

Deportes Alternativos Propuesta de Innovación Pedagógica: en la Educación Física en Villavicencio.

¹Perdomo, Sergio -Universidad De Los Llanos, sergio.perdomo@unillanos.edu.co

²Rojas, Diego, Universidad De Los Llanos, diego.rojas.jaimes@unillanos.edu.co

Resumen:

En el contexto actual de la educación como un eje fundamental que propendan por una escena de aprendizaje significativo, se hace urgente innovar en los procesos de enseñanza y aprendizaje. La Educación Física, como área fundamental del desarrollo psicomotriz, no es ajena a esta exigencia. Los deportes alternativos, también llamados Deportes de Nuevas Tendencias (DNT), emergen y llegan a nuestro contexto educativo como una herramienta o un medio pedagógico y didáctico que rompe con los esquemas de prácticas motrices tradicionales, favoreciendo entornos más inclusivos, participativos y motivadores para los estudiantes.

La práctica de estos deportes no solo impacta lo educativo, sino que promueven una resignificación del movimiento corporal en el contexto escolar, alejándose y desligando de su actividad, la visión de la competencia tradicional y enfocándose en el deporte como un juego cooperativo, que propende por vincular en el proceso de la enseñanza el desarrollo de la inteligencia emocional y la creatividad. En esta investigación se evalúa su implementación en dos instituciones educativas. El colegio Narciso Matus y San Francisco de Asís, sede Alborada, de la ciudad de Villavicencio, Meta.

Palabras clave: Deportes de nuevas tendencias, Educación física, Enseñanza, Deportes alternativos, Didáctica.

Problema de Investigación

El avance a niveles conceptuales en educación física, profesores y profesionales afines al deporte muchas aún se centran en los deportes tradicionales, convencionales y/o hegemónicos en sus clases y muchas veces no responden a los intereses ni a las necesidades de todos los estudiantes. Esta situación limita la participación, excluye a algunos grupos y reduce el impacto formativo de la asignatura. Con base en ello se planteó la pregunta ¿De qué manera los deportes alternativos pueden constituirse como una estrategia de innovación pedagógica en las clases de educación física en las instituciones educativas de Villavicencio?

Marco Teórico

Además de los aportes previamente mencionados, es importante subrayar que los deportes alternativos se enmarcan dentro de las corrientes pedagógicas críticas, las cuales buscan transformar la práctica educativa desde la reflexión colectiva y la participación activa. Según Freire (1970), la educación debe concebirse como un proceso de liberación en el cual los sujetos son protagonistas de su aprendizaje. Desde esta perspectiva, la implementación de deportes alternativos no solo busca modificar los contenidos curriculares, sino que también procura fomentar una pedagogía que valore la diversidad, el respeto y la cooperación.

Asimismo, la literatura reciente sobre innovación educativa en Educación Física destaca el potencial de los deportes alternativos para articular procesos de inclusión social, prevención de la violencia escolar y fortalecimiento de la autoestima en los estudiantes (Gómez & Rodríguez, 2021). Estas prácticas, al no estar ancladas en tradiciones deportivas hegemónicas, permiten que los estudiantes se apropien de nuevas formas de movimiento y construyan identidades corporales más abiertas y flexibles.

El enfoque de género también ocupa un lugar central en esta discusión. Como señalan López y Ramírez (2020), los deportes tradicionales tienden a reforzar estereotipos de género, mientras que los deportes alternativos abren oportunidades para que tanto hombres como

mujeres participen en igualdad de condiciones, reduciendo brechas históricas de exclusión en el aula de Educación Física.

Los deportes alternativos, según Fierro et al. (2017), se caracterizan por romper con los modelos convencionales al promover un enfoque más participativo y colaborativo. Autores como Barbero (2000) resaltan su potencial para desarrollar valores éticos y sociales. Desde la pedagogía, Blázquez (2010) sostiene que el deporte debe ir más allá del rendimiento físico para convertirse en una herramienta de desarrollo humano. Plantear los deportes alternativos desde el enfoque de la ética del cuidado por (Escobar, 2020) también plantea que estos deportes permiten generar prácticas respetuosas, equitativas e inclusivas en el aula y por último la propuesta sobre La puesta de Los deportes alternativos como contenidos para la Educación Física en Educación Secundaria por (Caldevilla y Zapatero, 2022). Permitiendo comprender los campos en los cuales han tenido un impacto pedagógico y curricular desde la perspectiva de la ética y el cuidado del cuerpo y la inclusión, parte de los pilares que proyecta como uno de las banderas que debe propender la Educación Física en las instituciones educativas de básica primaria y secundaria.

Los deportes alternativos se definen como aquellas prácticas físico-deportivas que, alejándose del paradigma competitivo tradicional, priorizan la participación, la cooperación, la creatividad y el uso de materiales no convencionales (Fierro et al., 2017; Barbero, 2000). Requena (2008) sostiene que estos deportes potencian valores sociales, éticos y motrices, al tiempo que propician un entorno educativo menos excluyente y más integrador.

Blázquez (2010) señala que el deporte educativo debe propiciar el desarrollo integral del individuo desde la motricidad, concepto respaldado por Le Boulch (1996). La visión lúdica y formativa del deporte en la infancia y adolescencia también es subrayada por Rodríguez-Abreu (2010) y Corrales (2010), quienes lo entienden como fenómeno social y herramienta educativa. La Educación Física y las diferentes áreas afines en lo que respecta a procesos de educación motriz, debe replantearse la visión y permitir una mirada desde la perspectiva desde los Deportes Alternativos, entendiendo que aporta a los procesos de modificación, participación, transformación, potencial para promover valores, inclusión y el desarrollo humano entre otras. Que propenda por el objetivo de la educación formar seres humanos libres, ciudadanos y que propendan por un mundo más inclusivo y menos excluyente;

reconociendo que la Educación Física es una de las es un área transversal que propende y promueve procesos inclusivos desde la motricidad humana.

La investigación se fundamentó en un enfoque mixto secuencial explicativo. En la primera fase se aplicaron cuestionarios cuantitativos, cuyos resultados permitieron identificar tendencias iniciales en motivación, inclusión y preferencias deportivas. Posteriormente, en la fase cualitativa, se realizaron entrevistas y grupos focales que profundizaron en la comprensión de los resultados numéricos, logrando triangular la información y fortalecer la validez de los hallazgos.

En términos de rigor metodológico, se implementaron criterios de credibilidad, transferibilidad, dependencia y confirmabilidad (Lincoln & Guba, 1985) para garantizar la calidad de los datos. En la parte cuantitativa, se aplicaron pruebas de consistencia interna (alfa de Cronbach) para los instrumentos de encuesta, alcanzando un valor de 0,82 que se considera adecuado para estudios en ciencias sociales. En la parte cualitativa, se empleó codificación abierta y axial (Strauss & Corbin, 2002), lo que permitió identificar categorías emergentes vinculadas con innovación, inclusión, dificultades y transformación docente.

La estrategia de intervención se desarrolló durante un periodo de ocho semanas, con sesiones semanales de 90 minutos, en las cuales se aplicaron deportes alternativos como ultimate, kin-ball, y dodgeball. Estas actividades fueron seleccionadas por su accesibilidad, facilidad de adaptación a contextos escolares y pertinencia pedagógica.

Metodología

Enfoque metodológico

Se adoptó un **enfoque mixto** el cual, desde la perspectiva de investigación, permite recolectar sistematizar, y un análisis de investigación que de mayor soporte al tema que sea ha propuesto estudiar. El diseño se desarrolló bajo el paradigma **crítico-social**, adoptando la **investigación acción participativa** (IAP) como modelo central, lo cual permitió involucrar a docentes y estudiantes en el análisis y transformación de sus prácticas educativas. Del diseño cualitativo, se implementó entrevistas, grupos focales y observación participativa. Desde la

perspectiva cuantitativo se mediante encuestas aplicadas a docentes y estudiantes antes y después de la implementación. Es por eso que para autores como (Sampieri y Mendoza 2008) plantean que

Los métodos mixtos o híbridos representan un conjunto de procesos sistemáticos, empíricos y críticos de investigación e implican la recolección y el análisis de datos tanto cuantitativos como cualitativos, así como su integración y discusión conjunta, para realizar inferencias producto de toda la información recabada (denominadas metainferencias) y lograr un mayor entendimiento del fenómeno bajo estudio (p.45).

Así mismo otros autores como (DeCuir-Gunby y Schutz, 2017; Creswell, JW y Creswell, JD, 2017 y Lieber y Weisner, 2010) mencionan la importancia de la investigación desde un enfoque mixto entendiendo que En la ruta mixta se utiliza evidencia de datos numéricos, verbales, textuales, visuales, simbólicos y de otras clases para entender problemas en las ciencias (p.45). Permitiendo de esta manera recopilar información que de un sustento mayor a un objeto de estudio poco explorado en la región y donde a nivel nacional son con pocos las investigaciones enfocadas a la educación desde la perspectiva de los deportes de Nuevas Tendencias o Deportes Alternativos que contribuyan a innovar en la clase de educación física en lo pedagógico y en lo didáctico para generar nuevas experiencias significativas desde lo psicomotriz en los estudiantes.

Población y muestra

- **Población total:** 90 estudiantes (grados 7º a 9º).
- **Instituciones participantes:**
 - IE Narciso Matus (n=45)
 - IE San Francisco de Asís, sede Alborada (n=45)
- **Género:** 44 hombres, 46 mujeres.

Instrumentos aplicados

1. **Encuesta diagnóstica** (cuantitativa):
 - Tipo: cuestionario cerrado de opción múltiple.
 - Ejes: motivación, percepción de inclusión, conocimiento previo, preferencia deportiva.
 - Aplicación: antes y después de la intervención.

2. Entrevista semiestructurada (cualitativa):

- Participantes: 5 docentes.
- Objetivo: explorar percepciones, dificultades y aprendizajes en torno a los deportes alternativos.

3. Grupos focales:

- Composición: 2 grupos por institución (estudiantes y docentes).
- Ejes temáticos: cooperación, emociones, ambiente de clase, innovación.

4. Registro de observación y diario de campo:

- Descripción de sesiones prácticas, dinámicas motrices y relaciones entre pares.

Al analizar los resultados obtenidos, se observa que la motivación de los estudiantes aumentó significativamente después de la intervención. Mientras que en el diagnóstico inicial solo un 45% de los estudiantes manifestaba interés alto en la clase de Educación Física, después de la aplicación de deportes alternativos el porcentaje ascendió a más del 80% en ambas instituciones. Esto evidencia que la incorporación de nuevas prácticas genera un efecto positivo en el compromiso estudiantil.

Desde la dimensión cualitativa, los docentes señalaron que la mayor innovación se relacionó con la ruptura de la rutina. El abandono temporal de deportes tradicionales como fútbol y baloncesto permitió visibilizar otras formas de interacción motriz que promovieron mayor cooperación y participación entre pares. Asimismo, los estudiantes expresaron sentirse menos presionados por el rendimiento, lo cual favoreció climas de aula más democráticos y participativos.

En relación con la inclusión, los resultados cuantitativos mostraron un incremento de 40% a más del 70% en la percepción de equidad y participación. Las narrativas de los grupos focales confirmaron este hallazgo al evidenciar que los deportes alternativos permitieron que estudiantes tradicionalmente marginados, como aquellos con menores destrezas físicas, se sintieran integrados y valorados. El impacto fue particularmente visible en el grupo femenino, donde se consolidó una mayor participación activa.

Finalmente, las dificultades encontradas estuvieron relacionadas principalmente con la carencia de materiales adecuados y la falta de formación docente en las reglas de los deportes

emergentes. No obstante, estas limitaciones se convirtieron en oportunidades para la creatividad pedagógica, al emplear materiales reciclables y fomentar procesos de autoformación entre los profesores.

Resultados

Indicador	Frecuencia	Porcentaje (%)
Motivación Alta	37	82%
Inclusión Alta	34	75%
Preferencia Alternativos	31	68%
Conocimiento Previo	6	13%

Tabla 1. IE Narciso Matus (n=45 estudiantes)

Indicador	Frecuencia	Porcentaje (%)
Motivación Alta	36	80%
Inclusión Alta	33	72%
Preferencia Alternativos	29	65%
Conocimiento Previo	5	11%

Tabla 2. IE San Francisco de Asís, sede Alborada (n=45 estudiantes)

Institución	Género	Estudiantes	Motivación Alta (%)	Inclusión Alta (%)	Preferencia Alternativos (%)
Narciso Matus	Masculino	22	82%	75%	68%
Narciso Matus	Femenino	23	87%	78%	73%
San Francisco	Masculino	22	80%	72%	65%

San Francisco	Femenino	23	88%	80%	72%
----------------------	----------	----	-----	-----	-----

Tabla N°1 Comparación por género e institución

Se puede evidenciar que en la IE Narciso Matus los hombres mostraron en el ítem de motivación un margen del 82%, a su vez en lo relacionado con los procesos de inclusión el impacto fue del 75% y en lo que respecta al impacto de preferencia fue del 68% del global de la muestra. Mostrando en gran medida, que el impacto es positivo en los tres componentes en lo que respecta al género masculino de la población estudiantil. No obstante, la muestra de la IE San Francisco de Asís presenta un margen del 80% en lo relacionado con la motivación, un 72% en el impacto de inclusión y un 65% en lo que respecta preferencia hacia la práctica de deportes alternativos. En lo relacionado en la comparación por género por instituciones en el género femenino se evidencia que 23 estudiantes de la I.E Narciso Matus manifestaron una Alta Motivación reflejando un 87% un punto por debajo a lo expresado por las estudiantes de la IE San Francisco de Asís que fue del 88%. En lo que respecta a procesos de Inclusión Alta las estudiantes de la I.E Narciso Matus se evidencia que

Las respuestas desde la perspectiva de las mujeres en las dos instituciones de los grados 7º a 9º manifestaron una mayor motivación y percepción de inclusión, lo que expresa que los deportes alternativos contribuyen a reducir las barreras de participación que históricamente están asociadas a los deportes tradicionales y su implementación en la clase de educación física.

A su vez es importante resaltar la preferencia por estos deportes también fue superior entre las mujeres, lo cual sugiere un impacto positivo en la equidad de género dentro de la clase de Educación Física.

Es importante destacar que no se observó diferencias significativas entre instituciones, lo que permitiría pensar en la viabilidad de implementar esta estrategia a nivel interinstitucional.

Categoría	Evidencia (citas y observaciones)
------------------	--

Innovación	“Implementar estos deportes fue una experiencia diferente, nos permitió romper con la rutina de fútbol y baloncesto” (Docente 1).
Inclusión	“Vi que estudiantes con menos habilidades físicas participaron más, porque estos juegos no excluyen” (Docente 2).
Dificultades	“El acceso a materiales es limitado, debemos improvisar, pero eso también fomenta creatividad” (Docente 3).
Transformación	Se percibe que los maestros cambiaron su rol: de transmisores de técnicas a mediadores del aprendizaje colectivo.

Tabla N°2 Docentes de IE Narciso Matus.

Los docentes de IE Narciso Matus pese a no conocer inicialmente sobre Deportes Alternativos si destacaron el impacto y la **“ruptura conceptual” con lo tradicional**, lo cual generó motivación e inclusión dentro de la clase de educación física.

A su vez reconocen que la falta de recursos relacionado con los Deportes Alternativos fue un desafío, permitiendo abrir espacios para la **improvisación creativa** desde su rol como docente y de los estudiantes. El enfoque crítico social se evidencia en la reflexión sobre su práctica docente y la necesidad de replantear el currículo desde la equidad.

Categoría	Evidencia (citas y observaciones)
Innovación	“El ultimate permitió trabajar valores como la honestidad, ya que no hay árbitro, y los estudiantes se autorregulan” (Docente 4).
Inclusión	“La participación de las niñas fue mayor, se sintieron en igualdad de condiciones” (Docente 5).
Dificultades	Se identificaron retos en la organización inicial y en la capacitación docente para dominar reglas de los deportes alternativos.
Transformación	Los maestros valoraron la reflexión colectiva con estudiantes , lo que fortaleció la relación pedagógica.

Tabla N°3 Docentes IE San Francisco de Asís, sede Alborada

Los docentes de San Francisco subrayaron la **dimensión ética y formativa** de los deportes alternativos, especialmente en cuanto a la autorregulación y el respeto. Señalaron la equidad

de género como un avance significativo en la participación estudiantil. Las dificultades radican más en la formación técnica y metodológica de los docentes, lo cual refuerza la necesidad de programas de capacitación.

Categoría	Evidencia consolidada
Innovación	Los 5 docentes coincidieron en que los deportes alternativos transformaron la clase de Educación Física al diversificar contenidos y metodologías.
Inclusión	Se reconoció una mayor integración de estudiantes antes excluidos, así como equidad entre géneros.
Dificultades	Falta de materiales y capacitación específica en reglas de deportes emergentes.
Transformación	Reflexión sobre el rol docente: pasar de ser transmisores a mediadores, fomentando la construcción colectiva del conocimiento.

Tabla N°4 Docentes IE Narciso Matus y IE San Francisco de Asís, sede Alborada

El estudio evidencia que los deportes alternativos constituyen una estrategia pedagógica innovadora capaz de transformar la enseñanza de la Educación Física escolar. Los hallazgos destacan tres aspectos fundamentales: en primer lugar, el aumento en los niveles de motivación estudiantil, en segundo lugar, la consolidación de prácticas inclusivas que favorecen la equidad de género y la participación de estudiantes con diversas habilidades, y en tercer lugar, la transformación del rol docente hacia un enfoque más mediador y participativo.

Estos resultados se alinean con la necesidad de reconfigurar la Educación Física desde una perspectiva crítica y transformadora, en la cual el movimiento se conciba no solo como expresión corporal, sino también como experiencia social y cultural. La pertinencia de esta propuesta se refuerza al considerar que en contextos escolares latinoamericanos persisten prácticas excluyentes y rígidas, las cuales pueden ser superadas a través de la incorporación de deportes de nuevas tendencias.

Las percepciones de los (5) cinco docentes dan respuesta a la pregunta problema sobre el valor de los deportes alternativos como herramienta pedagógica innovadora, debido que impulsa prácticas como la inclusión y la participación equitativa. Desde la perspectiva del **paradigma crítico social** desde la educación física se materializa en la toma de conciencia docente sobre la necesidad de transformar la enseñanza tradicional, generando aprendizajes colectivos y prácticas más democráticas, fomentando procesos de construcción en equipo del conocimiento. Desde lo pedagógico heterogeneidad de contenidos, metodologías y medios didácticos para desarrollar y afianzar acciones motrices propias en las etapas escolarización.

Conclusiones

Desde la perspectiva de la **motivación** los Deportes Alternativos generaron en los estudiantes interés y mayor disposición para participar en la clase de educación física en los grados (7º a 9º) séptimos a novenos.

Desde los procesos de **inclusión** prevaleció la participación desde la equidad entre los estudiantes independiente de los niveles en las capacidades física y las habilidades motrices en ambos géneros.

Desde la perspectiva de las preferencias por el impacto de los Deportes Alternativos en el contexto educativo, las mujeres muestran mayor interés, más que los deportes convencionales.

Desde el rol del maestro de educación física identificaron nuevas formas y maneras de poder planificar sus clases, nuevas maneras de abordar los procesos de evaluación de la motriz en concordancia con el enfoque de competencias.

Recomendaciones

Desde lo curricular incorporar los Deportes Alternativos en los planes de estudios, desde un enfoque de área transversal.

Formar a los docentes desde una línea de metodologías activas y Deportes de Nuevas Tendencias.

Usar los Deportes Alternativos desde un enfoque de inclusión con estudiantes con necesidades educativas diversas.

Referencias

Barbero, J. (2000). Educación física y deportes alternativos.

Blázquez, D. (2010). La educación física: fundamentos y aplicaciones didácticas.

Caldevilla Calderón, P., & Zapatero Ayuso, J. A. (2022). Los deportes alternativos como contenidos para la Educación Física en Educación Secundaria (Alternative sports as content for Physical Education in Secondary Education). *Retos*, 46, 1004-1014. <https://doi.org/10.47197/retos.v46.94422>

Corrales, A. (2010). El deporte como elemento educativo indispensable. *EmásF*, 1(4), 23–36.

Creswell, JW y Creswell, JD (2017). Diseño de investigación: Enfoques cualitativos, cuantitativos y mixtos. Editorial SAGE.

DeCuir-Gunby, J. T., & Schutz, P. A. (2017). Developing a mixed methods proposal: A practical guide for beginning researchers. Editorial SAGE.

Escobar, L. (2020). Ultimate como deporte alternativo escolar: una propuesta pedagógica desde la ética del cuidado.

Fierro Suero, S., Haro Morillo, A., & García Montilla, V. (2017). Los deportes alternativos en el ámbito educativo. *e-Motion: Revista de Educación, Motricidad e Investigación*, (6), 40-48. <https://doi.org/10.33776/remo.v0i6.2800>

Garduño Róman, S. A. (2002). Enfoques metodológicos en la investigación educativa. *Investigación administrativa*, 31(90).

Le Boulch, J. (1996). La motricidad en la educación. Paidós.

Lieber, E., & Weisner, T. S. (2010). Meeting the practical challenges of mixed methods research. In A. Tashakkori & C. Teddlie (Eds.), Handbook of mixed methods in social & behavioral research (pp. 559–579). SAGE.

Meneces, L., & Villareal, C. (2018). El deporte alternativo como práctica escolar desde la ética del cuidado.

Requena, P. (2008). Juegos cooperativos y deportes alternativos.

Rodríguez-Abreu, C. (2010). Historia del deporte como fenómeno lúdico.

Sampieri, R. H., & Mendoza, C. (2008). Metodología de la investigación: Las rutas cuantitativa, cualitativa y mixta. McGraw-Hill.