



*Revista Digital de Educación Física*

ISSN: 1989-8304 D.L.: J 864-2009

## **ENFOQUES CURRICULARES COMO CONTRIBUCIÓN PARA LA AUTONOMÍA DE LA ACTIVIDAD FÍSICA**

**Richar Jacobo Posso Pacheco\***

Email: [rjposso@uce.edu.ec](mailto:rjposso@uce.edu.ec)

**Laura Cristina Barba Miranda**

Analista de Mejoramiento pedagógico, Ministerio de Educación, Ecuador

Email: [laura.barba@educacion.gob.ec](mailto:laura.barba@educacion.gob.ec)

**Josue Celso Marcillo Ñacato\***

Email: [jcmarcillo@uce.edu.ec](mailto:jcmarcillo@uce.edu.ec)

**Marlene Concepción Acuña Zapata\***

Email: [mcaacuna@uce.edu.ec](mailto:mcaacuna@uce.edu.ec)

**Fabián Rodrigo Hernández Hernández\***

Email: [frhernandez@uce.edu.ec](mailto:frhernandez@uce.edu.ec)

\*Docente, Universidad Central del Ecuador, Ecuador

### **RESUMEN**

Esta investigación se orientó a revisar los tres enfoques curriculares del área de Educación Física ecuatoriana como son el inclusivo, la construcción de la corporeidad y el lúdico. El objetivo fue determinar cuál es la contribución de los enfoques curriculares en la autonomía para la realización de actividad física en los estudiantes de Educación Física. Desde el punto de vista fenomenológico, se trató los significados de los enfoques y su implementación en las clases de Educación Física. Se utilizó el método descriptivo, la población fue 28 docentes de Educación Física de 10 instituciones educativas de la ciudad de Quito con una muestra censal. Se aplicó tres técnicas observación, encuesta y revisión de contenidos; previamente se realizó un proceso de validación de los instrumentos para la recopilación de la información; para analizar los datos se realizó la triangulación de los resultados. Se determinó que si las clases de Educación Física son planificadas y si se aplica actividades en las que se transversalizan los tres enfoques curriculares, contribuyen a la autonomía para la actividad física en los estudiantes, debido al estímulo intrínseco activados por el desarrollo de las destrezas sociales, cognitivas y afectivas producidas en la práctica cooperativa en cada sesión clase.

**PALABRAS CLAVE:** Actividad Física; Educación Física; Autonomía; Enfoque; Lúdico

## INTRODUCCIÓN.

El modelo educativo constructivista se planteó desde el 2016 en todo el Sistema Nacional de Educación del Ecuador; generando en la Educación Física nuevos enfoques curriculares y por consiguiente la necesidad de cambios en el proceso enseñanza-aprendizaje, debido a que el imitar y repetir movimientos han sido remplazados por la construcción de actividades motrices basados en la superación de retos, que desarrolla no solo las capacidades físicas de acuerdo a la madurez psicomotriz, sino que desarrolla al mismo tiempo lo cognitivo como base fundamental de la selección de la mejor alternativa y resolución de problemas, lo social como estructura cooperativa y lo afectivo como fortalecimiento de valores, sentimientos y emociones para la vida (Posso, 2018b); afirmando esto Cidoncha y Diaz (2009) menciona que los estudiantes de Educación Física tanto individual o en grupo deben construir su propio aprendizaje.

La Educación Física en las última década ha tenido un giro progresista, al no quedarse aislada solo con el desarrollo de la motricidad sino ir más allá como lo plantean Sáenz-López, Castillo-Viera y Conde-García (2009) al decir “el concepto de educación física que debería contener, bajo nuestro punto de vista, tres palabras clave: ciencia, motricidad y educación” en este mismo sentido en la declaración de Berlín se plantea que la Educación Física “es el medio más efectivo para dotar a todos los niños y jóvenes de competencias, aptitudes, actitudes, valores, conocimientos y comprensión para su participación en la sociedad a lo largo de la vida” (UNESCO, 2013, p.3), también se plantea la Educación Física de calidad como “La experiencia de aprendizaje que se ofrece a los niños y jóvenes a través de las clases de educación física debe ser apropiada para ayudarles a adquirir las habilidades psicomotrices, la comprensión cognitiva y las aptitudes sociales y emocionales” (UNESCO, 2015, p.9). Bajo estos fundamentos pedagógicos y fundamentos políticos jurídicos propios del Ecuador se construyó el Currículo de Educación Física con el propósito de generar en los estudiantes autonomía de la actividad física como afirma el Ministerio de Educación (2016) al decir que “En la medida que las propuestas que se realicen de EFE sean significativas para los sujetos que aprenden, existen mayores probabilidades que las continúen realizando, por elección propia, de manera sistemática, placentera y saludable a lo largo de la vida” (49).

Con estos antecedentes se puede decir que los modelos educativos al igual que la Educación Física, van cambiando de acuerdo con las estructuras sociales, al desarrollo del conocimiento, la tecnología y la cultura. En tal virtud los enfoques curriculares de la Educación Física también han cambiado a través del tiempo, como lo afirma Vizuet (2010) al decir que los enfoques de la Educación Física van de la mano con los cambios culturales de las sociedades, por lo que se puede mencionar algunos enfoques como el deportivo, psicomotricidad, movimiento rítmico, gimnasia natural y militar; y, por su lado Naul (2010) menciona tres enfoques para la educación deportiva, salud y movimiento; todos estos enfoques se han ido incorporando y desarrollando en los currículos de Educación Física de diferentes países a través de la historia.

El Ministerio de Educación (2016) menciona que en la Educación Física se aborda el enfoque inclusivo al argumentar que las “prácticas de enseñanza que tematizan pedagógicamente saberes sobre las percepciones subjetivas del cuerpo y las prácticas corporales con sentido y significado contextualizado”; también el

Ministerio de Educación (2016) manifiesta que se desarrolla el enfoque lúdico al decir que en las clases de Educación Físicas se “Incentiva la participación en gran variedad de prácticas corporales, presentes en la riqueza de su contexto, seleccionando aquellas que resultan más significativas y placenteras”; y por último el mismo Ministerio de Educación (2016) enfatiza que el enfoque de la corporeidad en Educación Física está implícita en todas las clases al decir que “colabora para que el sujeto se reconozca habilitado a elegir, entre la multiplicidad de prácticas corporales, aquellas que le generan bienestar y le permiten desarrollar autonomía, capacidad de resolución y criterio de seguridad en el transcurso de toda su vida”

Con lo expuesto anteriormente la Educación Física ecuatoriana se orienta al cumplimiento de tres enfoques curriculares; el lúdico el cual desarrolla los contenidos curriculares con alegría, diversión y disfrutando de cada actividad; el inclusivo, permitiendo la participación activa de todos los estudiantes no solo en la ejecución de ejercicios físicos, sino desarrollándose en las dimensiones social, cognitivo y afectivo; y el enfoque de la corporeidad que va de la mano con el inclusivo, logrando la percepción de posibilidades de movimiento en todas sus dimensiones (Posso, 2018a, 9).

La importancia de una clase con enfoque lúdico radica en potencializar en que todas las actividades diseñadas sean placenteras, en este sentido Jiménez (2002) afirma que la lúdica es una condición de disfrute que los estudiantes deben adquirir para poder desarrollarse en cualquier contexto. Volviéndose fundamental el enfoque lúdico en las clases de Educación Física, porque la actividad con esfuerzos físicos puede transformarse en una actividad en la cual se disfrute de la realización de dichos esfuerzos; Posso (2019) afirma que el ambiente lúdico en las clases de Educación Física permite que los aprendizajes sean permanentes y que el docente puede apoyarse en el proceso enseñanza aprendizaje con metodologías activas, como el aprendizaje cooperativo.

La clase de Educación Física con enfoque inclusivo para Posso (2018a) es la participación de todos los estudiantes de forma activa, no solo los estudiantes con necesidades educativas especiales asociadas o no a la discapacidad, sino también los estudiantes que no se destacan en alguna capacidad física, técnica o táctica deportiva, Pujolás (2004) afirma que en las instituciones educativas deben practicarse la política de la igualdad, apoyando directamente a este enfoque, de que si no se puede realizar la actividad física el estudiante podrá aportar desde la parte cognitiva resolviendo los problemas motrices, desde la parte social aportando al diálogo y a los acuerdos consensuados y desde la parte afectiva aportando al disfrute y la consolidación de valores.

Las clases con enfoque de la corporeidad deben orientarse a que el estudiante construya su propia percepción del cuerpo a través de sentir, entender y relacionarse con los demás, Hurtado (2008) menciona que para que haya corporeidad en el estudiante debe existir una construcción social e intercultural; entonces se puede plantear que el enfoque de la corporeidad permite que en todas las clases de Educación Física el estudiante pueda transformar y adaptar su cuerpo a través del movimiento de tal forma que ser consciente de como se aprecia y cómo lo ven las persona.

Cabe mencionar que el cambio del modelo educativo tradicionalista-conductista al modelo constructivista propuesto en este nuevo ajuste curricular, no

se ha podido consolidar en su totalidad, debido a la permanencia por décadas en el área de Educación Física, ocasionando resistencia en docentes que han vivido en este modelo, primero como estudiantes en instituciones educativas escolarizadas, después como estudiantes en instituciones educativas superiores y por último como profesionales en la educación.

Las clases de Educación Física deben ser planificadas desde el segundo nivel de concreción curricular estableciendo la selección, exclusión, contextualización, gradación y desagregación de destrezas con criterio de desempeño, la agrupación se realizará en unidades microcurriculares didácticas pertenecientes al tercer nivel de concreción (Ministerio de Educación, 2017), las cuales deben pertenecer a más de tres bloques curriculares, transversalizando los enfoques curriculares en todas las actividades planteadas. Esto permitirá que los estímulos positivos intrínsecos para la práctica de ejercicios físicos se consoliden en la autonomía de la actividad física.

Estos bloques curriculares se clasifican en Prácticas lúdicas que abarcan destrezas con criterio de desempeño que desarrollan actividades relacionadas a los juegos en sus diferentes tipos y de acuerdo al contexto en que se desarrollan, Prácticas gimnásticas que abarcan destrezas con criterio de desempeño relacionadas al desarrollar actividades de carácter gimnástico y desarrollo de las capacidades físicas y coordinativas de acuerdo al desarrollo psicomotriz de los estudiantes, Prácticas corporales expresivo comunicativas que abarca destrezas con criterio de desempeño que desarrollan todas las actividades corporales que comunican y expresan, Prácticas deportivas que abarcan destrezas con criterio de desempeño que desarrollan todas las habilidades, técnicas tácticas y estrategias deportivas, de acuerdo a los intereses y necesidades de los estudiantes; además se manejan dos bloques transversales como la construcción de la identidad corporal y las relaciones de las prácticas corporales con la salud. La aplicación de las destrezas con criterio de desempeño en estos bloques curriculares permite que el estudiante sea autónomo de su conocimiento motriz (Posso, 2018a)

## 1. MÉTODO.

Para esta investigación se utilizó el método cualitativo descriptivo que según Hernández, Fernández y Baptista (2003) "(...) buscan especificar las propiedades, las características y los perfiles importantes de personas, grupos comunidades o cualquier otro fenómeno que es sometido a un análisis" (p. 117), es decir se quiere tener un análisis de lo que sucede en la realidad ecuatoriana.

### 1.1. MUESTRA.

En esta investigación se aplicó un muestreo censal a 28 docentes de Educación Física del nivel de Educación General Básica, pertenecientes a 10 instituciones educativas particulares de la ciudad de Quito, durante el año lectivo 2019-2020.

Hurtado y Toro (2001) mencionan que "en las poblaciones pequeñas o finitas no se selecciona muestra alguna para no afectar la validez de los resultados". (p.77), es decir que la muestra seleccionada representa a la totalidad de la población, la cual es importantes para este estudio.

## 1.2. INSTRUMENTOS.

Para la recopilación de la información se aplicó tres técnicas con sus instrumentos, la revisión bibliográfica, la encuesta y la observación, lo que permitió tener datos para esta investigación.

En la técnica de revisión de contenidos se aplicó el instrumento de la ficha mixta, su función fue tener documentación importante sobre los enfoques curriculares de Educación Física en el contexto ecuatoriano y la autonomía para la realización de ejercicios físicos, con lo que se pudo tener una base fundamental para el objetivo de esta investigación.

En la técnica de la encuesta se aplicó como instrumento el banco de preguntas cuya función fue la de obtener de los docentes de Educación Física información empírica, a través de preguntas cerradas que direcciones al cumplimiento del objetivo de esta investigación.

En la técnica Observación se aplicó el instrumento de escala de actitudes, cuya función fue observar y registrar actividades y comportamientos de los docentes de Educación Física hacia los tres enfoques planteados en el Currículo nacional de Educación Física.

Estos instrumentos de recolección de datos fueron validados por siete docentes universitarios expertos en el área de la Educación Física, los cuales tuvieron claro la finalidad ¿Cómo contribuye los enfoques curriculares lúdico, inclusivo y de la corporeidad en los estudiantes para alcanzar la autonomía en la práctica de ejercicios físicos?; los expertos fueron seleccionados de acuerdo con los criterios de Skjong y Wentworht (2001).

Tabla 2  
Criterios de selección expertos

No	Criterios	Criterio Adaptado
1	Experiencia en la realización de juicios y toma de decisiones basada en evidencia.	Maestría en Actividad Física o Educación Física, más de cinco publicaciones indexadas en el área y 10 años de experiencia.
2	Reputación en la comunidad	Docencia Universitaria y docencia en Educación General Básica y Bachillerato.
3	Disponibilidad y motivación para participar.	Tener disponibilidad de tiempo para validación de instrumentos.
4	Imparcialidad y cualidades inherentes como confianza en sí mismo y adaptabilidad.	Imparcialidad y adaptabilidad de los currículos 1996, 2010 y 2016 y sus enfoques curriculares.

Siguiendo este proceso de validación se aplicó el método de Delphi que según Bravo y Arrieta (2005) propone tres fases para que esta se desarrolle, en este caso se tomó las dos últimas fases. Además, solo se realizó una circulación debido a que los expertos no realizaron aportes en los tres instrumentos, por lo que no fue necesario la revalidación. Las características de la primera circulación fueron las siguientes:

Tabla 3  
Validación primera circulación

Propósito	Dimensión	Significado	Indicador	Item
Conocer el juicio de expertos y establecer elementos comunes a la validación de los instrumentos ficha mixta, banco de preguntas y escala de actitud	Contenido de la ficha mixta	Conocer el contenido acorde con el objetivo de la investigación y si permitirá recolectar información necesaria	La Ficha mixta es adecuada para la recolección de datos Los elementos revisados: propósito, objetivos, periodización, contenidos, metodología, recursos y evaluación, son los más adecuados para recopilar la información necesaria para esta investigación La revisión de una unidad didáctica será la más adecuada para recopilar la información necesaria.	Simple
	Contenido del banco de preguntas	Conocer el contenido acorde con el objetivo de la investigación y si permitirá recolectar información necesaria	Secuenciación, redacción, lógica, relación de contenidos, coherencia y diseño	Simple
	Contenido de la escala de actitud	Conocer el contenido acorde con el objetivo de la investigación y si permitirá recolectar información necesaria	Relación de contenido (interacciones inclusivas, lúdicas y corporeidad) y tiempo de observación	Simple
	Evaluación	Opinión de los instrumentos	Apreciación de cada instrumento	Abierta

Con la consulta de los siete expertos se pudo obtener los siguientes resultados de validación por dimensiones:

Tabla 4  
Resultados de validación de expertos

Dimensión	Indicadores	Si	No	Media	Desviación
Contenido de la ficha mixta	La Ficha mixta es adecuada para la recolección de datos	7	0	1	0
	Los elementos revisados: propósito, objetivos, periodización, contenidos, metodología, recursos y evaluación, son los más adecuados para recopilar la información necesaria para esta investigación	7	0	1	0
	La revisión de una unidad didáctica será la más adecuada para recopilar la información necesaria.	7	0	1	0
Contenido del Banco de Preguntas	Añadiría otro elemento para revisión	0	7	2	0
	Las preguntas están dispuestas con secuenciación.	7	0	1	0
	Las preguntas están diseñadas con lógica.	7	0	1	0
	Las preguntas tienen coherencia con los objetivos de la investigación.	7	0	1	0
	Las preguntas tienen relación con los contenidos a investigar.	7	0	1	0
	Modificaría alguna pregunta	0	7	2	0
	Añadiría alguna pregunta	0	7	2	0
Contenido de la escala de actitud	El diseño de las preguntas recolectará la información requerida.	7	0	1	0
	La escala de actitud es adecuada para la recolección de datos	7	0	1	0
	La observación de interacciones inclusivas, lúdicas y de la corporeidad en las clases permitirá recolectar la información necesaria.	7	0	1	0
	El tiempo de observación es adecuado para recopilar la información necesaria.	7	0	1	0

En la dimensión de evaluación los siete expertos comentaron que los tres instrumentos son sencillo, adecuados, estructurados y podrán recopilar la información requerida, debido a que responden a los objetivos de la investigación.

Con los resultados obtenidos a través de los tres instrumentos se pudo realizar una triangulación de la información, la cual generó un análisis descriptivo para obtener nuevos datos.

### 1.3. ANÁLISIS DE DATOS.

La triangulación de la información se dio con instrumentos cualitativos y cuantitativos, basado en lo planteado por Denzin (1970) en que menciona que la triangulación es "la combinación de dos o más teorías, fuentes de datos o métodos de investigación en el estudio de un fenómeno singular", en el mismo sentido Benavides y Gómez-Restrepo (2005), afirma que "la triangulación se refiere al uso de

varios métodos (tanto cuantitativos como cualitativos), de fuentes de datos, de teorías, de investigadores o de ambientes en el estudio de un fenómeno.” (p. 119).

El análisis de los datos se orientó a comparar cada instrumento, contextualizándose en el rol del docente, de la institución educativa y de los estudiantes. Se registró datos fundamentales para esta investigación obtenidos de varias interrogantes.

## 2. RESULTADOS.

### 2.1. ENCUESTA.

La encuesta se aplicó a 28 docentes de Educación Física pertenecientes a 10 instituciones de la ciudad de Quito tomados de la muestra censal. Se realizó la siguiente pregunta sobre en enfoque lúdico ¿En las clases de Educación Física aplica el enfoque lúdico propuesto en el Currículo Nacional? Los resultados se muestran en la Tabla 1., en la que un 54% de los docentes encuestados mencionan que, si aplican en enfoque lúdico en sus clases de Educación Física, el 23% mencionan que casi siempre, el 11 % medianamente lo trabajan, el 7% dicen que pocas veces lo aplican y solo el 5% seleccionó nunca. Con estos resultados se puede evidenciar que más de la mitad de los docentes aplican en sus clases el enfoque lúdico propuesto por el Currículo Nacional, dejando a un lado los otros enfoques como el militarizado y el de capacidades físicas.

Tabla 1.  
*Aplicación del enfoque lúdico en las clases de Educación Física*

Siempre	Casi siempre	Medianamente	Pocas veces	Nunca
54%	23%	11%	7%	5%

La pregunta sobre el enfoque inclusivo fue la siguiente ¿En las clases de Educación Física aplica el enfoque inclusivo propuesto en el Currículo Nacional? Los resultados que se muestran en la Tabla 2., en la que un 32% de los docentes encuestados mencionan que, si aplican en enfoque inclusivo en sus clases de Educación Física, el 19% mencionan que casi siempre, el 17 % medianamente lo aplican, el 13% dicen que pocas veces lo aplican y el 19% seleccionó nunca. Con estos resultados se puede evidenciar que una tercera parte de los docentes encuestados aplican en sus clases el enfoque inclusivo propuesto por el Currículo Nacional, dejando a un lado los enfoques tradicionalistas como el deportivista y el de capacidades físicas.

Tabla 2.  
*Aplicación del enfoque inclusivo en las clases de Educación Física*

Siempre	Casi siempre	Medianamente	Pocas veces	Nunca
32%	19%	17%	13%	19%

La pregunta sobre el enfoque de la corporeidad fue la siguiente ¿En las clases de Educación Física aplica el enfoque de la corporeidad propuesto en el Currículo Nacional? Los resultados que se muestran en la Tabla 3., en la que un 72% de los docentes encuestados mencionan que, si aplican en enfoque de la corporeidad en sus clases de Educación Física, el 21% mencionan que casi siempre, el 5 % medianamente lo aplican, el 2% dicen que pocas veces lo aplican. Con estos



resultados se puede evidenciar que más de las dos terceras partes de los docentes encuestados aplican en sus clases el enfoque inclusivo propuesto por el Currículo Nacional, dejando a un lado los enfoques tradicionalistas como el deportivista, militar y el de capacidades físicas.

Tabla 3.  
*Aplicación del enfoque corporeidad en las clases de Educación Física*

Siempre	Casi siempre	Medianamente	Pocas veces	Nunca
72%	21%	5%	2%	0%

La pregunta sobre la autonomía de la actividad física fue la siguiente ¿Aplicando los enfoques curriculares en las clases de Educación Física, cree usted que se contribuye para que el estudiante sea autónomo del ejercicio físico? Los resultados que se muestran en la Tabla 4., en la que un 58% de los docentes encuestados mencionan que los enfoques curriculares si contribuyen a la autonomía del ejercicio físico de los estudiantes de Educación Física, el 19% mencionan que casi siempre, el 10 % medianamente lo aplican, el 7% dicen que pocas veces lo aplican y solo el 6% registra nunca. Con estos resultados se puede evidenciar que más de la mitad de los docentes encuestados confirman que los enfoques curriculares aplicados en las clases de Educación Física contribuyen a la autonomía de la actividad física, comprobando así que se cumple con los perfiles de salida de los bachilleres ecuatorianos.

Tabla 4.  
*Enfoques curriculares como contribución para la autonomía de la actividad física*

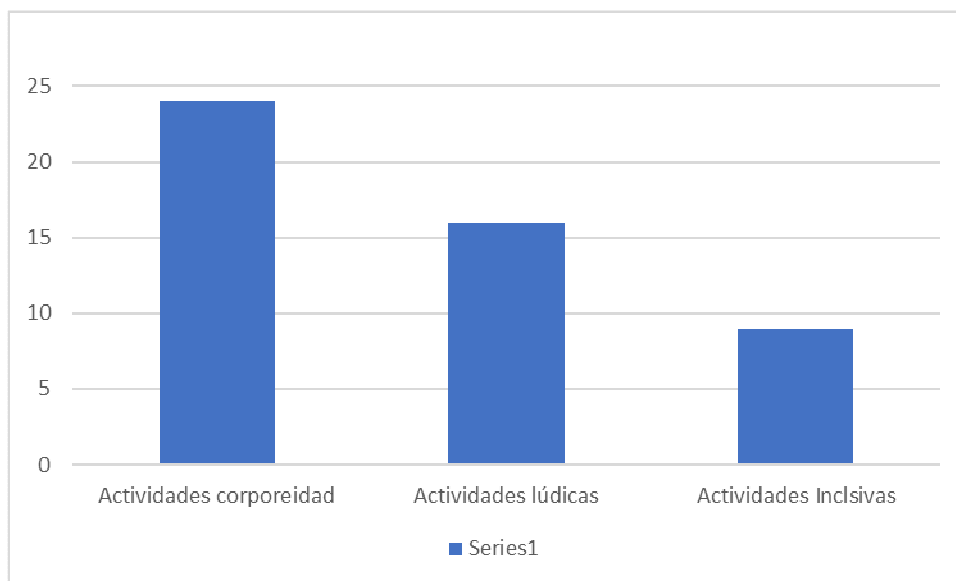
Siempre	Casi siempre	Medianamente	Pocas veces	Nunca
58%	19%	10%	7%	6%

## 2.2. REVISIÓN DE CONTENIDOS.

Se revisó el currículo nacional de Educación Física, las planificaciones microcurriculares de unidad didáctica, en especial las estrategias metodológicas, de esa forma a través de los registros en una ficha mixta se pudo contrastar si el docente de Educación Física aplica los enfoques curriculares en las actividades diseñadas.

**Planificación Microcurricular de Unidad Didáctica:** Se tomó en cuenta las planificaciones del tercer momento de concreción, que son las planificaciones por unidad didáctica, estas tuvieron diferente periodización promediando entre cinco y seis semanas, en ella se establece las destrezas con criterio de desempeño de entre tres a cinco bloques curriculares; además todos los docentes entregaron su planificación.

Se pudo evidenciar que el 57% (16) de las planificaciones coinciden las actividades lúdicas, un 32% (9) de las planificaciones coinciden con actividades inclusivas y un 86% (24) de las planificaciones coinciden con actividades que desarrollan el enfoque de la corporeidad.



**Figura 1**  
**Desarrollo de los enfoques en las Unidades de Planificación**

También se pudo determinar que 16 de los 28 docentes fundamentan teóricamente las actividades de la planificación por unidad didáctica, en su mayor parte plantean actividades desarrolladas con técnicas de aprendizaje cooperativo y por retos motrices.

### 2.3. OBSERVACIÓN.

A través del instrumento escala de actitudes, se pudo registrar las actividades propuestas y los comportamientos de los docentes en las clases de Educación Física, hacia los tres enfoques planteados en el Currículo Nacional de Educación Física.

Los observadores fueron los cinco autores de esta investigación, los cuales recibieron tres sesiones de 90 minutos de entrenamiento para la aplicación del instrumento. Se observó una clase por semana durante el período de la unidad didáctica que fue entre mes y mes y medio a los 28 docentes de Educación Física, el análisis realizado fue a las interacciones positivas que generaban los docentes hacia los estudiantes, estas interacciones fueron a las acciones lúdicas, inclusivas y de la construcción de la corporeidad, además de la aplicación de las actividades planificadas y los enfoques planteados.

Se pudo determinar que todas las actividades planificadas por los docentes se orientaron al desarrollo del enfoque lúdico, inclusivo y el de la corporeidad; además las interacciones positivas de parte del docente hacia los estudiantes lograron la transversalización de los enfoques curriculares en todas las estrategias metodológicas aplicadas. En los tres momentos de la clase de Educación Física se observó que la organización, la adquisición del conocimiento previo, el calentamiento, el desarrollo de las destrezas con criterio de desempeño y la vuelta a la calma, fueron a través de una variedad de estrategias metodológicas con enfoque lúdico, que generaban la participación total y activa de los estudiantes en cuanto a lo motriz, cognitivo, social y afectivo; y, se reflejó en cada una de las actividades planteadas la construcción de la corporeidad de los estudiantes.

### 3. DISCUSIÓN.

La investigación pretendió determinar si los enfoques curriculares de Educación Física aplicados en las clases a los estudiantes contribuyen para la autonomía de la actividad física, para esto se realizó una triangulación de datos obtenidos con la aplicación de tres técnicas con sus respectivos instrumentos.

Se realizó un análisis exhaustivo para saber si los docentes trabajan los enfoques curriculares en sus clases y como aporta para la autonomía, ante lo cual se dio las siguientes discusiones:

En la primera discusión se analiza los resultados de las tres primeras preguntas de la encuesta, el 54% de los docentes aplican el enfoque lúdico en sus clases, el 32% de los docentes aplican el enfoque inclusivo en sus clases y el 72% de los docentes aplican en enfoque de la corporeidad; en esta mismo orden de ideas los resultados de la revisión de contenidos mencionan que las planificaciones de unidad didáctica coinciden en un 57% con el enfoque lúdico, un 32% coinciden con el enfoque inclusivo y un 86% con el enfoque de la corporeidad; de la misma forma en la observación se determinó que todas las actividades planificadas por los docentes se orientaron al desarrollo del enfoque lúdico, inclusivo y el de la corporeidad. Esta triangulación de resultados genera un acercamiento al adecuado direccionamiento que debe tener el docente en las clases de Educación Física y lo fundamental que fueron las orientaciones de las clases con los tres enfoques propuestos por el currículo nacional de Educación Física, generando el camino para que el estudiante se motive interna y externamente para la realización de ejercicios físicos de forma divertida y placentera, pesando en los beneficios que este conlleva y repitiendo estos mismos fuera del área escolar.

En la segunda discusión se analizó los resultados de la cuarta pregunta de la encuesta, el 58% de los docentes afirman que los enfoques curriculares contribuyen a la autonomía del ejercicio físico de los estudiantes, en esta misma línea en la revisión de contenidos se determinó que 16 docentes fundamentan en la planificación las metodologías del aprendizaje cooperativo y por retos motrices, de igual forma en la observación se determinó que en los tres momentos de las clases de Educación Física se aplicó una variedad de estrategias metodológicas con la cual se desarrollaron los enfoques curriculares. Esta triangulación de resultados genera la comprensión de por qué los estudiantes son autónomos de la actividad física, debido a que las estrategias metodológicas planteadas tienen su origen en las metodologías activas como son el aprendizaje cooperativo y el de retos motrices, ambos transversalizando los enfoques curriculares, apoyando este enunciado Posso (2019) menciona que “El enfoque lúdico con las actividades como el juego, las expresivas comunicativas, las deportivas y las gimnásticas requieren de estrategias metodológicas específicas que permitan desarrollar la corporeidad, la afectividad, la social y la cognitiva de los estudiantes” estas estrategias metodológicas son enmarcadas en el aprendizaje cooperativo generan la convivencia y por ende el gusto por realizar ejercicio físico en cualquier momento de sus vidas; ampliando la importancia de este enunciado de ideas Quintero (2011) menciona “En el espacio pedagógico, un cuerpo pasa a ser objetivado en calidad de organismo viviente, y debe ser encauzado y moldeado según los requerimientos de la vida en sociedad” entonces se puede decir que el aporte del docente en la aplicación de los enfoques curriculares y las metodologías de enseñanza activas es fundamental para que los estudiantes logren la autonomía.

#### 4. CONCLUSIÓN.

Se plantearon las siguientes conclusiones en esta investigación partiendo de información recolectada de los 28 docentes a través de la triangulación de tres técnicas.

Los estudiantes pueden adquirir autonomía para la realización de ejercicios físicos, siempre que los docentes de Educación Física transversalicen los enfoques en el desarrollo de cada destreza con criterio de desempeño de los seis bloques curriculares, para esto el profesor debe aplicar diferentes metodologías activas que permitan la construcción del aprendizaje motriz, además que los propios estudiantes sean capaces de reconocer sus potencialidades, mejorando así su motivación intrínseca facilitando sus aprendizajes motrices, cognitivos, sociales y afectivos.

Se determinó que los docentes de Educación Física trabajan en sus clases los tres enfoques curriculares propuestos por el currículo nacional, con actividades y ejercicios planificadas en las unidades microcurriculares didácticas.

También se concluyó que las actividades propuesta en las clases de Educación Física, direccionan a los estudiantes hacia la autonomía debido a que con la aplicación de los enfoques curriculares existe gran motivación intrínseca generado por sus compañeros y el docente.

Se determinó que las estrategias metodológicas del aprendizaje cooperativo y el de retos motrices, como las interacciones positivas, generan la autonomía de la práctica de ejercicios físicos, es decir el estudiante repite el ejercicio cooperativo.

Por último, se concluye que la aplicación de enfoques curriculares en las clases de Educación Física genera directamente la autonomía en el estudiante para la práctica de ejercicios físicos pudiendo ser replicados en todos los ámbitos en que se desarrollan.

#### 5. REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS.

Benavides, M. y Gómez-Restrepo, C. (2005). Métodos en investigación cualitativa: triangulación. *Revista Colombiana de Psiquiatría*, 34(1), 118-124.

Bravo, M. y Arrieta, J. (2005). El Método Delphi. Su importancia en una estrategia didáctica para la enseñanza de las demostraciones geométricas. *Revista Iberoamericana de Educación*, 36(7), 1-10.  
<https://doi.org/https://doi.org/10.35362/rie3672962>

Cidoncha, V. y Diaz, E. (2009). ¿Qué es el constructivismo? *Lecturas: Educación Física y Deportes*, (133), p.1-6.

Denzin, N.K. (1970). *Sociological Methods. A Sourcebook*. Chicago: Aldine Publishing Company.

- Hernández, R., Fernández, C. y Baptista, P. (2003). *Metodología de la investigación*. México: Editorial Mc Graw-Hill.
- Hurtado, I. y Toro, G. (2001). *Paradigmas y Métodos de Investigación en Tiempos de Cambio*. Valencia: Episteme.
- Hurtado D. (2008). Corporeidad y motricidad. Una forma de mirar los saberes del cuerpo. *Revista Brasileira Educacao & Sociedade*, 29(102), 119-136. Tomado de <http://www.scielo.br/pdf/es/v29n102/a07291>
- Jiménez, B. (2002). *Lúdica y recreación*. Bogotá: Editorial Magisterio.
- Ministerio de Educación. (2016). *Currículo de los niveles de educación obligatoria*. Quito: Medios Públicos EP.
- Ministerio de Educación. (2017). *Instructivo para Planificaciones Curriculares para el Sistema Nacional de Educación*. Quito: Ministerio de Educación. Recuperado de [https://educacion.gob.ec/wp-content/uploads/downloads/2017/06/Instructivo\\_planificaciones\\_curriculares-FEB2017.pdf](https://educacion.gob.ec/wp-content/uploads/downloads/2017/06/Instructivo_planificaciones_curriculares-FEB2017.pdf)
- Naul, R. (2010). Conceptual diversity and future directions of physical education in the global context. *Proceedings of the international conference for the 30th anniversary of the Japanese society of sport education. Quality of sport in schools and out of schools* (pp. 1-13). Tokio: Ministry of Education, Culture, Sport, Science and Technology.
- Posso, R. (2018a). *Guía de estrategias metodológicas para Educación Física*. Quito: Ministerio de Educación. Recuperado <https://educacion.gob.ec/wp-content/uploads/downloads/2019/01/GUIA-METODOLOGICA-EF.pdf>
- Posso, R. (2018b). *Propuesta de Estrategias Metodológicas aplicadas a la Educación Física* (Tesis de maestría). Universidad Internacional de la Rioja, Logroño. Recuperado de <https://reunir.unir.net/handle/123456789/7439>
- Posso, R. (2019). Enfoque lúdico como estrategia en el contexto de la Educación Física ecuatoriana: una revisión sistemática. *Lecturas: Educación Física y Deportes*, 24(258), p. 86-105. Recuperado de <https://www.efdeportes.com/index.php/EFDeportes/article/view/1531/1021>
- Pujolás, P. (2004). *Aprender juntos alumnos diferentes. Los equipos de aprendizaje cooperativo en el aula*. Barcelona: Octaedro.
- Quintero, C. (2011). La enseñanza y la educación del cuerpo infantil: Cuando el lenguaje intercede con" lo vivo". *Educación Física y Ciencia*, 13, 35-50.
- Sáenz-López, P., Castillo-Viera, E. y Conde-García, C. (2009). La educación Física y su Didáctica. *Wanceulen E.F. Digital*, (5), 28-50.
- Skjong, R. & Wentworth, B. (2001). Expert Judgement and risk perception. *Proceedings of the International Offshore and Polar Engineering Conference*,

4, 537-544. Recuperado el 17 de agosto de 2019, de <http://research.dnv.com/skj/Papers/SkjWen.pdf>

UNESCO (2013). Declaración de Berlín. Quinta Conferencia Internacional de Ministros y Altos funcionarios encargados de la educación física y el deporte. Recuperado de <http://unesdoc.unesco.org/images/0022/002211/221114s.pdf>

UNESCO (2015). Educación Física de Calidad. Guía para los responsables políticos. Recuperado de <http://unesdoc.unesco.org/images/0023/002313/231340s.pdf>

Vizuite, M. (2010). Tendencias de la educación física en la escuela. Las vanguardias. *Perspectivas Educativas*, 3, 33-52.

Fecha de recepción: 27/11/2019

Fecha de aceptación: 7/01/2020