

La Educación Física en el Desarrollo Integral en niños niñas y adolescentes

Universidad Pedagógica Nacional

Facultad de Educación

Departamento de Posgrados

Especialización en Pedagogía

Bogotá Colombia

2025

La Educación Física en el Desarrollo Integral en niños niñas y adolescentes

David Hernando Gaitán Meneses

Código: 202481112

Trabajo de grado presentado como requisito para optar al título de Especialista en

Pedagogía

Asesor

José Jair González López

Universidad Pedagógica Nacional

Facultad de Educación

Departamento de Posgrados

Especialización en Pedagogía

Bogotá Colombia

2025

## **Resumen**

Esta investigación resalta la necesidad de una transformación significativa en la educación física. Se aborda de manera crítica el enfoque tradicional el cual se centra únicamente en las habilidades motoras y el rendimiento físico, abogando por una visión más amplia e integral del desarrollo de los estudiantes. La integración de las dimensiones físicas y emocionales en la educación física se presenta como una propuesta prometedora para lograr un desarrollo integral. Un enfoque crítico de la educación física propende por crear entornos educativos saludables e inclusivos que promuevan el bienestar y preparen a los niños, niñas y adolescentes, con las habilidades necesarias para enfrentar los desafíos del futuro con determinación, creatividad y un fuerte compromiso social.

## **Planteamiento del problema**

La Educación Física, como disciplina pedagógica, ha evolucionado a lo largo del tiempo, adaptándose a las demandas sociales y a los nuevos conocimientos sobre el desarrollo humano. Sin embargo, persisten ciertas problemáticas que obstaculizan su potencial para contribuir al desarrollo integral de niños, niñas y adolescentes.

La educación física desempeña un papel esencial en el desarrollo integral de niños, niñas y adolescentes, además de su contribución al rendimiento académico y la formación de valores esenciales para el éxito personal y profesional. Más allá de los beneficios físicos, se ha demostrado que la educación física tiene un impacto positivo en el desarrollo cognitivo, emocional y social. Según Heckman (2008), "la evidencia empírica demuestra que el desarrollo de habilidades a temprana edad repercute en el futuro desempeño académico de los niños" (p. 6). Este proceso

permite que los estudiantes desarrollen habilidades motoras que influyen directamente en capacidades como la atención, la memoria y la resolución de problemas, las cuales son esenciales para enfrentar desafíos tanto en el ámbito escolar como en la vida adulta.

El desarrollo infantil es un proceso continuo y dinámico que comienza desde el nacimiento y se extiende hasta la edad adulta. Durante este tiempo, los individuos atraviesan múltiples experiencias y situaciones que deben resolver en su vida cotidiana. En este contexto, la educación física puede ser una herramienta poderosa para fomentar el desarrollo integral al proporcionar espacios de integración social y actividades participativas. No obstante, el desafío más importante se encuentra es la necesidad de articular una formación integral en educación física dentro de las escuelas. A menudo, esta se desarrolla con un enfoque excesivo en el rendimiento deportivo, sin cuestionar adecuadamente el papel del cuerpo en todas sus dimensiones. Esta limitación lleva a que las actividades se concentren solo en los aspectos físicos y motrices, ignorando componentes cruciales del desarrollo humano, como los aspectos sociales, éticos y emocionales.

En entornos educativos, la educación física ofrece oportunidades para que los estudiantes participen en actividades lúdicas y deportivas sin distinción de credo, raza o estrato social. Estas actividades fomentan valores como el trabajo en equipo, la perseverancia y el respeto por las reglas. Por ejemplo, los encuentros deportivos o de danza permiten a los estudiantes interactuar y colaborar, fortaleciendo así la cohesión social y las habilidades interpersonales. No obstante, también se presentan desafíos en la práctica diaria, como la necesidad de integrar a estudiantes con concepciones diferentes de la realidad o que enfrentan barreras sociales o culturales.

El acto motor, como componente central de la educación física, incluye la capacidad de integrar diferentes situaciones y problemas a través del movimiento. Esta dinámica permite a los estudiantes explorar y comprender sus capacidades corporales y desarrollar un esquema corporal

sólido. Según Lucio (1989), "hay pedagogía cuando se reflexiona sobre la educación, cuando el 'saber educar' implícito se convierte en un 'saber sobre la educación'" (p. 36). En este sentido, la educación física no solo se limita a la enseñanza de técnicas deportivas, sino que también fomenta una reflexión profunda sobre el aprendizaje y el desarrollo integral. A través del juego y la interacción con el entorno, los estudiantes tienen la oportunidad de interiorizar conocimientos experienciales y teóricos, aplicándolos a diferentes ámbitos de su vida.

Sin embargo, no todos los resultados de la educación física son positivos. En algunos casos, pueden surgir comportamientos negativos como la intolerancia a la pérdida, la trampa o la falta de deportividad. Estos problemas resaltan la importancia de un enfoque reflexivo en la enseñanza de la educación física, que permita a los estudiantes analizar y aprender de los resultados de sus prácticas deportivas. El verdadero valor de la educación física radica en su capacidad para generar reflexiones que contribuyen a la formación integral y al desarrollo de comportamientos positivos en la sociedad.

La educación física, desde el nivel preescolar hasta la educación secundaria, se centra en el desarrollo de habilidades básicas de movimiento, capacidades perceptivo-motrices y acciones técnicas. Estas actividades no solo contribuyen al crecimiento físico, sino que también integran procesos educativos más amplios. A través de la exploración corporal, los estudiantes adquieren un conocimiento profundo de sus cuerpos y sus posibilidades de movimiento. Este proceso de autoexploración y aprendizaje les permite manipular su entorno de manera efectiva, favoreciendo su desarrollo integral.

En Colombia, el contexto social y económico presenta tanto oportunidades como desafíos para la implementación de la educación física. En las grandes ciudades, las condiciones suelen ser más favorables para la práctica deportiva, pero en áreas rurales o marginadas, las limitaciones son

significativas. A pesar de esto, las actividades deportivas y recreativas organizadas pueden ser una herramienta poderosa para superar estas barreras y fomentar la inclusión. Las organizaciones deportivas, artísticas y culturales desempeñan un papel crucial al ofrecer nuevas perspectivas para el crecimiento y desarrollo de niños, niñas y adolescentes.

Es fundamental aumentar la participación de los estudiantes en actividades deportivas y recreativas para maximizar los beneficios de la educación física. Esto requiere un enfoque colaborativo entre las instituciones educativas, las comunidades y las organizaciones gubernamentales y no gubernamentales. Además, es importante garantizar que las actividades sean inclusivas para todos, independientemente de sus contextos sociales o económicos.

La educación física es mucho más que una disciplina orientada al ejercicio físico; es una herramienta poderosa para el desarrollo integral de niños, niñas y adolescentes. A través de actividades que fomentan la reflexión, la interacción social y el aprendizaje experiencial, la educación física contribuye al desarrollo de habilidades fundamentales que tienen un impacto duradero en el rendimiento académico y la vida personal. Sin embargo, para maximizar su impacto, es necesario abordar los desafíos asociados con su implementación, especialmente en contextos desfavorecidos. Al hacerlo, la educación física puede cumplir su potencial como un medio esencial para la formación integral y el desarrollo sostenible de las futuras generaciones. En efecto, si bien se reconoce la complejidad en la cual esta inmersa la educación física suscitada de diferentes problemáticas relacionadas entre sí, la presente investigación busca centrar su atención en las contribuciones que podría tener el desarrollo integral en la educación física por lo cual se plantea la siguiente pregunta de investigación: ¿Cómo contribuye la educación física al desarrollo integral de niños, niñas y adolescentes en términos de habilidades físicas y emocionales?

## **Objetivos**

### ***Objetivo General***

- Analizar las posibles contribuciones de la educación física en el desarrollo integral en términos de habilidades físicas y emocionales.

### ***Objetivos Específicos***

- Identificar las nociones de habilidades físicas en las corrientes actuales de la educación física
- Comprender el desarrollo integral de los niños niñas y adolescentes en términos de habilidades emocionales
- Relacionar la educación física con el desarrollo integral de los niños, niñas y adolescentes

## **Justificación**

La necesidad de justificar la Educación Física desde un enfoque integral radica en que esta área del conocimiento tiene el potencial de incidir positivamente en el desarrollo físico, social y emocional de los estudiantes, promoviendo estilos de vida saludables, relaciones interpersonales constructivas y habilidades para la vida que son fundamentales en las sociedades actuales. La infancia y la adolescencia son etapas críticas en la construcción del ser, donde se consolidan valores, actitudes, destrezas y conocimientos que acompañarán al individuo durante su vida. En el contexto educativo contemporáneo, la Educación Física ha sido tradicionalmente considerada como una disciplina centrada en el desarrollo de habilidades motoras y el rendimiento físico. Sin embargo, esta visión limitada ha dejado de lado aspectos esenciales del ser humano que influyen directamente en su formación integral, tales como las dimensiones emocional, social, cognitiva y

ética. En consecuencia, se hace necesario replantear el papel de la Educación Física en el desarrollo de niños, niñas y adolescentes.

Asimismo, esta investigación se entiende como una fundamentación teórica que apoya la importancia de la Educación Física. Se basa en evidencia y conceptos de diversos autores para crear una base sólida sobre el impacto de la educación física en el desarrollo integral de niños, niñas y adolescentes. De igual importancia, la investigación de Ramos (2014) demuestra que existe una relación directa entre la práctica sistemática de actividad física y la salud integral de los estudiantes, evidenciando que una adecuada implementación de programas de Educación Física puede reducir índices de obesidad, enfermedades crónicas y trastornos emocionales, contribuyendo al bienestar físico y mental desde edades tempranas. Esta afirmación es respaldada por estudios, como el de Heckman (2008), que destacan la importancia de invertir en el desarrollo temprano de la niñez como una estrategia eficaz para mejorar los indicadores sociales, económicos y educativos. A nivel pedagógico, una Educación Física transformadora implica superar el modelo tradicional basado en la reproducción técnica y competitiva, para dar paso a metodologías activas, participativas y significativas, donde el estudiante es protagonista de su aprendizaje. Tal como lo expone Aranda (1999), una enseñanza crítica de la Educación Física permite comprender la enseñanza como un proceso dialógico, reflexivo y contextualizado, donde el docente actúa como mediador y facilitador del desarrollo integral. Esto requiere, a su vez, una formación docente sólida, con énfasis en la sensibilidad social, la ética profesional y el compromiso con la equidad y la inclusión.

En relación con lo anterior, Barrios Palacios (2021) señala que la calidad de la clase de Educación Física está determinada en gran medida por la interacción profesor-estudiante-grupo, pues a través de este vínculo se configuran ambientes de aprendizaje seguros y estimulantes que

potencian el desarrollo emocional, físico y social del estudiante. La motivación, el sentido de pertenencia y el reconocimiento de las habilidades individuales son elementos clave en este proceso. Así, la práctica pedagógica en Educación Física debe orientarse a generar experiencias significativas que fomenten el goce por el movimiento, la exploración del entorno y la conciencia del cuerpo como parte de un proceso formativo integral.

Desde una perspectiva socioeducativa, la Educación Física también puede desempeñar un papel transformador al promover la equidad, la inclusión y la justicia social dentro del ámbito escolar. En muchos contextos vulnerables, la actividad física constituye uno de los pocos espacios donde los estudiantes pueden expresarse libremente, construir relaciones saludables y fortalecer su sentido de identidad. Tal como lo expone Cosme (2023), una educación física crítica e inclusiva permite resignificar prácticas tradicionales, adaptándolas a las necesidades y contextos específicos de los estudiantes, lo que contribuye a reducir brechas de desigualdad y a garantizar el derecho a una educación de calidad para todos.

La Educación Física, por tanto, debe ser concebida como una herramienta estratégica dentro de los planes de desarrollo educativo, no como un área secundaria o complementaria. La visión fragmentada del currículo escolar ha llevado a desvalorizar esta disciplina, privando a millones de estudiantes de experiencias formativas fundamentales para su desarrollo integral.

De esta manera, es imperativo posicionar la Educación Física como un pilar fundamental en los procesos de formación humana, no solo por su contribución a la salud física, sino por su potencial para desarrollar ciudadanos críticos, autónomos, empáticos y comprometidos con su entorno. La escuela debe asumir el reto de ofrecer una Educación Física que promueva el desarrollo integral, no como un privilegio, sino como un derecho. Solo así será posible formar generaciones

preparadas para enfrentar los desafíos de un mundo cambiante, complejo y profundamente interdependiente.

En conclusión, la Educación Física desempeña un rol esencial en el desarrollo integral de niños, niñas y adolescentes, siempre que se aborde desde una mirada crítica, inclusiva y pedagógica. Lejos de reducirse a la instrucción técnica o a la competencia física, debe ser un espacio para el crecimiento personal, el fortalecimiento de las relaciones humanas, la promoción de la salud y el fomento de valores sociales. La transformación de esta área del conocimiento exige una voluntad pedagógica clara, que reconozca su valor formativo y la sitúe en el lugar que le corresponde dentro del sistema educativo.

### **Revisión Antecedentes**

Después de realizar una revisión bibliográfica sobre la relación entre la educación física y el desarrollo integral, se analizó la postura de diversos referentes académicos acerca del impacto de esta disciplina en niños, niñas y adolescentes, así como su contribución significativa a la presente investigación. Según Bernate (2021), los docentes deben considerar la clase de educación física como un componente esencial para el desarrollo psicomotriz, ya que fomenta factores cruciales para una formación integral. De igual forma, Cosme (2023) sostiene que la educación física no se limita a mejorar el aspecto físico, sino que también promueve el desarrollo social, emocional y cognitivo de los estudiantes, subrayando su papel en el bienestar general de los niños. Ramos (2014) resalta que esta materia es fundamental para la formación integral del ser humano al facilitar el desarrollo de habilidades y destrezas que contribuyen a una mejor calidad de vida, idea que refuerza Gutiérrez (2022) al enfatizar que la educación física desempeña un rol crucial en el fortalecimiento de competencias cognitivas, afectivas y en la formación de valores.

Otros estudios, como el de Rodríguez Torres (2020), sugieren la necesidad de ampliar la investigación sobre el impacto de la educación física en ámbitos como el rendimiento escolar. Por su parte, Soto (2019) destaca el gran potencial de esta disciplina para contribuir al desarrollo integral, fortaleciendo no solo los aspectos físicos, sino también las habilidades sociales y emocionales, lo cual repercute positivamente tanto en la vida escolar como en la vida cotidiana. En este sentido, corresponde a los docentes fomentar estos aspectos en su práctica pedagógica para propiciar un desarrollo integral genuino y significativo en los estudiantes.

La mayoría de las investigaciones revisadas adoptan un enfoque cualitativo y emplean metodologías como el estudio de caso, con diseños predominantemente bibliográficos. Es importante señalar que, en el presente artículo, se utiliza el enfoque sociocrítico, ya que al revisar los antecedentes se identificó un vacío respecto a este enfoque. Abordar la educación física desde una perspectiva sociocrítica proporcionará una visión más amplia y transformadora del impacto de esta disciplina en el desarrollo integral. En cuanto al tipo de investigación, la mayoría de los estudios consultados son cualitativos, aunque algunos se basan en diseños cuantitativos o mixtos, especialmente en estudios de caso.

### **Marco Teórico**

La educación constituye una herramienta fundamental en la formación de individuos críticos, conscientes y comprometidos con su entorno. En este contexto, como expresa Lleixá (2003), la educación física tradicional como parte del currículo escolar, se enfoca en potenciar el desarrollo motor de los estudiantes. “la educación a través del cuerpo y el movimiento” en el cual se orienta hacia el entrenamiento de las capacidades físicas y habilidades motrices del alumnado y a una iniciación deportiva muy centrada en aspectos técnicos, basada en el uso de un enfoque predominantemente dirigido a la competición y al rendimiento deportivo. Para alcanzar este

objetivo, incorpora elementos del entorno sociocultural que son esenciales en las variadas manifestaciones de la motricidad humana.

El presente documento analiza diferentes posturas de expertos sobre la relación entre la educación física y el desarrollo integral, destacando su papel en la construcción de ciudadanía y en la reproducción o transformación de las estructuras sociales y reflexiona sobre los fundamentos que justifican la necesidad de promover dicho desarrollo en las instituciones educativas.

Según Foucault (2001), el cuerpo no es simplemente un objeto biológico, sino un espacio donde se ejerce el poder. Este poder, dentro de la educación, se manifiesta a través de la disciplinarización: los ejercicios físicos, los horarios y las normas de conducta contribuyen a moldear cuerpos dóciles y obedientes. Desde esta perspectiva, Aunque Foucault no aborda directamente el tema en estudio, su perspectiva permite analizar críticamente las prácticas educativas, cuestionando los objetivos perseguidos, los valores transmitidos y las formas de poder reproducidas

En este sentido, la educación física deja de ser una actividad neutral y asume un rol relevante en la transmisión de valores y normas sociales, contribuyendo a la reproducción de las estructuras culturales y sociales. Según Fernández-Balboa (1993),

La educación física y el deporte no son materias neutras, sino que ayudan a reforzar las ideologías y los intereses de ciertos grupos poderosos. Esto tiene importantes consecuencias para la ética de la pedagogía, ya que aquellos que imparten estas materias sin un análisis crítico respecto de la forma en que se imparten, ni del contexto social en que se desarrollan, también son medios de difusión de estas ideologías y de los intereses de los grupos de poder (p. 76).

Esto implica que los docentes de educación física, incluso sin proponérselo, pueden reforzar desigualdades e ideologías hegemónicas si no abordan la realidad social desde un enfoque crítico. En muchas ocasiones, los contenidos y métodos utilizados en esta área responden a patrones tradicionales que priorizan el rendimiento físico, la competencia y la disciplina, sin considerar las diferencias culturales, de género o sociales presentes en el aula. Esta falta de análisis crítico puede llevar a la exclusión o invisibilización de ciertos grupos estudiantiles, y a la reproducción de modelos que favorecen solo a quienes se ajustan a los estándares dominantes de rendimiento y conducta. Cuando se enseña desde una perspectiva crítica, la educación física se convierte en un espacio privilegiado para cuestionar roles de género tradicionales, promover la inclusión, y fomentar la equidad entre los estudiantes. Esta transformación requiere una revisión constante de los contenidos, metodologías y evaluaciones, asegurando que estén alineados con principios de justicia social y respeto por la diversidad.

En las instituciones educativas, el área de educación física incluye una variedad de disciplinas deportivas, actividades aeróbicas y deportes al aire libre, entre otras. Estas actividades no solo buscan mejorar el estado físico, sino también fomentar la reflexión sobre temas como la nutrición básica, el trabajo en equipo y la buena deportividad. Mujica (2019) señala que, a través de estas actividades, los estudiantes no solo adquieren habilidades y conocimientos esenciales para su formación, sino que también se preparan para llevar una vida activa y saludable. Este enfoque integral enfatiza la importancia de conectar la actividad física con la promoción de valores como la cooperación y el respeto mutuo.

La educación física, en este contexto, se convierte en un medio para fomentar ciudadanos críticos y conscientes. Este enfoque exige un compromiso tanto de los docentes como de las instituciones educativas para garantizar que las prácticas pedagógicas promuevan una formación

integral, evitando la reproducción de estructuras de poder desiguales. Además, el análisis crítico de los contenidos y metodologías utilizados en la enseñanza de la educación física es fundamental para garantizar que se fomente el desarrollo de una sociedad más equitativa y consciente.

La educación física, lejos de ser una disciplina neutral, está cargada de implicaciones sociales, culturales y políticas. A través del análisis crítico de las prácticas educativas, es posible fomentar un desarrollo integral que vaya más allá de la simple mejora física. Al reconocer su potencial transformador, se debe promover un enfoque reflexivo y crítico que garantice la formación de individuos conscientes, activos y comprometidos con su entorno.

Aranda (1999) plantea reformas enfocadas en fomentar la educación de manera cooperativa, comenzando con los docentes de educación física. Estas reformas tienen como objetivo transformar las viejas pedagogías hacia enfoques más participativos e inclusivos en el aula. A través de estas transformaciones, se busca establecer una cultura escolar donde el aprendizaje sea mediado por el discurso, la colaboración y la interacción estudiantil, promoviendo el desarrollo integral de los alumnos tanto en lo académico como en lo social. Estos cambios no solo benefician a los estudiantes, sino que también impulsan a los docentes a reflexionar sobre sus prácticas y adaptarse a las demandas de principios educativos democráticos y de cooperación, elementos esenciales para afrontar los retos contemporáneos en el ámbito educativo.

En línea con esta perspectiva, Pascual (2000) propone una pedagogía crítica en la formación inicial de los profesores de educación física, destacando la importancia de una pedagogía ética. Su propuesta subraya la necesidad de actualizar y transformar la formación docente para preparar a los futuros profesores en el abordaje de desafíos relacionados con la promoción de justicia social y convivencia pacífica en el siglo XXI. Este enfoque no solo se limita a la enseñanza de habilidades físicas, sino que también implica dotar a los docentes de herramientas

pedagógicas para actuar como agentes de cambio, capaces de fomentar la inclusión, la equidad y la justicia social tanto dentro como fuera del aula.

La educación física, por su naturaleza, posee un enorme potencial para contribuir al desarrollo integral de los estudiantes, a dimensiones físicas, cognitivas, emocionales y sociales. Para que este potencial se materialice, es indispensable que los docentes adopten una perspectiva crítica y reflexiva que cuestione las normas y valores implícitos en las prácticas deportivas tradicionales. Este enfoque permite promover una educación física más inclusiva y equitativa, utilizando el deporte y la actividad física como vehículos para construir una cultura de paz y convivencia.

Vygotsky (1995) destaca que los aspectos culturales son fundamentales en el desarrollo psicológico y educativo de los individuos. En este sentido, la educación física, al ser tanto una disciplina como una práctica cultural, desempeña un papel crucial en el fortalecimiento y potenciación del desarrollo integral de los niños, niñas y adolescentes. Este desarrollo no se limita al aspecto motriz, sino que incluye dimensiones cognitivas, sociales y emocionales, entendidas como un proceso interactivo y continuo que resulta de la formación de habilidades perceptivas, motoras, emocionales y de autocontrol. Desde esta perspectiva, el desarrollo integral no solo contribuye a la formación de individuos competentes, sino también a la construcción de comunidades más justas y cohesionadas.

En consonancia, Pérez (2023) argumenta que el desarrollo humano integral abarca no solo aspectos cognitivos y sociales, sino también físicos y emocionales. Según este autor, dicho desarrollo busca la plena realización de las personas en todas sus dimensiones, promoviendo una relación equilibrada entre los individuos y su entorno. Este enfoque holístico e interdisciplinario permite diseñar intervenciones educativas que fomenten un aprendizaje significativo y que, al

mismo tiempo, respondan a los problemas de desigualdad y exclusión en las sociedades actuales. La educación física, en este contexto, se convierte en una herramienta clave para promover valores como la empatía, la solidaridad y el respeto por la diversidad.

Desde una visión integral, Hernández (2006) caracteriza al ser humano como un individuo biopsicosocial que interactúa dinámicamente con su entorno, desarrollando una personalidad única en constante evolución. Este autor enfatiza que el desarrollo integral implica un proceso continuo en el que las personas construyen su identidad mientras interactúan con su contexto, alcanzando así su máximo potencial. Este planteamiento se alinea con el objetivo de la educación física de promover no solo la adquisición de habilidades motrices, sino también competencias sociales, emocionales y cognitivas necesarias para una vida plena.

En este marco, Delval (2000) sostiene que el desarrollo humano debe comprender todas las dimensiones del ser, incluyendo la física, emocional, social y cognitiva. Este enfoque interdependiente subraya que el bienestar no debe ser entendido de manera aislada, sino como un proceso que fomenta interacciones significativas en sociedades más justas y equitativas. En este sentido, la educación física desempeña un papel fundamental al proporcionar un espacio para el aprendizaje colectivo, donde los estudiantes desarrollan habilidades esenciales para la vida en sociedad, como el trabajo en equipo, el respeto por las diferencias y la resolución pacífica de conflictos.

Fernández-Balboa (1993) aporta una perspectiva que relaciona la dimensión social de la educación física con su impacto en los procesos individuales y colectivos. Desde este enfoque, la educación física trasciende su función tradicional para convertirse en un medio educativo que fomenta el desarrollo integral y la cohesión social. Por su parte, León (2018) refuerza esta idea al proponer un enfoque holístico que promueve una relación equilibrada entre los individuos y su

entorno, destacando la importancia de entender el desarrollo humano como un proceso interconectado.

De acuerdo con lo expuesto, la educación física no debe considerarse únicamente como una disciplina orientada al rendimiento físico, sino como una herramienta educativa integral que contribuye al desarrollo de competencias esenciales para la vida. En este sentido, los docentes tienen la responsabilidad de diseñar actividades motivadas y significativas que involucren a los estudiantes en su propio proceso de aprendizaje, fomentando su desarrollo corporal, social y emocional. Estas actividades deben estar orientadas a generar un impacto positivo en los estudiantes, ayudándolos a convertirse en agentes de cambio que contribuyan al bienestar de sus comunidades.

La educación física, en su dimensión más amplia, promueve la salud integral, fomenta el autocontrol emocional y el respeto mutuo, y facilita la adquisición de habilidades motrices y competencias sociales. Estas características la convierten en un componente esencial para el desarrollo humano integral, especialmente en el contexto educativo, donde se busca formar ciudadanos capaces de enfrentar los retos del siglo XXI.

En consecuencia, es fundamental que los programas de formación docente incluyan elementos que permitan a los futuros profesores de educación física comprender las dinámicas sociales y culturales que afectan a sus estudiantes. Esto les permitirá desarrollar estrategias pedagógicas que no solo promuevan el aprendizaje motor, sino también la inclusión, la equidad y la justicia social, respondiendo de manera efectiva a las necesidades de las sociedades contemporáneas.

En este contexto, tanto Fernández-Balboa (1993), Pérez (2023) y León (2018) coinciden en la necesidad de cuestionar los métodos educativos tradicionales y de fomentar prácticas

pedagógicas que integren todas las dimensiones del ser humano. Este enfoque permite a los docentes de educación física desempeñar un papel crucial en la formación de estudiantes que puedan contribuir al desarrollo de sociedades más justas, equitativas y cohesionadas.

La educación física, como herramienta de formación integral, no solo aborda el desarrollo físico, sino que también promueve valores y competencias esenciales para la convivencia en el siglo XXI. Por ello, es necesario continuar fortaleciendo su papel en los sistemas educativos, asegurando que su impacto positivo se traduzca en el desarrollo de individuos y comunidades más resilientes y comprometidas con el bienestar colectivo.

### **Paradigma de la Investigación**

La presente investigación se desarrolla bajo un enfoque cualitativo, adoptando el paradigma sociocrítico. Este paradigma permite analizar y comprender el impacto de la educación física en el desarrollo integral de los estudiantes desde una perspectiva reflexiva y transformadora. La investigación se fundamenta en una revisión documental de fuentes bibliográficas relevantes, que incluyen artículos científicos, libros especializados y documentos de políticas educativas. De esta manera, se busca no solo describir el estado del arte sobre el tema, sino también ofrecer nuevas interpretaciones que contribuyan a la transformación del ámbito educativo.

### **Enfoque de la Investigación**

Como se mencionó, la presente investigación se enmarca dentro de un enfoque cualitativo, ya que busca explorar y comprender de manera profunda el papel de la educación física como herramienta para el desarrollo integral de los estudiantes, centrándose en los aspectos de habilidades físicas y emocionales de la disciplina. De acuerdo con Hernández, Fernández y Baptista (2014), la investigación cualitativa se basa en la interpretación de fenómenos dentro de su contexto,

permitiendo un análisis detallado de las percepciones y significados atribuidos a un fenómeno de estudio.

El objetivo es realizar un análisis crítico de las perspectivas de diversos expertos y teóricos sobre la educación física, considerando tanto las prácticas tradicionales como las propuestas pedagógicas contemporáneas.

A través de este enfoque, se pretende examinar críticamente la literatura existente sobre la educación física y su relación con el desarrollo integral, identificando vacíos en el conocimiento y aportando nuevas perspectivas basadas en la interpretación de los hallazgos documentales. La metodología utilizada garantiza que el estudio se base en un marco teórico sólido y en el análisis riguroso de fuentes académicas relevantes

### **Marco Metodológico**

Para sistematizar y analizar la información recopilada, se emplea una metodología basada en la revisión documental. Un instrumento fundamental en este proceso es la matriz de análisis, diseñada para organizar, clasificar y comparar la información extraída de la literatura sobre educación física y desarrollo integral. Mediante esta herramienta se identifican los enfoques predominantes y se agrupan los hallazgos según las dimensiones del desarrollo integral: física, cognitiva, emocional y social. El uso de la matriz de análisis facilita:

- La estructuración crítica y ordenada de la información.
- La identificación de patrones y tendencias en estudios previos.
- La fundamentación de la discusión teórica y la formulación de conclusiones.

El proceso metodológico incluyó la selección cuidadosa de fuentes confiables, la identificación de categorías clave y la clasificación de la información de acuerdo a su relevancia para la investigación. Esta metodología no solo permite comprender la relación entre la educación física

y el desarrollo integral, sino que también ofrece insumos para la formulación de estrategias educativas que fortalezcan el papel de la educación física en la formación global de los estudiantes.

La investigación documental, al basarse en fuentes secundarias actualizadas y relevantes, permite un análisis crítico profundo sin necesidad de realizar trabajo de campo. La selección de estas fuentes se centró en estudios que exploran de manera explícita la relación entre la educación física y el desarrollo de capacidades cognitivas, emocionales y sociales. Por ejemplo, León (2018) destaca la relevancia de considerar investigaciones que aborden el desarrollo infantil en las primeras etapas, aspecto crucial para la formación integral.

El análisis crítico de los textos se realizó mediante técnicas de análisis de contenido, identificando temas clave, como las implicaciones sociales y emocionales que se manifiestan en las prácticas de educación física. Además, Mujica (2019) resalta que un análisis crítico adecuado permite identificar áreas de mejora, sobre todo en la formación actitudinal de los estudiantes.

Finalmente, tras la lectura comprensiva y la categorización de los textos, se interpretaron los resultados para explicar cómo las diferentes perspectivas influyen en la relación entre docentes, estudiantes y la educación física. Este proceso reflexivo permitió comprender de qué manera la educación física incide en el desarrollo emocional y cognitivo, y cómo puede transformarse en una herramienta inclusiva y equitativa que contribuya a la formación integral de los estudiantes.

## **Resultados**

### **Las habilidades físicas en las corrientes actuales de la educación física**

La educación física, entendida como una práctica reflexiva, puede contribuir a identificar las nociones de habilidades físicas en las corrientes actuales. A través de diversas investigaciones, se

ha evidenciado que la educación física no es una actividad neutral, sino que transmite valores, normas y estructuras culturales que influyen en la formación de los estudiantes. En este contexto, Gil, et al., (2005) en su estudio sobre enfoques actuales de la educación física y el deporte, destacan la importancia de una orientación holística en la enseñanza de esta disciplina. Se señala el papel clave de los educadores y la necesidad de que las políticas públicas fomenten la actividad física como parte integral del desarrollo humano. Asimismo, se menciona que los docentes deben evaluar los contenidos impartidos para garantizar que las habilidades físicas promovidas realmente beneficien al estudiante en su crecimiento integral.

Por otro lado, Vicente (2005), sostiene que el cuerpo ha pasado a convertirse en un símbolo de identidad y poder. En este sentido, la educación física puede reforzar formas de discriminación y exclusión, ya que las habilidades físicas promovidas en las aulas pueden generar diferencias entre los estudiantes.

En la misma línea, Cuervo (2024), identifica cinco tendencias principales en la educación física actual: psicomotricidad, expresión corporal, deporte escolar, condición física y praxeología motriz. Estas tendencias reflejan la evolución de la disciplina y la importancia de integrar diferentes enfoques para una formación más completa de los estudiantes. El autor subraya la necesidad de una formación integral de los docentes de educación física, que les permita movilizar de manera conjunta las dimensiones intelectual, afectiva y corporal de los alumnos.

Otro estudio relevante es el de Barios, (2021), el cual resalta que la educación física, en particular, juega un papel en la construcción de subjetividades y en la transmisión de normas y valores sociales. Desde esta perspectiva Vicente (2005) ha analizado la relación entre el cuerpo y el poder. Este análisis es clave para comprender cómo las habilidades físicas pueden ser

promovidas o limitadas en función de estructuras de poder establecidas dentro del sistema educativo, afectando el acceso equitativo al desarrollo motriz.

Luego de analizar estas diversas investigaciones, se concluye que es imprescindible un enfoque holístico en la educación física. Este enfoque debe considerar no solo el desarrollo de habilidades motoras, sino también las dimensiones emocionales, sociales y creativas de los estudiantes. Asimismo, es necesario promover una pedagogía crítica que cuestione los métodos tradicionales y fomente prácticas más participativas e inclusivas. Es fundamental que los docentes reflexionen sobre su práctica pedagógica y se comprometan con una educación física que forme individuos integrales, capaces de cuestionar su realidad y de construir una sociedad más equitativa. Además, se hace un llamado a las instituciones y a las políticas educativas para que reconozcan la importancia de la educación física en el desarrollo humano y promuevan una formación docente acorde con estas necesidades. En este sentido, se plantea la importancia de una educación física que no solo se centre en el rendimiento, sino que contribuya a la construcción de una ciudadanía crítica y consciente de las estructuras de poder que atraviesan el cuerpo y la sociedad.

### **El desarrollo integral de los niños niñas y adolescentes en términos de habilidades emocionales**

Este apartado se dedica a explorar el impacto de las habilidades emocionales en la formación y el desarrollo de niños, niñas y adolescentes.

El desarrollo de habilidades emocionales durante la infancia y la adolescencia se erige como un pilar fundamental para el bienestar integral y la adaptación social. Según Sanmartín (2023), estas habilidades capacitan a los individuos para gestionar sus emociones de manera efectiva, fortalecer su autoestima y tomar decisiones informadas. El entorno educativo y familiar

desempeña un papel crucial en este proceso, al proporcionar experiencias y modelos que facilitan el aprendizaje emocional.

Las habilidades emocionales abarcan la capacidad de percibir, comprender y regular las emociones, componentes esenciales de la inteligencia emocional (Sanmartín, 2023). Teorías influyentes, como la del apego de Bowlby y la sociocultural de Vygotsky, subrayan la importancia del entorno en este desarrollo. Factores como el contexto familiar, escolar y social influyen de manera significativa en la construcción de estas competencias (López-Pereyra, 2021). Así mismo, la regulación emocional se revela como un proceso crítico para mantener el equilibrio psicológico y fomentar la adaptación social durante la infancia, sentando las bases para un desarrollo saludable y armonioso.

Por otra parte, los docentes desempeñan un papel crucial en la educación emocional de sus estudiantes. Según Calderón (2024) y Hernández Aguirre (2022), la formación en inteligencia emocional mejora el clima escolar y el aprendizaje. De igual forma, el desarrollo emocional en los futuros educadores es fundamental para garantizar una enseñanza de calidad y promover ambientes de aprendizaje positivos.

En este sentido el desarrollo de habilidades emocionales impacta positivamente en la convivencia escolar. Investigaciones en primaria han demostrado que una mayor inteligencia emocional reduce la agresividad y fortalece los lazos interpersonales (Correal Gutiérrez, 2024). Igualmente evaluar la percepción, facilitación y regulación emocional en el ámbito escolar permite implementar estrategias efectivas de intervención. Programas educativos que fomentan la empatía y la comunicación asertiva contribuyen a un ambiente escolar armonioso y seguro.

De esta manera la inteligencia emocional influye en el bienestar psicológico y la estabilidad emocional de los estudiantes (Sanmartín, 2023). Además, se ha comprobado que el desarrollo socioemocional fortalece la resiliencia y mejora el rendimiento académico. La educación emocional también desempeña un papel clave en la prevención del bullying y la violencia escolar, creando un entorno más seguro para el aprendizaje (López-Pereyra, 2021).

Por lo tanto, la integración de programas de educación emocional en el currículo escolar es esencial para el desarrollo socioemocional de los estudiantes (Hernández Aguirre, 2022). Los métodos como la gamificación, el aprendizaje basado en proyectos y la enseñanza colaborativa han demostrado ser efectivos en fortalecer la inteligencia emocional. Igualmente, las intervenciones educativas orientadas a la gestión emocional y la comunicación asertiva mejoran la convivencia y el bienestar estudiantil. La formación de docentes y la participación de las familias son claves para la promoción de estas competencias.

En definitiva, el desarrollo de habilidades emocionales en niños, niñas y adolescentes es fundamental para su bienestar y éxito académico. La investigación revela que la educación socioemocional no solo mejora el rendimiento académico y el clima escolar, sino que también equipa a los estudiantes con herramientas esenciales para la vida, como el autoconocimiento, la empatía y la resolución de conflictos y es esencial continuar investigando estrategias efectivas para su implementación en distintos niveles educativos. Se recomienda fortalecer la formación docente en inteligencia emocional y promover programas educativos que integren la educación socioemocional como eje transversal del aprendizaje.

### **La educación física en el desarrollo integral de los niños niñas y adolescentes**

A lo largo de las últimas décadas se ha venido reconociendo la relevancia de la educación física no solo como disciplina orientada al desarrollo de destrezas motrices, sino también como una herramienta fundamental para el fomento de habilidades emocionales y para la consolidación del desarrollo integral de los niños, niñas y adolescentes. La transformación de esta disciplina implica una revisión crítica de las nociones tradicionales y una apertura hacia enfoques que integren tanto el aspecto físico como el emocional, lo cual resulta imprescindible para enfrentar los retos de una sociedad en constante cambio (Soto 2019; Aranda, 1999).

En este contexto, es importante analizar las contribuciones de la educación física en el desarrollo integral, considerando las nociones contemporáneas de habilidades físicas que se han consolidado a partir de diversas corrientes pedagógicas. Tradicionalmente, la enseñanza de la educación física se centraba en la repetición y perfeccionamiento de técnicas y movimientos específicos, pero en la actualidad se reconoce la necesidad de integrar el movimiento con el aprendizaje significativo y la expresión corporal (Ramos, 2014; Barrios, 2021). Esta evolución implica la incorporación de metodologías activas y participativas, en las que el cuerpo se entiende como un medio de comunicación y autoconocimiento, trascendiendo la mera ejecución de ejercicios para convertirse en una experiencia transformadora.

Con respecto al desarrollo de habilidades físicas en las corrientes actuales de la educación física se ha orientado hacia un enfoque holístico, en el que se valoran tanto las capacidades técnicas como la capacidad de adaptación y la creatividad en el movimiento. Este enfoque permite que los estudiantes aprendan a conocer y valorar sus propios cuerpos, identificando sus potencialidades y limitaciones, lo cual es fundamental para el desarrollo de una autoestima saludable y una imagen corporal positiva. La inclusión de actividades que favorezcan la exploración del movimiento y la

autoexpresión contribuye a la formación de individuos críticos y conscientes de su entorno, lo que a su vez refuerza la importancia de la educación física como componente esencial en la formación integral (Bernate, 2021; Calderón, 2004).

Al mismo tiempo, la dimensión emocional en la educación física adquiere un rol preponderante en el proceso de aprendizaje de los estudiantes. La participación en actividades deportivas y recreativas no solo facilita el desarrollo de habilidades motoras, sino que también propicia la adquisición de competencias emocionales fundamentales, tales como la empatía, la resiliencia y la capacidad para gestionar el estrés y la frustración (Correal Gutiérrez, 2024; Cosme, 2023). En este sentido, el entorno de la actividad física se convierte en un espacio seguro donde los estudiantes pueden experimentar sus emociones y aprender a regularlas de manera constructiva, lo que favorece la construcción de relaciones interpersonales basadas en el respeto y la solidaridad.

La comprensión del desarrollo integral de los niños, niñas y adolescentes en términos de habilidades emocionales requiere una mirada profunda sobre la forma en que la educación física puede contribuir a la construcción de una identidad personal y social. Esta experiencia de aprendizaje compartido fomenta la integración de valores como la honestidad, el compromiso y la responsabilidad, elementos esenciales para el desarrollo de una ciudadanía activa y participativa (Delval, 2000; El Boulch, 1979).

De igual forma, la educación física se presenta como un medio eficaz para la inclusión social y la superación de desigualdades, ya que permite la participación de estudiantes de diferentes contextos y capacidades. La integración de metodologías inclusivas y la adaptación de actividades a las necesidades individuales favorecen la participación activa y el sentido de pertenencia de todos los estudiantes, independientemente de sus diferencias. Este enfoque inclusivo no solo potencia el

desarrollo físico, sino que también fortalece las habilidades emocionales al promover el respeto, la tolerancia y la empatía en el ámbito escolar.

Así mismo la articulación entre la enseñanza de habilidades físicas y emocionales en la educación física demanda un replanteamiento de los modelos pedagógicos tradicionales. Es necesario que los docentes adopten una postura crítica frente a las prácticas establecidas, cuestionando la competitividad excesiva y la focalización exclusiva en el rendimiento individual. En cambio, se debe promover un aprendizaje colaborativo que permita a los estudiantes construir conocimientos y competencias de manera conjunta, reconociendo la diversidad de estilos y ritmos de aprendizaje. Este cambio implica una formación docente que integre enfoques reflexivos y críticos, orientados a la innovación y la transformación de las prácticas educativas (Gil, et al.,2005).

Como complemento a esta transformación pedagógica, la incorporación de elementos socioemocionales en la educación física se sustenta en la evidencia de que el bienestar social y emocional son aspectos inseparables del desarrollo integral. La práctica de actividades físicas y deportivas fomenta la adquisición de habilidades socioemocionales que permiten a los estudiantes enfrentar los desafíos de la vida cotidiana con mayor resiliencia y capacidad de adaptación. La investigación realizada por Correal Gutiérrez (2024), ha demostrado la estrecha relación entre el ejercicio y el bienestar emocional, lo que posiciona a la educación física como un recurso clave tanto para la prevención de problemas emocionales como para el fortalecimiento de competencias esenciales para la vida en sociedad (Hernández Aguirre, 2022; Hernández, 2006).

Aunado a lo anterior, la relación entre la educación física y el desarrollo integral se consolida a partir de la integración de experiencias que combinan el entrenamiento físico con el aprendizaje de competencias emocionales y sociales. Este proceso se fundamenta en la creencia de que el cuerpo y la mente están interrelacionados y que el desarrollo de uno influye de manera directa en el desarrollo del otro. La propuesta pedagógica que integra ambos aspectos permite a los estudiantes adquirir una visión holística de su propio crecimiento, en la que el movimiento se convierte en un lenguaje que expresa no solo habilidades técnicas, sino también sentimientos, emociones y valores fundamentales para la convivencia social (Gutiérrez, 2022; Parlebas, 1993).

De esta manera la educación física, concebida desde una perspectiva integral, debe orientarse hacia el desarrollo de competencias que promuevan tanto la salud física como el bienestar emocional, lo cual requiere un enfoque pedagógico innovador y flexible, capaz de adaptarse a las necesidades de cada estudiante (Parlebas, 1993; Popkewitz, 1988).

Asimismo, la colaboración entre docentes, familias y comunidades se configura como un elemento clave para garantizar la continuidad y la efectividad de las estrategias pedagógicas, promoviendo así una educación inclusiva y de calidad que responda a las demandas de la sociedad contemporánea (Rodríguez, 2013; Rodríguez Torres, 2020).

La integración de la educación física con el desarrollo integral de los estudiantes es, además, un proceso que requiere un esfuerzo sostenido y coordinado a nivel institucional. Como la implementación de programas educativos que combinen la práctica del movimiento con el aprendizaje de habilidades socioemocionales representa una apuesta por una educación que forme individuos completos, capaces de enfrentar los desafíos del mundo moderno. Este tipo de iniciativas debe ir acompañada de una evaluación continua que permita medir el impacto de las estrategias implementadas, facilitando así la identificación de áreas de mejora y la adopción de

nuevas prácticas que respondan a las necesidades emergentes de la comunidad educativa (Wertsch, 1995).

En tanto que el análisis de las contribuciones de la educación física en el desarrollo integral también destaca la importancia de promover un ambiente educativo que estimule la reflexión y el pensamiento crítico. La incorporación de debates, dinámicas grupales y actividades de evaluación reflexiva permite que los estudiantes se conviertan en agentes activos de su propio aprendizaje, desarrollando la capacidad para analizar y cuestionar las prácticas establecidas. Esta actitud crítica y reflexiva es esencial para que los jóvenes adquieran las competencias necesarias para participar de manera activa en la transformación social y en la construcción de un futuro más justo y equitativo (Ramos, 2014; Barrios, 2021).

El desafío de integrar las dimensiones físicas y emocionales en la educación física requiere, además, de un compromiso ético y profesional por parte de los docentes, quienes deben asumir la responsabilidad de actualizar sus prácticas y adaptarlas a las necesidades de sus estudiantes. La reflexión constante sobre los métodos de enseñanza y la disposición para incorporar nuevas estrategias pedagógicas son elementos imprescindibles para la transformación de la disciplina. Los educadores deben buscar un equilibrio entre la transmisión de conocimientos técnicos y la promoción de habilidades emocionales, de manera que cada actividad se convierta en una oportunidad para el desarrollo integral de los alumnos (Correal Gutiérrez, 2024; Cosme, 2023).

En suma, la integración de las dimensiones físicas y emocionales en la educación física constituye una propuesta pedagógica que desafía las prácticas tradicionales y abre nuevas perspectivas para el desarrollo integral de niños, niñas y adolescentes. Al adoptar este enfoque, se fomenta la creación de entornos educativos que promueven la salud, la inclusión y el bienestar,

sentando las bases para el desarrollo de competencias fundamentales que permitan a los estudiantes enfrentar los retos del futuro con determinación, creatividad y compromiso social (Wertsch, 1995).

### **Conclusiones**

La contribución de las habilidades físicas a las corrientes actuales de la educación física explora a través de la reflexión su papel en un desarrollo que va más allá de lo puramente físico. Las corrientes pedagógicas contemporáneas invitan a repensar las habilidades físicas en un contexto educativo que va más allá de lo meramente biológico, explorando también las dimensiones sociales, emocionales, cognitivas y culturales de cada individuo. Es crucial fomentar una pedagogía crítica. Solo mediante una reflexión profunda y un compromiso activo podremos alcanzar una educación física que no solo desarrolle habilidades físicas, sino que también ayude a formar ciudadanos críticos, conscientes y capaces de contribuir a una sociedad más justa y equitativa.

En ese mismo sentido, el desarrollo integral de habilidades emocionales cumple una función esencial al facultar a los estudiantes para percibir, comprender y regular sus emociones, dotándolos de herramientas clave para gestionar su vida de forma eficaz. Esta capacidad se traduce en una mayor autoestima y en una toma de decisiones más consciente y responsable. Estos componentes no solo impactan positivamente en el presente de niños, niñas y adolescentes, sino que también los preparan para enfrentar los desafíos propios de la vida adulta, al fortalecer competencias como el autoconocimiento, la empatía y la resolución de conflictos. En consecuencia, lejos de constituir un aspecto secundario, el fomento de la inteligencia emocional se consolida como un pilar esencial en la formación integral de la infancia y la adolescencia.

Finalmente, un análisis profundo de la relación entre la educación física y el desarrollo integral muestra que la transformación de esta disciplina es un proceso continuo y complicado, que requiere la integración de conocimientos y la colaboración de todos los involucrados en la educación. La conexión entre el cuerpo y las emociones se convierte en un pilar esencial para el crecimiento personal y social. Apostar por una educación física integral se presenta como un camino hacia la creación de un mundo más inclusivo, equitativo y solidario.

En resumen, combinar las dimensiones físicas y emocionales en la educación física es una propuesta pedagógica que desafía las prácticas tradicionales y abre nuevas oportunidades para el desarrollo integral de niños, niñas y adolescentes. Al adoptar este enfoque, se crean entornos educativos que fomentan la salud, la inclusión y el bienestar, estableciendo las bases para desarrollar competencias clave que permitan a los estudiantes enfrentar los desafíos del futuro con determinación, creatividad y un fuerte compromiso social.

## Referencias

- Aranda, A. F. (1999). La didáctica de la educación física desde una visión crítica. *revista electronica ineruniversitariade formacióndel profesorado*, 690 - 697.
- Barrios Palacios, Y. D. (2021). La interacción profesor-estudiante-grupo como sustento de la calidad de la clase de Educación Física. *Revista Universidad y Sociedad*, 443-451. doi:<http://scielo.sld.cu/pdf/rus/v13n6/2218-3620-rus-13-06-443.pdf>
- Bernate, J. (2021). Educación Física y su contribución al desarrollo integral de la . *Revista de Ciencia y Tecnología en la Cultura Física*, , 643-661. .

- Calderón A. (2004). Desarrollo de habilidades socioemocionales en la formación de educadores en la sociedad actual. *SciELO Analytics*, 283-309. doi:<https://doi.org/10.17163/soph.n37.2024.09>
- Correal Gutiérrez, M. &. (2024). Habilidades Emocionales y Convivencia Escolar: Un Análisis en Estudiantes de Tercero a Quinto de Primaria. *Ciencia Latina Revista Científica Multidisciplinar*, 1444-1467. [https://doi.org/10.37811/cl\\_rcm.v8i2.10580](https://doi.org/10.37811/cl_rcm.v8i2.10580)
- Cosme, C. L. M. (2023). Fortaleciendo el desarrollo integral de estudiantes de educación básica a través de la transformación de la educación física. [Doctoral dissertation, Universidad El Bosque].
- Cuervo, J. C. (2024). Estrategia pedagógica para promover el desarrollo de la educación. *STEM en el CIEDI de la ciudad de Bogotá*.
- Delval, J. (2000). La educación física en la sociedad contemporánea. Editorial Graó.
- El Boulch, J. (1979). La educación física es la ciencia del movimiento. Editorial Morata
- Fernández-Balboa, J. M. (1993). Aspectos crítico y cívico del rol de los/las profesionales de la educación física y el deporte: conexiones con la política, la economía y el medio ambiente. *Apunts. Educació Física i Esports*, 4(34), 74-82.
- Foucault, M. (2001). *MAS ALLÁ DEL ESTRUCTURALISMO Y LA HERMENÉUTICA*. BUNOS AIRES: Ediciones Nueva Visión SAIC. Tucumán .
- Gil, P., Contreras Jordán, Onofre R, Gómez Barreto (2005). Enfoques actuales de la educación física y el deporte. Retos e interrogantes. *revista iberoamericana de educación*, 225- 256. doi:<https://doi.org/10.35362/rie390811>
- Heckman, J. (2008). Argumentos a favor de la inversión en niños pequeños desfavorecidos. *Informe CESifo DICE* , , 3-8.

- Hernández Aguirre, A. C. (2022). Las habilidades socioemocionales en la educación: una revisión sistemática de la literatura existente sobre el tema. *Revista Electrónica Científica De Investigación Educativa*, 6, e1611. doi:<https://doi.org/10.33010/recie.v6i0.1611>
- Hernández, O. D. (2006). PROYECTO DE VIDA Y DESARROLLO INTEGRAL HUMANO. *Revista Internacional Crecemos*, 1y2
- Hernández, M., Fernández, L., & Baptista, R. (2014). La integración de la educación física en el desarrollo integral. *Revista de Educación Integral*, 12(2), 123–140.
- León, C. (2018). La importancia del desarrollo infantil en la educación. *Revista de Educación*, 30(1), 45–62.
- López-Pereyra, M. A.-H. (2021). El bienestar emocional en las niñas y los niños. *Revista Internacional De Educación Emocional Y Bienestar*, 53–70.  
doi:<https://doi.org/10.48102/rieeb.2021.1.2.14>
- Lucio, J. (1989). Fundamentos de la educación física. Editorial Nueva Sociedad.
- Lleixà Arribas, T. (2003). *Educación física hoy: Realidad y cambio curricular*. Universidad de Barcelona., 15 - 221  
URI: <https://hdl.handle.net/2445/134761>
- Mujica, F. (2019). Análisis crítico de la formación actitudinal en la asignatura de educación física y salud en Chile. *Revista de Estudios y Experiencias en Educación*, 18(38), 151–166.
- Gutiérrez, C. M. O., & Arcos, H. G. A. (2022). La Educación Física como herramienta para la formación integral en estudiantes del Subnivel General Básica. *Revista Arbitrada Interdisciplinaria Koinonía*, 7(2), 326-350.
- Parlebas, P. (1993). educación física moderna y ciencia de la acción motriz. *I Congreso Argentino de Educación Física y Ciencias*, (págs. 129, 146). La plata.
- Pascual, J. (2000). Hacia una educación física integral. Editorial Siglo XXI.

- Pérez, C. E. (2023). La Ecoformación Orientada al Desarrollo Humano integral. *Revista Científica CIENCIAEDUC*, 1-8.
- Popkewitz, T. (1988). Ideología y formación social en la formación del profesorado. Profesionalización e intereses sociales. *Revista de Educación*, 125-149.
- Ramos, A. R. (2014). EDUCACIÓN FÍSICA Y SU RELACIÓN CON LA SALUD EN LA FORMACION INTEGRAL. *REVISTA IBEROAMERICANA DE PSICOLOGÍA DEL EJERCICIO Y EL DEPORTE*, 303 - 322.
- Rodriguez Torres, Á. F. (2020). Beneficios de la actividad física para niños y adolescentes en el contexto escolar. *Rev Cubana Med Gen Integr [online]*, 2.
- Rodriguez, R. (2013). *Curriculum prescrito y curriculum en la acción del área de educación física*. [Tesis doctoral no publicada. Universidad de Los Andes, Mérida]
- Sanmartín, R. C. (2023). La importancia de la educación emocional en la formación integral de los estudiantes. *Ciencia Latina Revista Científica Multidisciplinar*,, 1398-1413. doi:[https://doi.org/10.37811/cl\\_rcm.v7i3.6285](https://doi.org/10.37811/cl_rcm.v7i3.6285)
- Soto, C. L. (2019). Cuerpo, corporeidad y educación.una mirada reflexiva desde la Educación Física. *Dialnet base de datos*, 413-421. doi:<https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=6761710>
- Vygotsky. (1995). *Vygotsky y la formación social de la mente*. Barcelona - Buenos Aires - Mexico: Paidós.
- Vicente, M. (2005). El cuerpo en la educación física: Dialéctica de la diferencia. *Revista Iberoamericana de Educación*, 22(3), 45–60.
- Wertsch, J. v. (1995). *Vygotsky y la formación social de la mente*. Barcelona - Buenos Aires - Mexico: Paidós.