

# Eficacia de Metodologías Activas en el Aprendizaje de Habilidades Deportivas en la Educación Superior.

Effectiveness of Active Methodologies in Learning Sports Skills in Higher Education.

Argimiro Velázquez González<sup>1</sup>  

## INFORMACIÓN DEL ARTÍCULO

### Historial del artículo

Recibido el 25 de septiembre de 2024

Aceptado el 30 de octubre de 2024

Publicado el 30 de octubre de 2024

### Palabras clave:

Metodologías activas,  
Educación física,  
Aprendizaje,  
Rendimiento académico,  
Formación docente

## ARTICLE INFO

### Article history:

Received September 25, 2024

Accepted October 30, 2024

Published October 30, 2024

### Keywords:

Active methodologies,  
Physical education,  
Learning,  
Academic performance,  
Teacher training

## RESUMEN

Este artículo revisó la implementación de metodologías activas en el contexto de la educación física y el deporte, centrándose en su impacto en el aprendizaje y el desarrollo integral de los estudiantes. Se identificó que, a pesar de los beneficios comprobados de estas metodologías, como la promoción de la participación activa y la autonomía del alumnado, existieron importantes barreras que limitaron su adopción. Entre estas, se destacaron la falta de formación específica para el profesorado, la resistencia al cambio, y el contexto cultural y recursos disponibles en las instituciones educativas. A través del análisis de diversas fuentes, se concluyó que la formación continua de los docentes se consideró fundamental para facilitar la integración de metodologías activas en el aula. Además, se resaltó la necesidad de fomentar un entorno institucional que apoyara la innovación pedagógica y promoviera la colaboración entre educadores y estudiantes. La revisión también sugirió que se requerían investigaciones adicionales para explorar las lagunas en la literatura existente, enfocándose en el impacto de estas metodologías en diferentes contextos y poblaciones. En conclusión, la adopción efectiva de metodologías activas en la educación física representa un camino prometedor hacia la mejora del rendimiento académico y deportivo, siempre que se aborden las barreras identificadas y se establezcan las condiciones necesarias para su implementación.

## ABSTRACT

This article reviewed the implementation of active methodologies in the context of physical education and sport, focusing on their impact on the learning and comprehensive development of students. It was identified that, despite the proven benefits of these methodologies, such as the promotion of active participation and student autonomy, there were important barriers that limited their adoption. Among these, the lack of specific training for teachers, resistance to change, and the cultural context and resources available in educational institutions stood out. Through the analysis of various sources, it was concluded that the continuous training of teachers was considered

<sup>1</sup> Docente carrera Pedagogía de la Actividad Física y Deporte en Facultad de Educación, Universidad Estatal de Milagro UNEMI. Guayas, Ecuador. Licenciado en Cultura Física, Máster en Deportes de Combate. Entrenador de Alto Rendimiento de Karate-Do con 31 años de experiencia. Prestando sus servicios en Cuba, Venezuela y Ecuador. Cinturón Negro 6to Dan Shinseikai Goju Ryu Karate-Do. Experiencia como Metodólogo de Deportes durante 2 años en Venezuela, Entrenador de Karate-Do en la Unidad Educativa de Talentos Deportivos UETD estado Vargas, Venezuela. Entrenador de Karate y Defensa Personal en IND Venezuela. Publicaciones en Revistas de deportes. Miembro del Consejo Asesor Revistas Retos, España. Impartido cursos y seminarios sobre entrenamiento deportivo. Profesor adjunto en la Facultad de Cultura Física de la Universidad de Ciencias de la Cultura Física y Deportes Holguín, Cuba. Arbitro Nacional de Karate-Do durante 13 años. Embajador del Colegio Profesional de Licenciados Entrenamiento Deportivo CPLED ECUADOR. Director Técnico Federación Mundial Shinseikai Goju Ryu Karate-Do W.F.S.G.R. Miembro de la Organización Mundial de Artes Marciales W.O.M.A Japón.

essential to facilitate the integration of active methodologies in the classroom. Additionally, the need to foster an institutional environment that supported pedagogical innovation and promoted collaboration between educators and students was highlighted. The review also suggested that additional research was required to explore gaps in the existing literature, focusing on the impact of these methodologies in different contexts and populations. In conclusion, the effective adoption of active methodologies in physical education represents a promising path towards improving academic and sports performance, provided that the identified barriers are addressed and the necessary conditions for their implementation are established.

© 2024 Velázquez González, A.



Esta obra está bajo una licencia internacional  
[Creative Commons de Atribución No Comercial 4.0](https://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/)

## Introducción

La adopción de metodologías activas en la educación física y el deporte se presenta como un desafío significativo en el contexto actual educativo, donde se busca no solo transmitir conocimientos, sino también promover el aprendizaje profundo y el desarrollo integral de los estudiantes. Este problema tiene su origen en la persistencia de enfoques pedagógicos tradicionales que priorizan la instrucción unidireccional, limitando así la participación activa del alumnado en su propio proceso de aprendizaje. La importancia de este tema radica en su magnitud, dado que afecta a una amplia gama de estudiantes y profesionales en el ámbito educativo, así como en su prioridad para mejorar la calidad de la enseñanza y abordar las vulnerabilidades en el rendimiento académico y deportivo.

Los antecedentes sobre el uso de metodologías activas muestran que estas técnicas pueden fomentar la motivación, la autonomía y el rendimiento en diversas áreas de estudio. Investigaciones como las de León-Díaz et al. (2023) y Al-Mashhadani (2019) indican que la implementación de metodologías activas mejora el compromiso de los estudiantes y su desarrollo competencial. Además, se ha evidenciado que las metodologías que promueven un enfoque constructivista y colaborativo son especialmente efectivas para enfrentar las necesidades de un alumnado diverso y para superar las limitaciones inherentes a los modelos educativos tradicionales. Sin embargo, persisten brechas en la literatura que impiden una comprensión completa de los factores que influyen en su eficacia.

A pesar de los avances en la investigación sobre metodologías activas, existe una carencia de estudios que analicen de manera integral su implementación en contextos deportivos y de educación física. La literatura actual, aunque reconoce los beneficios potenciales de estas metodologías, revela limitaciones en la formación docente y en la capacidad de los estudiantes para adaptarse a estas nuevas formas de aprendizaje. Por ejemplo, Hernández y Velázquez (2010) subrayan la necesidad de una formación más robusta para los docentes, mientras que Muntaner Guasp (2020) señala que la utilización de metodologías activas no perjudica el rendimiento académico, pero tampoco es suficiente para garantizar su éxito sin una adecuada preparación.

Los estudios recientes también destacan que la resistencia por parte de los docentes y la falta de recursos adecuados son barreras significativas en la implementación de metodologías activas. Según Carcas Vergara y Garafulla García (2024), la falta de formación específica y el contexto cultural en el que operan los educadores influyen negativamente en su disposición para adoptar estas prácticas. Además, la variabilidad en la efectividad de las metodologías aplicadas, como se evidencia en la investigación de Álvarez et al. (2020), subraya la necesidad de un análisis más profundo que considere no solo los resultados académicos, sino también las percepciones y experiencias de los estudiantes.

En este contexto, este artículo de revisión se propone analizar de manera crítica las metodologías activas en la educación física y el deporte, identificando las barreras y limitaciones presentes en la literatura, así como proponiendo áreas de investigación futura. Al abordar estas cuestiones, se busca contribuir a un mejor entendimiento de cómo estas metodologías pueden ser implementadas de

manera efectiva, así como ofrecer recomendaciones prácticas para docentes y currículo de educación física que favorezcan un aprendizaje más significativo y adaptado a las necesidades de los estudiantes.

## **Metodología y materiales**

La metodología empleada en este artículo de revisión se basó en un enfoque sistemático que involucró varias etapas, desde la ubicación de las fuentes hasta su análisis y validación. El primer paso consistió en la identificación de palabras clave relevantes relacionadas con metodologías activas, rendimiento académico y deportivo, y educación física. Estas palabras clave fueron utilizadas en bases de datos académicas como Google Scholar, PubMed, Scopus y ERIC, con el objetivo de recopilar una amplia variedad de artículos y estudios pertinentes. Se incluyeron tanto investigaciones recientes como estudios fundamentales que sirvieron de base para el desarrollo de este campo.

Una vez que se obtuvo una lista inicial de artículos, se procedió a la selección de las fuentes. Se establecieron criterios de inclusión y exclusión claros para filtrar los materiales relevantes. Los criterios de inclusión abarcaban estudios empíricos, revisiones sistemáticas y artículos teóricos publicados en los últimos diez años, que abordaran específicamente el impacto de las metodologías activas en contextos educativos y deportivos. Por otro lado, se excluyeron documentos que no cumplieran con estos requisitos, como aquellos que presentaban metodologías no activas o que no se centraban en la educación física.

Posteriormente, se realizó un análisis detallado de cada fuente seleccionada. Este análisis se llevó a cabo mediante la lectura crítica de los textos, identificando las metodologías utilizadas, los resultados obtenidos y las implicaciones de los hallazgos. Se utilizó un sistema de codificación para categorizar la información recopilada en temas clave, como barreras en la implementación de metodologías activas, la formación docente y el impacto en el rendimiento académico y deportivo. Esta organización temática permitió una comprensión más clara de las tendencias y lagunas en la literatura existente.

Para garantizar la validez de las fuentes consultadas, se aplicaron criterios de calidad que incluyeron la revisión por pares y el prestigio de las revistas en las que se publicaron los artículos. Además, se contrastaron los hallazgos de los estudios analizados con las conclusiones de otras investigaciones relevantes, buscando consistencias y discrepancias que enriquecieran la discusión. Este proceso de validación aseguró que la información incorporada en el artículo fuera confiable y relevante para el contexto de estudio.

Finalmente, la estructura del artículo se organizó en función de los resultados del análisis, lo que permitió una presentación lógica y coherente de la información. Las secciones se desarrollaron en torno a las áreas identificadas, como las limitaciones en la implementación de metodologías activas y las propuestas para futuras investigaciones. Este enfoque metodológico garantizó que el artículo de revisión no solo resumiera el estado actual del conocimiento, sino que también ofreciera recomendaciones prácticas para la implementación de metodologías activas en la educación física y el deporte.

## **Resultados y Discusión**

En este apartado se presenta los hallazgos derivados de la revisión sistemática sobre la eficacia de las metodologías activas en el aprendizaje de habilidades deportivas en la educación superior. A lo largo de los estudios analizados, se observaron diversas aproximaciones metodológicas que impactaron de manera significativa en el desarrollo de competencias técnicas, tácticas y socioemocionales de los estudiantes. Asimismo, se exponen los resultados categorizados en subtemas clave que permiten un análisis detallado y comparativo de los efectos de estas estrategias pedagógicas, discutiendo sus implicaciones prácticas y teóricas, así como las limitaciones y recomendaciones para investigaciones futuras.

### *Tipos de Metodologías Activas Implementadas*

En la revisión sistemática de las metodologías activas en la enseñanza de habilidades deportivas en la educación superior, uno de los enfoques más recurrentes es el Aprendizaje Basado en Problemas (ABP). Este método, ampliamente utilizado en contextos educativos para fomentar habilidades intelectuales y sociales, ha demostrado ser especialmente eficaz en el ámbito de la educación física. Según Ayala Obando (2023), el ABP motiva a los estudiantes, ya que les permite abordar problemas reales que requieren de un pensamiento crítico y colaborativo. Los estudios revisados muestran que el ABP promueve el desarrollo de habilidades cognitivas avanzadas y competencias sociales, como la cooperación y la toma de decisiones en situaciones deportivas. Sin embargo, los estudios en educación física, especialmente en niveles de educación primaria, son limitados, lo que subraya la necesidad de más investigaciones en este campo para consolidar la evidencia sobre su eficacia en la enseñanza de habilidades deportivas.

Otra metodología activa destacada en la literatura es el Aprendizaje Cooperativo, que ha sido ampliamente implementada en la enseñanza de iniciación deportiva. Según el estudio de Carbonero Sánchez et al. (2023), el aprendizaje cooperativo no solo mejora las competencias deportivas técnicas, sino que también contribuye al desarrollo de competencias básicas del currículo escolar, como el trabajo en equipo y la resolución conjunta de problemas. Este enfoque permite a los estudiantes aprender de manera interactiva, asumiendo roles dentro de un equipo para alcanzar metas comunes. Además, se observa una mejora en el clima de aula, con un aumento en la participación activa de los estudiantes. Sin embargo, este enfoque exige una preparación previa intensiva por parte del docente y una adaptación del alumnado a la metodología, lo que puede suponer desafíos logísticos y temporales.

La gamificación, otra metodología activa revisada, ha ganado terreno en el ámbito de la educación física universitaria debido a su capacidad para aumentar la motivación y el compromiso de los estudiantes. Guamangallo Naula (2024) destaca que el uso de elementos de juego en el proceso de enseñanza-aprendizaje de los estudiantes de actividad física y deporte ha demostrado mejorar el rendimiento académico y potenciar el desarrollo de habilidades tanto físicas como cognitivas. A pesar de los resultados positivos, la revisión también señala que la gamificación requiere de una implementación cuidadosa y de más investigación para evaluar su impacto a largo plazo. Su efectividad parece depender en gran medida del diseño de las actividades y del contexto en el que se aplique, lo que sugiere que no todos los entornos educativos se benefician por igual de esta metodología.

En definitiva, la enseñanza situada irrumpe como una metodología que se enfoca en el aprendizaje a través del contexto en el que se aplican las habilidades deportivas. Los estudios sobre esta metodología muestran que, al situar a los estudiantes en escenarios reales o simulados que reflejan las condiciones de la práctica deportiva, se logra una mayor transferencia de habilidades a situaciones prácticas. Aunque menos estudiada en la educación física superior en comparación con el ABP o el aprendizaje cooperativo, la enseñanza situada promueve un aprendizaje más contextualizado y significativo, ya que los estudiantes pueden aplicar directamente lo aprendido a situaciones deportivas reales. Esto resalta la importancia de crear entornos de aprendizaje auténticos que conecten el contenido académico con la práctica deportiva diaria.

Al comparar la eficacia de las diferentes metodologías activas en la mejora de habilidades deportivas, el Aprendizaje Basado en Problemas (ABP) y el Aprendizaje Cooperativo destacan como las más efectivas, según los estudios revisados. El ABP resalta por su capacidad para desarrollar habilidades cognitivas avanzadas y fomentar la resolución de problemas en contextos deportivos, lo que resulta en una mayor capacidad de adaptación por parte de los estudiantes (Ayala Obando, 2023). Por su parte, el Aprendizaje Cooperativo sobresale en la mejora de habilidades técnicas y socioemocionales, como el trabajo en equipo, lo que es sumamente importante en el deporte (Carbonero Sánchez et al., 2023). En contraste, la gamificación, aunque efectiva en motivar a los estudiantes, muestra resultados menos concluyentes en la mejora de habilidades deportivas específicas (Guamangallo Naula, 2024), lo que evidencia que su impacto depende del diseño y

contexto. Así, el Aprendizaje Cooperativo parece ser el enfoque más integral para mejorar tanto habilidades técnicas como sociales, mientras que el ABP es más eficaz para la toma de decisiones estratégicas.

**Tabla 1.** Hallazgos sobre metodologías activas más comunes

Tema	Comentario sobre los Hallazgos
Aprendizaje Basado en Problemas (ABP)	El ABP destaca por su capacidad para desarrollar habilidades intelectuales de alto nivel y competencias sociales. Los estudios revisados muestran que motiva a los estudiantes al enfrentar problemas reales y fomenta la toma de decisiones en contextos deportivos (Ayala Obando, 2023). Sin embargo, su implementación en educación física aún es limitada.
Aprendizaje Cooperativo	Es la metodología más eficaz en la mejora de habilidades técnicas deportivas y competencias sociales, como el trabajo en equipo. Mejora la participación activa de los estudiantes y genera un clima de aula más colaborativo, aunque requiere una alta preparación por parte del docente (Carbonero Sánchez et al., 2023).
Gamificación	La gamificación incrementa la motivación y el rendimiento académico en los estudiantes de educación física. Sin embargo, su eficacia en la mejora de habilidades deportivas es menos concluyente y depende del contexto de aplicación y el diseño de las actividades (Guamangallo Naula, 2024).
Enseñanza Situada	La enseñanza situada promueve un aprendizaje contextualizado, donde los estudiantes pueden transferir directamente las habilidades deportivas a situaciones reales. Es menos estudiada, pero se considera útil para conectar la teoría con la práctica deportiva.

Elaboración: Autor (2024)

### *Impacto en el Aprendizaje de Habilidades Técnicas*

Las metodologías activas, como el aprendizaje cooperativo y la observación por pares, han mostrado un impacto significativo en el aprendizaje de habilidades técnicas deportivas, especialmente en el contexto universitario. Un ejemplo claro de esto se observa en el estudio de Álvarez Medina (2022), donde se implementó la observación por pares en la enseñanza de la técnica de voleibol. Los resultados mostraron que los estudiantes lograron una mejor comprensión y ejecución técnica, al estar involucrados tanto en la práctica como en la evaluación de sus compañeros. Este enfoque participativo permitió que los estudiantes adquirieran habilidades motoras, y adicionalmente, desarrollaran la capacidad de analizar y corregir el desempeño técnico, lo que amplió su comprensión de los movimientos precisos requeridos en el voleibol. La reflexión constante y el análisis crítico favorecieron la internalización de los aspectos técnicos, lo que evidenció la eficacia de esta metodología en la mejora de las destrezas motoras.

Por otro lado, las metodologías participativas aplicadas al deporte, como el aprendizaje basado en la práctica situada, permiten que los estudiantes se familiaricen con situaciones reales o simuladas en las que las habilidades técnicas se ponen en práctica bajo presión o condiciones de juego reales. Según Morente Oria et al. (2020), este enfoque facilita una mayor transferencia de las habilidades técnicas aprendidas en el aula a escenarios deportivos auténticos. El aprendizaje de las habilidades técnicas, como los movimientos precisos en deportes de equipo, ocurre en un contexto dinámico, donde el movimiento y la toma de decisiones son esenciales. Al utilizar metodologías activas que replican estas condiciones, los estudiantes perfeccionan su ejecución técnica, y también aprenden a adaptarse y a aplicar lo aprendido en contextos competitivos, mejorando así su rendimiento deportivo global.

Además, la gamificación aplicada a la enseñanza de la educación física y deportes también ha sido reconocida por su impacto positivo en el aprendizaje de habilidades técnicas. Aunque generalmente se asocia con el aumento de la motivación y el compromiso de los estudiantes, Guamangallo Naula (2024) señala que, cuando se implementa correctamente, la gamificación puede potenciar la adquisición de habilidades motoras complejas. A través de desafíos interactivos y mecánicas de juego que fomentan la repetición y la superación personal, los estudiantes tienen la oportunidad de practicar y perfeccionar movimientos técnicos en un ambiente lúdico pero estructurado. Sin embargo, la efectividad de la gamificación en la mejora de las destrezas motoras sigue siendo objeto de debate, ya que depende en gran medida del diseño pedagógico y del tipo de actividad física involucrada.

En este contexto, es de suma importancia destacar que la percepción de la educación física en algunos contextos, como el latinoamericano, aún presenta retos en cuanto a su valoración dentro del currículo educativo. Según Martínez-Salinas (2024), el enfoque técnico-motor en la educación física se percibe como secundario, lo que subestima el valor del desarrollo de habilidades técnicas. Sin embargo, las metodologías activas que fomentan el autoconocimiento y la expresión a través del movimiento están cambiando esta percepción, destacando la importancia de formar a futuros docentes que comprendan el valor de las destrezas motoras en el desarrollo integral de los estudiantes. Este cambio de paradigma es esencial para mejorar la calidad del aprendizaje técnico en el deporte y aumentar la eficacia de las metodologías activas en este ámbito.

La eficacia de ciertas metodologías activas para el aprendizaje de habilidades técnicas parece estar vinculada a su capacidad para adaptar el proceso de enseñanza a las necesidades específicas del deporte y el contexto. Por ejemplo, la observación por pares en voleibol ha demostrado ser particularmente eficaz al permitir que los estudiantes analicen y reflexionen sobre la ejecución técnica en tiempo real (Álvarez Medina, 2022), mientras que el aprendizaje situado es más adecuado en deportes que requieren adaptación inmediata a situaciones reales o simuladas, como los deportes de equipo (Morente Oria et al., 2020). Por otro lado, la gamificación, aunque eficaz en la motivación, depende del diseño pedagógico y no siempre garantiza mejoras en habilidades técnicas motoras si no está cuidadosamente implementada (Guamangallo Naula, 2024). Estas variaciones recomiendan que la efectividad de una metodología puede depender tanto del tipo de deporte como del entorno de aprendizaje.

**Tabla 2.** Principales hallazgos sobre la eficacia de las metodologías activas en el aprendizaje de habilidades técnicas deportivas.

Metodología Activa	Hallazgo Principal	Contexto/Deporte
Observación por Pares	Mejora la comprensión y ejecución técnica, permite el análisis y corrección mutua de errores.	Voleibol (Álvarez Medina, 2022)
Aprendizaje Situado	Facilita la transferencia de habilidades técnicas a contextos reales, especialmente en situaciones de juego.	Deportes de equipo (Morente Oria et al., 2020)
Gamificación	Aumenta la motivación, pero su eficacia en la mejora de habilidades motoras depende del diseño pedagógico y del tipo de actividad física involucrada.	Actividad física y deportes (Guamangallo Naula, 2024)
Aprendizaje Cooperativo	Fomenta el trabajo en equipo y la mejora técnica en deportes colectivos, aunque requiere adaptación previa y un alto nivel de preparación docente.	Deportes colectivos (Morente Oria et al., 2020)
Percepción sobre Educación Física	La subvaloración de la educación física en ciertos contextos afecta el desarrollo de habilidades técnicas, pero las metodologías activas pueden cambiar esta percepción.	Contexto latinoamericano (Martínez-Salinas, 2024)

Elaboración: Autor (2024)

### *Impacto en el Aprendizaje de Habilidades Tácticas*

El impacto de las metodologías activas en el aprendizaje de habilidades tácticas se manifiesta en la capacidad de los estudiantes para participar activamente en la toma de decisiones durante las actividades deportivas. Cuevas Ruiz (2023) destaca que el enfoque activo no solo involucra la dimensión cognitiva del alumnado, sino que también favorece el desarrollo de habilidades tácticas al exigir un pensamiento más profundo sobre el juego, la adaptación a diversas situaciones y la colaboración en equipo. Al enfrentarse a escenarios dinámicos y reales, los estudiantes no solo mejoran su comprensión del deporte, sino que también logran aplicar tácticas más efectivas, lo que resulta en un rendimiento superior en competencias deportivas. Estas metodologías implican que los jugadores no solo memoricen movimientos predefinidos, sino que adapten su conocimiento táctico a las circunstancias cambiantes de cada juego.

La enseñanza comprensiva del deporte es una de las metodologías activas que ha mostrado resultados significativos en la mejora de habilidades tácticas. Un estudio de Harvey et al. (2010),

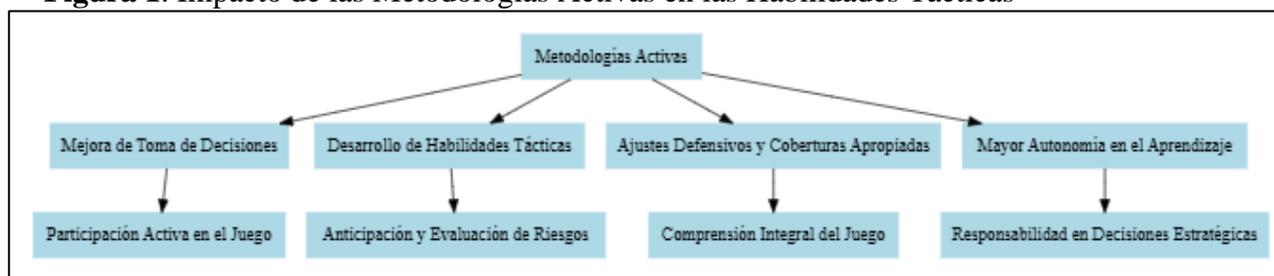
citado por González Gálvez (2024), demostró que un equipo universitario de fútbol mejoró considerablemente sus ajustes defensivos y coberturas apropiadas tras la intervención con este enfoque. Este método promueve la comprensión integral del deporte, ayudando a los estudiantes a reconocer patrones de juego y realizar las mejores decisiones en momentos clave, como ajustar su posición defensiva o cubrir espacios abiertos en el campo. El impacto fue tal que el equipo experimentó mejoras estadísticamente significativas en varios aspectos tácticos, lo que demuestra cómo las metodologías activas pueden influir en la toma de decisiones estratégicas y defensivas dentro de los deportes colectivos.

Además, el uso de metodologías activas transforma los roles tradicionales de profesores y estudiantes. Fernández Olivero y Simón Medina (2022) señalan que estas metodologías redistribuyen las responsabilidades, promoviendo una mayor autonomía en el estudiante. En el contexto del aprendizaje de habilidades tácticas, esto significa que el alumno no solo asume el control de su propio proceso de aprendizaje, sino que también es capaz de tomar decisiones tácticas en el momento, aplicando lo aprendido de forma inmediata y contextual. Este enfoque fomenta una actitud proactiva y reflexiva en el alumnado, donde se destacan habilidades como la anticipación, la evaluación de riesgos y la ejecución de decisiones tácticas informadas durante las competencias deportivas.

Es así que, el uso de TIC y la innovación educativa también desempeñan un papel importante en el aprendizaje de habilidades tácticas. Caro Gándara et al. (2023) sugieren que la integración de tecnologías digitales no solo facilita la creatividad en la aplicación de estrategias tácticas, sino que también mejora la claridad en el aprendizaje de tareas complejas y su evaluación. Al combinar la enseñanza activa con herramientas tecnológicas, los estudiantes tienen la oportunidad de analizar jugadas, realizar simulaciones y recibir retroalimentación instantánea, lo que refuerza su comprensión táctica. Esto refleja la necesidad de seguir apostando por la formación en innovación educativa para optimizar el aprendizaje táctico en deportes y fomentar la evolución continua de las estrategias de juego en los estudiantes.

En este sentido, las metodologías activas facilitan la toma de decisiones y la comprensión táctica al implicar a los estudiantes en un aprendizaje más profundo y participativo, permitiéndoles adaptarse a las situaciones de juego en tiempo real. A diferencia de las habilidades técnicas, que se centran en la ejecución precisa de movimientos, las habilidades tácticas requieren de un proceso reflexivo y estratégico que va más allá de la simple acción física. Según González Gálvez (2024), la enseñanza comprensiva del deporte mejora la capacidad de los estudiantes para realizar ajustes defensivos y coberturas apropiadas, lo que ilustra cómo este enfoque fomenta una comprensión integral del juego y la adaptación táctica. Mientras que las habilidades técnicas pueden desarrollarse mediante la repetición y la corrección de movimientos específicos, las habilidades tácticas se nutren del análisis constante de las situaciones y de la capacidad de tomar decisiones rápidas y efectivas, lo que implica un nivel superior de autonomía y responsabilidad por parte del estudiante, tal como señalan Fernández Olivero y Simón Medina (2022). Esto refleja una diferencia clave: las metodologías activas no solo mejoran la ejecución, sino que también fortalecen la capacidad de los estudiantes para entender y reaccionar estratégicamente en el juego.

**Figura 1.** Impacto de las Metodologías Activas en las Habilidades Tácticas



Elaboración: Autor (2024)

### *Resultados en el Desarrollo de Competencias Socioemocionales*

El impacto de las metodologías activas en el desarrollo de competencias socioemocionales, como el trabajo en equipo, el liderazgo y la gestión emocional, ha sido ampliamente estudiado en diferentes contextos educativos. Las metodologías activas, al colocar al estudiante en el centro del proceso de aprendizaje, promueven una mayor interacción entre los participantes, lo que fomenta el trabajo colaborativo y refuerza habilidades como la comunicación y la cooperación. En el ámbito del deporte, Ruiz Montero y Baena Extremera (2019) señalan que el voleibol, como deporte de equipo, facilita el desarrollo de habilidades de colaboración y cohesión grupal, lo que convierte a las metodologías activas en una herramienta eficaz para mejorar las dinámicas de grupo y el rendimiento colectivo.

Además del trabajo en equipo, las metodologías activas también tienen un impacto significativo en el desarrollo de habilidades de liderazgo. El estudio de Paños Castro (2017) destaca que el espíritu emprendedor y el liderazgo son competencias que se relacionan con la innovación, la toma de decisiones y la adaptación al entorno, todas ellas potenciadas a través de la participación en actividades activas y desafiantes. Las dinámicas propuestas en entornos gamificados o basados en proyectos, por ejemplo, otorgan a los estudiantes un mayor control sobre su aprendizaje, lo que les permite asumir roles de liderazgo y tomar decisiones estratégicas dentro del grupo, generando experiencias valiosas para su formación.

Por otro lado, la gestión emocional es otra competencia clave que se ve fortalecida por las metodologías activas. Según el estudio de Navarro Mateos y Pérez López (2022), el uso de planteamientos innovadores como los escape rooms en contextos universitarios no solo activa el pensamiento creativo y la resolución de problemas, sino que también enfrenta a los estudiantes a situaciones de presión y frustración, enseñándoles a manejar sus emociones de manera más efectiva. Esta capacidad para gestionar emociones como el estrés y la frustración es fundamental para el desempeño en situaciones reales, especialmente en la carrera docente, donde los futuros profesionales deberán enfrentarse a desafíos constantes.

En este contexto, las metodologías activas permiten una formación integral al combinar el desarrollo de competencias técnicas con las socioemocionales. Urrutia Valdivia y Vizcarra Morales (2021) subrayan la importancia de integrar estas competencias en el currículo universitario, ya que preparan a los estudiantes no solo para los retos académicos, sino también para los personales y profesionales. La incorporación de actividades que favorecen la reflexión y la interacción emocional mejora la autoconciencia y el manejo de las relaciones interpersonales, aspectos fundamentales tanto en el ámbito educativo como en otros contextos laborales.

Las metodologías activas que mejor promueven el desarrollo de competencias socioemocionales, como el trabajo en equipo, el liderazgo y la gestión emocional, son aquellas que integran la colaboración, la toma de decisiones y el aprendizaje experiencial. El aprendizaje basado en proyectos, el trabajo cooperativo y la gamificación, como los escape rooms, destacan por fomentar la interacción constante entre los estudiantes, permitiendo la reflexión conjunta y el manejo de emociones en situaciones de desafío. La relevancia del contexto social en los deportes y la educación física es clave, ya que estos entornos se caracterizan por la interdependencia entre los participantes, lo que refuerza la importancia de la comunicación y la cooperación para el éxito colectivo. Al integrar metodologías activas, los estudiantes no solo adquieren habilidades técnicas, sino también las socioemocionales que son esenciales en entornos de trabajo grupal y en situaciones que requieren adaptabilidad y liderazgo, preparando así a los futuros profesionales para enfrentar desafíos complejos tanto en lo personal como en lo profesional.

**Tabla 3.** Hallazgos sobre las metodologías activas y su impacto en el desarrollo de competencias socioemocionales en deportes y educación física

Metodología Activa	Competencias Socioemocionales Desarrolladas	Impacto en el Contexto Social	Ejemplo en Educación Física/Deportes
Aprendizaje Basado en Proyectos	Trabajo en equipo, liderazgo, toma de decisiones	Promueve la colaboración y la responsabilidad compartida entre estudiantes	Proyectos deportivos colaborativos
Trabajo Cooperativo	Comunicación, cooperación, resolución de problemas	Refuerza la interdependencia y la cohesión grupal	Enseñanza del voleibol en equipo
Gamificación (Escape Rooms)	Gestión emocional, creatividad, liderazgo	Permite enfrentarse a situaciones de estrés y frustración, potenciando la resiliencia	Dinámicas de juegos deportivos gamificados
Metodologías Observacionales	Reflexión crítica, ajuste en el juego, autoevaluación	Fomenta la responsabilidad personal y la capacidad de análisis del rendimiento grupal	Observación y análisis en deportes colectivos

Elaboración: Autores (2024)

### *Satisfacción y Motivación del Estudiante*

El uso de metodologías activas en el contexto educativo ha demostrado ser un factor clave en el aumento de la satisfacción y motivación de los estudiantes. Según diversos estudios, la implementación de estas estrategias pedagógicas centradas en el alumno ha permitido una mayor participación activa y protagonismo en su propio proceso de aprendizaje. Esta implicación resulta fundamental, especialmente en áreas como la Educación Física, donde los estudiantes pueden relacionar directamente sus actividades con situaciones reales y relevantes para ellos. En este sentido, el enfoque constructivista que ofrecen las metodologías activas facilita el aprendizaje significativo, lo que genera mayor motivación hacia la práctica de deportes y el desarrollo de competencias físicas y sociales (León-Díaz et al., 2023).

En cuanto al impacto específico de estas metodologías, un estudio realizado en la Universidad de Zaragoza reveló que la satisfacción de los estudiantes variaba según la metodología aplicada en cada deporte. Por ejemplo, en el caso del voleibol, la metodología observacional por pares obtuvo la mayor calificación de satisfacción con una media de 4,11, lo que indica que los estudiantes valoran positivamente el aprendizaje basado en la observación y retroalimentación entre compañeros. En contraste, la metodología grupal utilizada en balonmano obtuvo una valoración significativamente menor (3,19), reflejando una percepción menos favorable por parte de los estudiantes. Estos resultados también mostraron diferencias de género, con un mayor porcentaje de mujeres que expresó insatisfacción con la metodología grupal (Álvarez et al., 2020).

Los resultados sugieren que no todas las metodologías activas tienen el mismo impacto en la motivación de los estudiantes. Factores como el tipo de deporte, el tamaño del grupo y el grado de implicación individual parecen influir directamente en el nivel de satisfacción. Las metodologías que promueven la interacción directa entre estudiantes, como la observación por pares, tienden a ser más efectivas en aumentar la motivación, ya que ofrecen oportunidades de aprendizaje colaborativo y personalizado. Por otro lado, metodologías que requieren mayor trabajo en grandes grupos o donde la participación individual se diluye pueden generar menos motivación, como se observó en el balonmano. La clave, por lo tanto, está en ajustar las metodologías a las características del deporte y del grupo para maximizar el impacto positivo en la motivación del alumnado (Fernández-Río & Iglesias, 2022).

De este modo, cabe destacar que la innovación en la enseñanza, a través de la hibridación de metodologías activas como la clase invertida y la resolución de problemas, ha mostrado ser una estrategia eficaz para mantener el interés y compromiso de los estudiantes. La integración de diferentes enfoques permite no solo mejorar el rendimiento académico, sino también fomentar una motivación intrínseca más sostenida en el tiempo. Esta tendencia es particularmente relevante en la

enseñanza de deportes y actividades físicas, donde el dinamismo y la implicación emocional juegan un papel crucial en la experiencia de aprendizaje (Navarro Muñoz, 2024).

Finalmente, la motivación es un factor crucial en la efectividad del aprendizaje, especialmente en el ámbito deportivo. Como se ha demostrado en los estudios anteriores, la implementación de metodologías activas que involucren al estudiante de manera más directa y participativa genera mayores niveles de motivación, lo que a su vez potencia la asimilación de habilidades deportivas. La motivación intrínseca, impulsada por el protagonismo del alumno en su aprendizaje, permite que los estudiantes no solo se involucren más en las actividades, sino que también encuentren un sentido personal en lo que hacen. Esto facilita la comprensión profunda y la adquisición de habilidades, ya que los estudiantes se sienten más comprometidos y dispuestos a superar desafíos. Además, la motivación influye en la disposición para practicar, experimentar y perfeccionar las técnicas deportivas, elementos fundamentales para lograr un aprendizaje efectivo. Sin una motivación adecuada, el proceso de aprendizaje puede volverse mecánico y menos significativo, lo que disminuye la capacidad de retener y aplicar las habilidades adquiridas en situaciones reales.

**Tabla 4.** Relación entre motivación y efectividad en el aprendizaje de habilidades deportivas

Aspecto	Descripción
Motivación intrínseca	El protagonismo del estudiante en su aprendizaje aumenta la motivación, lo que mejora su disposición para aprender y practicar habilidades deportivas.
Involucración activa	Las metodologías activas fomentan mayor compromiso del estudiante, lo que facilita una comprensión más profunda y asimilación de las técnicas y tácticas deportivas.
Superación de desafíos	La motivación impulsa a los estudiantes a enfrentar y superar dificultades, lo que fortalece el aprendizaje efectivo de habilidades deportivas.
Impacto en la retención y aplicación	Un estudiante motivado es más propenso a retener y aplicar las habilidades deportivas en contextos prácticos, mejorando su rendimiento y desempeño global.

Elaboración: Autores (2024)

### *Rendimiento Académico y Deportivo*

Las metodologías activas han demostrado tener un impacto significativo en el rendimiento académico y deportivo de los estudiantes, tanto en contextos educativos como deportivos. El uso de técnicas como el Circuito de Expertos fomenta un aprendizaje cooperativo y participativo, donde los estudiantes no solo aprenden de manera individual, sino también colaborativa. Esta técnica ha mostrado mejoras en el clima de aula, la cohesión grupal y el desarrollo de habilidades sociales como la tutoría entre compañeros, lo que contribuye a un ambiente de aprendizaje positivo y efectivo. Al permitir que los estudiantes trabajen en diferentes estaciones y sean responsables del aprendizaje de sus compañeros, se promueve una mayor atención a la diversidad y a las necesidades individuales, lo que fortalece su rendimiento académico (Carcas Vergara & Garafulla García, 2024).

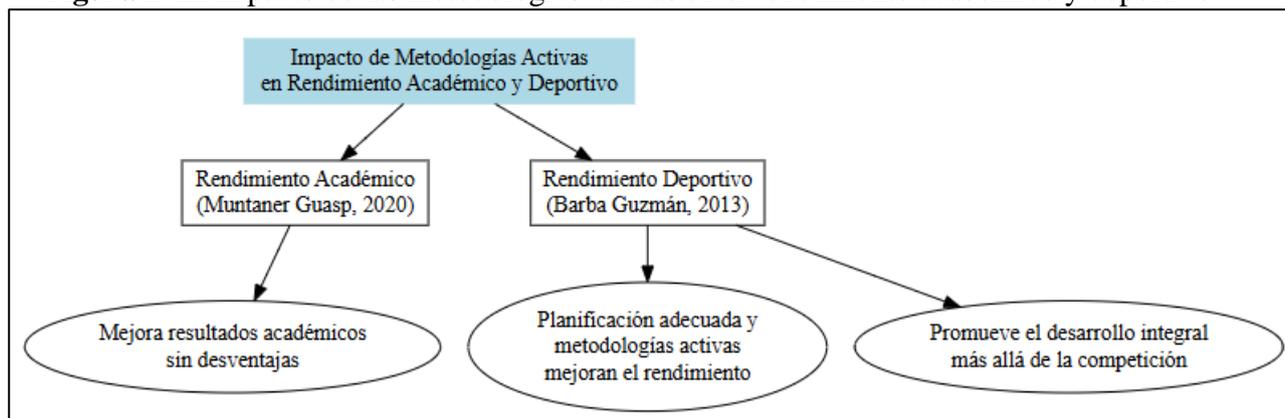
Por otro lado, investigaciones han revelado que el uso de metodologías activas no presenta desventajas en comparación con los enfoques tradicionales en cuanto al rendimiento académico. Los resultados indican que los estudiantes logran rendimientos similares, e incluso superiores en algunos casos, cuando se utilizan enfoques participativos en lugar de aquellos centrados exclusivamente en la instrucción directa. Esto refuerza la idea de que las metodologías activas no solo mejoran la motivación y la participación, sino que también contribuyen a la consolidación de conocimientos sin comprometer los resultados académicos (Muntaner Guasp, 2020).

En el ámbito deportivo, estas metodologías también han mostrado ser eficaces para mejorar el rendimiento de los estudiantes. Un ejemplo es el caso del tenis de mesa en la Federación Deportiva de Morona Santiago, donde se aplicaron metodologías activas como parte de un programa de entrenamiento estructurado. La implementación de estas técnicas no solo mejoró las habilidades deportivas de los participantes, sino que también aumentó su rendimiento general al integrar elementos de planificación y formación adaptados a sus necesidades específicas. Esto destaca la importancia de la planificación adecuada en el deporte y cómo las metodologías activas pueden contribuir a la formación integral de los atletas (Barba Guzmán, 2013).

Asimismo, en el contexto de la Educación Física, se ha identificado que estas transformaciones metodológicas también ayudan a superar enfoques de enseñanza tradicional centrados exclusivamente en la competición y el rendimiento. Las metodologías activas permiten a los estudiantes explorar otros aspectos fundamentales del deporte, como la cooperación, la toma de decisiones y la resolución de problemas, lo que enriquece su experiencia y los prepara mejor tanto para el ámbito académico como para el deportivo (Kirk, 2020).

La conexión entre las mejoras en rendimiento y la aplicabilidad de las metodologías activas sugiere que, si bien el rendimiento deportivo y académico puede aumentar con estas metodologías, este no siempre es un indicador directo de un aprendizaje profundo. El Circuito de Expertos, por ejemplo, mejora la cohesión grupal y el clima de aula, lo que contribuye al rendimiento, pero el verdadero aprendizaje ocurre cuando los estudiantes desarrollan habilidades transferibles, como la toma de decisiones y la resolución de problemas (Carcas Vergara & Garafulla García, 2024). Además, aunque estudios muestran que el rendimiento académico no se ve afectado negativamente por las metodologías activas (Muntaner Guasp, 2020), el aprendizaje profundo implica una comprensión conceptual que va más allá de los resultados inmediatos. En el contexto deportivo, como en el tenis de mesa, el rendimiento mejorado a través de la planificación adecuada y metodologías activas también apunta a la necesidad de formar habilidades integrales en lugar de limitarse a la competencia deportiva (Barba Guzmán, 2013). Así, el rendimiento puede reflejar ciertos avances, pero no siempre garantiza la internalización del aprendizaje profundo y holístico que estas metodologías buscan fomentar.

**Figura 2.** El impacto de las metodologías activas en el rendimiento académico y deportivo



Elaboración: Autor (2024)

### *Retos y Dificultades en la Aplicación de Metodologías Activas*

La implementación de metodologías activas (MA) en el ámbito de la educación física (EF) enfrenta varias barreras, entre las cuales destacan la falta de formación adecuada del profesorado y la resistencia al cambio. Como señalan González-Víllora et al. (2019), aunque los docentes reconocen el potencial de las MA para mejorar la enseñanza de EF, muchos no han recibido la formación necesaria para aplicar estos enfoques de manera efectiva. La ausencia de un desarrollo profesional continuado y específico en MA es un factor limitante clave, que se refleja en la inseguridad de los docentes al intentar integrar estas metodologías en su práctica diaria (Hernández & Velázquez, 2010). Sin una base sólida de conocimiento y habilidades, los profesores a menudo se muestran reticentes a alejarse de las metodologías tradicionales.

Otra barrera significativa es la resistencia al cambio dentro del profesorado. Según León-Díaz et al. (2020), la falta de experiencia previa con las MA y la dependencia de enfoques pedagógicos convencionales contribuyen a que los docentes muestren cierta resistencia al adoptarlas. Aunque valoran positivamente las ventajas teóricas de las MA, algunos profesionales perciben las innovaciones metodológicas como una amenaza a su zona de confort o como una carga adicional en

un sistema educativo ya sobrecargado. Este choque entre la teoría y la práctica real genera un desafío para implementar las MA de forma consistente.

El contexto cultural y social de las instituciones educativas también influye en la implementación de las MA. Según Peiró-Velert y Julián-Clemente (2015), las estructuras educativas tradicionales que favorecen la enseñanza pasiva y directiva dificultan la adopción de modelos activos, especialmente en aquellos entornos donde la competitividad y el rendimiento físico son vistos como objetivos primordiales. Esta tensión cultural, que favorece una visión del deporte orientada a la competencia en lugar del desarrollo integral del estudiante, se opone a las MA, que promueven la colaboración, la reflexión y el aprendizaje profundo.

De la misma manera, Moreno-Guerrero (2020) señala que la creación de contenidos apropiados para las MA es otra limitación crítica. Los docentes no solo enfrentan la falta de recursos y materiales adecuados para implementar las MA, sino que también luchan por diseñar actividades que conecten con los objetivos pedagógicos y mantengan el interés de los estudiantes. Estas dificultades, combinadas con la presión de cumplir con los estándares curriculares y los plazos ajustados, representan un obstáculo significativo para la adopción eficaz de estas metodologías en la EF.

Por último, la adopción de metodologías activas (MA) en la educación superior enfrenta obstáculos como la falta de formación específica del profesorado, resistencia al cambio y barreras culturales dentro de las instituciones, como se ha señalado en diversos estudios. Para superar estas dificultades, es fundamental ofrecer una formación continua que prepare a los docentes para implementar estas metodologías de manera eficaz, promoviendo un desarrollo profesional enfocado en el aprendizaje activo (Hernández & Velázquez, 2010). Además, es necesario crear espacios de diálogo y colaboración entre el profesorado para reducir la resistencia al cambio, facilitando la transición hacia enfoques más participativos. También se requiere un ajuste curricular que priorice la innovación pedagógica sobre el rendimiento competitivo, alineando los objetivos educativos con el desarrollo integral del estudiante. La provisión de recursos didácticos y el diseño de contenidos adecuados a las MA son claves para fomentar su aplicabilidad en entornos universitarios.

**Tabla 5.** Identificación de barreras o limitaciones para implementar metodologías activas y propuestas de solución.

Aspecto	Descripción de las Barreras/Limitaciones	Propuestas de Soluciones
Falta de formación docente	El profesorado carece de formación específica en metodologías activas, lo que limita su capacidad para implementarlas de manera efectiva (Hernández & Velázquez, 2010; Moreno-Guerrero, 2020).	Ofrecer programas de formación continua centrados en el uso y aplicación de MA, promoviendo el desarrollo profesional constante.
Resistencia al cambio	Muchos docentes muestran reticencia ante la adopción de MA debido a la inercia de metodologías tradicionales y falta de confianza en nuevas técnicas (González-Víllora et al., 2019).	Crear espacios de colaboración y diálogo entre el profesorado para compartir experiencias exitosas y disminuir el temor al cambio.
Limitaciones culturales y estructurales	Las instituciones educativas, especialmente en la educación superior, mantienen estructuras tradicionales que dificultan la implementación de MA. Estas limitaciones incluyen la orientación hacia el rendimiento competitivo y la falta de recursos adecuados (Peiró-Velert & Julián-Clemente, 2015).	Reformar los currículos para incluir prácticas pedagógicas más flexibles y orientadas al aprendizaje integral, además de invertir en recursos didácticos que faciliten el uso de MA.
Dificultad para generar contenidos	La creación de contenidos didácticos adaptados a MA representa un reto para los docentes, quienes enfrentan dificultades para elaborar materiales apropiados (Moreno-Guerrero, 2020).	Fomentar el desarrollo de bancos de recursos didácticos, compartir materiales entre docentes, y aprovechar herramientas tecnológicas para facilitar la creación de contenido.

Elaboración: Autor (2024)

### *Perspectivas Futuras y Recomendaciones*

La revisión de la literatura revela varias áreas poco exploradas o con lagunas en cuanto a la implementación de metodologías activas en la educación física y deportiva. Uno de los principales desafíos identificados es la necesidad de estrategias que mantengan la motivación del alumnado a lo largo del tiempo. Estudios como el de Sun et al. (2017) y Laiy Hwang (2016) subrayan que, aunque metodologías como la clase invertida (Flipped Classroom) son prometedoras, su efectividad disminuye cuando los estudiantes pierden interés o no pueden gestionar su tiempo y organización, lo que provoca una baja adherencia. Sin embargo, se observa una carencia en la investigación sobre qué incentivos específicos pueden aplicarse para evitar esta caída en la participación a lo largo del curso.

Otro aspecto insuficientemente explorado es la resistencia del alumnado a asumir mayores responsabilidades en su propio aprendizaje, un factor que emerge con frecuencia en la adopción de metodologías activas. Aguilera et al. (2017) mencionan que el incremento de la carga horaria y la responsabilidad individual puede generar reticencia entre los estudiantes. Pese a ello, la literatura es limitada en cuanto a estrategias efectivas para superar esta resistencia, ya que las propuestas actuales, como la gamificación o el aprendizaje basado en proyectos, requieren ser validadas con más estudios empíricos. Así, se abre una línea de investigación futura que podría abordar cómo combinar diferentes metodologías activas para reducir esta resistencia y mejorar el compromiso de los estudiantes.

Además, las limitaciones en el tamaño de las muestras de estudio también son una constante en las investigaciones revisadas. El estudio de Aguilera et al. (2017), por ejemplo, señala que el reducido número de participantes en la investigación limita la generalización de los resultados. No obstante, hay una evidente falta de estudios que analicen el impacto de las metodologías activas en contextos con grupos más amplios y heterogéneos, especialmente en diferentes niveles educativos y con estudiantes de distintos perfiles. La literatura no aborda suficientemente cómo estas metodologías podrían ser adaptadas a grupos más grandes, ni cómo podrían afectar el rendimiento en comparación con entornos más pequeños y personalizados.

Finalmente, otra área poco explorada es la integración efectiva de herramientas tecnológicas en la aplicación de metodologías activas. Si bien los estudios sugieren el uso de tecnologías como videos y plataformas digitales para la clase invertida, no se ha investigado en profundidad cómo estas tecnologías podrían ser utilizadas para mantener la motivación a lo largo del curso o cómo se podrían personalizar para diferentes contextos educativos. Es necesario explorar cómo las TIC pueden ser utilizadas de manera continua y efectiva para generar un aprendizaje más dinámico y participativo.

Las investigaciones futuras sobre la eficacia de las metodologías activas en contextos deportivos deberían centrarse en varios aspectos clave que aún no han sido suficientemente explorados. Es fundamental realizar estudios longitudinales con muestras más amplias y heterogéneas, lo que permitiría analizar el impacto a largo plazo de estas metodologías en el rendimiento académico y deportivo de los estudiantes. Además, sería recomendable investigar cómo la integración de tecnologías, como plataformas de aprendizaje y herramientas de gamificación, pueden mejorar la adherencia y la motivación en los estudiantes. A nivel práctico, se sugiere que los docentes combinen diferentes metodologías activas, adaptándolas a las necesidades de sus estudiantes, y se ofrezcan incentivos para mantener el compromiso durante todo el proceso de aprendizaje. Los currículos de educación física deberían incorporar formación específica para que los profesores dominen estas metodologías, fomentando un enfoque más flexible y centrado en el estudiante.

**Tabla 6.** Perspectivas futuras y recomendaciones

Área	Perspectivas Futuras	Recomendaciones Prácticas
Investigación	Ampliar estudios longitudinales con muestras más diversas para analizar los efectos a largo plazo en rendimiento académico y deportivo.	Realizar investigaciones con mayor rigor metodológico que incluyan muestras heterogéneas, permitiendo generalizar los resultados a diferentes contextos educativos y deportivos.
Uso de Tecnología	Investigar cómo las TIC (tecnologías de la información y comunicación) y herramientas de gamificación pueden mejorar la motivación y el compromiso	Integrar plataformas digitales y estrategias de gamificación para fomentar la participación continua de los estudiantes y reforzar su aprendizaje tanto en clase como fuera de ella.

	de los estudiantes en entornos deportivos.	
Formación del Profesorado	Explorar el impacto de una formación más intensiva y específica para que los docentes apliquen correctamente las metodologías activas en educación física.	Ofrecer programas de formación continua que incluyan el uso de metodologías activas, asegurando que los docentes puedan implementar estrategias adaptativas y personalizadas para sus estudiantes.
Currículo de Educación Física	Proponer la inclusión de metodologías activas en los currículos, asegurando que se centren no solo en las competencias deportivas, sino también en habilidades socioemocionales y cognitivas.	Diseñar currículos más flexibles y adaptados que fomenten la creatividad, la autonomía y la colaboración a través del uso de metodologías activas, involucrando al alumnado en el proceso.

Elaboración: Autor (2024)

## Conclusiones

A lo largo de esta revisión, se ha evidenciado que la implementación de metodologías activas en la educación física y el deporte no solo promueve un aprendizaje más profundo, sino que también contribuye al desarrollo integral de los estudiantes. Estas metodologías fomentan la participación activa y la autonomía del alumnado, lo que se traduce en un aumento de la motivación y el compromiso hacia la práctica deportiva y académica. Sin embargo, los resultados indican que, a pesar de los beneficios potenciales, la adopción de estas prácticas enfrenta múltiples desafíos que limitan su efectividad.

Una de las principales conclusiones es que la formación docente es un factor crítico para el éxito de las metodologías activas. Los educadores a menudo se sienten poco preparados para implementar estas técnicas, lo que genera resistencia y limita la innovación pedagógica en el aula. Es fundamental que las instituciones educativas desarrollen programas de capacitación que aborden las necesidades específicas de los docentes en relación con las metodologías activas, asegurando que cuenten con las herramientas y recursos necesarios para su correcta aplicación.

Además, se identifican barreras contextuales que afectan la implementación de estas metodologías, como la falta de recursos adecuados y el contexto cultural en el que operan los educadores. Estas limitaciones no solo impactan la disposición del profesorado a adoptar enfoques activos, sino que también influyen en la experiencia de aprendizaje de los estudiantes. Se hace evidente la necesidad de que las políticas educativas promuevan entornos que favorezcan la innovación y la flexibilidad en la enseñanza, facilitando así el uso de metodologías que respondan a las demandas actuales del alumnado.

Asimismo, la revisión destaca la importancia de realizar investigaciones adicionales que aborden las lagunas existentes en la literatura sobre metodologías activas. Si bien se ha avanzado en la comprensión de sus beneficios, persiste la necesidad de estudios que evalúen su efectividad en diferentes contextos y con poblaciones diversas. Estas investigaciones deben centrarse no solo en los resultados académicos, sino también en la experiencia subjetiva de los estudiantes y en las dinámicas interpersonales que surgen en el marco de estas metodologías.

Finalmente, las recomendaciones prácticas derivadas de esta revisión sugieren que es esencial fomentar una cultura de colaboración y retroalimentación continua entre docentes y estudiantes. La implementación exitosa de metodologías activas requiere no solo de cambios en la planificación y ejecución de las clases, sino también de un compromiso institucional que respalde la innovación pedagógica. Con ello, se podrá contribuir a un aprendizaje significativo que prepare a los estudiantes no solo para los desafíos académicos, sino también para su desarrollo personal y social en el ámbito deportivo.

## Referencias Bibliográficas

- Aguilera, C., Manzano, A., Martínez, I., Lozano, M. C., & Casiano, C. (2017). El modelo flipped classroom. *International Journal of Developmental and Educational Psychology*, 4(1), 261-266. doi:<https://doi.org/10.17060/ijodaep.2017.n1.v4.1055>
- Al-Mashhadani, H. (2019). *Metodologías activas: un camino hacia la motivación y la creación*. España: [Trabajo de Fin de Máster] Universidad de Málaga. Obtenido de <https://riuma.uma.es/xmlui/handle/10630/17159>
- Álvarez Medina, J., Murillo Lorente, V., Casterad Seral, J., & Nuviala Nuviala, A. (2022). Assessment of Volleyball Technical Learning Using Peer Observational Methodology in University Students. *Cultura, Ciencia y Deporte RIUCAM*, 17(51), 31-39.
- Álvarez, J., Pablo, U., Nerea, E., & Víctor, M. (2020). Inclusión de metodologías activas en el alumnado de enseñanza superior universitaria. *Revista iberoamericana de psicología del ejercicio y el deporte*, 15(3), 144-149. Obtenido de <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=7718335>
- Ayala Obando, D. A. (2023). Beneficios del aprendizaje basado en problemas en la Educación Física. Revisión Sistemática. *MENTOR Revista De investigación Educativa Y Deportiva*, 2(5), 220-242. doi:<https://doi.org/10.56200/mried.v2i5.5667>
- Carbonero Sánchez, L., Prat Grau, M., & Ventura Vall-Llovera, C. (2023). Enseñar y aprender el deporte a través del aprendizaje cooperativo en Educación Física. *Retos: nuevas tendencias en educación física, deporte y recreación*(47), 164-173. Obtenido de <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=8621887>
- Carcas Vergara, E., & Garafulla García, G. (2024). El Circuito de Expertos. Una nueva técnica de aprendizaje cooperativo en educación física. *Revista Española De Educación Física Y Deportes*, 438(2), 1-17. doi:<https://doi.org/10.55166/reefd.v438i2.1141>
- Caro Gándara, R., Salas Porras, M., & Vigo Serralvo, F. (2023). El valor de la Justicia en las metodologías activas de aprendizaje. *Revista Jurídica de Investigación e Innovación Educativa*(29), 121-124. Obtenido de <https://dialnet.unirioja.es/descarga/articulo/9099170.pdf>
- Cuevas Ruiz, C. M. (2023). *Estilos y Modelos de Aprendizaje Innovadores. El grado de cohesión del alumnado, la edad y los contenidos*. España: [Tesis de Grado] Universidad de Cantabria. Obtenido de <https://hdl.handle.net/10902/31667>
- Díaz Aroca, A., Meroño García, L., García Roca, J. A., Leiva Arcas, A., & Castillo Díaz, A. (2024). *Hibridación de las metodologías activas clase invertida y resolución de problemas para aumentar la implicación, rendimiento académico y motivación del alumnado durante el proceso de enseñanza-aprendizaje*. España: [Proyectos de Innovación Docente] Universidad Católica de Murcia. Obtenido de <http://hdl.handle.net/10952/7312>
- Fernández Olivero, E. D., & Simón Medina, N. M. (2022). Revisión bibliográfica sobre el uso de metodologías activas en la Formación Profesional. *Contextos Educativos*(30), 131-155. doi:<https://doi.org/10.18172/con.5362>
- Fernández Pérez, A. (2022). *Metodologías activas con TIC en el área de Educación Física*. San Cristóbal de La Laguna, Santa Cruz de Tenerife - España: Universidad de La Laguna.
- Gómez-García, J., Sellés, S., & Ferriz-Valero, A. (2019). Flipped Classroom como Propuesta en la Mejora del Rendimiento Académico y Motivación del Alumnado en Educación Física. *Kronos*, 18(2), 1-13. Obtenido de <https://rua.ua.es/dspace/handle/10045/101088#vpreview>
- González Gálvez, N. (2024). *Modelos pedagógicos en educación física: Análisis de la investigación*. España: Wanceulen Editorial. Obtenido de [https://books.google.com.ec/books?hl=es&lr=&id=WPz1EAAQBAJ&oi=fnd&pg=PA5&dq=%22metodologías+activas%22+mejoras+%22habilidades+t%C3%A1cticas%22+&ots=D4vsIhlp6U&sig=fAeMe5F5Pj23TtspJKC5W1lCiqs&authuser=0&redir\\_esc=y#v=onepage&q&f=false](https://books.google.com.ec/books?hl=es&lr=&id=WPz1EAAQBAJ&oi=fnd&pg=PA5&dq=%22metodologías+activas%22+mejoras+%22habilidades+t%C3%A1cticas%22+&ots=D4vsIhlp6U&sig=fAeMe5F5Pj23TtspJKC5W1lCiqs&authuser=0&redir_esc=y#v=onepage&q&f=false)

- González-Víllora, S., Evangelio, C., Sierra-Díaz, J., & Fernández-Río, J. (2019). Hybridizing pedagogical models: A systematic review. *European Physical Education Review*, 25(4), 1056–1074. doi:<https://doi.org/10.1177/1356336X18797363>
- Guamangallo Naula, G. M. (2024). La gamificación en el proceso de enseñanza - aprendizaje de los estudiantes universitarios de actividad física y deporte: Revisión sistemática. *MENTOR Revista De investigación Educativa Y Deportiva*, 3(9), 1325–1347. doi:<https://doi.org/10.56200/mried.v3i9.8559>
- Hernández, J. L., & Velázquez, R. (2010). *La educación física a estudio. El profesorado, el alumnado y los procesos de enseñanza*. Barcelona: Graó.
- Kirk, D. (2020). Precarity, Critical Pedagogy and Physical. *Routledge*.
- Laclote-Gutierrez, G., Azócar-Gallardo, J., Lara-Subiabre, B., Pereira-Berrios, M. R., Avila-Saldaña, C., & Vera-Assaoka, T. (2024). Percepciones de los estudiantes de educación física sobre el aprendizaje basado en problemas (ABP). *Retos: nuevas tendencias en educación física, deporte y recreación*(56), 759-769. Obtenido de <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=9548494>
- Lai, C. L., & Hwang, G. Y. (2016). A self-regulated flipped classroom approach to improving students' learning performance in a mathematics course. *Computers & Education*(100), 126-140. doi:<https://doi.org/10.1016/j.compedu.2016.05.006>
- León-Díaz, Ó., Martínez-Muñoz, L. F., & Santos-Pastor, M. L. (2023). Metodologías activas en la Educación Física. Una mirada desde la realidad práctica. *Retos*(48), 647-656.
- Manzano-Sánchez, D. (2023). Propuesta de aula invertida para la enseñanza del atletismo en estudiantes universitarios. Análisis de ventajas y limitaciones. *Lecturas: Educación Física Y Deportes*, 23(301), 53-68. doi:<https://doi.org/10.46642/efd.v28i301.3897>
- Martínez-Salinas, F. J. (2023). La Gestión del Conocimiento en la Práctica de los Deportes Knowledge Management in the Practice. *Revista Tecnológica-Educativa Docentes 2.0*, 16(2). doi:<https://doi.org/10.37843/rted.v16i2.370>
- Moreno-Guerrero, A. J., Rodríguez Jiménez, C., Ramos Navas-Parejo, M., & Sola Reche, J. M. (2020). Interés y Motivación del Estudiantado de Educación Secundaria en el uso de Aurasma en el Aula de Educación Física.
- Morente Oria, H. M., Fernández, F. T., & Fernández, A. S. (2020). *Metodologías activas en la práctica de la educación física*. España: Ediciones Morata.
- Muntaner Guasp, J. J., Pinya Medina, C., & Mut Amengual, B. (2020). El impacto de las metodologías activas en los resultados académicos. Profesorado. *Revista de Currículum y Formación de Profesorado*, 24(1), 96-114. Obtenido de <http://hdl.handle.net/10481/60713>
- Navarro Mateos, C., & Pérez López, I. J. (2022). El escape room como estrategia didáctica en el Máster de Profesorado. *Retos: nuevas tendencias en educación física, deporte y recreación*(44), 221-231. Obtenido de <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=8127983>
- Navarro Muñoz, J. (2024). *Aplicación de metodologías activas en Educación Física. Una revisión*. Alicante, España: Universidad Miguel Hernández de Elche. Obtenido de <https://hdl.handle.net/11000/32841>
- Paños Castro, J. (2017). Educación emprendedora y metodologías activas para su fomento. *Revista Electrónica Interuniversitaria de Formación del Profesorado*, 20(3), 33–48. doi:<https://doi.org/10.6018/reifop.20.3.272221>
- Peiró-Velert, C., & Julián-Clemente, J. A. (2015). Los modelos pedagógicos en Educación Física: un enfoque más allá de los contenidos curriculares. *Tándem: Didáctica de la educación física*, 50, 9-15.
- Ruiz Montero, P. J., & Baena Extremera, A. (2019). *Metodologías Activas en Ciencias del Deporte Volumen 1*. España: Wanceulen Editorial Deportiva.
- Sun, J. C., Wu, Y. T., & Lee, W. I. (2017). The effect of the flipped classroom approach to OpenCourseWare instruction on students' self-regulation. *British Journal of Educational Technology*, 48(3), 713-729. doi:<https://doi.org/10.1111/bjet.12444>

Urrutia Valdivia, V. S., & Vizcarra Morales, M. T. (2021). Las metodologías activas en el desarrollo de las competencias socioafectivas. *Psikodidaktikako XXVII. jardunaldiak*, 235-250. Obtenido de <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=9377368>

### **Declaración de conflicto de intereses**

El autor declara no tener conflictos de intereses.

© 2024 Velázquez González, A. Este es un artículo de acceso abierto distribuido bajo la licencia Creative Commons de Atribución No Comercial 4.0, que permite su uso sin restricciones, su distribución y reproducción por cualquier medio, siempre que no se haga con fines comerciales y el trabajo original sea fielmente citado.