



Revista Arbitrada Venezolana
del Núcleo Costa Oriental del Lago



 **Impacto** *Científico*
Universidad del Zulia

Diciembre 2023
Vol. 18 N° 2

ppi 201502ZU4641
Esta publicación científica en formato digital
es continuidad de la revista impresa
Depósito Legal: pp 200602ZU2811 / ISSN: 1856-5042
ISSN Electrónico: 2542-3207

 **Impacto Científico**

**Revista Arbitrada Venezolana
del Núcleo LUZ-Costa Oriental del Lago**

Vol. 18. N°2. Diciembre 2023. pp. 429-449

La educación física en básica primaria en la escuela pública colombiana

Adriana Lorena Franco Muñoz

*Universidad Metropolitana de Educación, Ciencia y Tecnología.
Panamá.*

 <https://orcid.org/0009-0009-4064-2036>
adrianafranco.est@umecit.edu.pa

Jairo Alberto Flórez Villamizar

*Universidad Metropolitana de Educación, Ciencia y Tecnología.
Panamá.*

 <https://orcid.org/0000-0002-1221-6541>
seruandree@gmail.com

Resumen

El propósito del presente artículo fue enfatizar la educación física en básica primaria y su relevancia en las escuelas oficiales colombianas; para ello se realizó una revisión conceptual de los aspectos primordiales de la educación física en dicho nivel académico y su relevancia en el desarrollo emocional y corporal de los estudiantes. Metodológicamente se utilizó la revisión documental, consistente en la revisión sistemática de fuentes primarias y secundarias en monografías, libros digitales, investigaciones confiables y artículos científicos que muestren relación con el tema a tratar. Los resultados inducen a afirmar que, si bien la educación física contribuye al completo desarrollo del estudiante, esta es considerada una asignatura de menor categoría ya que se tiene el imaginario que no realiza ningún aporte intelectual al estudiante. Asimismo, se evidencia que la falta de profesores formados en el área de educación física para el nivel de primaria, entorpece el correcto desarrollo de los contenidos de la asignatura. También se puede concluir que, en algunas escuelas oficiales colombianas se desconoce la didáctica de la enseñanza de la educación física, razón por la cual las clases se limitan a sesiones de carácter lúdico y recreativo.

Palabras clave: Educación física, básica primaria, importancia, beneficios.

Physical education in primary school in the colombian public school

Abstract

The purpose of this article was to emphasize physical education in primary school and its relevance in Colombian official schools; For this purpose, a conceptual review of the primary aspects of physical education at said academic level and its relevance to the emotional and physical development of students was carried out. Methodologically, the documentary review was used, consisting of the systematic review of primary and secondary sources in monographs, digital books, reliable research and scientific articles that show a relationship with the topic to be discussed. The results lead us to affirm that, although physical education contributes to the complete development of the student, this is considered a lower category subject since it is believed that it does not make any intellectual contribution to the student. Likewise, it is evident that the lack of teachers trained in the area of physical education for the primary level hinders the correct development of the contents of the subject. It can also be concluded that, in some official Colombian schools, the didactics of teaching physical education is unknown, which is why classes are limited to sessions of a playful and recreational nature.

Keywords: Physical education, primary basics, importance, benefits.

Introducción

En Colombia, la educación física se encuentra normada como área obligatoria para los niveles educativos de primaria y media dentro de los lineamientos del Ministerio de Educación Nacional (MEN). En este mismo sentido, la educación física, recreación y deportes puede considerarse como una disciplina elegida para la formación integral de las personas, particularmente si se considera que goza de gran favoritismo entre la población estudiantil (MEN, 2010), especialmente en la primera infancia y los primeros niveles escolares, por cuanto posibilita al niño desarrollar destrezas afectivas, cognitivas y motoras, esenciales para su desarrollo integral.

Al respecto, Renzi (2009) afirma que los niños desarrollan sus competencias motrices cuando descifran las situaciones que le requieren mayor acción motriz y a partir de ello deciden acerca de las labores pertinentes para poder atender de manera acertada la demanda de la situación. Esto implica que el estudiante responda y actúe ante la premisa del momento y de este modo adquiera la confianza de poder afrontar efectivamente las situaciones del día a día.

De igual manera, corresponde también a esta área del conocimiento el autocuidado, las relaciones interpersonales y con el entorno, puesto que el niño puede expresar su espontaneidad y fomentar su creatividad de tal manera que aumente la conciencia de la acción humana a través de su práctica. En este sentido, Gómez (2002) define el logro motriz como la síntesis de la inclinación personal para actuar e interactuar con el medio social y natural. De allí que lo que la apropiación de la conducta motriz coopera en el empleo emocional e inteligente de la corporeidad.

También es importante resaltar que el adecuado desarrollo de las clases de educación física incrementa e induce a la práctica de actividad física (AF), la cual es definida por la Organización Mundial de la Salud (OMS, 2021, s.n) como “cualquier movimiento corporal producido por los músculos esqueléticos, ...”. De igual manera, Escalante *et al.*, (2012, p. 123) considera que “la AF está asociada con numerosos beneficios para la salud. En los niños es fundamental prevenir el sobrepeso y la obesidad”.

Al respecto, diferentes estudios y autores afirman que los bajos niveles de actividad física pueden repercutir en la salud física de los niños, predisponiéndolos a contraer enfermedades crónicas no transmisibles (ECNT) a causa de la inactividad física y el sedentarismo; acentuando que apenas se está sobreviviendo a una pandemia la cual obligó a permanecer en los hogares y llevar trabajo, estudio y vida social frente a una pantalla. Todo esto agrava la situación pues muchos de estos cambios llegaron para quedarse.

Aunado a esto, también se deben mencionar los avances tecnológicos, que aun cuando hacen la vida un poco más fácil, convierten cada día al individuo más inactivo físicamente. Es el caso de los niños quienes ahora prefieren invertir su tiempo libre o de ocio frente a una pantalla; pues esto les resulta más agradable que practicar algún juego tradicional o deporte. Los papeles se han invertido drásticamente, pues hace algunos años las mamás peleaban con sus hijos porque a toda hora querían estar jugando fuera de casa con sus amigos y ahora, la realidad es que difícilmente se pueda lograr que los niños salgan a jugar, ya que pueden conectarse con sus amigos en línea sin necesidad de salir de sus casas.

Teniendo en cuenta que los estudiantes pasan la mayor parte de su día en la escuela, ésta puede representar un entorno adecuado para desarrollar programas destinados a promover la AF en beneficio de la salud Ridgers *et al.*, (2006) y, es allí donde se debe reconocer a la educación física como el medio para lograr dicho objetivo. En este mismo sentido, se ha de reconocer que la práctica de dicha disciplina debidamente planificada, y planteada adecuadamente, puede crear estilos y hábitos de vida saludable y generar en los niños adherencia a la actividad física.

En razón de todo lo antes expuesto, este artículo pretende en primer lugar visualizar la importancia de la educación física en primaria y cómo una sesión de educación física de calidad puede impactar positivamente la vida del estudiante y genera hábitos perdurables.

Metodología

El presente artículo pretende visibilizar la importancia de la asignatura de educación física en el nivel de básica primaria. Para ello, se realizó una revisión documental, la cual consistió en examinar sistemáticamente fuentes primarias y secundarias de monografías, artículos científicos, libros digitales e investigaciones confiables que estén relacionados con el tema a tratar en buscadores o bases de datos tales como las páginas Redalyc, Google Académico y web Scielo con los descriptores: educación física, beneficios e importancia. Así mismo, se consultó la página oficial del Ministerio de Educación Nacional de Colombia y páginas de libros electrónicos como Google Books, lo cual permitió demarcar una gran cantidad de investigaciones a los cuales se aplicó como criterio de inclusión: que se tratara de investigaciones reflejadas en el contexto latinoamericano con principalmente los desarrollados en Colombia, también que fueran estudios avalados por instituciones registradas en el ámbito nacional e internacional, así mismo se tuvieron en cuenta estudios documentados en los últimos cinco años (aunque fueron revisados y tenidos en cuenta algunos estudios con fechas anteriores por su relevancia para la investigación). Los criterios de exclusión se determinaron por aquellos registros que realizaron su intervención en el nivel educativo de secundaria, así como también los que no reflejaron referencias bibliográficas contundentes ni verificables. Es así como en esta revisión fueron elegidas 42 unidades de análisis, las cuales se desarrollan en el presente artículo.

Desarrollo del tema

Educación

El ser humano desde su nacimiento está en un continuo y permanente aprendizaje de sucesos elementales que se adquieren desde el seno materno y el círculo familiar, con el paso del tiempo y con el crecimiento del individuo, la sociedad también viene a ser parte fundamental en dicha instrucción ya que aporta en gran medida a la formación de este. Igualmente, el conocimiento y la educación se adquiere dentro de la escuela que en combinación con la sociedad ayudan a moldear la personalidad de cada individuo.

Lo anteriormente expresado es ratificado por Batista (2006) cuando afirma que la educación es un proceso perenne, desarrollado en distintas esferas, y se da más allá de las instrucciones académicas que estén dedicadas específicamente a la enseñanza. Asimismo, considera que la educación ha estado privilegiada en la sociedad por encima de otros factores sociales y económicos, debido a su importancia como medio para el progreso de la humanidad.

En este sentido, Delors (1996) afirma que la educación es una herramienta para que la sociedad pueda prosperar, agrega también que, se pone a disposición de la sociedad para que sus habitantes puedan tener una vida más armoniosa, sea utilizada como vía para salir de la pobreza, la exclusión y como medio fundamental para luchar contra las opresiones y buscar el fin de las guerras.

Educación en Colombia

La Constitución Política de Colombia (1991), en su artículo 67 manifiesta que, la educación es una función social y un derecho de la persona. Ésta busca el acceso al conocimiento, la ciencia, la técnica y otros bienes y valores culturales. Igualmente, la Ley General de Educación, Ley 115 de 1994 define la educación como un proceso de formación personal, cultural y social que se basa en una concepción integral de la persona humana, de sus derechos y deberes, todo esto con el objetivo de trazar lineamientos y brindar herramientas para poder ofrecer una educación de calidad en el territorio nacional.

Asimismo, la ley antes citada, estructura el sistema educativo en tres tipos de educación, establecidos de la siguiente manera: el primero, la educación formal, que se entiende como la educación que se desarrolla en instituciones competentes y aprobadas, que siguen un plan de estudios conducente a la obtención de grados y títulos académicos. En segunda instancia se encuentra la educación no formal, la cual está orientada a actualizar y complementar el conocimiento académico y profesional, sin que esté directamente vinculado a la obtención de algún grado o nivel. Y, por último, pero no menos importante, se ubica la educación informal, la cual es adquirida a través de medios masivos, tradiciones, espontáneamente adquirido y no constituidos.

La educación formal en Colombia, según el MEN (2022), está estructurada de la siguiente manera, educación inicial la cual es ofrecida a la primera infancia; educación preescolar brindada a los infantes desde los tres años, iniciación el grado de prejardín, luego, jardín dirigido a estudiantes de cuatro años y culmina con transición conducente a niños de cinco años. Luego de esta primera etapa, sigue la educación básica primaria la cual comprende cinco grados y la secundaria con cuatro grados, continúa la educación media, enmarcada por dos grados que culmina con el título de bachiller, y por último la educación superior.

Dentro de los lineamientos del sistema educativo, específicamente en el nivel de básica primaria, comprendida en cinco grados, se encuentran áreas del conocimiento que son obligatorias y fundamentales, las cuales buscan educar al estudiante como un ser integral. Es así como, dentro del currículo se ubican las áreas del núcleo común que brindan al estudiante conocimientos y saberes básicos para poder desarrollarse dentro de la sociedad, y como área fundamental se identifica el área de educación física, recreación y deportes, en la cual se plantea como objetivo el estudio del cuerpo humano para adaptar movimientos y actividades a fin de mejorar su condición física.

Educación física

Como área del conocimiento, la educación física ha sido objeto de estudio por distintos autores y aunque sería imposible presentar una definición global de ella debido a que pueden existir variadas expresiones, esta encierra varios puntos de vista y presenta una amplia gama de conceptualizaciones. De allí que en la búsqueda de unidad de criterios se encuentran autores como Portela (1979, como se citó en Lopategui, 2019) que la definen como el proceso pedagógico que busca maximizar desarrollo óptimo de las potencialidades inmediatas y futuras de una persona. Esto se logra a través de una instrucción establecida y conducente, así como la participación de actividades exclusivamente orientadas al movimiento del cuerpo humano.

Por su parte, Nixon y Jewlet (1980) señalan a la educación física como aquella etapa del proceso educativo que involucra el desarrollo e implementación de las habilidades de desplazamiento voluntario con objetivos definidos, incluidas respuestas directas a las dimensiones emocionales, sociales y mentales. Estas respuestas centradas en el desplazamiento conducen a cambios en el comportamiento estable, lo que lleva a la educación física.

De igual manera, Parlebás (1976, como se citó en Blázquez, 2006), asegura que la educación física es una disciplina de intervención que influye en las conductas motrices de los individuos a fin de cumplir con la normatividad educativa de manera implícitas o explícitas, dicho en palabras más concretas, la educación física puede ser definida como una práctica de intervención. Dicha intervención según Blázquez (2006) puede ser de tipo:

- **Escolar:** su finalidad es perseguir objetivos netamente educativos.
- **De enseñanza:** se supone aprendizaje de contenidos específicos.
- **Obligatoria:** no sólo debe compensar los gustos de los estudiantes que les gusta e interesa el deporte, debe vincular a todos los educandos.
- **Pertinente:** su objetivo es la educación del estudiante a través del movimiento y no propiamente la adquisición de gestos deportivos.
- **Didáctica específica:** debe enseñar desde la didáctica de la educación física y no desde la didáctica deportiva.
- **Buscar el éxito:** debe propender por el desarrollo integral del estudiante.

Teniendo en cuenta que no existe una concepción única acerca de la educación física, Blázquez (2006) señala que dicha área presenta una crisis de identidad y se han producido serias confusiones entre algunos términos relacionados entre sí, como lo son: educación física, deporte, actividad física, debido a que estos tienen como factor común el cuerpo y el movimiento; por lo cual es necesario definir cada una de ellas para dar claridad al respecto. En relación con la educación física, esta es una materia que busca aprendizajes orientados a la formación integral del individuo, el deporte, es de

carácter competitivo y está debidamente reglamentado, en tanto que la actividad física, hace referencia al movimiento del sujeto, el cual puede ser utilizado como medio para obtener beneficios sobre su salud.

En este mismo sentido, para el autor antes citado, la principal finalidad de la educación física, especialmente en primaria, está enfocada en buscar la estructuración de la personalidad del estudiante proporcionando principios básicos de acción motriz. Asimismo, es necesario comprender que el objetivo no es ligar al niño para que se desempeñe en un deporte sino prepararlo para enfrentar situaciones cotidianas que se presentaran en su diario vivir, es así como la educación física goza de características que la soportan como lo es su obligatoriedad al estar definida su intensidad horaria y sus objetivos dentro del currículo escolar, su finalidad es netamente educativa, ya que persigue los objetivos propios de la escuela y por último, es democrática, pues debe abarcar la pluralidad, diversidad, gustos e intereses de todos los estudiantes.

La educación física en Colombia

La educación física ha experimentado cambios importantes con el paso del tiempo. En el pasado tenía un enfoque militar, sin embargo, evolucionó en un enfoque mucho más amplio al transcurrir los años y al ser comprendida la relevancia de la actividad física para la salud y el bienestar físico del individuo. Al respecto, Morales (2014) hace un recuento de acontecimientos que influyeron en la educación física en Colombia. El autor menciona que a finales del siglo XIX e inicios del siglo XX, la educación física en Colombia estaba enfocada principalmente en la preparación militar y la formación de los soldados. En ella la disciplina era esencial en el entrenamiento de las fuerzas armadas y no se le reconocía mucha importancia en el ámbito educativo.

A partir de la década de 1930, logra adquirir mayor reconocimiento en la academia, se establecen las cátedras de educación física en escuelas normales, y se promovió su inclusión dentro del currículo educativo de básica primaria y secundaria. Luego, durante gran parte del siglo XX esta área del conocimiento es enfocada desde el deporte; en el año 1968 mediante el Decreto 2743 de ese mismo año es creado Coldeportes, entidad gubernamental encargada de la administración del deporte, la recreación, la actividad física y el aprovechamiento del tiempo libre, que más tarde, año 2020, dio paso al Ministerio del Deporte. Con la creación de Coldeportes se promueve y reglamenta la ejecución de distintas especialidades deportivas a nivel escolar, intercolegial y nacional. Luego, en los años setenta se empieza a ampliar el enfoque más allá de lo deportivo, puesto que se comienza a considerar la importancia del movimiento y la actividad física para el desarrollo general de los educandos, es en este momento cuando se incorporan dentro de los programas educativos actividades expresivas, recreativas y de acondicionamiento físico.

Es así como, a comienzos de 1990 se muestra una perspectiva más inclusiva donde se da importancia a los valores y el impulso de los estilos de vida saludable, y dentro de ello se mencionan la higiene, nutrición y la prevención de enfermedades. En el 2000,

continúan cambios vertiginosos donde a la educación física se le otorga una visión holística, esta comienza con la promoción del bienestar social y emocional, asimismo, se le otorga una elevada importancia de la salud física. Dentro de los currículos y planes de estudio académicos se dan enfoques donde las habilidades para la vida, tales como el trabajo en equipo, la comunicación y el liderazgo tienen un lugar privilegiado. A finales de la primera década del 2000, se hace mayor énfasis en incluir en los programas de educación y actividad física a las personas con algún tipo de discapacidad.

En este contexto, el MEN en conjunto con instituciones de educación superior crea el documento 15 (MEN, 2010), el cual presenta orientaciones pedagógicas para el área de educación física, recreación y deportes; este documento tiene como propósito fundamental ofrecer referentes de calidad para que los docentes puedan desarrollar su práctica educativa, de esta manera, dicho instrumento busca orientar el diseño de planes de estudio y se constituye como principal referente para la enseñanza de esta área del conocimiento que tiene como objetivo principal la mejora de la condición física, a partir del movimiento que generen beneficios a nivel emocional, físico y mental del individuo.

Además, según lo afirmado en el documento 15 la educación física no solo debe promover el desarrollo motor, sino también debe prestarle atención al autocuidado, las relaciones sociales y al comportamiento con el entorno, de allí que se formulen las siguientes competencias dentro del área: la competencia motriz, la expresiva corporal y la axiológica corporal. Todas estas competencias dan cuenta de la formación integral para el estudiante desde distintos puntos que convergen entre sí, como la convivencia, la paz y el desarrollo humano. Aspectos que si se revisan tienen un vínculo con el cuerpo humano y la razón de ser y existir en el mundo.

En este contexto, al área de la educación física, recreación y deportes le corresponde formar estudiantes capaces y competentes para vivir humanamente, tomando como referencia el movimiento, el juego y las dimensiones antropológicas del cuerpo. Desde el juego se motiva la creatividad humana y desde lo corporal la posibilidad de ser, actuar y estar en el mundo.

Competencias específicas de la educación física, recreación y deporte

El documento 15 emanado por el Ministerio de Educación colombiano establece disposiciones pedagógicas para la instrucción de la educación física, en él se plantean tres competencias específicas para dicha área del conocimiento, resaltando un enfoque integral del ser humano, estas son:

La competencia motriz

Se entiende como competencia motriz el impulso de destrezas corporales autónomas, capacidades físicas y técnicas de movimiento que se reflejen en conocimientos y habilidades útiles para afrontar con creatividad y eficiencia el desarrollo propio y las cambiantes demandas del entorno más próximo.

La competencia expresiva corporal

Es el conjunto de conocimientos sobre uno mismo (sentimientos, emociones e ideas), así como estrategias para regularizar la emoción desarrollando la habilidad de liberar tensiones, superar miedos, aceptar su propio cuerpo a través de la expresión y representación adaptable, creativa y eficiente de generar posturas, gestos, espacios e intensidades con el fin de comunicarse e interactuar con los demás.

La competencia axiológica corporal

Esta competencia es concerniente con los valores definidos como vitales, técnicas y conocimientos adquiridos mediante actividades físicas en las que se propende crear estilos de vida, que fomentan el cuidado y preservación del cuerpo humano. También se interrelaciona con el respeto hacia el medio ambiente.

En este sentido, se puede observar que el perfeccionamiento de las capacidades propias del área de educación física busca el desarrollo integral del educando, entendiendo el cuerpo como un todo, creando estilos de vida donde las emociones y la adaptación al medio son importantes para su desenvolvimiento dentro del entorno en el cual interactúa.

Educación física en primaria

Con el transcurrir del tiempo la educación física ha sufrido cambios vertiginosos en su enfoque y modelo de enseñanza. En sus inicios dicha área del conocimiento se centraba en la instrucción física y la formación militar; en la actualidad, ha evolucionado desde una visión más amplia e inclusiva donde se promueve la salud emocional y física, la obtención de prácticas saludables para la vida y la inclusión de todas las personas, especialmente aquellas con algún tipo de discapacidad.

Es así como el Ministerio del Deporte en Colombia (2023) en conjunto con el Ministerio de Educación han aunado esfuerzos para implementar estrategias donde se vincule el deporte como herramienta de la construcción de la sociedad visualizando la educación física como pilar fundamental en el desarrollo integral del individuo y la señalan como herramienta de preservación de la salud física y mental.

Actualmente, la educación física, específicamente en primaria, juega un papel primordial en la formación integral de los niños, teniendo en cuenta que la correcta práctica de ella desarrolla en los estudiantes habilidades motrices y puede llegar a crear hábitos y estilos de vida saludable, es decir, desde edades tempranas se puede generar adherencia a la actividad física usando como medio esta área del conocimiento.

Lo anteriormente mencionado lo ratifican Chaparro *et al.*, (2020) al referir que esta asignatura va más allá de realizar movimientos y hacer ejercicios, puesto que ayuda al desarrollo de las habilidades y competencias individuales y al trabajo en equipo, de igual forma, puede ser transversalizada con distintas áreas del conocimiento, para desarrollar así una formación integral del estudiante.

En este mismo sentido, Ruiz (1987, como se citó en Granda, 2002) señala que, en los años iniciales de la vida escolar, es decir entre los 6 y 12 años, se genera gran variedad de prácticas motrices y una notoria ampliación en el desarrollo motor y es precisamente un buen instante para que los niños participen en actividades motrices en general para mejorar sus habilidades motrices básicas.

De acuerdo con los referentes anteriormente expuestos, es de reconocer cada uno de los beneficios que aporta esta área del conocimiento al desarrollo de las habilidades motrices e intelectuales del estudiante, así como también le permite crear hábitos que perduraran durante su vida, es decir, promueve su desarrollo integral.

Importancia de la educación física

Las orientaciones pedagógicas de la educación física, recreación y deporte afirman que es un área del conocimiento que goza de privilegio al fomentar el desarrollo integral del estudiante, es decir, no solo se encarga de desarrollar el intelecto, sino que, además, se preocupa por el ser, el cuerpo y la mente del individuo a través del movimiento; es así que se atreven a señalar que su crecimiento y aceptación cada día va en aumento dentro de la comunidad educativa.

En este sentido, Rigal (2006) enfatiza la importancia de esta área del conocimiento teniendo en cuenta que ella busca la mejora de las conductas motrices, que serán utilizadas por el individuo a lo largo de su vida; menciona también que, si bien su función no es el desarrollo intelectual del estudiante, desde la interdisciplinariedad del área, la educación física sirve como apoyo para lograr los objetivos propuestos.

Asimismo, Fernández (2009), menciona que esta asignatura ayuda a los niños a expresar y experimentar su naturalidad, desarrollar su creatividad y, sobre todo, a aprender a valorarse y respetarse a sí mismos y a los demás, es decir, promueve el desarrollo integral del educando. Por su parte Cera *et al.*, (2015) afirman que la educación física como asignatura ayuda a mejorar la capacidad de socializar de los jóvenes, al permitirles ver esta asignatura como el medio de goce en el ámbito escolar,

sin dejar de lado el desarrollo de las competencias propias del área ya que ofrece al estudiante la posibilidad de desenvolverse libremente en un espacio distinto al de las demás asignaturas.

Por tanto, se puede afirmar que la educación física es relevante en aspectos físicos y psicológicos del estudiante, los cuales le ayudaran al desarrollo de su aprendizaje y habilidades blandas, lo que sin duda beneficiará los retos que encuentren en su cotidianidad. Al respecto Moreno *et al.*, (2012) afirman que la educación física es la base para que el alumno explore su inteligencia y motricidad en busca de la adquisición de estilos para el avance dentro de su proceso de aprendizaje. Es así como se puede considerar que desde la educación física se puede lograr una educación integral para el estudiante puesto que en el desarrollo de esta asignatura se abarcan diferentes aspectos del ser humano como son los motrices, emocionales, cognitivos, entre otros.

Beneficios de la educación física

Son muchos los beneficios que a cualquier edad puede llegar a producir el ejercicio físico cuando es practicado; desde el punto de vista de salud mejora la condición física; desde la dimensión psicológica llega a identificar el alcance de las posibilidades y limitaciones personales, así como también la adaptación al medio. En este sentido, para González (2011) desde la educación física el estudiante puede alcanzar estilos de vida saludable, ser consciente de la importancia de los valores en el deporte e interiorizar contenidos y conocimientos propios de distintas áreas del conocimiento. De este modo, la educación física en primaria aporta beneficios en etapas posteriores al proceso de su aprendizaje, así como también durante la vida cotidiana del estudiante.

En el proceso de generación y adquisición de hábitos, el docente debe crear ambientes que inviten a los estudiantes al éxito de los objetivos escolares, por tal motivo Moreno *et al.*, (2013) manifiestan que un aspecto que debe ser relevante es conocer los beneficios y consecuencias positivas presentadas al realizar regular y sistemáticamente actividad física en el transcurso de la vida, y desde allí generar hábitos y estilos de vida saludable.

De igual modo, Baena *et al.*, (2014) coinciden y reafirman que la educación física coadyuva a la generación de hábitos saludables desde la práctica de la actividad física y el aprovechamiento del tiempo libre, lo que conlleva al mejoramiento del desarrollo personal y social. Gracias a dicha adherencia a la actividad física desarrollada desde la educación física se pueden prevenir y reducir problemas de salud.

En relación con la afirmación anterior, Bustamante (2017) es enfático al aludir que la educación física contribuye a la prevención y reducción de las enfermedades crónicas no transmisibles y el consumo de sustancias psicoactivas, así como también

reduce los riesgos psicosociales ya que, al hacer buen uso del tiempo libre, mitiga los niveles de sedentarismo y permite la adquisición de hábitos saludables y de higiene.

Teniendo en cuenta las anteriores afirmaciones, sería correcto mencionar que desde esta área del conocimiento se puede mejorar la calidad de vida del estudiante, definida por la OMS, como la forma en que una persona distingue el lugar que ocupa en el entorno cultural y el sistema de valores en el cual convive. Todo ello, según Jürgens (2006) en relación con las expectativas, criterios y objetivos reflejados en su salud mental y física y, en la capacidad de independencia y criterio que puede llegar a adquirir el estudiante.

Por otra parte, también se encuentran resultados favorables entre el rendimiento académico y la práctica regular de AF, como lo afirman Sánchez y Andreo (2015) al mencionar que estas dos variables están relacionadas directamente, puesto que después de la intervención de su estudio concluyen que los estudiantes a los que se les ofertó mayor intensidad horaria en las clases de educación física obtuvieron mejoras considerables en su rendimiento académico, así como también, en su comportamiento y salud frente a otros alumnos quienes no tuvieron dicha intervención.

Asimismo, otros estudios como el realizado por González y Portolés (2014) han aseverado que los jóvenes que usualmente practican algún deporte o realizan actividad física fuera de su jornada escolar presentan resultados académicos significativos en las asignaturas matemáticas, lengua y educación física. Por su parte, Pinto y Martínez (2019) ratifican que romper los estados sedentes mediante la práctica de actividad física dentro del aula, puede resultar una excelente estrategia en busca del progreso académico de los estudiantes y al mismo tiempo representa mejoras en su calidad de vida.

Teniendo en cuenta las anteriores afirmaciones, es preciso aseverar que si bien, seguramente en el futuro no todos los estudiantes que reciben clases de educación física adecuadas para su edad van a ser deportistas de alto rendimiento, muy probablemente sí creará hábitos saludables y adherencia a la actividad física, lo cual se verá reflejado en su calidad de vida tanto a nivel corporal como mental; por lo que los múltiples beneficios que ofrece esta área del conocimiento pueden ser enmarcados en el desarrollo integral del individuo.

Contenidos a enseñar en educación física en primaria

La etapa escolar es de vital importancia para el desenvolvimiento social, físico, emocional y afectivo de los estudiantes. Una correcta ejecución de la planificación de las sesiones de educación física coadyuva a dejar huella en cada uno de esos aspectos para que sea perdurable y socialmente significativo. También puede ser el medio para generar nuevos aprendizajes en otras áreas del conocimiento; es por ello como la

enseñanza desde esta asignatura debe tener un correcto enfoque y dirección para el desarrollo integral del niño.

Al respecto, Giráldez (2020) menciona que es preciso realizar más investigación dirigida a cuantificar y definir la actividad física necesaria en infantes para lograr crear hábitos en la práctica deportiva o bien, a crear estilos de vida saludable y, de este modo proponer líneas de trabajo. En este sentido, lograr la adherencia al ejercicio involucra varios factores en el ámbito escolar y extraescolar. González *et al.*, (2018) señalan que es un gran reto para los docentes de esta área lograr dichos objetivos puesto que en la mayoría de los currículos escolares se cuenta sólo con una hora semanal para tal fin, por lo cual el profesor, debe motivar y fomentar el compromiso del estudiante con sus hábitos de práctica deportiva regular y de actividad física más allá de la academia.

Además de esto, los contenidos abordados desde la educación física deben integrarse y propender a desarrollar las diferentes inteligencias múltiples propuestas por Gardner (2011), con principal énfasis en la inteligencia interpersonal, intrapersonal y la kinésico-corporal, sin dejar de lado la lógico-matemática, naturalista, musical y visoespacial.

Giráldez *et al.*, (2019) aluden que esta asignatura incide considerablemente en aspectos psicológicos y psicosociales, puesto que por medio de la ejecución de AF se potencializa favorablemente la motivación intrínseca, la autoconfianza, la empatía, la tolerancia y la autoestima. Asimismo, lo ratifica Jaramillo y Sevilla (2006) al añadir que las metas propuestas en educación física apuntan al desarrollo de la autonomía, el liderazgo, el equilibrio, la destreza física y la interacción grupal.

Respecto a todo lo anteriormente desarrollado, relacionado con la evolución psicomotriz del estudiante, Cechini *et al.*, (2016) argumentan que se deben realizar actividades mediadas por el juego que permitan al estudiante mejorar las posibilidades de trabajo con su cuerpo, actividades donde puedan desarrollar habilidades motrices básicas como la carrera, marcha, saltos, lanzamientos, giros, entre otros, lo que permitirá sentar las bases para posteriores aprendizajes.

Junto a las habilidades anteriormente mencionadas, Pérez (2011) indica que es necesario incluir el trabajo de factores psicomotrices que ayuden al aprendizaje de técnicas superiores, esto hace referencia a la coordinación viso manual y viso pédica, así como también, la lateralidad, respiración, relajación, equilibrio estático y dinámico, la orientación y localización espacial, entre otros. Para el autor en referencia, la armonía de dichos aspectos moldeará niños capaces de desarrollar su capacidad motriz de manera eficaz, al tener el conocimiento sobre el comportamiento, habilidades, destrezas y limitaciones de su propio cuerpo.

Por su parte, López (2017) resalta la importancia del desarrollo de las capacidades físicas (fuerza, resistencia, velocidad, flexibilidad) como también las derivaciones que de ella se desprenden como lo son la velocidad de reacción, velocidad de desplazamiento y la resistencia aeróbica, todas las anteriores, a fin de mejorar su condición física y por ende la salud del educando.

A su vez, Fernández *et al.*, (2018) recalcan la importancia de inculcar los valores, la ética y la moral a los estudiantes como individuos que hacen parte de una esfera social. Asimismo, mencionan que dentro de los objetivos del área los docentes deben trabajar los valores desde la práctica motriz potenciando la empatía, el altruismo, el compañerismo, saber ganar y saber perder, la resiliencia, la cohesión grupal, el respeto de la naturaleza y de los animales, juego limpio, frustración, entre otros, así como el trabajo de la responsabilidad personal y social. Al respecto, Urrea *et al.*, (2023) menciona que para alcanzar el desarrollo integral del niño y tolo lo que acontece a nivel técnico, táctico y físico, se debe tener relación interdisciplinaria y multidisciplinaria con otras áreas del conocimiento.

En este sentido, es importante señalar que la enseñanza de todos los contenidos debe basarse en la actividad práctica y la experimentación a través del juego. Además, debe planificarse adecuadamente el espacio, los materiales y el tiempo, especialmente para crear espacios que generen aprendizajes significativos. Asimismo, no hay que olvidar que, desde la educación física es posible lograr una educación global en el individuo en la que ningún aspecto es dejado al azar, para lo cual es necesario considerar el cuerpo y la mente como una sola unidad. Por lo tanto, la educación física no debe ser considerada de menor categoría frente a las disciplinas intelectuales, sino que, por el contrario, debe existir un nivel de paridad entre ellas, ya que al lograr transversalizarlas se ayudaran una a la otra en el desarrollo de metas más ambiciosas y de logros cada vez más complejos.

Estatus de la educación física

En esta investigación, si bien se da a conocer la importancia que tiene la educación física en el nivel educativo de primaria y como contribuye favorablemente en el desarrollo general del niño, también presenta su estatus actual frente a otras áreas del conocimiento. Sin embargo, cabe resaltar que, ha existido una lucha histórica para darle el reconocimiento necesario a dicha asignatura ya que por años ha estado desvalorizada. Así, por ejemplo, Kirk (1990) afirma que “por definición, las ocupaciones “no intelectuales” que abarca la actividad física, no pueden ser educativas” (p. 61).

En este sentido, Sáenz (1997) menciona que dentro del ámbito educativo se tiene la creencia que la disciplina intelectual muestra superioridad frente a la ejecución de actividad física, lo que le lleva a afirmar que una de las posibles causas del bajo estatus de la educación física es que ésta se considera de menor nivel en relación con otras asignaturas que desarrollan el intelecto del estudiante y son consideradas asignaturas superiores.

Por su parte, Pastor (2001) es tajante al afirmar que los contenidos impartidos desde el área de educación física en los diferentes niveles educativos no son relevantes ni aportan significancia para la vida profesional y personal del estudiante comparado

con los aprendizajes de otras áreas. Es así como se evidencia una jerarquización de las asignaturas lo cual sitúa a la educación física en el último lugar. A su vez Torres (2004) evidencia su preocupación al saber que la globalización exige competitividad de la sociedad, razón por la cual los padres de familia quieren para sus hijos carreras profesionales que le garanticen una buena situación económica, es así como su inclinación prioriza las asignaturas que proyecten mayores perspectivas laborales.

En contraste con las anteriores afirmaciones también hay que decir que el trabajo desde esta área del conocimiento ayuda a los estudiantes a despertar su sensibilidad, su expresión y su actividad lúdica, así como a desarrollar las competencias básicas, al permitirles fortalecerse, manejar sus emociones frente al éxito y al fracaso; al mismo tiempo que, tener la destreza de manejar dinámicamente el tiempo y el espacio y asumir retos que exigen esfuerzos superiores para dar respuesta a situaciones cotidianas. En concordancia con lo anterior, Cagigal (1979) defiende la educación física como una ciencia que implica mucho más que hacer ejercicio físico para la salud.

Sin embargo, todo lo anteriormente planteado pareciera no ser suficiente, puesto que, en el caso particular de Colombia, Camacho (2004) señala que, dentro del plan de estudios, al área de educación física para primaria se le otorga la ineficiente intensidad de dos horas semanales por grado, lo cual se convierte aproximadamente en cuarenta horas anuales que, por distintos motivos como días festivos y otras actividades académicas, casi nunca se llegan a efectuar. Además, agrega dicho autor que dentro de los círculos familiares existe la creencia que la educación física es una materia fácil donde a lo único que se dedican sus hijos es a jugar.

Otra de las causas de la desvalorización de la educación física radica en que una gran parte de instituciones educativas oficiales, principalmente en las rurales, no se cuenta con docentes especializados para orientar la asignatura en primaria. Al respecto Palacios (2020) alude que:

Los docentes que dictan esta asignatura en este nivel son docentes monogrados que en muchos casos no conocen lo significativo de los contenidos de la asignatura de educación física y en algunos casos solo orientan la educación física hacia el deporte lo cual deja por fuera los aspectos referidos a la socialización y convivencia (p. 32).

En este sentido, Crum (2012) destaca que al nefasto panorama de la educación física se le suma la baja calidad de los docentes que orientan la asignatura, puesto que como se mencionó anteriormente, esta asignatura está a cargo del docente titular del grado, el licenciado o docente normalista quien dentro de su formación profesional ha sido preparado para orientar las asignaturas presentes dentro del currículo de tal nivel educativo. Ahora bien, sin ánimo de desmeritar la praxis docente colombiana, se debe reconocer que ellos no conocen la didáctica y la importancia de dicha asignatura, por lo que la mayoría de las clases son de carácter lúdico o recreativo cuando se desarrollan, y, además, desconocen por completo innumerables beneficios que puede conllevar la adecuada enseñanza de la educación física en edades tempranas.

A su vez, Gallo (2010) considera que otra causal del bajo estatus de la educación física es la falta de unidad de criterio y definición que existe en el concepto de esta, por lo cual tampoco son claras las metas y objetivos que pretende la asignatura; razón por la cual Berdugo y Luna (2011) señalan que debido a la poca importancia que en el contexto educativo se le da a la educación física, muchos dudan de los posibles aportes que le puede otorgar a las demás áreas del conocimiento.

Es de reconocer que la asignatura en mención no es evaluada en las pruebas estandarizadas nacional ni internacionalmente, puesto que se tiene la concepción que es una materia de menor nivel, razón por la cual el docente llega a prestarle más atención a las áreas del conocimiento evaluables. Ante ello, Medina (2022) alude que los profesores actúan de esta manera, ya que sienten que también son sujetos de evaluación de acuerdo con los resultados que los estudiantes muestren en dichas pruebas. Por tal motivo, se ha perdido su autonomía dentro del aula pretendiendo responder a los lineamientos curriculares y las exigencias gubernamentales.

Finalmente, es preciso afirmar que, sin duda alguna, la educación física aporta en el desarrollo integral del estudiante, pero se encuentra infravalorada por la comunidad educativa al considerar que intelectualmente no le ofrece nada al niño. En consecuencia, es un reto para los docentes especializados en el área, realizar más investigación al respecto y visibilizar la educación física como área integral para de este modo lograr una paridad entre todas las áreas del conocimiento.

Conclusiones

El estado actual de la enseñanza de la educación física en el nivel de primaria, presenta debilidades puesto que, los docentes que la orientan no tienen la formación específica y en algunos de los casos desconocen la didáctica propia de la asignatura por lo cual en su gran mayoría las sesiones de clase son de carácter lúdico o recreativo.

La educación física correctamente planificada y ejecutada en la básica primaria puede ser el medio para lograr que los estudiantes creen la adherencia a la actividad física lo cual representará a futuro adultos saludablemente activos.

Son múltiples los beneficios a nivel mental y corporal que representa la practica regular de la educación física y como desde ella es posible coadyuvar las diferentes áreas del conocimiento.

El área de educación física es considerada de menor categoría frente a otra asignatura lo que representa un gran reto para los docentes del área, para realizar más investigación al respecto y seguir visibilizando las bondades de la educación física y de este modo lograr una horizontalidad entre las áreas del conocimiento.

Declaración de conflicto de intereses

En la elaboración del presente artículo ninguno de los autores tiene algún tipo de conflicto e interés aparte del académico que incida en el plano personal o ajenos a la voluntad de los autores, que se deriven en actos de falta de conducta moral o valores distintos a los que afecten la ética y moral de la presente investigación.

Referencias bibliográficas

Baena, A., Granero, A., Sánchez, J., y Martínez, M. (2014). Modelo predictivo de la importancia y utilidad de la Educación Física. Cuadernos de Psicología del Deporte, 14(2), 121-130.

Batista, L. (2006). Ensayo: Educación y desarrollo humano. Revista Enfermería en Costa Rica. 27(1) <https://www.binasss.sa.cr/revistas/enfermeria/v27n1/7.pdf>

Berdugo, A. y Luna, E. (2011). El aporte de la educación física al desarrollo de algunas competencias básicas de las ciencias sociales, matemáticas y ciencias naturales a cursar en el grado quinto de la educación básica primaria. [Tesis de pregrado], Universidad del Valle. Santiago de Cali.

Blázquez Sánchez, D. (2006). La educación física. Editorial INDE. <https://elibro.net/es/lc/umecit/titulos/177894>

Bustamante, M. (2017). Desvalorización del área de educación física. [Tesis de grado], Universidad San Buenaventura, Medellín, Antioquia.

Cagigal, J. (1979). Cultura intelectual y cultura física. Editorial KAPELUSZ

Camacho, C. (2004). Programas de educación física para la básica primaria. Editorial Kinesis. Armenia, Quindío.

Cechini, J., Fernández, L. y Pallasá, M. (2016). La precisión del movimiento imaginado y la recepción de balón en niños. Revista Internacional de Medicina y Ciencias de la Actividad Física y del Deporte, (62), 297-315. <https://doi.org/10.15366/rimcafd2016.62.008>

Cera, E., Almagro, B., Conde, C. y Sáenz, P. (2015). Inteligencia emocional en educación física en secundaria. Retos: Nuevas tendencias en Educación Física, Deporte y Recreación (27) 8-13

Chaparro, S., Jaimes, G. y Noy, M. (2020). La educación física en la básica primaria. Revista Digital: Actividad Física Y Deporte. 6(2):195-201. <https://doi.org/10.31910/rdafd.v6.n2.2020.1576>

Constitución Política de Colombia. (1991). Artículo 67. [Archivo PDF]. <https://minciencias.gov.co/sites/default/files/upload/reglamentacion/ConstitucionPoliticaColombia-1991.pdf>

Crum, B. (2012). La crisis de identidad de la educación física: Diagnóstico y explicación. *Educación Física y Ciencia* (14), 61-72. https://www.memoria.fahce.unlp.edu.ar/art_revistas/pr.5667/pr.5667.pdf

Decreto 2743 de 1968. [Ministerio de Educación Nacional]. Por el cual se crean el Consejo Nacional y el Instituto Colombiano de la Juventud y el Deporte. 16 de noviembre de 1968. Diario oficial 32662, miércoles 4 de diciembre de 1968. Bogotá, Colombia.

Delors, J. (1996). La educación encierra un tesoro. Informe a la UNESCO de la Comisión Internacional sobre la Educación para el siglo XXI (compendio). Ediciones UNESCO. https://unesdoc.unesco.org/ark:/48223/pf0000109590_spa

Escalante, Y., Backx, K., Saavedra, J., Garcia-Hermoso, A. y Domínguez, A. (2012). Play area and physical activity in recess in primary schools. *Kinesiology*, 44(2), 123-129. https://www.researchgate.net/publication/259453457_Play_area_and_physical_activity_in_recess_in_primary_school

Fernández, J. (2009). La importancia de la educación física en la escuela. *efDeportes.com Revista digital*, 13(130). <http://www.efdeportes.com/efd130/la-importancia-de-laeducacion-fisica-en-la-escuela.htm>

Fernández J., Jiménez, M. y Fernández, J. (2018). Deporte e inclusión social: Aplicación del programa de responsabilidad personal y social en adolescentes. *Revista de Humanidades*, (34), 39-58. <https://doi.org/10.5944/rdh.34.2018.19209>

Gallo, L. (2010). Los discursos de la educación física contemporánea. Editorial Kinesis. Armenia.

Gardner, H. (2011). *Frames of mind: The theory of multiple intelligences*. New York: Basic Books.

Giráldez, V., Zurita, F., Padiá, R. y Castro, M (2019). Association between Level of Empathy, Attitude towards Physical Education and Victimization in Adolescents: A Multi- Group Structural Equation Analysis. *Int. J. Environ. Res. Public Health*, 16, 2360.

Giráldez, V. (2020). ¿Cómo debe ser el trabajo de educación física en educación infantil? Retos: Nuevas tendencias en educación física, deportes y recreación, 37, 588- 596. <https://recyt.fecyt.es/index.php/retos/article/view/74177>

Gómez, R. (2002). La enseñanza de la educación física en el nivel inicial y el primer ciclo de la EGB: una didáctica de la disponibilidad corporal. Buenos Aires: Stadium.

González, E. (2011). Beneficios de la educación física y el deporte en los escolares. *Innovación y experiencias educativas*, 39, 1-9. https://archivos.csif.es/archivos/andalucia/ensenanza/revistas/csicsif/revista/pdf/Numero_39/ENRIQUE_GONZALEZ_SANCHEZ_01.pdf

González, J. y Portolés, A. (2014). Actividad física extraescolar: Relaciones con la motivación educativa, rendimiento académico y conductas asociadas a la salud. *Revista Iberoamericana de psicología del ejercicio y el deporte*, 9(1), 51-65.

González, G., Bores, D., Hortigüela, D. y Barba, R. (2018). Adherencia a un programa de ejercicio físico en los ámbitos educativos y extraescolar. *Apunts*, (134), 39-54. [http://dx.doi.org/10.5672/apunts.2014-0983.es.\(2018/4\).134.03](http://dx.doi.org/10.5672/apunts.2014-0983.es.(2018/4).134.03)

Granda, J. (2002). Aprendizaje motor una perspectiva educativa. Barcelona Paidós.

Jaramillo, L. y Sevilla, E. (2006). La ley más fuerte: sentidos que configuran la educación como un proceso de exclusión. *Educación física y ciencia*, 8, 1-17 <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=439942650010>

Jürgens, I. (2006). Práctica deportiva y percepción de calidad de vida. *Revista Internacional de medicina y ciencias de la actividad física y del deporte*, 6 (22), 62- 74.

Kirk, D. (1990). Educación física y curriculum. Valencia: Universitat de Valencia.

Ley 115 de 1994. Por la cual se expide la Ley General de Educación. 08 de febrero de 1994. República de Colombia.

López, D. (2017). Evaluación y desarrollo de la condición física en niños preescolares. [Tesis Doctoral], Universidad de Jaén. <https://ruja.ujaen.es/bitstream/10953/943/7/9788491592143.pdf>

Lopategui, E. (2019). Recreación, educación física, deportes y ejercicio. *Saludmed*, 1-31

Medina, O. (2022). Campo educativo, práctica docente y políticas educativas en Colombia. *Praxis*, 19(2), x1-13 <https://doi.org/10.21676/23897856.4470>

Ministerio de Educación Nacional (MEN, 2010). Orientaciones pedagógicas para la educación física, recreación y deportes [Archivo pdf]. https://www.mineducacion.gov.co/1759/articulos340033_archivo_pdf_Orientaciones_EduFisica_Rec_Deporte.pdf

Ministerio de Educación Nacional. (MEN, 15 de marzo de 2022). Sistema Educativo colombiano. <https://www.mineducacion.gov.co/portal/Preescolar->

basica-y-media/Sistema-de-educacion-basica-y-media/233839:Sistema-educativo-colombiano#:~:text=El%20sistema%20educativo%20colombiano%20lo,)%2C%20y%20la%20educaci%C3%B3n%20superior.

Ministerio del Deporte. (20 de mayo de 2023). Colombia potencia de la vida. #la Ruta del Cambio Facebook. https://m.facebook.com/story.php?story_fbid=pfbidovPNUxUvQLa78cSzuixUSi5yHfMs15sAbVEtskaqS4kGuSNwoNDajuHnfHUGuQxCdl&id=100064638884359&sfn sn=scwspwa&mibextid=RUBz1f

Morales, C. (2014) Una mirada a la Educación Física en Colombia. efDeportes.com Revista digital. Buenos Aires. <https://www.efdeportes.com/efd190/la-educacion-fisica-en-colombia.htm>

Moreno, A., Campos, M. y Almonacid, A. (2012). Las funciones de la educación física escolar: una mirada centrada en la justicia social y la reconstrucción del conocimiento. *Estudios pedagógicos*. 38(1), 13-26.

Moreno, J., Zomeño, T., Marín, L., Ruíz, L. y Cervelló, E. (2013). Percepción de la utilidad e importancia de la educación física según la motivación generada por el docente. *Revista de Educación*, 362, 380-401.

Nixon, J. E. y Jewett, A. E. (1980). *An Introduction to Physical Education* Philadelphia. Saunders College Publishing. 7, 68-77.

Organización Mundial de la Salud. (OMS, 26 de noviembre de 2021). ¿Qué es la actividad física? <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/physical-activity>

<https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/physical-activity#:~:text=La%20OMS%20define%20la%20actividad,el%20consiguiente%20consumo%20de%20energ%C3%ADa.>

Palacios, C. (2020). Programa de formación didáctica de la educación física para los procesos de enseñanza en las instituciones educativas de básica primaria en Colombia [Tesis doctoral], Universidad Metropolitana de Educación, Ciencia y Tecnología, UMECIT. Panamá

Pastor, J. (2001). El análisis como proceso eficaz para la definición de las actividades y de la intención educativa en educación física base. *La Enseñanza de la Educación Física y el Deporte Escolar*. 76-86.

Pérez, M. (2011). *Psicomotricidad: etapas en la elaboración del esquema corporal en educación infantil*. Pedagogía Magna, (11), 360-365.

Pinto, T. y Martínez, O. (2019). Diez minutos de actividad física interdisciplinaria mejoran el rendimiento académico. *Apunts. Educación Física y Deportes*. 138, 82-94 [https://dx.doi.org/10.5672/apunts.2014-0983.es.\(2019/4\).138.07](https://dx.doi.org/10.5672/apunts.2014-0983.es.(2019/4).138.07)

Renzi, G. (2009). Educación Física y su contribución al desarrollo integral de los niños en la primera infancia. *Revista Iberoamericana de Educación*, ISSN:

1681-5653, 50 (7) 1 – 14. https://www.researchgate.net/publication/38291652_Educacion_Fisica_y_su_contribucion_al_desarrollo_integral_de_los_ninos_en_la_primera_infancia

Ridgers, N, Stratton, G. y Fairclough, S. (2006). Niveles de actividad física de los niños durante el tiempo de juego escolar. *Medicina deportiva*, 36(4), 359–371.

Rigal, R. (2006). Educación motriz y educación psicomotriz en Preescolar y Primaria. INDE.

Saénz, P. (1997). La educación física y su didáctica. Manual para el profesor. Sevilla: Wanceulen.

Sánchez, B. y Andreo, M. (2015). Influencia de la actividad física extraescolar en el rendimiento académico de los escolares. *EmásF, Revista Digital de Educación Física*, 35, 28-35. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=5391125>

Torres, J. (2004). Análisis del estatus de la Educación física en la enseñanza primaria. [Tesis doctoral], Universidad de la Rioja.

Urrea Cuéllar, A., Gutiérrez Carmona, C. y Barbosa Granados, S. (2023). Presencia curricular de la asignatura de psicología del deporte en planes de estudio de Psicología y Educación Física, en Colombia. *Praxis*, 19(2), 1-13. <https://doi.org/10.21676/23897856.3911>