

## Programa de enseñanza aprendizaje de los fundamentos técnicos de fútbol como alternativa de inclusión para adolescentes con exceso ponderal

- 1.- Alexis Román Maridueña Salguero. [armariduenas@ube.edu.ec](mailto:armariduenas@ube.edu.ec).  
<https://orcid.org/0009-0004-4974-1798>.  
Universidad Bolivariana del Ecuador, 092402 Duran, Ecuador.
- 2.- Ivory Jovanni Rivadeneira Jaramillo. [jjrivadeneiraj@ube.edu.ec](mailto:jjrivadeneiraj@ube.edu.ec).  
<https://orcid.org/0009-0009-7121-6689>.  
Universidad Bolivariana del Ecuador, 092402 Duran, Ecuador.
- 3.- Rubén Castillejo Olán. [ruben.castillejoo@ug.edu.ec](mailto:ruben.castillejoo@ug.edu.ec).  
<https://orcid.org/0000-0003-3267-8839>.  
Universidad de Guayaquil, 090514 Guayaquil, Ecuador.
- 4.- Sonia Guerra Iglesias. [sguerrai@ube.edu.ec](mailto:sguerrai@ube.edu.ec).  
<https://orcid.org/0000-0003-0853-1036>.  
Universidad Bolivariana del Ecuador, 092402 Duran, Ecuador.

*Artículo recibido 30 enero 2024*

*Aceptado para publicación: 19 febrero 2024*

### RESUMEN

El exceso ponderal en la adolescencia es multicausal y complejo, el artículo se enfoca en la dirección físico-deportiva con carácter inclusivo y se trazó como objetivo elaborar y validar un programa de enseñanza aprendizaje de los fundamentos técnicos de fútbol, como alternativa de inclusión, para adolescentes con exceso ponderal en la educación física. Utilizó una metodología no experimental, descriptiva y explicativa. Aplicó un muestreo no probabilístico intencional, con criterio de inclusión, en una institución educativa ecuatoriana, conformada por un grupo de séptimo grado, con 28 estudiantes, de ellos 6 con exceso ponderal y 10 docentes de educación física. Mediante 9 indicadores de inclusión, realizó observaciones a clases y entrevista a su docente; además, con el empleo del método sistémico estructural - funcional se diseñó el programa de enseñanza – aprendizaje y se validó, a través de la técnica del grupo focal con ayuda de la encuesta para recogida de datos. Los resultados muestran insuficientes mecanismos didácticos que articulen los fundamentos técnicos de fútbol, como alternativa de inclusión para adolescentes con exceso ponderal en la clase. La aplicación del coeficiente de correlación de Pearson hace evidente el nivel de significación entre los diferentes componentes del programa de enseñanza – aprendizaje que se propone.

**Palabras clave:** programa; fútbol; educación física; inclusión; exceso ponderal

**Teaching and learning program of soccer technical fundamentals as an alternative of inclusion for overweight adolescents**

### ABSTRACT

Overweight in adolescence is multi-causal and complex, the article focuses on physical-sports management with an inclusive character and its objective was to elaborate and validate a teaching-learning program of soccer technical fundamentals, as an alternative of inclusion, for adolescents with overweight in physical education. It used a non-experimental, descriptive and explanatory methodology. She applied a non-probabilistic intentional sampling, with inclusion criteria, in an Ecuadorian educational institution, formed by a group of seventh grade, with 28 students, 6 of them with excess weight and 10 physical education teachers. By means of 9 inclusion indicators, class observations and an interview with the teacher were

carried out; in addition, using the structural-functional systemic method, the teaching-learning program was designed and validated through the focus group technique with the help of the survey for data collection. The results show insufficient didactic mechanisms that articulate the technical fundamentals of soccer, as an alternative of inclusion for adolescents with excess weight in the class. The application of Pearson's correlation coefficient makes evident the level of significance between the different components of the proposed teaching-learning program.

**Keywords:** program; soccer; physical education; inclusion; overweight

## INTRODUCCIÓN

En la actualidad resulta muy debatible abordar el enfoque contemporáneo del proceso de la enseñanza y el aprendizaje en la clase de Educación Física escolar, hay diferentes perspectivas y enfoques sobre esta didáctica específica. Las perspectivas teóricas y metodológicas expuestas por los investigadores de esta área del conocimiento, así lo denotan. Entre ellos, destacan: Osorio et al. (2022); Guamán y Espinoza, (2022); Guzmán y Castillo (2022). Los que coinciden en plantear que, el proceso de enseñanza aprendizaje es una actividad centrada en el sujeto activo, transformador, consciente, orientado hacia un objetivo, en interacción con los otros sujetos. Sin embargo, la mayor complejidad radica en implementarlas en la práctica físico-educativa, para lograr una clase de educación física integral, inclusiva y diversa.

A criterio de Hernández et al. (2022); Moya et al. (2022) la educación física emplea tres medios fundamentales como derivación del ejercicio físico: los juegos, la gimnasia y los Deportes. El deporte constituye un bloque curricular relevante dentro del currículo de educación física, por el alto nivel de aceptación que tiene entre la comunidad estudiantil (Ministerio de Educación, 2016). Uno de los deportes que más se utilizan, en la República del Ecuador, como medio en las clases es el fútbol. Sin embargo; ello exige un determinado nivel de competencias metodológicas, técnicas, tácticas, entre otras, por parte del docente de Educación Física, con el objetivo de hacer efectiva la gestión didáctica del proceso, con un enfoque participativo y ameno.

En consecuencia, Delgado y Molina, (2022) profundizan en la enseñanza de las acciones técnicas o destrezas del fútbol como por ejemplo pase, receptor el balón o desplazarse -conducción- con el esférico y tiro a puerta. Estas habilidades de compleja ejecución le permiten al estudiante básicamente jugar al fútbol. Sin embargo, no siempre se alcanzan objetivos de aprendizajes técnicos, y perduran muchas limitaciones en este sentido. Es preciso señalar que, en los documentos consultados no se aprecia aun el abordaje de la inclusión educativa, de manera sistemática, en la educación física escolar. La literatura científica es abundante en relación a sistematizar las acciones técnicas del fútbol (Machaca, 2022).

Considerar al deporte como un bloque curricular relevante dentro del currículo de educación física, por el alto nivel de aceptación que tiene entre la comunidad estudiantil; sin embargo, exige de un alto desarrollo de competencias por parte del docente, para el desarrollo técnico (Ministerio de Educación, 2016).

Por su parte, Rodríguez et al. (2022), plantean que “en materia de inclusión en educación física, la actitud del alumnado sin discapacidad repercute en la percepción del alumnado con discapacidad sobre su propia inclusión” (p. 19). Este aspecto constituye una de las bases fundamentales para el éxito de una clase inclusiva donde confluyan los estudiantes convencionales, con educandos que presentan alguna necesidad educativa especial. En correspondencia con ello, la investigación que se realiza profundiza en la búsqueda de alternativas de inclusión para adolescentes con exceso ponderal en la clase de educación física. El efecto

negativo a la salud física y social de estos adolescentes, durante su actividad escolar (Fernández, 2022), constituye una importante motivación para llevar adelante esta intención.

El estudio de sistematización teórica y los resultados de la aplicación de técnicas empíricas, como la observación a clases de educación física y la entrevista al docente, permitieron identificar un grupo de limitaciones, entre las que se encuentran: insuficientes mecanismos didácticos que articulen los fundamentos técnicos de fútbol, como alternativa de inclusión para adolescentes con exceso ponderal, durante la clase de Educación Física.

En tal sentido, se genera una contradicción entre: el enfoque actual de concebir la clase de educación física escolar y la necesidad de una coherente articulación entre los fundamentos técnicos de fútbol, como alternativa de inclusión, para adolescentes con exceso ponderal. En consecuencia, el objetivo del artículo planteó: elaborar y validar un programa de enseñanza aprendizaje de los fundamentos técnicos de fútbol, como alternativa de inclusión, para adolescentes con exceso ponderal en la clase de Educación Física.

## METODOLOGÍA

El estudio se realiza con un enfoque mixto (cuali-cuantitativo), a decir de Sánchez (2019) y Hernández y Mendoza (2019), este enfoque posee potencialidades que enriquecen la investigación, al combinar datos numéricos y no numéricos. Se asume la flexibilidad y pragmatismo de estos enfoques para una mejor adaptación a las necesidades del estudio. El diseño utilizado fue no experimental, descriptivo y explicativo.

### *Población y muestra*

La población del estudio tomó como referencia una importante Unidad Educativa Fiscal de la Parroquia Febles Cordero, del cantón Guayaquil, República del Ecuador. Utilizó un muestreo no probabilístico intencional, donde el criterio de inclusión estuvo relacionado con la cantidad de estudiantes del séptimo grado con exceso ponderal, lo que se concretó en un grupo -paralelo- con 28 estudiantes, de ellos 6 (4 masculinos y 2 féminas) con exceso ponderal, previamente diagnosticados utilizando el cálculo del índice de masa corporal (IMC). Todos ellos con sobrepeso y ninguno con obesidad. Igualmente, fueron seleccionados 10 docentes de educación física para la fase de validación del programa propuesto. Uno de ellos, es el docente de educación física del grupo de la muestra.

Para la caracterización empírica o estudio diagnóstico del objeto de la investigación se emplearon 9 indicadores que pueden observarse en la siguiente tabla.

Tabla No. 1 Operacionalización de la variable inclusión de adolescentes con exceso ponderal

Variable	Dimensiones	Indicadores
Inclusión de adolescentes con exceso ponderal	Participación de los adolescentes en la clase de educación física	<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Acceso a las clases de educación física.</li> <li>✓ Igualdad de oportunidades para el aprendizaje del contenido curricular.</li> <li>✓ Apoyo del docente para el aprendizaje del contenido curricular.</li> <li>✓ Interacción con sus compañeros de grupo</li> <li>✓ Motivación por participar en la clase de educación física</li> </ul>

	Adaptación de los fundamentos técnicos del futbol	<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Modificación de los fundamentos técnicos del futbol.</li> <li>✓ Modificación del entorno de juego</li> <li>✓ Modificación de los materiales para la enseñanza de los fundamentos técnicos del futbol</li> <li>✓ Estímulo durante el aprendizaje de los fundamentos técnicos del futbol</li> </ul>
--	---	--

Fuente: Elaboración propia

Se utilizó una guía de observación para constatar el nivel de inclusión de adolescentes con exceso ponderal durante la enseñanza - aprendizaje de los fundamentos técnicos de fútbol en la clase de Educación Física. Al docente se le aplicó una entrevista individual para obtener datos del proceso. El procedimiento de la triangulación metodológica permitió contrastar los datos de la observación y la entrevista. El programa de enseñanza aprendizaje de los fundamentos técnicos de fútbol, como alternativa de inclusión, para adolescentes con exceso ponderal en la clase de Educación Física, fue diseñado, a través del método sistémico estructural-funcional. El proceso de su validación se ejecutó mediante la técnica del grupo focal, con apoyo en la prueba estadística del coeficiente de correlación de Pearson; además con estadística descriptiva.

El grupo focal como técnica de investigación científica permitió la recogida de datos, a través del estado de opinión de un grupo de profesionales y/o usuarios por medio de un diálogo, donde confluyen en un mismo escenario para valorar la pertinencia predictiva del programa de enseñanza aprendizaje de los fundamentos técnicos de fútbol como alternativa de inclusión para adolescentes con exceso ponderal en la clase de Educación Física.

El procedimiento utilizado está en correspondencia con lo planteado por Piza et al. (2019), quienes consideran que es un grupo de personas de alrededor de 10 profesionales, usuarios o ambos, con un grupo heterogéneo en el que se compartan sus puntos de vista sobre sus experiencias, emociones, expectativas sobre el tema estudiado, para construir de conjunto una estructura de información con la presencia de un facilitador, especializado en dinámicas grupales. La siguiente tabla muestra la frecuencia porcentual de los usuarios del grupo focal.

Tabla No. 2 Caracterización de los integrantes del grupo focal

Titulación	Frecuencia	Porcentaje	Promedio años de experiencias
Licenciatura	6	60	10,6
Maestría	4	40	18,1
Total	10	100	14,35

Fuente: Elaboración propia

Para el diseño y la valoración del grupo focal se siguieron los pasos establecidos por Zuluaga et al. (2018), donde se hace referencia a las tres fases que posee esta técnica.

*Fase 1. Diseño y planificación del grupo focal*, en este momento se constituye el grupo, para ello, se tuvieron en cuenta tres criterios docentes de educación física con experiencia, segundo, que fueran

profesionales graduados de tercer o cuarto nivel y el tercero, que se encontraran laborando en la misma institución educativa.

*Fase 2. Ejecución*, en este momento se presenta por parte de un miembro del equipo de investigación la propuesta que será sometida a valoración. En este caso, el programa de enseñanza aprendizaje de los fundamentos técnicos de fútbol como alternativa de inclusión para adolescentes con exceso ponderal en la clase de educación física. Luego se generó un debate y diálogo prolongado en torno a las potencialidades y limitaciones que tiene la propuesta presentada. Se les realizaron las sugerencias para la mejora del programa, según la valoración de los integrantes del grupo. A continuación, se utilizó un cuestionario con 4 ítems, con una escala Likert que encierra las siguientes categorías lingüísticas: muy pertinente, pertinente, algo pertinente, no pertinente. Los cuales deberán marcar una sola opción, según su valoración.

*Fase 3. Valoración de los resultados generales del grupo por ítems y categoría de la escala.* En este momento se socializó con cada uno de los integrantes del grupo de los resultados obtenidos, se realizó un debate en torno a ellos y se redactó el informe, donde se explicita en qué nivel de pertinencia se encuentra la misma. Durante el procesamiento de los datos obtenidos se empleó la estadística descriptiva, particularmente la distribución de frecuencia absoluta y relativa, para el análisis de los resultados de la encuesta. Además, se utilizó el coeficiente de correlación de Pearson para conocer el nivel de relación de las respuestas emitidas por los integrantes del grupo focal, con apoyo del procesador estadístico SPSS para Windows versión 20.0.

## RESULTADOS Y DISCUSIÓN

*Resumen de las principales consideraciones de la triangulación metodológica con los datos de la observación a la clase de educación física y la entrevista realizada al docente.* Se puede constatar que:

1. Hay acceso a la clase de educación física de los adolescentes con exceso ponderal, sin existir exclusiones en ninguna dirección.
2. Se manifiesta igualdad de oportunidades de manera parcial para desarrollar las diversas actividades físico-deportivas de fútbol.
3. El docente de educación física manifiesta que ofrece total apoyo a los adolescentes con exceso ponderal, sin embargo, en las observaciones, se manifiesta de forma parcial.
4. Aunque los demás miembros del grupo de estudiantes interactúan con los adolescentes con exceso ponderal, en los momentos de juegos dudan de la efectividad de sus acciones motoras; lo que se confirmó en la entrevista al docente.
5. Los adolescentes del sexo masculino con exceso ponderal muestran mayor nivel de motivación por las clases de educación física que las féminas.
6. La adaptación de actividades físico-deportivas no son consideradas propicias por el docente, pues expresa que, aunque tienen mayor peso corporal que los demás estudiantes, las pueden ejecutar sin dificultad.
7. Las condiciones del juego y de la enseñanza son similares para todos los estudiantes del grupo, al igual que los materiales e implementos deportivos que se utilizan en la clase de educación física.
8. El docente estimula las acciones y resultados de los adolescentes con exceso ponderal en la clase de educación física, lo que se confirmó mediante las diversas formas de feedback o retroalimentación que empleó.

***Estructura del programa de enseñanza aprendizaje de los fundamentos técnicos de fútbol como alternativa de inclusión para adolescentes con exceso ponderal en la clase de educación física.***

A continuación, se realiza una breve descripción de cada uno de sus componentes; el primer componente del programa, establece sus objetivos.

*Objetivo general:* estimular el aprendizaje de los fundamentos técnicos de fútbol como alternativa de inclusión para adolescentes con exceso ponderal en la clase de educación física.

*Objetivos específicos:*

1. Programar o planificar los principales fundamentos técnicos de fútbol que se utilizan en la clase de educación física.
2. Seleccionar y elaborar las adaptaciones de las actividades inclusivas para los adolescentes con exceso ponderal, durante el desarrollo de los fundamentos técnicos de fútbol que se utilizan en la clase de educación física.
3. Determinar los aspectos a tener en cuenta para la evaluación de la inclusión de los adolescentes con exceso ponderal, durante el aprendizaje de los fundamentos técnicos de fútbol que se utilizan en la clase de educación física.

El segundo componente del programa es *el contenido*. Se muestra un resumen de los principales con que cuenta la propuesta presentada.

- ✓ El pase del balón
- ✓ La recepción el balón
- ✓ Golpeo con el interior del pie
- ✓ Conducción de balón entre obstáculos
- ✓ Tiro a portería después de conducción entre obstáculos

El tercer componente del programa son *los métodos y procedimientos*. En este sentido se utilizaron métodos productivos de la Educación Física para facilitar la inclusión de los adolescentes con exceso ponderal, como la competencia elemental, la elaboración conjunta y el método de juego. Mientras que el principal procedimiento organizativo fue dispersos.

En el cuarto componente se presentan las *indicaciones metodológicas*, donde se detalla cómo se realiza la selección de los contenidos, como realizar acciones de inclusión, como modificar los ejercicios y la cantidad de trabajo descanso entre ejercicios.

El quinto componente del programa es *la evaluación y el control*. En él se recogen los principales métodos y técnica de evaluación, donde sobresalen: la observación pedagógica, los test técnicos, y una encuesta sobre el nivel de satisfacción de los adolescentes con exceso ponderal en su inclusión en la clase de Educación Física.

*Resultados de la validación del programa de enseñanza aprendizaje de los fundamentos técnicos de fútbol como alternativa de inclusión para adolescentes con exceso ponderal en la clase de educación física*

En este apartado se presentan los resultados obtenidos derivados de la encuesta aplicada a los integrantes del grupo focal, luego de perfeccionado el programa presentado, en correspondencia con las sugerencias realizadas por los integrantes del mencionado grupo, en un primer momento de interacción con el mismo. En la siguiente tabla se muestran los resultados.

Tabla No.3 Resultados de la valoración de los integrantes del grupo focal

Ítems	Muy pertinente		Pertinente		Algo pertinente		No pertinente	
	Fre- cuencia	%	Fre- cuencia	%	Fre- cuencia	%	Fre- cuencia	%
Objetivos y contenidos	7	70	2	20	1	10	-	-
Métodos y procedimientos	8	80	1	10	1	10	-	-
Indicaciones metodológicas	9	90	1	10	-	-	-	-
Evaluación y control	7	70	3	30	-	-	-	-

Fuente: elaboración propia

En los resultados de la valoración de la pertinencia de los integrantes del grupo focal. Se pudo constatar que, en los ítems objetivos y contenidos, el 70% de los integrantes le asignaron muy pertinente. Indicador que recibió recomendaciones por el grupo de usuarios. Las restantes categorías que, aunque no son negativas tuvieron solo un 20% y 10% respectivamente. Ninguno de los usuarios asignó al programa categorías negativas.

Al respecto del indicador métodos y procedimientos, el 80% de los participantes asignaron la categoría de muy pertinente. Fue mejorada también, luego de la primera presentación. Al igual que el anterior indicador, ningún integrante del grupo le asignó al programa categoría negativa.

En relación con la valoración de las indicaciones metodológicas, fue el ítem que mayor consenso obtuvo en la máxima categoría de la escala diseñada. Pues, el 90% lo valoró como muy pertinente. Este aspecto fue el que menos recomendaciones recibió.

En el ítem evaluación y control, los resultados obtenidos muestran un 70% muy pertinente y un 30% pertinentes, lo que se comporta muy similar a los restantes. Este indicador fue el más debatido en la presentación inicial del programa y al mismo tiempo al que más recomendaciones de mejora recibió. Los indicadores y las categorías ofrecidas por los usuarios del grupo focal evidencian la pertinencia del programa sometido a evaluación.

A continuación, se muestran los resultados del estadígrafo coeficiente de correlación de Pearson. Para ello, se asignó una puntuación de 5, 4, 3 y 2, respectivamente, según la categoría o escalas empleadas en la tabla No. 3 (muy pertinente, pertinente, algo pertinente y no pertinente); luego se procedió a procesar los datos con el paquete estadístico SPSS para Windows versión 20.0.

En la siguiente tabla se reflejan las matrices de correlación entre cada uno de los ítems valorados con la escala numérica utilizada.

Tabla No. 4 Resultados del coeficiente de correlación de Pearson

### Correlaciones

		Objetivos y contenidos	Métodos y procedimientos	Indicaciones metodológicas	Evaluación y control
Objetivos y contenidos	Correlación de Pearson	1	,895**	,804**	1,000**
	Sig. (bilateral)	-	,000	,005	,000
	N	10	10	10	10
Métodos y procedimientos	Correlación de Pearson	,895**	1	,885**	,895**
	Sig. (bilateral)	,000	-	,001	,000
	N	10	10	10	10
Indicaciones metodológicas	Correlación de Pearson	,804**	,885**	1	,804**
	Sig. (bilateral)	,005	,001	-	,005
	N	10	10	10	10
Evaluación y control	Correlación de Pearson	1,000**	,895**	,804**	1
	Sig. (bilateral)	,000	,000	,005	-
	N	10	10	10	10

\*\* . La correlación es significativa al nivel 0,01 (bilateral). Frecuencia

Fuente: Elaboración propia

Al valorar las matrices de correlación de cada uno de los ítems evaluados por los integrantes del grupo focal, luego de haber calculado los coeficientes de correlación, mediante la aplicación de la prueba de Pearson, se consideraron resultados significativos en datos iguales o inferiores  $r$ , ( $p < 0.005$ ), para todos los ítems valorados. Lo cual hace evidente el nivel de significación alcanzado.

### Discusión

Son varios los investigadores que han profundizado en temáticas similares a las abordadas en este estudio. Murillo y Tapias, (2014), se dedicaron a describir y comparar las características antropométricas y motoras, de un grupo de futbolistas de la academia deportivo Cali, con edades de 13 y 14 años. Los que aportaron valiosas herramientas y puntuaciones que sirven de referencia respecto de los adolescentes con exceso ponderal que practican fútbol. Su diferencia en lo concerniente a este estudio, radica en el contexto de aplicación, a la inclusión y, a que no propone soluciones mediante instrumentos metodológicos para la intervención educativa.

Los investigadores, Fajes et al. (2015), argumentan que el cambio en los hábitos alimenticios y el estilo de vida influyen en el estado de exceso ponderal de los adolescentes, con implicación para la práctica del fútbol. Esta última está relacionada con el gasto calórico de los sujetos y su estilo de vida. Dimensión que promueve el programa de enseñanza propuesto.

Sierra y Mahecha (2018), profundizan en relación entre sobrepeso y eficacia en la ejecución del pase, conducción y remate en fútbol, en categoría benjamín (8 a 11 años). Demostraron que existe una incidencia del sobrepeso en la eficacia de ejecución del pase, conducción y remate en fútbol, dificultando el aprendizaje de estos gestos técnicos de este deporte. Sin embargo, resultará muy complejo alcanzar dicha eficacia, si no se mejora el acceso, la participación y la motivación por el aprendizaje en estudiantes con exceso ponderal, dimensiones muy relacionadas con la actitud y preparación del docente en el área de educación física.

## CONCLUSIONES

Existen insuficientes mecanismos que articulen los fundamentos técnicos de fútbol, como alternativa de inclusión para adolescentes con exceso ponderal, durante la clase de educación física, puesto de manifiesto en las carencias didácticas del docente, lo que denota una pobre comprensión del enfoque integral del proceso inclusivo.

El análisis e interpretación de los resultados, a través de la consulta del grupo focal constató la pertinencia del programa de enseñanza - aprendizaje de los fundamentos técnicos de fútbol como alternativa de inclusión para adolescentes con exceso ponderal en la clase de educación física. La aplicación del coeficiente de correlación de Pearson hace evidente el nivel de significación entre los diferentes componentes del programa de enseñanza.

## LISTA DE REFERENCIAS

- Delgado, J., & Molina, S. (2022). Propuesta metodológica para mejorar los fundamentos técnicos del fútbol. *Polo del Conocimiento*, 7(9), 1439-1456. <https://www.polodelconocimiento.com/ojs/index.php/es/article/view/4641>
- Fajes, J., Armesilla, M., Serrano, M., & Ejeda, N. (2015). Exceso ponderal, calidad de la dieta e hipertensión arterial en escolares madrileños. *Poblaciones Humanas, Genética*, 149. [https://www.researchgate.net/publication/279532714\\_Exceso\\_ponderal\\_calidad\\_de\\_la\\_dieta\\_e\\_hipertension\\_articular\\_en\\_escolares\\_madrilenos](https://www.researchgate.net/publication/279532714_Exceso_ponderal_calidad_de_la_dieta_e_hipertension_articular_en_escolares_madrilenos)
- Fernández Cabrera, J. (2022). *Estudio antropométrico y de ingesta de alimentos en adolescentes de Extremadura y factores asociados al desequilibrio ponderal*. [Tesis de Doctorado, Universidad de Extremadura] <https://dialnet.unirioja.es/servlet/tesis?codigo=307621>
- Guamán Gómez, V., & Espinoza Freire, E. (2022). Aprendizaje basado en problemas para el proceso de enseñanza-aprendizaje. *Revista Universidad y Sociedad*, 14(2), 124-131. [http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci\\_abstract&pid=S2218-36202022000200124&lng=es&nrm=iso](http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_abstract&pid=S2218-36202022000200124&lng=es&nrm=iso)
- Guzmán Sanhueza, D., & Castillo Leyton, A. (2022). Cambios en el proceso de enseñanza aprendizaje: desafíos en la práctica docente desde análisis de carrera universitaria chilena. *Revista Educación*, 46(1), 1-28. <https://www.redalyc.org/journal/440/44068165027/html/>
- Hernández, H., Rosas, C., Rubio, M., & Paredes, A. (2022). La ludomotricidad y habilidades motrices básicas locomotrices (caminar, correr y saltar): Una propuesta didáctica para la clase de Educación



- Física en México. *Retos: nuevas tendencias en educación física, deporte y recreación*, (44), 1141-1146. <https://recyt.fecyt.es/index.php/retos/article/view/91338>
- Hernández Sampieri, R., & Mendoza Torres, C. (2019). *Metodología de la investigación. Las rutas cuantitativa, cualitativa y mixta*. Editorial Mc Graw Hill Education, <https://virtual.cuautitlan.unam.mx/rudics/?p=2612>
- Machaca Callata, A. (2022). *Las capacidades físicas básicas y los fundamentos técnicos del fútbol en el nivel primario de la IE 40086 Tiabaya, Arequipa-2022*. [Tesis de Grado, Universidad Nacional de San Agustín de Arequipa]. <https://repositorio.unsa.edu.pe/items/e5c5724c-12f7-4787-a243-880076f7b4b9/full>
- Ministerio de Educación. (2016). Currículo de EGB y BGU. Educación Física. República del Ecuador. <https://educacion.gob.ec/wp-content/uploads/downloads/2016/08/EF-completo.pdf>
- Moya Mata, I., Ruiz-Sanchis, L., Martín-Ruiz, J., & Ros-Ros, C. (2022). La actividad física representada en los libros de texto de educación física en educación Primaria. *Movimento*, 25. 1-13. <https://www.scielo.br/j/mov/a/Qwv6N3MMypKLrPsFZjBjngf/?format=pdf&lang=es>
- Murillo Lara, C. & Tapias Medrano, M. (2014). *Caracterización antropométrica y motora de futbolistas en la edad de 13 y 14 años de la Academia de Fútbol Deportivo Cali*. [Tesis de Grado, Universidad del Valle]. <https://bibliotecadigital.univalle.edu.co/entities/publication/295b5ec5-9ff1-45a1-beb1-7ff13f1b6148>
- Osorio Gómez, L., Vidanovic Geremich, M., & Finol De Franco, P. (2022). Elementos del proceso de enseñanza-aprendizaje y su interacción en el ámbito educativo. *Revista Qualitas*, 23(23), 001-011. <https://revistas.unibe.edu.ec/index.php/qualitas/article/view/117>
- Piza Burgos, N., Amaiquema Márquez, F., & Beltrán Baquerizo, G. (2019). Métodos y técnicas en la investigación cualitativa. Algunas precisiones necesarias. *Conrado*, 15(70), 455-459. [http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci\\_abstract&pid=S1990-86442019000500455](http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_abstract&pid=S1990-86442019000500455)
- Rodríguez Servián, M., Alcázar Jiménez, R., & Cabeza Ruiz, R. (2022). Actitud del alumnado hacia la educación física inclusiva en función del tipo de discapacidad: validación de dos cuestionarios. *RICYDE. Revista Internacional de Ciencias del Deporte*, XVIII (68), 1-14. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=8441776>
- Sánchez Flores, F. (2019). Fundamentos epistémicos de la investigación cualitativa y cuantitativa: Consensos y disensos. *Revista digital de investigación en docencia universitaria*, 13(1), 102-122. [http://www.scielo.org.pe/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S2223-25162019000100008](http://www.scielo.org.pe/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2223-25162019000100008)
- Sierra Correa, J., & Mahecha Grosso, L. (2018). *Incidencia del sobrepeso en la eficacia de la ejecución del pase, conducción y remate en fútbol categoría benjamín*. [Tesis de Doctorado, Universidad de Cundinamarca] <https://repositorio.ucundinamarca.edu.co/handle/20.500.12558/1163>.
- Zuluaga, S. M. Y., Granada, W. F. M., Salazar, J. A. Á., & Marín, J. G. A. (2018). Grupo focal: una estrategia de diagnóstico de competencias interculturales. *Trilogía Ciencia Tecnología Sociedad*, 10(18), 167-181. <https://www.redalyc.org/journal/5343/534367758011/534367758011.pdf>