

Metodologías activas en el aprendizaje de habilidades deportivas en la Educación Superior.**Active Methodologies in sports skills learning in Higher Education.***Argimiro Velázquez González.***CIENCIA E INNOVACIÓN EN
DIVERSAS DISCIPLINAS
CIENTÍFICAS.****Enero - junio, V°6-N°1; 2025****Recibido:** 25-06-2025**Aceptado:** 25-06-2025**Publicado:** 30-06-2025**PAIS**

- Ecuador, Guayaquil

INSTITUCION

- Universidad Estatal de Milagro

CORREO: avelazquezg@unemi.edu.ec**ORCID:** <https://orcid.org/0000-0002-7580-2556>**FORMATO DE CITA APA.**

Velázquez, A. (2025). Metodologías activas en el aprendizaje de habilidades deportivas en la Educación Superior. *Revista G-ner@ndo*, V°6 (N°1), 6320 – 6352.

Resumen

Este artículo analizó la aplicación de metodologías activas en el ámbito de la educación física y el deporte, poniendo énfasis en su efecto en el aprendizaje y en el desarrollo completo de los estudiantes. Se reconoció que, aunque estas metodologías poseen beneficios evidentes, tales como la promoción de la participación activa y la autonomía del estudiante, hubo barreras significativas que restringieron su implementación. Entre estos aspectos, se resaltaron la carencia de capacitación específica para los docentes, la oposición al cambio y el entorno cultural, así como los recursos accesibles en las instituciones educativas. Mediante el examen de múltiples fuentes, se llegó a la conclusión de que la capacitación continua de los maestros se considera esencial para promover la incorporación de métodos activos en el aula. Asimismo, se subrayó la importancia de crear un ambiente institucional que respalde la innovación en la enseñanza y facilite la colaboración entre docentes y alumnos. La evaluación también indicó que eran necesarias más investigaciones para analizar las brechas en la literatura actual, centrándose en el efecto de estas metodologías en diversas situaciones y grupos de personas. En resumen, la implementación adecuada de metodologías activas en la educación física constituye una vía alentadora para el incremento del rendimiento tanto académico como deportivo, siempre y cuando se superen las dificultades detectadas y se creen las condiciones necesarias para su aplicación.

Palabras clave: metodologías activas, educación física, aprendizaje significativo, formación docente, innovación educativa, desarrollo integral.

Abstract

This article analyzed the application of active methodologies in the fields of physical education and sport, emphasizing their impact on learning and the comprehensive development of students. It was recognized that, although these methodologies have clear benefits, such as promoting active participation and student autonomy, significant barriers restricted their implementation. Among these aspects, the lack of specific training for teachers, opposition to change, and the cultural environment and accessible resources in educational institutions were highlighted. Through the examination of multiple sources, it was concluded that ongoing teacher training is considered essential to promote the incorporation of active methods in the classroom. The importance of creating an institutional environment that supports innovation in teaching and facilitates collaboration between teachers and students was also highlighted. The evaluation also indicated that further research was needed to analyze the gaps in the current literature, focusing on the impact of these methodologies in diverse situations and groups of people. In short, the proper implementation of active methodologies in physical education is an encouraging path to increasing both academic and athletic performance, provided that the identified difficulties are overcome and the necessary conditions for their application are created.

Keywords: active methodologies, physical education, meaningful learning, teacher training, educational innovation, comprehensive development.

Introducción

La implementación de métodos activos en la enseñanza de la educación física y el deporte constituye un desafío importante en el entorno educativo actual, en el cual se aspira no solo a impartir conocimientos, sino también a fomentar un aprendizaje significativo y el desarrollo completo de los alumnos. Este problema se origina en la continuidad de métodos de enseñanza tradicionales que favorecen la instrucción en una sola dirección, restringiendo de este modo la participación activa de los estudiantes en su proceso de aprendizaje. La relevancia de este asunto se debe a su alcance, ya que impacta a un gran número de estudiantes y profesionales en el sector educativo. Además, es fundamental para elevar la calidad de la educación y tratar las debilidades en el desempeño académico y deportivo.

La información existente sobre la utilización de metodologías activas indica que estas estrategias pueden promover la motivación, la independencia y el rendimiento en diferentes campos de estudio. Estudios como los realizados por León et al. (2023) y Al-Mashhadani (2019) señalan que la adopción de metodologías activas aumenta el interés de los estudiantes y fomenta su desarrollo de habilidades. Asimismo, se ha demostrado que las metodologías que fomentan un enfoque constructivista y colaborativo son particularmente eficaces para abordar las necesidades de un alumnado variado y para superar las restricciones propias de los modelos educativos convencionales. No obstante, permanecen vacíos en la literatura que dificultan una comprensión total de los elementos que afectan su efectividad.

A pesar de los progresos en el estudio de metodologías activas, se observa una falta de investigaciones que examinen de forma completa su aplicación en entornos deportivos y en la enseñanza de la educación física. La literatura contemporánea, si bien admite las ventajas que pueden ofrecer estas metodologías, pone de manifiesto restricciones en la preparación de los profesores y en la habilidad de los alumnos para

ajustarse a estas innovadoras modalidades de aprendizaje. Por ejemplo, Hernández y Velázquez (2010) enfatizan la importancia de una capacitación más sólida para los maestros, mientras que Muntaner (2020) indica que el uso de metodologías activas no afecta negativamente el rendimiento académico, pero tampoco resulta suficiente para asegurar el éxito sin una preparación adecuada.

Las investigaciones recientes también subrayan que la oposición de los profesores y la escasez de recursos apropiados son obstáculos importantes en la adopción de metodologías activas. De acuerdo con Carcas y Garafulla (2024), la ausencia de capacitación adecuada y el entorno cultural en el que trabajan los educadores afectan desfavorablemente su disposición para implementar estas prácticas. Asimismo, la variación en la eficacia de las metodologías implementadas, como se demuestra en el estudio de Álvarez et al. (2020) destaca la importancia de llevar a cabo un análisis más exhaustivo que tenga en cuenta no solo los logros académicos, sino también las opiniones y vivencias de los estudiantes.

En este contexto, este artículo de revisión tiene como objetivo examinar de manera crítica las metodologías activas en el ámbito de la educación física y el deporte, identificando las dificultades y limitaciones que se encuentran en la literatura, así como sugiriendo posibles áreas para futuras investigaciones. Al tratar estos temas, se pretende ayudar a comprender mejor cómo se pueden aplicar estas metodologías de forma efectiva, además de proporcionar consejos prácticos para maestros y programas de educación física que promuevan un aprendizaje más relevante y ajustado a las necesidades de los estudiantes.

Métodos y Materiales

La metodología utilizada en este artículo de revisión se fundamentó en un enfoque ordenado que abarcó diversas etapas, que incluyeron la búsqueda de las fuentes, así como su análisis y validación. El primer paso se centró en identificar

palabras clave importantes que están relacionadas con metodologías activas, desempeño académico y deportivo, así como con la educación física. Se emplearon estas palabras clave en bases de datos académicas tales como Google Scholar, PubMed, Scopus y ERIC, con la finalidad de reunir una extensa gama de artículos y estudios relevantes. Se incorporaron tanto investigaciones recientes como estudios clave que fundamentaron el progreso de este ámbito.

Una vez que se logró compilar una lista preliminar de artículos, se avanzó a la elección de las fuentes. Se definieron criterios precisos de inclusión y exclusión para seleccionar los materiales pertinentes. Los requisitos de inclusión incluían estudios empíricos, revisiones sistemáticas y artículos teóricos que se publicaron en los últimos diez años, y que trataran de manera específica el efecto de las metodologías activas en ambientes educativos y deportivos. Por otro lado, se descartaron documentos que no cumplieran con estos criterios, como los que exhibían metodologías inactivas o que no se enfocaban en la educación física.

A continuación, se llevó a cabo un análisis minucioso de cada una de las fuentes elegidas. Este examen se realizó a través de una lectura cuidadosa de los textos, reconociendo las metodologías empleadas, los resultados logrados y las implicaciones de los descubrimientos. Se aplicó un sistema de codificación para clasificar la información obtenida en temas principales, tales como obstáculos en la aplicación de metodologías activas, la capacitación docente y el efecto sobre el rendimiento académico y deportivo. Esta estructura temática facilitó una mejor comprensión de las tendencias y vacíos en la literatura actual.

Para asegurar la validez de las fuentes utilizadas, se implementaron criterios de calidad que incluyeron la revisión por pares y el reconocimiento de las revistas donde fueron publicados los artículos. Asimismo, se compararon los resultados de los estudios examinados con las conclusiones de otras investigaciones importantes, con el objetivo

de identificar similitudes y diferencias que complementarían el debate. Este procedimiento de verificación garantizó que los datos incluidos en el artículo fueran dignos de confianza y pertinentes para el ámbito de investigación.

Finalmente, la organización del artículo se basó en los resultados del análisis, lo que facilitó una presentación clara y coherente de la información. Las secciones se elaboraron en relación con las áreas detectadas, tales como las restricciones en la aplicación de metodologías activas y las sugerencias para investigaciones futuras. Este método aseguró que el artículo de revisión no solo sintetice el conocimiento actual, sino que también brinde sugerencias prácticas para la aplicación de metodologías activas en el ámbito de la educación física y el deporte.

Análisis de resultados

En esta sección se exponen los resultados obtenidos de la revisión sistemática acerca de la efectividad de las metodologías activas en la enseñanza de habilidades deportivas en la educación superior. A lo largo de los estudios examinados, se detectaron diferentes métodos que influyeron de manera importante en el crecimiento de habilidades técnicas, tácticas y socioemocionales de los alumnos. Asimismo, se presentan los resultados organizados en subtemas importantes que facilitan un análisis minucioso y comparativo de los impactos de estas estrategias educativas, abordando sus consecuencias prácticas y teóricas, así como las limitaciones y sugerencias para futuras investigaciones.

Metodologías Activas Implementadas

En la revisión sistemática de las metodologías activas utilizadas en la enseñanza de habilidades deportivas en la educación superior, uno de los métodos más frecuentes es el Aprendizaje Basado en Problemas (ABP). Este enfoque, que se utiliza mucho en entornos educativos para desarrollar habilidades tanto intelectuales como sociales, ha

mostrado ser muy efectivo en el campo de la educación física. De acuerdo con Ayala (2023), el aprendizaje basado en proyectos (ABP) incentiva a los alumnos, puesto que les da la oportunidad de enfrentar situaciones reales que exigen un análisis crítico y trabajo en equipo. La revisión de estudios indica que el ABP fomenta el crecimiento de habilidades cognitivas superiores y competencias sociales, tales como la colaboración y la toma de decisiones en entornos deportivos. No obstante, la investigación en educación física, particularmente en la educación primaria, es escasa, lo que resalta la necesidad de llevar a cabo más estudios en esta área para fortalecer la evidencia acerca de su efectividad en la enseñanza de habilidades deportivas.

Una metodología activa que se resalta en la literatura es el Aprendizaje Cooperativo, el cual ha sido utilizado de manera extensa en la enseñanza de deportes para principiantes. De acuerdo con la investigación realizada por Carbonero y otros. En el año 2023, el aprendizaje colaborativo no solo potencia las habilidades técnicas en deportes, sino que también favorece la adquisición de competencias esenciales del currículo escolar, tales como el trabajo en equipo y la resolución conjunta de problemas. Este método facilita que los estudiantes aprendan de forma activa, tomando funciones dentro de un grupo para lograr objetivos compartidos. Asimismo, se nota una mejora en el ambiente del aula, con un incremento en la participación activa de los alumnos. No obstante, este método requiere una preparación exhaustiva por parte del profesor y un ajuste del estudiante a la metodología, lo que puede presentar desafíos en términos logísticos y de tiempo.

La gamificación, otra técnica activa examinada, ha cobrado importancia en el campo de la educación física en universidades por su efectividad para mejorar la motivación y el compromiso de los alumnos. Guamangallo (2024) subraya que la incorporación de componentes lúdicos en el proceso educativo de los estudiantes de actividad física y deporte ha mostrado mejorar el rendimiento académico y fortalecer el desarrollo de habilidades tanto físicas como mentales. A pesar de los resultados

favorables, el análisis también indica que la gamificación necesita una implementación prudente y más estudios para evaluar su efecto a largo plazo. Su eficacia parece depender en gran medida de la estructura de las actividades y del entorno en el que se implementen, lo que indica que no todos los espacios educativos obtienen los mismos beneficios de esta metodología.

En resumen, la enseñanza situada surge como un método que se centra en el aprendizaje mediante el contexto en el que se ejecutan las habilidades deportivas. Las investigaciones acerca de esta metodología indican que, al colocar a los estudiantes en contextos reales o simulados que representan las condiciones de la práctica deportiva, se consigue una mejor transferencia de habilidades a situaciones prácticas. A pesar de ser menos investigada en la educación física superior en comparación con el ABP o el aprendizaje colaborativo, la enseñanza situada favorece un aprendizaje más contextualizado y relevante, puesto que los estudiantes pueden aplicar lo que han aprendido en situaciones deportivas reales. Esto subraya la relevancia de establecer espacios de aprendizaje genuinos que vinculen los conocimientos académicos con la práctica cotidiana del deporte.

Al analizar la efectividad de diversas metodologías activas en el desarrollo de habilidades deportivas, el Aprendizaje Basado en Problemas (ABP) y el Aprendizaje Cooperativo se identifican como las más eficaces, conforme a los estudios examinados. El Aprendizaje Basado en Problemas (ABP) se destaca por su habilidad para cultivar capacidades cognitivas superiores y promover la resolución de problemas en entornos deportivos, lo que genera una mayor capacidad de adaptación en los estudiantes (Ayala, 2023). El Aprendizaje Cooperativo, por su parte, destaca en la mejora de habilidades tanto técnicas como socioemocionales, como la colaboración en equipo, lo cual es extremadamente relevante en el ámbito deportivo (Carbonero Sánchez et al., 2023). Por otro lado, la gamificación, aunque logra motivar a los estudiantes, presenta resultados menos claros en el desarrollo de habilidades deportivas específicas (Guamangallo,

2024), lo que demuestra que su eficacia varía según el diseño y el contexto. Por lo tanto, el Aprendizaje Cooperativo se presenta como el método más completo para desarrollar habilidades técnicas y sociales, mientras que el Aprendizaje Basado en Problemas (ABP) resulta ser más efectivo en la toma de decisiones estratégicas.

Tabla 1.

Comentarios 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, 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 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, 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.

Nota. Elaboración propia.

Repercusión significativa en el Aprendizaje de Habilidades Técnicas

Las metodologías activas, tales como el aprendizaje en grupo y la observación entre compañeros, han demostrado tener una repercusión significativa en la adquisición de habilidades técnicas deportivas, sobre todo en el ámbito universitario. Un caso evidente de esto se puede ver en la investigación de Álvarez (2022), en la cual se aplicó la observación mutua en la enseñanza de la técnica del voleibol. Los resultados indicaron que los alumnos obtuvieron una mayor comprensión y habilidad técnica, al participar tanto en la práctica como en la evaluación de sus compañeros. Este método participativo permitió a los estudiantes desarrollar habilidades motoras y, además, mejorar su capacidad para analizar y corregir su rendimiento técnico, lo que aumentó

su comprensión de los movimientos exactos necesarios en el voleibol. La reflexión continua y el análisis cuidadoso ayudaron a comprender mejor los aspectos técnicos, lo que demostró la efectividad de este enfoque en el desarrollo de las habilidades motoras.

De otro modo, las metodologías que fomentan la participación en el ámbito deportivo, como el aprendizaje fundamentado en la práctica contextual, posibilitan que los estudiantes se acostumbren a situaciones auténticas o simuladas donde se aplican las habilidades técnicas bajo presión o en condiciones de juego reales. De acuerdo con lo indicado por Morente et al. (2020). Este método permite una mejor aplicación de las habilidades técnicas adquiridas en el aula a situaciones deportivas reales. La adquisición de habilidades técnicas, como los movimientos exactos en deportes de equipo, se da en un entorno activo, donde la acción y la toma de decisiones son cruciales. Al aplicar metodologías activas que imitan estas situaciones, los alumnos mejoran su habilidad técnica y también aprenden a ajustarse y a usar lo que han aprendido en entornos competitivos, lo que a su vez eleva su rendimiento deportivo general.

Asimismo, la gamificación en la enseñanza de la educación física y los deportes ha sido valorada por su efecto favorable en el desarrollo de habilidades técnicas. Aunque habitualmente se relaciona con un incremento en la motivación y el compromiso de los alumnos, Guamangallo (2024) indica que, al aplicarse de manera adecuada, la gamificación puede mejorar la adquisición de habilidades motoras complejas. Mediante desafíos interactivos y dinámicas de juego que promueven la repetición y el desarrollo personal, los alumnos pueden practicar y mejorar sus habilidades técnicas en un entorno divertido pero organizado. No obstante, la efectividad de la gamificación para mejorar las habilidades motoras aún es un tema de discusión, puesto que depende en gran medida del enfoque educativo y del tipo de actividad física que se lleve a cabo.

En este contexto, es muy importante señalar que la opinión sobre la educación física en ciertos lugares, como en Latinoamérica, todavía enfrenta desafíos respecto a su consideración en el plan de estudios educativo. De acuerdo con Martínez (2024), el enfoque técnico-motor en la educación física se considera de menor importancia, lo que reduce la valoración del desarrollo de competencias técnicas. No obstante, las metodologías activas que promueven el autoconocimiento y la comunicación a través del movimiento están transformando esta visión, subrayando la relevancia de preparar a futuros educadores que reconozcan el valor de las habilidades motrices en el desarrollo integral de los alumnos. Este cambio de enfoque es fundamental para optimizar la calidad del aprendizaje técnico en el deporte y potenciar la efectividad de las metodologías activas en este campo.

La efectividad de algunas metodologías activas en el aprendizaje de habilidades técnicas parece relacionarse con su habilidad para ajustar el proceso educativo a las necesidades particulares del deporte y su entorno. Por ejemplo, la evaluación entre compañeros en el voleibol ha demostrado ser especialmente efectiva al proporcionar a los estudiantes la oportunidad de analizar y reflexionar sobre la ejecución técnica de manera instantánea (Álvarez, 2022). Por otro lado, el aprendizaje contextual es más apropiado para deportes que necesitan una adaptación rápida a situaciones reales o simuladas, como es el caso de los deportes de equipo (Morente Oria et al., 2020). Por otro lado, la gamificación, si bien es efectiva para motivar, depende del diseño educativo y no asegura siempre avances en destrezas técnicas motoras a menos que se ejecute con precaución (Guamangallo, 2024). Estas variaciones sugieren que la eficacia de un método puede depender tanto del tipo de deporte como del contexto de aprendizaje.

Tabla 2.

Sobre las metodologías activas en el aprendizaje de habilidades técnicas deportivas.

Metodología Activa	Resultado 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)

Nota. Elaboración propia.

Influencias en el Aprendizaje de Habilidades Tácticas

La influencia de las metodologías activas en el desarrollo de habilidades tácticas se refleja en la habilidad de los alumnos para involucrarse activamente en el proceso de toma de decisiones durante las actividades deportivas. Cuevas (2023) enfatiza que el enfoque activo no solo abarca el aspecto cognitivo de los estudiantes, sino que también promueve el desarrollo de habilidades tácticas al requerir un análisis más profundo del juego, la adaptación a diferentes situaciones y la cooperación en equipo. Al enfrentar situaciones reales y cambiantes, los alumnos no solo aumentan su entendimiento del deporte, sino que también consiguen utilizar tácticas más eficientes, lo que lleva a un mejor rendimiento en las competiciones deportivas. Estas metodologías requieren que

los jugadores no solo recuerden movimientos establecidos, sino que ajusten su comprensión táctica a las situaciones variables de cada partida.

La instrucción integral en el deporte representa una de las metodologías dinámicas que ha demostrado tener un impacto notable en el desarrollo de habilidades tácticas. Una investigación realizada por Harvey y colaboradores. En el año 2010, según lo mencionado por González (2024), se evidenció que un equipo de fútbol universitario logró una notable mejora en sus ajustes defensivos y en sus coberturas adecuadas después de aplicar este enfoque. Este enfoque fomenta la comprensión completa del deporte, asistiendo a los estudiantes en la identificación de patrones de juego y en la toma de decisiones óptimas en momentos cruciales, como cambiar su posición defensiva o cubrir áreas desprotegidas en el campo. El efecto fue tan notable que el equipo observó mejoras estadísticamente significativas en diferentes aspectos tácticos, lo que evidencia cómo las metodologías activas pueden afectar la toma de decisiones estratégicas y defensivas en los deportes de equipo.

Asimismo, la implementación de metodologías activas modifica los roles convencionales de docentes y alumnos. Fernández y Simón (2022) indican que estas metodologías redistribuyen las responsabilidades, fomentando una mayor independencia en el estudiante. En el ámbito del aprendizaje de habilidades tácticas, esto implica que el estudiante no solo dirige su propio proceso educativo, sino que también tiene la capacidad de tomar decisiones tácticas en tiempo real, aplicando lo que ha aprendido de manera inmediata y en el contexto adecuado. Este método promueve una actitud activa y pensante en los estudiantes, donde se destacan capacidades como la previsión, la valoración de riesgos y la realización de decisiones estratégicas fundamentadas durante las actividades deportivas.

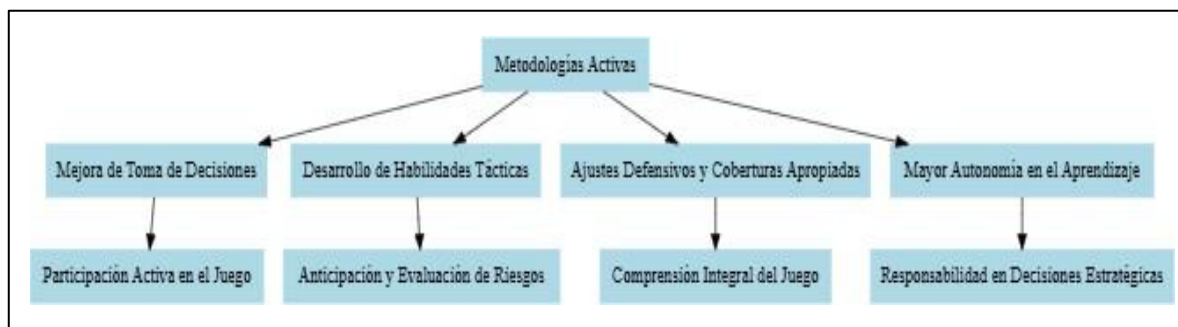
De este modo, la utilización de las Tecnologías de la Información y la Comunicación (TIC) y la innovación en la educación igualmente tiene un papel

fundamental en el desarrollo de habilidades tácticas. Caro et al. (2023) proponen que la incorporación de tecnologías digitales no solo ayuda a la creatividad en la implementación de estrategias tácticas, sino que también incrementa la claridad en el aprendizaje de tareas complejas y su evaluación. Al integrar métodos de enseñanza activa con recursos tecnológicos, los alumnos pueden examinar jugadas, llevar a cabo simulaciones y obtener retroalimentación inmediata, lo que fortalece su entendimiento táctico. Esto muestra la importancia de continuar invirtiendo en la capacitación en innovación educativa para mejorar el aprendizaje práctico en deportes y promover el desarrollo constante de las tácticas de juego en los alumnos.

En este contexto, las metodologías activas promueven la toma de decisiones y la comprensión táctica al involucrar a los estudiantes en un aprendizaje más profundo y participativo, lo que les permite ajustarse a las situaciones de juego en tiempo real. A diferencia de las capacidades técnicas, que se enfocan en realizar movimientos específicos de manera exacta, las habilidades tácticas demandan un proceso que implica reflexión y estrategia, superando así la mera acción física. De acuerdo con González (2024), la enseñanza integral del deporte potencia la habilidad de los estudiantes para llevar a cabo ajustes defensivos y coberturas adecuadas, lo que demuestra cómo este método promueve una comprensión completa del juego y la adaptación táctica. Aunque las habilidades técnicas pueden mejorarse a través de la práctica repetida y la corrección de ciertos movimientos, las habilidades tácticas se fundamentan en el análisis continuo de las circunstancias y en la capacidad de realizar decisiones rápidas y eficaces, lo que requiere un grado mayor de autonomía y responsabilidad por parte del estudiante, como indican Fernández y Simón (2022). Esto muestra una diferencia fundamental: las metodologías activas no solo optimizan la ejecución, sino que también refuerzan la habilidad de los estudiantes para comprender y responder de manera estratégica en el juego.

Figura 1.

Efectos de las Metodologías Activas en las Habilidades Tácticas.



Nota. Elaboración propia

Resultados en el Desarrollo de Competencias Socioemocionales

El efecto de las metodologías activas en la formación de habilidades socioemocionales, tales como el trabajo en grupo, el liderazgo y la gestión de las emociones, ha sido investigado en profundidad en diversos entornos educativos. Las metodologías activas, al situar al estudiante en el centro del proceso educativo, promueven una mayor interacción entre los implicados, lo que estimula el trabajo en equipo y fortalece habilidades como la comunicación y la colaboración. En el campo del deporte, Ruiz y Baena (2019) indican que el voleibol, siendo un deporte de equipo, promueve el desarrollo de habilidades de cooperación y unión dentro del grupo. Esto hace que las metodologías activas se conviertan en una herramienta efectiva para optimizar las dinámicas grupales y el desempeño colectivo.

Además de la colaboración en grupo, las metodologías activas también influyen de manera importante en la evolución de capacidades de liderazgo. La investigación realizada por Paños (2017) señala que el espíritu emprendedor y el liderazgo son habilidades vinculadas a la innovación, la toma de decisiones y la capacidad de adaptarse al entorno, todas ellas mejoradas mediante la participación en actividades activas y desafiantes. Las actividades sugeridas en entornos de aprendizaje gamificados o centrados en proyectos, por ejemplo, brindan a los alumnos un mayor

control sobre su proceso de estudio, permitiéndoles asumir posiciones de liderazgo y tomar decisiones estratégicas en el grupo, generando experiencias significativas para su desarrollo.

Por otra parte, la gestión de las emociones es una habilidad fundamental que se potencia mediante el uso de metodologías activas. De acuerdo con la investigación de Navarro y Pérez (2022), la implementación de enfoques novedosos como los escape rooms en entornos universitarios no solo estimula el pensamiento creativo y la capacidad de resolución de problemas, sino que también expone a los estudiantes a circunstancias de presión y frustración, lo que les permite aprender a gestionar sus emociones más eficientemente. La habilidad para manejar emociones como el estrés y la frustración es esencial para el rendimiento en situaciones reales, sobre todo en la profesión docente, donde los futuros educadores tendrán que enfrentar retos continuos.

En este marco, las metodologías activas facilitan una educación completa al unir el desarrollo de habilidades técnicas con las habilidades socioemocionales. Urrutia y Vizcarra (2021) destacan la relevancia de incluir estas habilidades en el currículo universitario, dado que capacitan a los alumnos no solo para enfrentar desafíos académicos, sino también para los aspectos personales y laborales. La inclusión de actividades que promueven la reflexión y la interacción emocional mejora el autoconocimiento y el manejo de las relaciones entre personas, elementos esenciales en el ámbito educativo y en otros entornos laborales.

Las metodologías activas que más favorecen el crecimiento de habilidades socioemocionales, como el trabajo en conjunto, el liderazgo y la regulación emocional, son las que incluyen la colaboración, la toma de decisiones y el aprendizaje a través de la experiencia. El aprendizaje centrado en proyectos, el trabajo en equipo y la gamificación, como los escape rooms, son métodos que promueven la interacción continua entre los estudiantes, facilitando la reflexión colectiva y la gestión de emociones

en situaciones desafiantes. La importancia del contexto social en los deportes y la educación física es fundamental, puesto que estos ambientes se distinguen por la interconexión entre los participantes, lo que resalta la necesidad de la comunicación y la colaboración para alcanzar el éxito en conjunto. Al incorporar metodologías activas, los alumnos no solo desarrollan habilidades técnicas, sino también competencias socioemocionales que son cruciales en contextos de trabajo en equipo y en circunstancias que demandan adaptabilidad y capacidad de liderazgo. Esto los prepara para que los futuros profesionales puedan abordar retos complejos tanto en su vida personal como en su carrera profesional.

Tabla 3.

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

Nota. Elaboración propia

Índices de Satisfacción y Motivación del Estudiante

La implementación de metodologías activas en el ámbito educativo ha demostrado ser un elemento fundamental para incrementar la satisfacción y motivación de los estudiantes. De acuerdo con múltiples investigaciones, la aplicación de estas estrategias educativas enfocadas en el estudiante ha facilitado una mayor involucración activa y protagonismo en su propio proceso de aprendizaje. Esta consideración es esencial, sobre todo en campos como la Educación Física, en los cuales los alumnos pueden vincular sus actividades con situaciones que son reales y significativas para ellos. En este contexto, el enfoque constructivista que proporcionan las metodologías activas promueve un aprendizaje significativo, lo que incrementa la motivación hacia la práctica de deportes y el desarrollo de habilidades físicas y sociales (León et al. , 2023).

Respecto al efecto particular de estas metodologías, una investigación llevada a cabo en la Universidad de Zaragoza mostró que la satisfacción de los alumnos fluctuaba dependiendo de la metodología utilizada en cada disciplina deportiva. Por ejemplo, en el caso del voleibol, la técnica de observación entre compañeros recibió la puntuación más alta de satisfacción, con una media de 4,11. Esto sugiere que los estudiantes aprecian el aprendizaje que se basa en la observación y la retroalimentación mutua. Por otro lado, la metodología de trabajo en grupo aplicada en balonmano recibió una calificación notablemente inferior (3,19), lo que indica una opinión menos positiva por parte de los estudiantes. Estos hallazgos también revelaron diferencias entre géneros, ya que un mayor porcentaje de mujeres manifestó descontento con la metodología grupal (Álvarez et al., 2020).

Los hallazgos indican que no todas las metodologías activas generan el mismo efecto en la motivación de los alumnos. Elementos como la clase de deporte, la dimensión del grupo y el nivel de compromiso personal parecen afectar de manera directa el grado de satisfacción. Las estrategias que fomentan la interacción directa entre estudiantes, como la observación entre compañeros, resultan ser más efectivas para incrementar la motivación, puesto que proporcionan oportunidades de aprendizaje

colaborativo y adaptado. De otro modo, los métodos que demandan más esfuerzo en grupos grandes o donde la implicación individual se reduce pueden resultar en una menor motivación, tal como se evidenció en el balonmano. La clave, por consiguiente, consiste en adaptar las metodologías a las particularidades del deporte y del grupo para optimizar el efecto positivo en la motivación de los estudiantes (Fernández e Iglesias, 2022).

Así, es importante señalar que la innovación en la educación, mediante la combinación de métodos activos como la clase invertida y la resolución de problemas, ha demostrado ser una estrategia efectiva para mantener el interés y la participación de los alumnos. La combinación de diversos métodos no solo contribuye a mejorar el desempeño académico, sino que también promueve una motivación interna más duradera. Esta tendencia es especialmente importante en la educación de deportes y actividades físicas, donde el dinamismo y la participación emocional son esenciales para la experiencia de aprendizaje (Navarro, 2024).

En conclusión, la motivación representa un elemento fundamental en la eficacia del aprendizaje, particularmente en el contexto deportivo. Según lo evidenciado en investigaciones previas, la adopción de enfoques metodológicos activos que impliquen directamente al estudiante y fomenten su participación resulta en un aumento significativo de la motivación, la cual, a su vez, mejora la adquisición de destrezas deportivas. La motivación interna, promovida por la participación activa del estudiante en su proceso de aprendizaje, facilita que los alumnos no solo se comprometan más en las tareas, sino que también descubran un significado personal en sus acciones. Esto permite una mejor comprensión y el desarrollo de habilidades, dado que los estudiantes se sienten más involucrados y motivados para enfrentar retos. Asimismo, la motivación afecta la actitud hacia la práctica, la experimentación y la mejora de las técnicas deportivas, factores esenciales para alcanzar un aprendizaje eficaz. Sin un estímulo adecuado, el aprendizaje puede convertirse en algo rutinario y poco relevante, lo que

reduce la habilidad para recordar y utilizar las competencias adquiridas en situaciones de la vida real.

Tabla 4.

Vínculo entre impulso y rendimiento 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.

Nota. Elaboración propia.

Desempeño escolar y deportivo

Las metodologías activas han mostrado un efecto importante en el rendimiento académico y deportivo de los alumnos, tanto en entornos educativos como en actividades deportivas. La utilización de métodos como el Circuito de Expertos promueve un aprendizaje tanto colaborativo como participativo, en el cual los alumnos no solo adquieren conocimientos de forma individual, sino también en conjunto. Esta estrategia ha demostrado beneficios en el ambiente del aula, la unión del grupo y el progreso de habilidades sociales como la tutoría entre compañeros, lo que ayuda a crear un entorno de aprendizaje favorable y eficiente. Al facilitar que los estudiantes colaboren en diversas estaciones y se hagan responsables del aprendizaje de sus compañeros, se fomenta una atención más efectiva hacia la diversidad y las necesidades individuales, lo que mejora su desempeño académico (Carcas y Garafulla, 2024).

Por otra parte, estudios han mostrado que la aplicación de metodologías activas no tiene desventajas en relación con los métodos tradicionales en términos de rendimiento académico. Los hallazgos muestran que los estudiantes obtienen resultados comparables, e incluso mejores en ciertas situaciones, al emplear métodos participativos en lugar de aquellos que se enfocan únicamente en la enseñanza directa. Esto apoya la noción de que las metodologías activas no solo aumentan la motivación y la participación, sino que también favorecen la retención de conocimientos sin afectar negativamente los resultados académicos (Muntaner, 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, 2013).

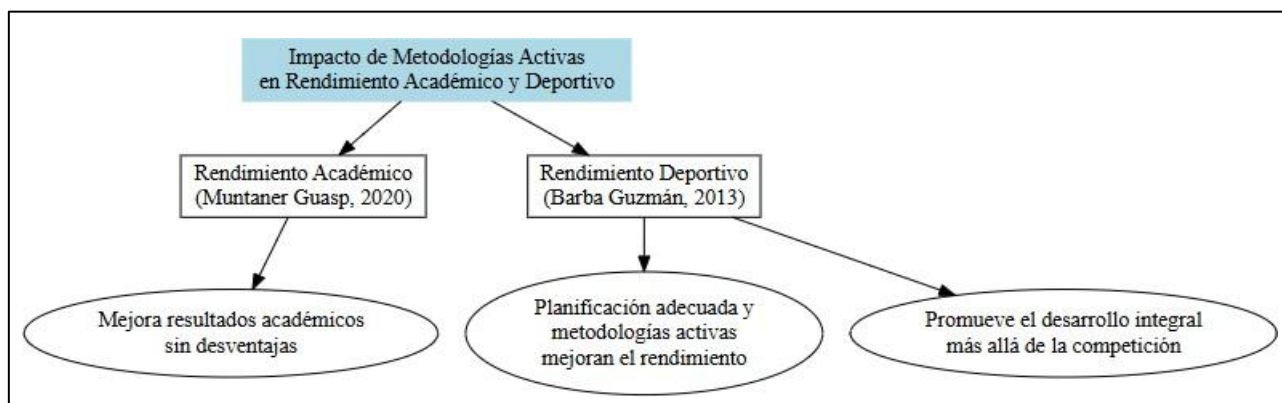
De igual manera, en el ámbito de la Educación Física, se ha observado que estas modificaciones en los métodos también contribuyen a superar los enfoques educativos tradicionales que se centran únicamente en la competencia y el rendimiento. Las metodologías activas facilitan que los estudiantes indaguen otros elementos esenciales del deporte, como la colaboración, la toma de decisiones y la solución de problemas, lo que mejora su experiencia y los capacita de manera más efectiva para el ámbito académico y el deportivo (Kirk, 2020).

La relación entre las mejoras en el rendimiento y la utilidad de las metodologías activas indica que, aunque el rendimiento en deporte y en el ámbito académico puede

mejorar al emplear estas metodologías, esto no implica necesariamente que se produzca un aprendizaje profundo. El Circuito de Expertos, por citar un ejemplo, fortalece la cohesión dentro del grupo y el ambiente del aula, lo que beneficia el rendimiento académico; sin embargo, el aprendizaje efectivo se produce cuando los estudiantes adquieren habilidades que pueden ser aplicadas en diferentes contextos, tales como la toma de decisiones y la resolución de problemas (Carcas y Garafulla, 2024). Asimismo, aunque investigaciones indican que el desempeño académico no se ve perjudicado por las metodologías activas (Muntaner, 2020), el aprendizaje significativo requiere una comprensión conceptual que trasciende los resultados inmediatos. En el ámbito deportivo, como en el tenis de mesa, el aumento en el rendimiento gracias a una buena planificación y a métodos activos también indica la importancia de desarrollar habilidades completas en lugar de enfocarse únicamente en la competencia deportiva (Barba, 2013). Por lo tanto, el desempeño puede mostrar algunos progresos, pero no asegura la apropiación del aprendizaje profundo y completo que estas metodologías intentan promover.

Figura 2.

Impacto de las metodologías activas en el rendimiento académico y deportivo.



Nota. Elaboración propia.

Desafíos y problemas en la Aplicación de Metodologías Activas

La aplicación de metodologías activas (MA) en el campo de la educación física (EF) presenta diversas dificultades, entre las cuales se destacan la insuficiente capacitación del profesorado y la oposición al cambio. Tal como indican González et al. (2019), aunque los educadores reconocen las posibilidades de las MA para mejorar la educación en EF, muchos no han tenido la capacitación adecuada para implementar estos métodos de forma eficaz. La falta de un desarrollo profesional continuo y específico en metodologías activas es un factor restrictivo fundamental, que se manifiesta en la inseguridad de los profesores al intentar incorporar estas metodologías en su labor cotidiana (Hernández y Velázquez, 2010). Si no cuentan con un fundamento fuerte en conocimientos y habilidades, los docentes suelen ser reacios a alejarse de las metodologías tradicionales.

Otra dificultad importante es la oposición al cambio por parte de los docentes. De acuerdo con León-Díaz et al. En el año 2020, la ausencia de experiencia previa en el uso de las MA, junto con la dependencia de métodos de enseñanza tradicionales, ocasiona que los profesores presenten cierta oposición a incorporarlas. A pesar de que aprecian las ventajas teóricas de las MA, ciertos profesionales consideran las innovaciones en los métodos como un riesgo para su comodidad o como una carga extra en un sistema educativo que ya está saturado. Este conflicto entre la teoría y la práctica concreta presenta un reto para llevar a cabo las MA de manera uniforme.

El entorno cultural y social de las instituciones educativas también afecta la puesta en práctica de las MA. De acuerdo con Peiró y Julián (2015), los sistemas educativos convencionales que promueven la enseñanza pasiva y autoritaria obstaculizan la implementación de modelos activos, sobre todo en contextos donde la competencia y el desempeño físico son considerados como metas fundamentales. Esta tensión cultural, que favorece una perspectiva del deporte enfocada en la competencia en lugar del desarrollo integral del estudiante, está en desacuerdo con las MA, que fomentan la colaboración, la reflexión y el aprendizaje profundo.

Asimismo, Moreno (2020) indica que la elaboración de contenidos adecuados para las MA representa otra limitación importante. Los educadores no sólo se ven en la dificultad de tener recursos y materiales apropiados para llevar a cabo las MA, sino que también tienen el desafío de crear actividades que se alineen con los objetivos educativos y que capten la atención de los alumnos. Estas dificultades, junto con la necesidad de cumplir con los requisitos del currículo y los plazos estrictos, constituyen un importante desafío para la implementación efectiva de estas metodologías en la Educación Física.

Finalmente, la implementación de metodologías activas (MA) en la educación superior presenta desafíos como la insuficiente capacitación específica de los docentes, la oposición al cambio y los obstáculos culturales dentro de las instituciones, tal como se ha indicado en varios estudios. Para abordar estas dificultades, es esencial brindar una formación constante que capacite a los docentes en la aplicación efectiva de estas metodologías, fomentando un desarrollo profesional centrado en el aprendizaje activo (Hernández y Velázquez, 2010). Asimismo, resulta fundamental establecer espacios de diálogo y cooperación entre los docentes para disminuir la oposición al cambio, lo que permitirá una transición más fácil hacia métodos más participativos. Asimismo, es necesario realizar una modificación en el currículo que coloque la innovación en la enseñanza por encima del rendimiento en competencias, asegurando que los objetivos educativos estén en sintonía con el crecimiento integral del alumno. La entrega de materiales educativos y la creación de contenidos apropiados para las MA son fundamentales para promover su uso en contextos universitarios.

Tabla 5.

Reconocimiento de impedimentos para implementar metodologías activas y propuestas de solución.

Aspecto	Descripción de los impedimentos/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.

Nota. Elaboración propia.

Proyecciones y propuestas

El análisis de la literatura muestra diversas áreas que han sido poco investigadas o presentan vacíos en la aplicación de metodologías activas en la educación física y el deporte. Uno de los retos más importantes reconocidos es la necesidad de crear estrategias que aseguren la motivación de los estudiantes de manera continua. Investigaciones como la realizada por Sun et al. (2017) y Laiy (2016) destacan que, a

pesar de que metodologías como el Aula Invertida (Flipped Classroom) muestran un gran potencial, su efectividad se ve afectada cuando los estudiantes pierden motivación o no logran manejar su tiempo y organización, lo que conlleva a una menor participación. No obstante, se nota una falta de estudio sobre cuáles incentivos concretos pueden implementarse para prevenir esta disminución en la participación a lo largo del curso.

Un aspecto que no se ha estudiado lo suficiente es la reluctancia de los estudiantes a tomar más responsabilidades en su propio proceso de aprendizaje, un elemento que a menudo surge al implementar metodologías activas. Aguilera et al. (2017) señalan que el aumento en la carga de horas y en la responsabilidad personal puede causar resistencia entre los alumnos. A pesar de ello, la literatura presenta limitaciones en relación con las estrategias eficaces para superar esta resistencia, dado que las opciones actuales, como la gamificación o el aprendizaje fundamentado en proyectos, necesitan ser confirmadas mediante más investigaciones empíricas. De esta manera, se establece una dirección para futuras investigaciones que podría explorar la manera de integrar diversas metodologías dinámicas destinadas a disminuir esta resistencia y aumentar la implicación de los estudiantes.

Asimismo, las restricciones en la magnitud de las muestras de estudio son un aspecto habitual en las investigaciones analizadas. La investigación realizada por Aguilera y sus colaboradores. Según el año 2017, se indica que la pequeña cantidad de participantes en el estudio restringe la posibilidad de aplicar los resultados de manera general. Sin embargo, se observa una clara carencia de investigaciones que examinen el efecto de las metodologías activas en entornos con grupos más grandes y diversos, particularmente en diferentes etapas educativas y con alumnos de variados perfiles. La literatura no explora de manera adecuada cómo estas metodologías podrían ajustarse a grupos más numerosos, ni cómo podrían influir en el desempeño en comparación con contextos más reducidos y personalizados.

Por último, un ámbito que ha sido poco investigado es la adecuada incorporación de herramientas digitales en la implementación de metodologías activas. Aunque las investigaciones indican que se pueden usar tecnologías como videos y plataformas digitales en la clase invertida, no se ha llevado a cabo un estudio exhaustivo sobre cómo estas herramientas podrían ayudar a mantener la motivación durante el curso o cómo se podrían adaptar para distintos entornos educativos. Es fundamental investigar de qué forma las TIC pueden ser empleadas de manera continua y eficaz para fomentar un aprendizaje más activo y colaborativo.

Los estudios futuros sobre la efectividad de las metodologías activas en entornos deportivos deben enfocarse en varios aspectos fundamentales que aún no han sido investigados de manera adecuada. Es esencial llevar a cabo investigaciones longitudinales utilizando muestras más amplias y diversas, lo que posibilitaría examinar el efecto a largo plazo de estas metodologías en el desempeño académico y deportivo de los alumnos. Asimismo, sería aconsejable explorar de qué manera la incorporación de tecnologías, como plataformas educativas y herramientas de gamificación, pueden potenciar la participación y la motivación entre los estudiantes. De manera práctica, se recomienda que los educadores integren diversas metodologías activas, ajustándolas a las necesidades de sus alumnos, y se brinden motivaciones para sostener el interés a lo largo de todo el proceso educativo. Los programas de educación física deben incluir capacitación especializada para que los docentes aprendan estas metodologías, promoviendo un enfoque más adaptable y enfocado en el estudiante.

Tabla 6.

Proyecciones a futuro y recomendaciones.

Área	Proyecciones a futuro	Recomendaciones
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 de los estudiantes en entornos deportivos.	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.
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.

Nota. Elaboración propia.

Conclusiones

Durante esta revisión, se ha demostrado que la aplicación de metodologías activas en la educación física y el deporte no solo favorece un aprendizaje más significativo, sino que también apoya el desarrollo completo de los estudiantes. Estas metodologías promueven la participación activa y la independencia de los estudiantes, lo que resulta en un incremento de la motivación y el compromiso tanto en la actividad deportiva como en la académica. No obstante, los resultados muestran que, a pesar de

los posibles beneficios, la implementación de estas prácticas se enfrenta a varios retos que restringen su eficacia.

Una de las conclusiones más importantes es que la capacitación de los docentes es un elemento fundamental para el éxito de las metodologías activas. Los docentes frecuentemente experimentan una falta de preparación para aplicar estas metodologías, lo que provoca resistencia y restringe la innovación educativa en el entorno escolar. Es esencial que las instituciones educativas implementen programas de formación que respondan a las necesidades particulares de los profesores en lo que respecta a las metodologías activas, garantizando que dispongan de las herramientas y recursos imprescindibles para su adecuada implementación.

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.

De igual manera, el análisis subraya la relevancia de llevar a cabo estudios complementarios que atiendan las carencias presentes en la literatura acerca de las metodologías activas. Aunque se ha progresado en la comprensión de sus ventajas, aún existe la necesidad de realizar investigaciones que analicen su efectividad en distintos entornos y con poblaciones variadas. Estas investigaciones tienen que enfocarse no solo en los logros académicos, sino también en las vivencias personales de los estudiantes y en las interacciones entre ellos que se desarrollan en el contexto de estas metodologías.

Por último, las sugerencias prácticas obtenidas de esta revisión indican que es fundamental promover una cultura de cooperación y de retroalimentación constante entre los profesores y los alumnos. La exitosa adopción de metodologías activas implica no solo modificaciones en la planificación y el desarrollo de las clases, sino también un respaldo institucional que apoye la innovación educativa. De este modo, se podrá favorecer un aprendizaje significativo que prepare a los estudiantes no solo para los retos académicos, sino también para su crecimiento personal y social en el contexto 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. <https://riuma.uma.es/xmlui/handle/10630/17159>
- Álvarez, J., Murillo, V., Casterad, J., & 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, 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, L., Prat Grau, M., & Ventura Vall-Llovera, C. (2023). Enseñar y aprender el deporte a través del aprendizaje cooperativ+2o en Educación Física. *Retos: nuevas tendencias en educación física, deporte y recreación*(47), 164-173. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=8621887>
- Carcas, 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, 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. <https://dialnet.unirioja.es/download/articulo/9099170.pdf>
- Cuevas, 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. <https://hdl.handle.net/10902/31667>
- Díaz, A., Meroño, L., García, J. A., Leiva, A., & Castillo, 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. <http://hdl.handle.net/10952/7312>
- Fernández, E. D., & Simón, 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, 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, J., Sellés, S., & Ferriz, A. (2019). Flipped Classroom como Propuesta en la Mejora del Rendimiento Académico y Motivación del Alumnado en Educación Física. *Kronos*, 18(2), 1-13.
<https://rua.ua.es/dspace/handle/10045/101088#vpreview>
- González, N. (2024). Modelos pedagógicos en educación física: Análisis de la investigación. España: Wanceulen Editorial.
https://books.google.com.ec/books?hl=es&lr=&id=WPz1EAAQBAJ&oi=fnd&pg=PA5&dq=%22metodologias+activas%22+mejoras+%22habilidades+t%C3%A1cticas%22+&ots=D4vslhlp6U&sig=fAeMe5F5Pj23TtspJKC5W1lCiqs&authuser=0&redir_esc=y#v=onepage&q&f=false
- González, S., Evangelio, C., Sierra, J., & Fernández, J. (2019). Hybridizing pedagogical models: A systematic review. *European Physical Education Review*, 25(4), 1056–1074. doi:<https://doi.org/10.1177/1356336X18797363>
- Guamangallo, 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.
- Lacote, G., Azócar, J., Lara, B., Pereira, M. R., Avila, C., & Vera, 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.
<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, Ó., Martínez, L. F., & Santos-Pastor, M. L. (2023). Metodologías activas en la Educación Física. Una mirada desde la realidad práctica. *Retos*(48), 647-656.
- Manzano, 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, 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/rtd.v16i2.370>
- Moreno, A. J., Rodríguez, C., Ramos, M., & Sola, J. M. (2020). Interés y Motivación del Estudiantado de Educación Secundaria en el uso de Aurasma en el Aula de Educación Física.

- Morente, H. M., Fernández, F. T., & Fernández, A. S. (2020). Metodologías activas en la práctica de la educación física. España: Ediciones Morata.
- Muntaner, J. J., Pinya, C., & Mutl, B. (2020). El impacto de las metodologías activas en los resultados académicos. Profesorado. Revista de Currículum y Formación de Profesorado, 24(1), 96-114.
<http://hdl.handle.net/10481/60713>
- Navarro, C., & Pérez, 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.
<https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=8127983>
- Navarro, J. (2024). Aplicación de metodologías activas en Educación Física. Una revisión. Alicante, España: Universidad Miguel Hernández de Elche.
<https://hdl.handle.net/11000/32841>
- Paños, 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, C., & Julián, 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, P. J., & Baena, 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, V. S., & Vizcarra, M. T. (2021). Las metodologías activas en el desarrollo de las competencias socioafectivas. Psikodidaktikako XXVII. jardunaldiak, 235-250. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=9377368>
-