río "Hermanos Saíz Montes de Oca"

ISSN: 1996–2452 RNPS: 2148
Revista PODIUM, 2026; Vol. 21: e1702

PODIUM
REVISTA DE CIENCIA Y TECNOLOGÍA EN LA CULTURA FÍSICA

Artículo original

Tendencias en la Educación Física escolar: revisión documental en Colombia entre 2012 y 2022

Trends in school physical education: Documentary review in Colombia between 2012 and 2022

Tendências na Educação Física Escolar: Uma Análise Documental na Colômbia entre 2012 e 2022

Juan José Cuervo Zapata[1*], *Johan Santiago Muñoz Caro*[1], *Juan Fernando Tobón Bedoya*[1], *Esteban Yesid Sánchez Díaz*[1]

[1]Universidad de San Buenaventura, Medellín, Colombia.

*Autor para la correspondencia: cuervozapata2020@gmail.com

Recibido: *20/06/2024*
Aprobado: *22/11/2026*

RESUMEN

En Colombia, investigar alrededor de las tendencias en la Educación Física es relevante para mapear los trazos del abordaje teórico, metodológico y pedagógico en el contexto escolar, dado que la voz del estudiante cobra protagonismo en su ejecución práctica y en la evaluación de los procesos explorados. Por consiguiente, el objetivo del estudio fue describir las tendencias en la Educación Física escolar presentes en las producciones científicas

realizadas en Colombia entre 2012 y 2022. En la investigación, se asumió el paradigma cualitativo que partió de una revisión documental en las bases de datos Dialnet, Scielo, Redalyc, Ebsco y Scopus, donde se seleccionaron 90 artículos de investigación para el análisis, se empleó un resumen analítico de investigación y una matriz categorial apoyada en el software Atlas. ti versión 25. En conclusión, se localizó la corriente de educación somática y la tendencia en la enseñanza, práctica y condición física del deporte como las categorías más exploradas en los registros académicos, dado el interés por fortalecer las prácticas corporales en conexión con el desarrollo humano, para orientar procesos más coherentes y situados a favor de las necesidades de cada estudiante del territorio y a nivel curricular.

Palabras clave: currículo, Educación Física, educación somática, formación docente, práctica reflexiva

---

ABSTRACT

In Colombia, research into trends in Physical Education is relevant for mapping the theoretical, methodological, and pedagogical approaches within the school context, given the increasing importance of the student's voice in its practical implementation and in the evaluation of the processes explored. Therefore, the objective of this study was to describe the trends in school Physical Education present in scientific publications produced in Colombia between 2012 and 2022. The research adopted a qualitative paradigm, beginning with a documentary review of the Dialnet, Scielo, Redalyc, Ebsco, and Scopus databases. Ninety research articles were selected for analysis, and an analytical research summary and a categorical matrix were used, supported by Atlas.ti version 25 software. In conclusion, the study identified the somatic education approach and the trend in teaching, practice, and physical conditioning of sport as the most explored categories in academic records, given the interest in strengthening physical practices in connection with human development, to guide more coherent and situated processes in favor of the needs of each student in the territory and at the curricular level.

Keywords: curriculum, Physical Education, somatic education, teacher training, reflective practice.

RESUMO

Na Colômbia, a pesquisa sobre tendências na Educação Física é relevante para o mapeamento das abordagens teóricas, metodológicas e pedagógicas no contexto escolar, dada a crescente importância da voz do aluno na sua implementação prática e na avaliação dos processos explorados. Portanto, o objetivo deste estudo foi descrever as tendências na Educação Física escolar presentes em publicações científicas produzidas na Colômbia entre 2012 e 2022. A pesquisa adotou um paradigma qualitativo, iniciando-se com uma revisão documental das bases de dados Dialnet, Scielo, Redalyc, Ebsco e Scopus. Noventa artigos de pesquisa foram selecionados para análise, e utilizou-se um resumo analítico da pesquisa e uma matriz categórica, com o auxílio do software Atlas, versão 25. Em conclusão, a corrente da educação somática e a tendência no ensino, prática e condicionamento físico do esporte foram identificadas como as categorias mais exploradas nos registros acadêmicos, dado o interesse em fortalecer as práticas corporais em conexão com o desenvolvimento humano, para orientar processos mais coerentes e específicos ao contexto que atendam às necessidades de cada aluno na região e no âmbito curricular.

Palavras-chave: currículo, Educação Física, educação somática, formação de professores, prática reflexiva

INTRODUCCIÓN

El estado de conocimiento científico en Colombia, alrededor de la disciplina pedagógica de Educación Física es de gran relevancia para dar respuesta a interrogantes que se presentan y develar la historia en cuanto a su configuración epistemológica (Gallo & Urrego, 2015). Esto permite el análisis a nivel curricular y pedagógico de la disciplina que en la práctica docente se traduce en programaciones didácticas que contemplan un amplio repertorio a nivel motriz y de aprendizaje en función de las necesidades, intereses, motivaciones y expectativas de los estudiantes (Cuervo & González, 2025).

En los estudios realizados, la voz del estudiante pocas veces se tiene en cuenta para iniciar procesos de mejoramiento del área, ello conlleva a que muchos tomen una actitud pasiva en el proceso de formación, sin establecer compromiso personal ni laboral, aunque tener un buen desempeño es importante (Gaviria & Castejón, 2019).

Además, el área de Educación Física requiere un tránsito de una práctica instrumental a una reflexiva (Fernández et al., 2022) y para ello, la formación docente debe trascender el uso utilitario de los contenidos establecidos por una malla curricular, y anclarse desde una apertura al saber, desde la conjugación entre los contenidos y propuestas que involucren los conocimientos de los estudiantes y otras dinámicas escolares apoyen el área desde el desarrollo humano; pues la práctica reflexiva ofrece una visión humanista, donde lo crítico y la acción participativa de cada estudiante, en cada propuesta corporal amplía la comprensión de sus beneficios en la cotidianeidad (Watts et al., 2022).

Por lo tanto, la práctica reflexiva se constituye como una guía docente para poder abordar en las clases, actividades que potencien los contenidos anclados a la cotidianeidad que viven los estudiantes. Además, esta práctica rompe los paradigmas tradicionales cuando busca otras alternativas para abordar el área de Educación Física, lo cual propicia que los profesores puedan realizar una mejor transposición didáctica, al realizar un ejercicio cuidadoso de retroalimentación del proceso llevado en cada actividad propuesta (Watts et al., 2022).

La tendencia práctica se refiere a aquel conjunto que reúne enfoques y estrategias en un campo disciplinar particular, con el objetivo de mediar los procesos de enseñanza y aprendizaje. La disciplina Educación Física, Recreación y Deporte, a partir de reflexiones propias de los docentes e iniciativas de investigación alrededor del cuerpo, la motricidad y la pedagogía permite el conocimiento, la estructuración y exploración de nuevos recursos, estrategias y planes de intervención para trabajar con una población particular.

Así mismo, ayuda a ampliar el concepto de evaluación en Educación Física, pues no solo se remite a una eficacia motriz en una situación particular, sino que implica retomar asuntos de salud, expresión corporal, artística y aprendizaje cooperativo como prácticas donde se abordan la recreación y el empleo del tiempo libre.

Cabe señalar que estas tendencias se actualizan según los intereses y necesidades presentados en el contexto próximo en el que habita el estudiante, por lo tanto, es importante que cada docente en sus prácticas de aula tenga la capacidad de discriminar cuál o cuáles son eficaces para el alcance de los objetivos de aprendizaje. Por tal razón, es primordial que los maestros estén actualizados para hacer ajustes en los planes curriculares, articular las nuevas modalidades de acceso al saber cognitivo-motriz en el área, en pro de la calidad del proceso de enseñanza y aprendizaje, para la apertura al aprendizaje significativo y la evaluación más allá de un rendimiento motor.

De esta manera, si un docente no revisa conceptual y epistemológicamente la evolución de la Educación Física, pueden surgir algunos problemas como una enseñanza poco efectiva y alejada a los intereses particulares de una población y contexto propios del territorio; disminución en la motivación por parte de los estudiantes frente al área, lo que altera el compromiso con la misma; limitación en la enseñanza, por desconocimiento de las nuevas maneras de abordar o diversificar las estrategias desde procesos formativos; y dificultad para la enseñanza y abordaje de prácticas motrices inclusivas, con todos los involucrados.

En Colombia, desde los lineamientos curriculares del área de Educación Física, las tendencias aportan en "la estructuración de los currículos, en donde ha tenido procesos de apropiación y generado nuevas propuestas como por ejemplo las expresiones motrices y otras formas de interpretación de la fundamentación científica y pedagógica de la educación física" (Colombia. Ministerio de Educación Nacional, 2010, p. 16).

En consecuencia, se permite una mejor orientación a nivel pedagógico de las clases que imparte el docente de acuerdo con los énfasis dados, lo que se articula según los intereses y características particulares de los estudiantes. A continuación, se desglosa cada una como lo plantea este documento guía para el área, y se articula una corriente titulada educación somática que tiene como propósito "educar para un movimiento consciente" (Gallo & Urrego, 2015, p. 147). Se presentan las tendencias que exponen los lineamientos curriculares (2010) en Colombia, para el área de Educación Física:

1. *Tendencia en la enseñanza y práctica del deporte y la condición física*

En la tendencia físico-deportiva, se aborda una enseñanza desde la competición, los objetivos, la reglamentación y los procesos de interacción con otros, para Gallo & Urrego, (2015) "lo físico-deportivo es educar a través del deporte, deporte escolar, valores educativos del deporte, género e inclusión, enseñanza eficaz, iniciación y formación deportiva" (p. 147).

En esta tendencia es importante que el estudiante se interese hacia el deporte, las diversas capacidades físicas y posibilidades del desarrollo motriz; porque la Educación Física enriquece las distintas maneras de entender la actividad física, los modelos de práctica, técnica, táctica y ejercicios físicos, e influye en el surgimiento de varias tendencias como referencias de psicomotricidad, la sociomotricidad y el deporte, entre otras que al articularse de manera general y específica, se pueden comprender y aplicar en el proceso de enseñanza y aprendizaje. Como afirma Hernández (2019) hay una relación estrecha entre el aprendizaje cognitivo con la adherencia de las habilidades motrices básicas.

2. *Tendencia en actividades recreativas y de tiempo libre*

Las actividades recreativas constituyen una tendencia que se encuentra dentro del área de la Educación Física, por medio de estas se fortalecen conceptos como el desarrollo motor, porque requieren de movimiento y exploración sensorial. Además, este tipo de actividades son relevantes en la vida de las personas, puesto que ayudan a salir de la rutina mediante las dinámicas y juegos, y permiten sostener estilos de vida saludable, al igual que ayudan a la salud mental y en los procesos cognitivos. A través de las actividades recreativas, las personas aprenden a llevar un estilo de vida saludable, y con ello mejorar su calidad de vida, esta tendencia mejora las competencias socioemocionales como eje central del currículo.

3. *Tendencia en la psicomotricidad*

La psicomotricidad es fundamental para la interacción entre el movimiento y los procesos de aprendizaje de orden cognitivo, social y afectivo de los estudiantes, puesto que constantemente exploran su cuerpo en el mundo exterior (Yandún et al., 2025). Por lo que

su enseñanza en la educación preescolar y básica primaria se hace necesaria, en esta edad se exploran y reciben muchos estímulos que permiten en el futuro tener un manejo eficaz de los movimientos; esta tendencia en lo cognitivo ayuda a aumentar la concentración y a la vez, la atención, debido a que mejora por un lado la creatividad, expresión oral y corporal y, por otro, se evidencia en la implementación, una mejor asimilación en cuanto a la orientación de tiempo y espacio.

Desde lo motriz permite que los niños puedan controlar y aprender sobre su cuerpo, y así se benefician las capacidades perceptivo-motrices como el equilibrio, la coordinación, la orientación espacial, la temporalidad y la corporalidad (Castañer & Camerino, 2022; Cuervo et al., 2026), trabajadas mediante actividades lúdicas y recreativas que requieren nueva información sensorial y una base sustentada en las habilidades motrices fundamentales (Amaya et al., 2024; Cuervo et al., 2023, 2026; González et al., 2023).

Por lo tanto, la poca estimulación de la psicomotricidad dentro del área de Educación Física puede ocasionar problemas referidos al orden cognitivo y motriz; de ahí que, los docentes del área deben de recurrir a los diferentes métodos de enseñanza, para su fortalecimiento y que el estudiante aprenda a ejecutar movimientos conscientes.

4. *Tendencia en la estética corporal y la salud*

La conciencia del cuerpo permite que el estudiante pueda reconocer la potencia de su corporalidad para llevar a cabo actividades motrices y cognitivas. Por esta razón, la Educación Física tiene un papel importante en la promoción de la estética corporal y la salud, al fomentar la actividad física en la clase, mejorar la salud cardiovascular, mental y de las capacidades físicas, promocionar la alimentación saludable de los educandos, y reforzar la postura corporal, para evitar lesiones y problemas de salud a largo plazo (Amador et al., 2025).

Por último, es importante que el área de Educación Física ayude a fomentar la aceptación corporal y la educación emocional, enseñar a los estudiantes a valorar y apreciar sus cuerpos y a no juzgar a otros por su apariencia física (Rocu et al., 2025).

5. *Tendencia en la expresión corporal, danzas y representaciones artísticas*

Esta tendencia en la Educación Física, se enfoca en el desarrollo del movimiento y la creación e invención con los estudiantes (Battan, 2021; Martínez, 2021). Estas actividades permiten que ellos exploren su cuerpo y su movimiento mediante la danza, la interpretación y la improvisación, se fomenta así la espontaneidad y la expresión corporal (Cuervo & González, 2024).

Por consiguiente, la expresión corporal se basa en movimientos que implican un trabajo cognitivo y la comunicación a través del cuerpo que incluye la postura, la gestualidad y el ritmo. A través de esta manifestación, los estudiantes pueden desarrollar su conciencia corporal, la coordinación y la comunicación no verbal. De acuerdo con Bernate & Alfaro (2021), "conviene resaltar que desde la expresión corporal se puede educar en la sensibilidad, gozando de una experiencia vital que permite el autoconocimiento, el desarrollo de la autoimagen, el conocimiento del grupo de compañeros, la desinhibición, etc." (p. 7).

6. *Corriente Educación Somática*

Su objetivo es el enfoque de armonía de cuerpo y mente que logra integrar y transformar el movimiento, desde las experiencias sensibles del participante (Gallo et al., 2023), debido a que la educación somática permite que cada persona pueda tomar conciencia de las posibilidades de intervenir con el cuerpo en múltiples espacios y la exploración de aprendizajes de manera independiente, para enriquecer su formación (Rodríguez et al., 2021).

Por lo expuesto, se considera que la educación es una ruta pertinente para movilizar el legado en las nuevas generaciones, al propiciar diversas formas de pensar, de sentir, y de hacer. Dentro de esta perspectiva, se pretende consolidar la Educación Física, en un plano donde los estudiantes puedan ser autónomos, contemplar y fortalecer su corporeidad, tanto en el contexto escolar como en la sociedad (Pérez, 2025).

Bajo esta misma óptica, Gallo & Urrego, (2015) plantean que "el desarrollo epistemológico disperso, polémico y polisémico en Educación Física, aborda las tendencias desde lo deportivo, la motricidad, la recreación, la somática, la salud y expresión corporal" (p. 145).

Por tanto, la apreciación de las tendencias desde el área permite tomar decisiones acordes a las necesidades actuales del espacio, de los participantes y del contenido, lo que fortalece en los estudiantes procesos encaminados a mejorar el conocimiento de sí mismo, su conducta, vida social y los propósitos que intensifican el desarrollo de las habilidades, capacidades motrices y socio-emocionales.

Por esto, el presente estudio tuvo como objetivo principal describir las tendencias en la Educación Física escolar, presentes en producciones científicas realizadas en Colombia, entre 2012 y 2022.

MATERIALES Y MÉTODOS

Esta investigación fue de naturaleza cualitativa, permitió interpretar la información de acuerdo con la producción académica existente (Huamán et al., 2022). Se llevó a cabo una revisión documental que permitió un análisis en profundidad del tema, para posteriormente realizar un proceso de sistematización y encontrar líneas, trayectorias y tendencias que contribuyeron al enriquecimiento del conocimiento del profesorado (Cuervo et al., 2022), y acercarse al objeto de estudio.

Técnicas y procedimientos

La revisión documental fue realizada por tres estudiantes investigadores de una universidad colombiana y un docente de formación posgradual. Para la búsqueda de artículos de investigación, se emplearon las siguientes bases de datos: Dialnet, Scielo, Redalyc, Ebsco, y Scopus entre los años 2012 y 2022, con producciones en español, inglés y portugués específicamente, sobre el contexto colombiano.

Para dar cuenta de las tendencias en Educación Física, se escogieron algunos buscadores booleanos como “Educación Física" AND "pedagogía"; "Educación Física" AND "Motricidad"; "Educación Física" AND "Cuerpo" AND “Expresión Corporal”; "Educación Física" AND "Deporte”.

Se encontraron un total de 10,435 registros, en los que se aplicó una fase de elegibilidad, basada en artículos de investigación realizados en el contexto colombiano y que cumplieron

con el rango temporal mencionado que abordaron la temática de la Educación Física, la formación docente o reflexiones asociadas al cuerpo, motricidad, deporte y pedagogía en el contexto educativo.

Igualmente, se eliminaron aquellos registros con el título asociado, pero el contenido no correspondió con el objetivo del estudio, los artículos repetidos o sin acceso directo para su visualización completa; por lo que, como resultado se obtuvieron un total de 90 producciones (ver figura 1). De la misma manera, se empleó en el estudio un Resumen Analítico de Información (RAI) propuesto por González (2019), como una matriz para sistematizar la información de los artículos en cuanto a componentes de búsqueda y referencia de los autores, intencionalidad del trabajo (problema y objetivo), elementos conceptuales (categorías centrales del estudio apoyadas de comentarios del investigador), aspectos metodológicos, resultados y hallazgos relevantes.

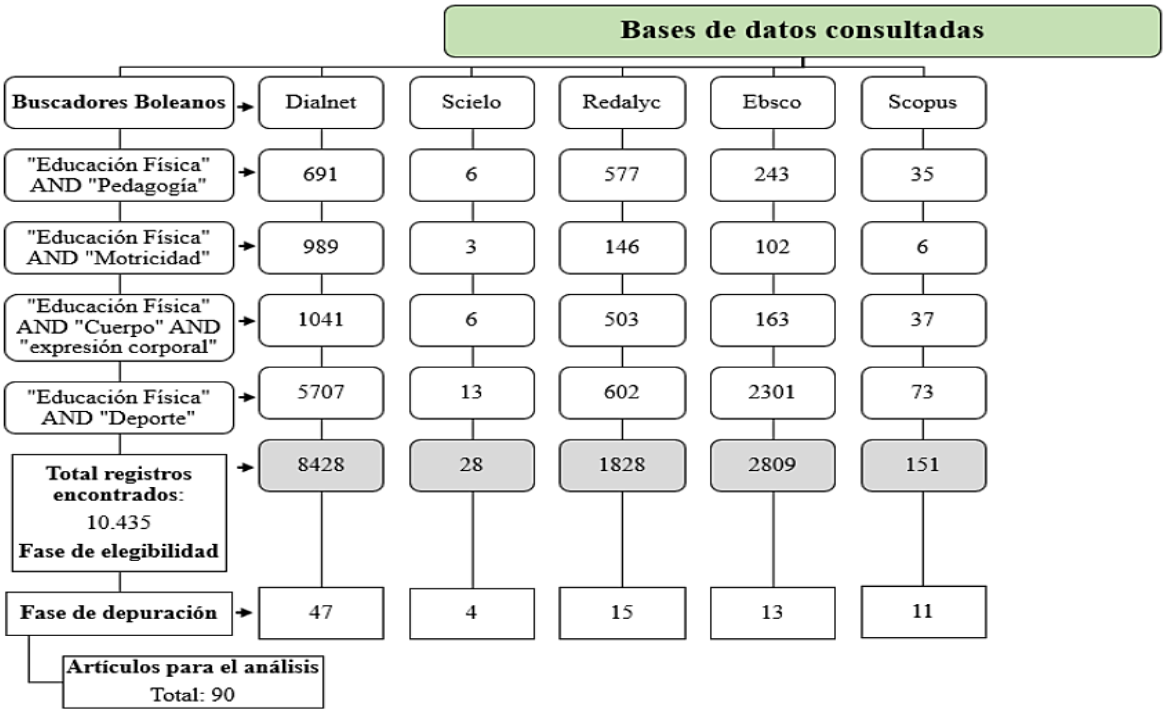


Figura 1. *Criterios de búsqueda de artículos de investigación*

Fuente: Elaboración propia.

1. Análisis de la información

Se procedió a emplear el programa de Microsoft Excel (2021) para la descripción cuantitativa, se emplearon tablas de frecuencia y gráficos dinámicos y una matriz para la verificación, sistematización y construcción de categorías conceptuales que partió de una codificación abierta, después se hizo una codificación axial para cada una de las tendencias prácticas (Strauss & Corbin, 2002) con apoyo del software Atlas ti versión 25.

RESULTADOS Y DISCUSIÓN

La búsqueda de artículos de investigación referente a la temática de las tendencias en Educación Física arrojó un gran número de registros académicos con el descriptor Educación Física AND pedagogía (42,2 %). No obstante, en muchos momentos de la revisión documental se encontró que este descriptor se vinculó con los procesos de educación superior, ello se desvió del objetivo de estudio, por lo que se hizo un rastreo complementario con relación al contexto escolar, se emplearon otros descriptores para la recopilación de datos sobre las tendencias prácticas en Educación Física.

Los resultados más representativos fueron: Educación Física AND Motricidad (21,1 %), Educación Física AND Deporte (12,2 %), Educación Física AND Expresión Corporal (10,0 %), Physical Education AND Body (7,8 %) y Educación Física AND Cuerpo (6,7 %); se emplearon para ello cinco bases de datos científicas como Dialnet (52,7 %), Redalyc (16,6 %), Ebsco (14,4 %), Scopus (12,2 %) y Scielo (4,4 %), específicamente en idioma español (90,0 %), inglés (8,9 %) y portugués (1,1 %).

El análisis de los estudios fue únicamente en Colombia, esto debido a que el artículo tuvo como prioridad analizar las tendencias prácticas presentadas en el área de Educación Física escolar a nivel nacional, como continuidad del artículo investigativo, "estado de conocimiento de la educación física en la investigación educativa" de Gallo & Urrego (2015).

Se evidenció un incremento en la producción académica en el área de Educación Física, se destacaron respectivamente entre el año 2019 y 2022, se infirió que los docentes o profesionales que atendieron asuntos educativos tuvieron interés en planear, evaluar, proponer y potenciar las condiciones tanto a nivel pedagógico, curricular y didáctico del

área, en función de las necesidades y problemáticas encontradas en los estudiantes en su trayectoria escolar.

En lo referido a las problemáticas existentes que reportaron los artículos para el área de Educación Física en contextos educativos (Figura 1), se encontró la carencia de evaluaciones objetivas (32,2 %) para establecer diagnósticos iniciales con los estudiantes en su competencia motriz, sumado a la poca comprensión de estos frente a las temáticas orientadas por el docente y su vínculo con la vida personal.

La Educación Física según el Ministerio de Educación, se abordó desde la teoría y práctica, puesto que, para llegar a la realización práctica primero se debió emplear el discurso teórico frente al concepto; además, la disciplina Educación Física se ejecutó en tres tipos de evaluación: conceptual, procedimental y actitudinal, para adquirir un aprendizaje más integral (Gallardo et al., 2025; González et al., 2021).

Otra falencia evidenciada fue la competencia motriz (18.9 %) en las clases de Educación Física anclada a los lineamientos y orientaciones curriculares, fue fundamental la ejecución de actividades o propuestas direccionadas al abordaje de contenidos de base como las habilidades motrices básicas, capacidades perceptivo-motrices, socio-motrices y físicas (Colombia. Ministerio Educación Nacional, 2022), así como las habilidades blandas o socioemocionales (Pérez et al., 2024).

Por otro lado, el nivel de actividad física (15.6 %), se localizó como un aspecto a tener presente en los entornos educativos, dado el alto índice de obesidad y sedentarismo en edades tempranas; de ahí que su promoción permitió fortalecer la salud, reducir la tasa de mortalidad y posibilitar de esta manera, un cuerpo humano sano y un buen proceso fisiológico; por tal motivo, desde la Educación Física y el deporte se reflejaron estos componentes físicos que ayudaron a concientizar al estudiante, para mantener hábitos saludables.

Se hallaron dificultades en la competencia social (13.3 %) y competencia expresivo-corporal (10,0 %) en la clase de Educación Física, dado que los estudiantes en ocasiones demostraron falencias en la cohesión grupal, la toma de decisiones y las relaciones interpersonales. Es así

como el docente cumplió un rol preponderante de mediar los inconvenientes o conflictos presentados en el aula de clase o prácticas por medio del diálogo, por lo que fue relevante desarrollar las habilidades sociales por medio de juegos y actividades lúdico-recreativas que resaltaron los valores como la honestidad, el respeto y la empatía, entre otros.

La formación del docente (4.4 %) en el área de Educación Física, los estudios destacaron que el docente debió trascender de un uso instrumental o utilitario, en los contenidos establecidos por la malla curricular, y anclarse en una apertura al saber con propuestas sobre los conocimientos del estudiante y otras dinámicas escolares, para apoyar el área desde el desarrollo humano. Finalmente, en los artículos se expuso el poco empleo de actividades o prácticas en el área, desde la educación emocional (5,5 %), por lo que se consideró importante retomarla en la planeación docente y gestiones institucionales en conversatorios y talleres de creación con los estudiantes (Figura 1).

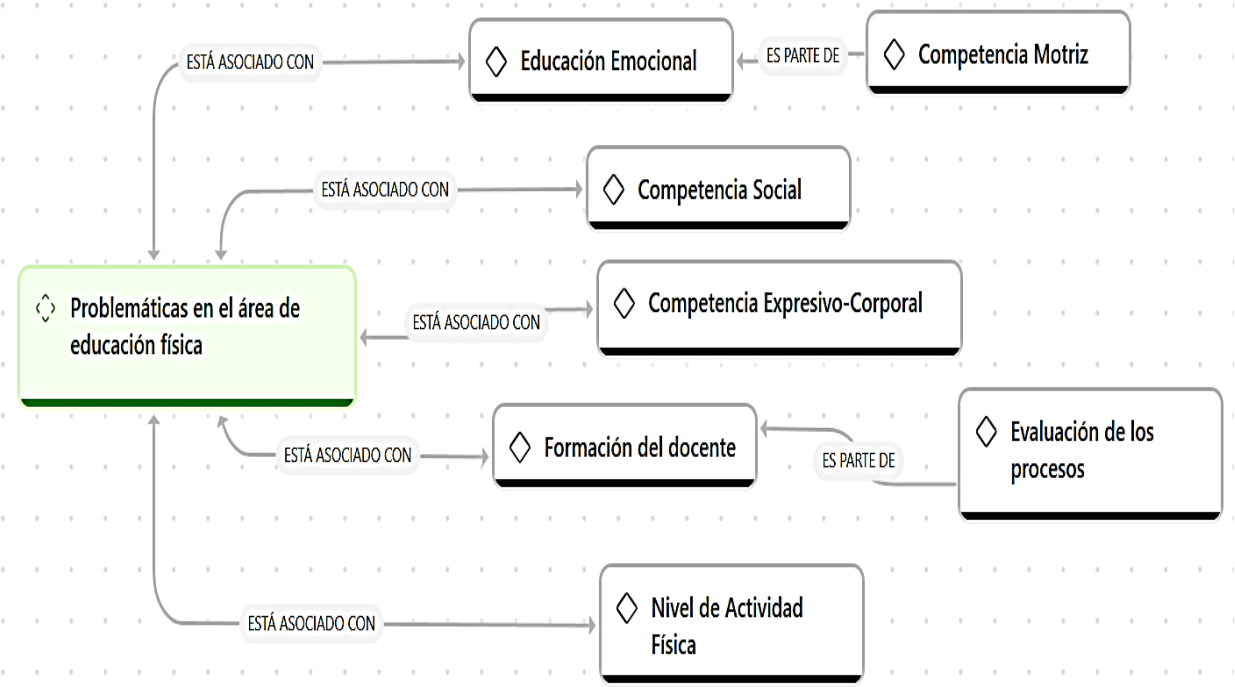


Figura 2. *Red semántica de las problemáticas en el área de Educación Física según la revisión*

Fuente: Elaborado en Atlas. ti versión 25.

Respecto al proceder metodológico, se localizaron en las investigaciones un mayor predominio desde el enfoque cualitativo (67,8 %), dado su interés por comprender los

procesos de formación del futuro docente de Educación Física, en cuanto a diferentes componentes como las prácticas profesionalizantes, las competencias pedagógicas y la transformación del conocimiento desde una perspectiva crítica (Guarnizo et al., 2020; López & Juanes, 2021).

También se abordó el deseo de conocer la percepción de los estudiantes con relación a la clase de Educación Física, de esta manera, se analizó la acción evaluativa del profesorado sobre las unidades didácticas para un mejor desarrollo en el entorno escolar y la vida social (Cañon & Villareal, 2022; Chaverra & Hernández, 2019).

En esta misma línea, predominó la integración de los estilos de vida saludable en el área de Educación Física, donde se buscó la comprensión de los beneficios que obtienen los estudiantes al desarrollar actividades corporales como la danza, los juegos lúdicos y recreativos, se encontraron asociaciones clave con este tipo de intervenciones para la competencia motriz y la resolución de problemas de la vida cotidiana (Santa, 2019). Lo anterior se pudo visualizar en el predominio de estudios de revisión documental (28,9 %), hermenéutico (23,3 %) y estudios de caso en población escolar (7, 8 %).

Por otro lado, el enfoque cuantitativo arrojó un porcentaje del (24.4 %), puesto que la inclinación fue analizar, evaluar y explicar diferentes contenidos según los lineamientos curriculares en el área de la Educación Física, donde prevalecieron diferentes programas didácticos para verificar el fortalecimiento de las capacidades condicionales (fuerza, resistencia, velocidad y flexibilidad); lo anterior fue aplicado con base al interés de hacer una caracterización poblacional que permitió tener un sustento de base para innovar actividades y ejercicios en la escuela y los centros de investigación (Cohen et al., 2021, 2022).

En esta misma perspectiva, se evidenció la integración de actividades o ejercicios desarrollados para el beneficio de los estudiantes, donde se emplearon rutas aeróbicas y anaeróbicas para aumentar la resistencia cardiovascular y la fuerza muscular (Audor et al., 2022) por consiguiente, predominaron registros académicos con diseño no experimental (17,8 %) seguido de diseño cuasiexperimental (7,8 %), respectivamente.

Finalmente, el enfoque mixto tuvo el menor porcentaje (7,8 %), este método reflejó las diferentes estrategias pedagógicas brindadas por el docente del área de Educación Física, donde realizaron actividades relacionadas con las modalidades deportivas como el fútbol, baloncesto y voleibol, también se emplearon tareas recreativas que conllevaron un aprendizaje cognitivo y cooperativo que provocó en el estudiante el análisis y expresión de su percepción sobre las temáticas abordadas en el área (Munevar et al., 2021).

Para dar cuenta de las tendencias del área de Educación Física en los artículos de investigación, se construyó una matriz de sistematización, donde se encontraron categorías primarias alusivas a la educación somática (38,9 %), la enseñanza y práctica del deporte y la condición física (20,0 %), la psicomotricidad (15,5 %), actividades recreativas y tiempo libre (13,4 %), estética corporal y salud (6,6 %), expresión corporal, danzas y representaciones artísticas (4,4 %) y una emergente titulada: prácticas corporales en mediación tecnológica (1,1 %) (Tabla 1).

Tabla 1. Matriz-sistematización de categorías primarias y secundarias según la revisión

Mega categoría	Categoría primaria	Categoría secundaria	n	%	Total %
Tendencias prácticas en educación física	**Corriente Educación somática**	Prácticas corporales en conexión con el desarrollo humano	30	33,3	38,9
		Percepción e imaginarios de los estudiantes frente a la clase	5	5,6	
	Enseñanza y práctica del deporte y la condición física	Actividad física	13	14,4	20,0
		Deporte escolar	5	5,6	
	Psicomotricidad	Habilidades motrices básicas	6	6,7	15,5
		Capacidades perceptivo-motrices	4	4,4	
		Motricidad fina	3	3,3	
		Capacidades físicas	1	1,1	
	Actividades recreativas y tiempo libre	Convivencia	7	7,8	13,4
		El juego	5	5,6	
	Estética corporal y salud	El cuerpo y su percepción	4	4,4	6,6
		Estilos de vida saludable	2	2,2	
	Expresión corporal, danzas y representaciones artísticas	Prácticas performativas	3	3,3	4,4
		Relaciones sociales	1	1,1	
	Emergente: prácticas corporales en mediación tecnológica.	Herramientas tecnológicas para la motricidad	1	1,1	1,1

Fuente: *Elaboración propia*

La categoría que se encontró con mayor frecuencia en los artículos seleccionados fue la educación somática (38,9 %), por la necesidad de fortalecer las prácticas corporales en conexión con el desarrollo humano para orientar procesos más acordes, coherentes y situados, dado que el área de Educación Física procura "educar, formar y tomar conciencia de la responsabilidad que tiene el sujeto para ser activo y saludable durante toda la vida" (Bernate & Alfaro, 2021, p. 30).

Además, la reflexión en la formación de los estudiantes, pues los estudios reportaron que debió existir una línea donde el docente y el estudiante pudieron participar respetuosamente, de algunas decisiones y/o prácticas, al aportar también este último al mejoramiento de las actividades (Moreno et al., 2021).

En la categoría enseñanza y práctica del deporte y la condición física (20 %), se retomó la actividad motriz como un aspecto central de un estilo de vida saludable y una condición física adaptable para el desarrollo humano, al exponer la importancia de un reconocimiento temprano de factores de riesgo y el diseño de programas basados en la actividad física integrados a prácticas motrices desde la Educación Física (Vidarte et al., 2022).

A su vez, la categoría psicomotricidad (15,5 %) desde el área de Educación Física, se observó la necesidad de reforzar todos los contenidos medulares en relación con esta, como capacidades físicas, habilidades motrices, motricidad fina y capacidades perceptivo-motrices en la etapa escolar; estos contenidos permitieron el desarrollo del movimiento consciente (Castañer & Camerino, 2022; Cuervo & González, 2024) mediados y estimulados por el docente.

En la categoría actividades recreativas y tiempo libre (13,4 %) se evidenció que el docente fue el encargado de planear actividades para la resolución de conflictos, pues a través de estas los estudiantes interactuaron entre sí. Por tal razón, las actividades recreativas fueron un medio para el desarrollo de actitudes que ayudaron al estudiantado en la adquisición de principios y valores éticos (Guarnizo et al., 2020).

De manera complementaria, en la tendencia estética corporal y salud (6,6 %), los artículos abordaron la necesidad de educar al estudiante por medio de actividades lúdicas para

explorar su ser y conocer su cuerpo, desde un enfoque más creativo, el movimiento y de manera simultánea el aprendizaje (Ospina, 2017).

La expresión corporal, danzas y representaciones artísticas (4,4 %), en esta tendencia se demostró lo vital que fue construir relaciones sociales por medio de expresiones corporales en los diferentes momentos de la clase de Educación Física: lo deportivo, lo social y lo recreativo, donde ellos se reconocen por sí mismos. Según Jiménez & Samacá (2017):

> Las expresiones de afecto y las relaciones en el contacto físico que involucra, como elemento sustancial que permite acercar la mirada a nuevas formas de saber instaladas en el territorio, fundamentadas precisamente en la práctica pedagógica, porque es en ese lugar, donde se perciben otras formas de sentir y pensar el mundo. (p. 17)

Finalmente, surge otra tendencia escolar categorizada como emergente: prácticas corporales en mediación tecnológica, porque en la actualidad desde una mirada curricular, se interpretó que la educación entrelaza el aprendizaje y la enseñanza por medio de las tecnologías adaptadas a la formación integral, y la implementación de estrategias inclusivas para los procesos motrices y corporales (Pinilla et al., 2021).

Los hallazgos de este estudio evidenciaron la educación somática como una fuente enriquecedora para conocer el cuerpo a través del movimiento, otros autores también proporcionaron información, como Uribe (2023) quien expresa que la estética en la Educación Física propicia una formación en doble vía que parte del interior al exterior y a su vez, en el retorno de los aprendizajes, desde una experiencia temporal que se desarrolla entre cuerpos, habilidades deportivas, cultura (Pérez, 2025a), psicomotricidad, experiencia y transformación.

En consecuencia, las personas aprenden a conocerse y trabajan su propia imagen, además, en relación con el estudiante; el cuerpo convive con situaciones cotidianas que surgen en el contexto de la persona, que permiten fortalecer las habilidades sociales y motrices por medio de actividades que requieran del movimiento (Reales & Ospina, 2022).

Así mismo, desde la corriente de educación somática se encontró que es importante concientizar a los estudiantes en el reconocimiento de sus movimientos y cómo a partir de estos, se instalan nuevos aprendizajes para favorecer los componentes sociales, educativos y motrices (Tobón & Zapata, 2025). De manera similar, Gallo et al. (2023) encontraron que gracias a esta educación se "circulan pensamientos, sensaciones, sentimientos e intuiciones de un cuerpo capaz de sentir, pensar, hacer y decir en las dimensiones histórica, política, hedonista, estética, poética y ontológica" (p. 64).

En los procesos de enseñanza del área de Educación Física se necesita incluir los discursos y potencialidades de los estudiantes en la creación del conocimiento, donde se aborde el desarrollo humano y diversas actividades que "ponen en conexión al ser humano consigo mismo, con el mundo y las cosas" (Gallo et al., 2023, p. 64).

Frente a las problemáticas localizadas en el presente estudio, la poca evaluación conceptual, procedimental y actitudinal en el área de Educación Física y la falta de valoración de la competencia motriz representan las principales carencias en las instituciones educativas colombianas, por lo que se hace vital trabajar en actividades donde se fortalezcan los contenidos de base de la motricidad infantil (Castañer & Camerino, 2022) y repensar la evaluación en el área desde la acogida de lo teórico, lo actitudinal y lo procedimental que posibilita la revisión de avances y logros en diálogo con los educandos, puesto que la evaluación "se enmarca en un proyecto que le da sentido al valor del objeto de enseñanza" (Castillo et al., 2024, p. 612).

CONCLUSIONES

La educación somática aportó a la disciplina Educación Física la reflexión para la formación de los estudiantes y su desarrollo humano, dado que se encontraron líneas donde las prácticas y las decisiones, por parte de los educandos, cobraron sentido y valor para enriquecer los procesos en la construcción del conocimiento. En esta misma línea, la enseñanza y práctica del deporte, al retomar la actividad motriz como un aspecto central mejoró los estilos de vida saludable.

Por consiguiente, el rol del docente en la disciplina Educación Física trascendió de un uso instrumental o utilitario de los contenidos establecidos en la malla curricular, y se ancló a una apertura del saber, con propuestas que involucraron los conocimientos del estudiante y otras dinámicas escolares que apoyaron la disciplina, desde el desarrollo humano.

De este modo, la Educación Física fue un puente para fortalecer las competencias ciudadanas y las diferentes esferas en la formación integral de las personas, ya sea su potencial creativo, estratégico o metodológico. Se infirió que, la práctica reflexiva en los docentes fue fundamental para planificar y articular actividades que potenciaron los contenidos tanto teóricos como empíricos, anclados a la cotidianeidad de los estudiantes. Además, esta práctica rompió los paradigmas tradicionales, con otras alternativas motivadoras en la Educación Física.

REFERENCIAS

Amador Rodero, E. M., Rendón Borja, V. P., Perez Mendoza, J. D., Montealegre Esmeral, L. P., Arteta Charris, M. M., & Ardila Pereira, L. C. (2025). Healthy eating and physical activity in Colombian schoolchildren. *Nutricion Clinica y Dietetica Hospitalaria*, *45*(2), 310–316. https://doi.org/10.12873/452amador

Amaya Mira, J. S., Melo Serna, M. D., Berrio Caicedo, Y., & Cuervo Zapata, J. J. (2024). Capacidades Perceptivo-Motrices en escolares de tres instituciones educativas del departamento de Antioquia (Colombia). *Emásf, Revista Digital de Educación Física*, *86*, 115–134. http://emasf.webcindario.com

Audor González, M. H., Lerma Castaño, P. R., & Roldán González, E. (2022). Effects of Physical Exercise on the Body Composition and Conditional Physical Capacities of School Children During Confinement by COVID-19. *Global Pediatric Health*, *9*, 2333794X2110624. https://doi.org/10.1177/2333794X211062440

Battan Horenstein, A. (2021). Del danzar como hábito al danzar como proyecto motor. *Revista de Filosofía Open Insight*, *12*(25), 167–186. https://doi.org/10.23924/oi.v12i25.452

Bernate, J. A., & Alfaro Urtatiz, M. E. (2021). La expresión corporal como fenómeno dialógico desde la Corporeidad. *EduSol*, *21*(76), 58–70. https://acortar.link/33LKlX

Cañon Salinas, F. G., & Villareal Ángeles, M. A. (2022). La educación física como fortalecimiento de valores cuidadanos para la convivencia. *Retos*, *44*, 285–294. https://doi.org/10.47197/retos.v44i0.90708

Castañer, M., & Camerino, O. (2022). *Enfoque dinámico e integrado de la motricidad (EDIM) De la teoría a la práctica*. Universitat de Lleida. https://acortar.link/xuwXE3

Castillo-Retamal, F., Sánchez-Quiroz, A., Montepil-Núñez, R., Quintana-Moya, L., Rojas-Román, M., & Villanueva-Carrasco, E. (2024). Assessment in Physical Education: perception of teachers from the school territory. *Retos*, *52*, 610–622. https://doi.org/10.47197/retos.v52.101527

Chaverra-Fernández, B. E., & Hernández-Álvarez, J. L. (2019). The planning of assessment in physical education: Case study on ignored process in teaching. *Revista Electrónica Educare*, *23*(1), 1–21. https://doi.org/10.15359/ree.23-1.12

Cohen, D. D., Carreño, J., Camacho, P. A., Otero, J., Martinez, D., Lopez-Lopez, J., Sandercock, G. R., & Lopez-Jaramillo, P. (2022). Fitness Changes in Adolescent Girls Following In-School Combined Aerobic and Resistance Exercise: Interaction With Birthweight. *Pediatric Exercise Science*, *34*(2), 76–83. https://doi.org/10.1123/pes.2021-0034

Cohen, D. D., Sandercock, G. R., Camacho, P. A., Otero-Wandurraga, J., Romero, S. M. P., Marín, R. del P. M., Sierra, C. A. V., Carreño, J., Moran, J., & Lopez-Jaramillo, P. (2021). The SIMAC study: A randomized controlled trial to compare the effects of resistance training and aerobic training on the fitness and body composition of Colombian adolescents. *PLOS ONE*, *16*(4), e0248110. https://doi.org/10.1371/journal.pone.0248110

Colombia. Ministerio Educación Nacional. (2022). *Orientaciones curriculares para la educación física, recreación y deportes en educación básica y media*. Ministerio de Educación Nacional. https://acortar.link/XiG7IU

Cuervo Zapata, J. J., & González Palacio, E. V. (2024). Abordaje de las capacidades perceptivo-motrices como contenido praxeológico en escolares de básica primaria. Una revisión bibliométrica (2015-2023). *Revista Virtual Universidad Católica Del Norte*, *73*, 347–382. https://doi.org/10.35575/rvucn.n73a12

Cuervo Zapata, J. J., & González Palacio, E. V. (2025). La unidad didáctica como programación en la Educación Física escolar. Una revisión sistemática. *Sportis. Scientific Journal of School Sport, Physical Education and Psychomotricity*, *11*(2), 1–35. https://doi.org/10.17979/sportis.2025.11.2.11162

Cuervo Zapata, J. J., González Palacio, E. V., & Agudelo-Velásquez, C. A. (2026). Nivel de desarrollo de las capacidades perceptivo-motrices en escolares de un municipio de quinta categoría en Colombia. *Sportis. Scientific Journal of School Sport, Physical Education and Psychomotricity*, *12*(1), 1–28. https://doi.org/10.17979/sportis.2026.12.1.12448

Cuervo Zapata, J. J., Montoya Grisales, N. E., & González Palacio, E. V. (2023). Evaluación de las capacidades perceptivo motrices en el contexto escolar - Diseño y validación de una batería. *Retos*, *47*, 593–602. https://recyt.fecyt.es/index.php/retos/index

Cuervo Zapata, J. J., Zapata Marín, M. L., Montoya Grisales, N. E., & Gonzalez Palacio, E. V. (2022). Producción científica en la temática de las Capacidades Perceptivo Motrices entre los años 2007 - 2021. *Revista Peruana de Ciencias de La Actividad Física y Del Deporte*, *9*(2), 1434–1445. https://doi.org/https://doi.org/10.53820/rpcafd.v9i2.208

Cuervo-Zapata, J. J., & González-Palacio, E. V. (2024). Estado del conocimiento científico sobre la danza en educación física. *Pedagogía y Saberes*, *61*, 108–123. https://doi.org/10.17227/pys.num61-20269

Fernández Franco, J. R., Hincapié Bedoya, D., & Aparicio Herguedas, J. L. (2022). La reflexividad desarrollada durante las prácticas pedagógicas de formación inicial del profesorado de Educación Física en Medellín, Colombia. *Estudios Pedagógicos (Valdivia)*, *48*(1), 89–108. https://doi.org/10.4067/S0718-07052022000100089

Gallardo-Fuentes, F. J., Añazco-Martínez, L. A., Carter-Thuillier, B. I., & Peña-Troncoso, S. E. (2025). Evaluación formativa y compartida en el área de educación física: un estudio en el contexto chileno. *Información Tecnológica*, *36*(3), 39–48. https://doi.org/10.4067/s0718-07642025000300039

Gallo Cadavid, L. E., García Álvarez, L. F., Pineda Arias, M. M., & Moreno Pérez, M. (2023). Una cartografía aúlica de la educación corporal. In *Cuerpos y corporalidades en movimiento* (pp. 60–91). Editorial Bonaventuriana.

Gallo, L. E., & Urrego, L. (2015). Estado de conocimiento de la Educación Física en la investigación educativa. *Perfiles Educativos*, *37*(150), 143–155. https://doi.org/10.22201/iisue.24486167e.2015.150.53170

Gaviria-Cortés, D. F., & Castejón-Oliva, F. J. (2019). What do high school students learn about physical education? *Revista Electrónica Educare*, *23*(3), 1–20. https://doi.org/10.15359/ree.23-3.2

González Palacio, E. V. (2019). *Representaciones sociales sobre la formación inicial y ser maestro en estudiantes de educación física del departamento de Antioquia*. [Tesis de doctorado, Universidad de Antioquia]. http://hdl.handle.net/10495/13905

González Palacio, E. V., Chaverra Fernández, B. E., Bustamante Castaño, S. A., & Toro Suaza, C. A. (2021). Diseño y validación de un cuestionario sobre las concepciones y percepción de los estudiantes sobre la evaluación en Educación Física. *Retos*, *40*, 317–325. https://doi.org/https://doi.org/hmxc

González-Palacio, E. V., Montoya-Grisales, N. E., & Cuervo-Zapata, J. J. (2023). Habilidades motrices básicas y patrón motor en niños y niñas de 7 a 9 años. *RECIE. Revista Caribeña*

de Investigación Educativa, *7*(1), 183–203. https://doi.org/10.32541/recie.2023.v7i1.pp183-203

Guarnizo Carballo, N., Talero Jaramillo, E., & Balcazar, A. (2020). El imaginario simbólico y la dimensión lúdica en las clases de educación física. *Revista Española de Educación Física y Deportes*, *430*, 85–97. https://doi.org/10.55166/reefd.vi430.929

Hernández Medrano, T. (2019). Fortalecimiento de la capacidad de resolución de problemas a través del desarrollo de habilidades motrices en los estudiantes del grado quinto (5°) de básica primaria. *Panorama*, *13*(25), 9–21. https://doi.org/10.15765/pnrm.v13i25.1263

Huamán Rojas, J. A., Treviños Noa, L. L., & Medina Flores, W. A. (2022). Epistemología de las investigaciones cuantitativas y cualitativas. *Horizonte de La Ciencia*, *12*(23), 27–47. https://doi.org/10.26490/uncp.horizonteciencia.2022.23.1462

Jiménez Romero, M., & Samacá Bohórquez, I. (2017). La danza folclórica, alternativa pedagógica desde la mediación con escolares de 7 años. *Educación y Territorio*, *7*(13), 13–32. https://revista.jdc.edu.co/index.php/reyte/article/view/542

López Abella, L. M., & Juanes Giraud, B. Y. (2021). Metodología para evaluar las habilidades motrices básicas en estudiantes de la educación básica primaria. *Mendive*, *19*(3), 743–754. https://acortar.link/AGgSBX

Martínez González, O. (2021). Territorios danzantes: una mirada ancestral de la danza y otros vínculos sensibles con el entorno. *Revista Espaço Acadêmico*, *10*(231), 37–48. https://doi.org/10.54278/sapienta.v10i19.79

Moreno Pérez, S., López López, D. A., & Chaverra Fernández, B. E. (2021). La educación física desde la perspectiva de los estudiantes. Un estudio de caso. *Revista Ciencias de La Actividad Física*, *22*(2), 1–12. https://doi.org/10.29035/rcaf.22.2.7

Munevar- Mariño, S. K., Burbano- Pantoja, V. M., & Valdivieso- Miranda, M. A. (2021). Construcción de escenarios de paz: estrategia pedagógica para paliar la agresión

estudiantil. *Saber, Ciencia y Libertad*, *16*(2), 292–306. https://doi.org/10.18041/2382-3240/saber.2021v16n2.7239

Ospina, L. E. (2017). Cuerpo personalizado y educación física. *Lúdica Pedagógica*, *26*, 83–89. https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=7059735

Pérez Restrepo, T. (2025a). Del Cuerpo-Objeto al Cuerpo-Sujeto: Fundamentos Antropológicos de David Le Breton para Repensar la Educación Corporal. *Revista CorpoGrafías*, *13*(13), 238–254. https://doi.org/10.14483/25909398.23859

Pérez Restrepo, T. (2025b). Juegos ancestrales latinoamericanos en la Educación Física: una revisión documental con enfoque intercultural (2014-2024). *Lecturas: Educación Física y Deportes*, *30*(327), 209–229. https://doi.org/10.46642/efd.v30i327.7799

Pérez Restrepo, T., Valencia Gómez, M. A., Howard Henry, J. B., & Cuervo Zapata, J. J. (2024). Abordaje de las capacidades socio motrices en la clase de educación física. Una revisión sistemática exploratoria 2019-2024. *Emásf, Revista Digital de Educación Física*, *90*, 15–36. https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=9680280

Pinilla Fonseca, N., Gamboa Mora, M. C., & Patiño Varón, G. (2021). Componente tecnológico: Articulación con el área educación física para promover la formación integral en la escuela. *Revista Boletín Redipe*, *10*(7), 144–160. https://doi.org/10.36260/rbr.v10i7.1355

Reales-Moreno, M. V., & Ospina-Álvarez, T. (2022). La experiencia corporal en el aula. Aproximación a una estrategia pedagógica pensada desde y con el cuerpo. *Pensamiento, Palabra y Obra*, *27*, 67–83. https://doi.org/10.17227/ppo.num27-14310

Rocu Gómez, P., Cosano Roa, D., & Otero, I. R. (2025). Género y percepción de la imagen: un estudio sobre la insatisfacción corporal en estudiantes de Bachillerato. *Retos*, *65*, 458–472. https://doi.org/10.47197/retos.v65.101

Rodríguez-León, L. V., Becerra-Fajardo, Y. S., Rubiano- Suza, C. A., González-Rodríguez, D. R., & Cruz -Velandia, I. (2021). Pensando con el Cuerpo: educación somática para la formación ético-emocional. Una cultura del cuidado en la Universidad del Rosario.

Reflexiones Pedagógicas, *29*, 1–10. https://doi.org/10.12804/issne.2500-6150_10336.32372_ceap

Santa Jiménez, E. M. (2019). Cobertura Educativa vs Educación Oficial: La educación física en tres instituciones educativas de la ciudad de Medellín-Colombia. *Emásf, Revista Digital de Educación Física*, *56*, 44–55. http://emasf.webcindario.com

Strauss, A., & Corbin, J. (2002). *Bases de la investigación cualitativa. Técnicas y procedimientos para desarrollar la teoría fundamentada [Basis of qualitative research. Techniques and procedures to develop grounded theory]*. Universidad de Antioquia.

Tobón Bedoya, J. F., & Zapata Rivera, I. L. (2025). Más allá del músculo: sentidos pedagógicos de la corporalidad. *Revista Sudamericana de Educación, Universidad y Sociedad*, *13*(1), 172–175. https://doi.org/10.48163/rseus.2025.13.172-175

Uribe Pareja, I. D. (2023). *estÉtica de los placeres: entre cuerpo y educación física. Una pedagogía vitalista*. Editorial Kinesis.

Vidarte Claros, J. A., Vélez Álvarez, C., Arango Arenas, A., & Parra Sánchez, J. H. (2022). *Valores percentiles de la condición física saludable en escolares*. *43*, 162–170. https://doi.org/10.47197/retos.v43i0.88112

Watts Fernández, W. J., Zwierewicz, M., & Tafur, J. (2022). De la práctica pedagógica instrumental a la práctica reflexiva en educación física: retos y posibilidades manifestados en investigaciones precedentes. *Retos*, *43*, 290–299. https://doi.org/10.47197/retos.v43i0.88330

Yandún Cartagena, C. A., Chiles Arévalo, G. V., Paz-Alcívar, M. Y., Calupiña Bustos, S. S., & Michilena Játiva, M. L. (2025). Psicomotricidad como estrategia integral para mejorar motricidad, expresión corporal y calidad de vida en niños de educación inicial. *Retos*, *73*, 1322–1331. https://doi.org/10.47197/retos.v73.117774

***Conflictos de intereses*:**

Los autores declaran no tener conflictos de intereses.

Contribución de los autores:

Los autores han participado en la redacción del trabajo y análisis de los documentos.

Esta obra está bajo una licencia de Creative Commons Reconocimiento-NoComercial 4.0 Internacional.