

Artículos

## Cultura Física para la Formación Integral en Estudiantes Universitarios: Un Enfoque Constructivista Crítico

### Physical Culture for Comprehensive Training in University Students: A Critical Constructivist Approach

Edgar Hinostroza Carriel<sup>1</sup>; José Hinostroza Carriel<sup>2</sup>; Mirian Smith Morán<sup>3</sup>

---

Ph.D. Edgar Hinostroza Carriel  
Universidad de Guayaquil  
[edgar.hinostrozac@ug.edu.ec](mailto:edgar.hinostrozac@ug.edu.ec)  
ORCID <https://orcid.org/0000-0002-8297-0144>

Ing. José Hinostroza Carriel, Msc.  
Gobierno Autónomo Descentralizado Municipal  
del Cantón Vinces  
[jhinostroza@vinces.gob.ec](mailto:jhinostroza@vinces.gob.ec)  
ORCID <https://orcid.org/0009-0001-8351-7325>

Lcda. Mirian Smith Morán  
Universidad Cesar Vallejo (Perú)  
[MKSMITHS@ucvvirtual.edu.pe](mailto:MKSMITHS@ucvvirtual.edu.pe)  
ORCID <https://orcid.org/0009-0009-3865-7570>

**RIAF. Revista Internacional de Actividad Física**  
Universidad de Guayaquil, Ecuador  
**Periodicidad:** Semestral  
Vol. 2, núm. 1, 2024  
revista.riaf@ug.edu.ec

**Recepción:** 10 de noviembre de 2023  
**Aprobación:** 15 de diciembre de 2023

**URL:** <https://revistas.ug.edu.ec/index.php/riaf>  
**DOI:** <https://doi.org/10.53591/riaf.v2i1.332>

Los autores que publican en RIAF conocen y aceptan las siguientes condiciones: Los autores retienen los derechos de copia (copyright) sobre los trabajos, y ceden a RIAF el derecho de la primera publicación del trabajo, bajo licencia internacional Creative Commons Atribución-NoComercial-SinDerivadas 4.0 que permite a terceros compartir la obra siempre que se indique su autor y su primera publicación esta revista. Los autores conservan los derechos de autor y garantizan a RIAF el derecho de publicar el trabajo a través de los canales que considere adecuados. Los autores son libres de compartir, copiar, distribuir, ejecutar y comunicar públicamente la versión

**Resumen:** El objetivo de este estudio es examinar a fondo cómo la cultura física influye el desarrollo general de los estudiantes universitarios mientras se utiliza un enfoque constructivista crítico para romper la licenciatura educativas convencionales. Para abordar esta interrogante se realizó un estudio cuantitativo con un enfoque descriptivo-correlacional, incluyendo una muestra de 1000 estudiantes matriculados en la Universidad de Guayaquil.

Los resultados de este estudio demuestran claramente que la cultura física que tiene una influencia significativamente positiva en el desarrollo general de los estudiantes universitarios de pregrado. Esta afirmación está respaldada por la observación de mejoras considerables en los participantes, en las dimensiones física, cognitiva, emocional y social, dimensiones emocionales y sociales desde el punto de vista físico, hay una progreso en la salud y condición física de los estudiantes que participan activamente en actividades relacionadas con la cultura física.

Desde el punto de vista cognitivo, los estudiantes que incorporan la cultura física en su rutina diaria muestran una avance en la capacidad de concentración y rendimiento académico. En términos de bienestar emocional, la participación en actividades de cultura física se asocia con una mayor satisfacción general de los estudiantes, lo que sugiere que la actividad física beneficia el bienestar emocional.

Es importante señalar que los estudiantes que participan en actividades de cultura física experimentan niveles mucho más bajos de estrés en comparación con los que no lo hacen, la cultura física puede servir como una herramienta para el manejo del estrés, lo que a su vez ayuda a lograr un mejor equilibrio entre exigencias académicas y presiones emocionales.

del trabajo publicado en RIAF, haciendo reconocimiento a su publicación en esta revista. Se autoriza a los autores a difundir electrónicamente sus trabajos una vez que sean aceptados para publicación.

Esta obra está bajo una Licencia Creative Commons Atribución-NoComercial-SinDerivar 4.0 Internacional.



**Abstract:** The objective of this study is to examine in depth how physical culture influences the general development of university students while using a critical constructivist approach to break conventional educational undergraduate degrees. To address this question, a quantitative study was carried out with a descriptive-correlational approach, including a sample of 1000 students enrolled at the University of Guayaquil. The objective of this study is to examine in depth how physical culture influences the general development of university students while they are using a critical constructivist approach to break through conventional educational licensure. To address this question, a quantitative study was conducted with a descriptive-correlational approach, including a sample of 1000 students enrolled at the University of Guayaquil.

The results of this study clearly demonstrate that physical culture has a significantly positive influence on the general development of undergraduate university students. This affirmation is supported by the observation of considerable improvements in the participants, in the physical, cognitive, emotional, and social dimensions, emotional and social dimensions from the physical point of view, there is progress in the health and physical condition of the students who participate actively in activities related to physical culture.

From the cognitive point of view, students who incorporate physical culture into their daily routine show an improvement in the ability to concentrate and academic performance. In terms of emotional well-being, participation in physical culture activities is associated with higher overall student satisfaction, suggesting that physical activity benefits emotional well-being.

Los hallazgos de este estudio respaldan la importancia de incorporar la cultura física en el entorno universitario a partir de la perspectiva crítica constructivista. El enfoque no solo mejora la educación general de los estudiantes, sino que también fortalece su bienestar físico y emocional al tiempo que fomenta la reflexión crítica sobre el interacciones entre la actividad física y la vida estudiantil en su conjunto.

**Palabras Claves:** Cultura física, formación integral, estudiantes universitarios, enfoque constructivista crítico

From the cognitive point of view, students who incorporate physical culture into their daily routine show an improvement in the ability to concentrate and academic performance. In terms of emotional well-being, participation in physical culture activities is associated with higher overall student satisfaction, suggesting that physical activity benefits emotional well-being.

It is important to note that students who participate in physical culture activities experience much lower levels of stress compared to those who do not, physical culture can serve as a tool for stress management, which in turn helps to achieve a better balance between academic demands and emotional pressures.

The findings of this study support the importance of incorporating physical culture in the university environment from the critical constructivist perspective. The approach not only enhances students' overall education, but also strengthens their physical and emotional well-being while encouraging critical reflection on the interactions between physical activity and student life.

**Keywords:** Physical culture, comprehensive training, university students, critical constructivist approach.

## Introducción

El término “cultura física” que tiene una definición amplia, se refiere a todas las actividades físicas que las personas realizan con el propósito de mejorar su salud, condición física y bienestar general. Este concepto abarca una amplia gama de actividades, desde ocio y actividades deportivas.

Paralelamente, la educación integral se perfila como un proceso trascendental que apunta al desarrollo integral de las capacidades físicas, mentales, emocionales y sociales de cada persona emergiendo como un proceso trascendental que apunta al pleno desarrollo de las capacidades físicas, mentales, emocionales y sociales de cada persona. Para que las personas alcancen su máximo potencial y puedan desarrollar todo su potencial y desempeñar un papel significativo en la sociedad de la que forman parte de la formación holística, fundamental la formación integral.

En esta línea de pensamiento, el enfoque crítico constructivista, los estudiantes aprenden de manera más efectiva cuando están motivados para abordar los desafíos desde una perspectiva crítica y encontrar sus propias soluciones a los problemas.

La investigación actual analiza más de cerca la relación entre la educación general de los estudiantes universitarios y su cultura física, con un enfoque conceptual colocado en el pensamiento crítico constructivista. El objetivo principal del estudio es examinar cómo el desarrollo académico completo de los estudiantes podría ser potenciado por la participación en actividades físicas que se enmarcan en una perspectiva constructivista crítica.

La investigación cuantitativa utilizada en este estudio tiene un enfoque descriptivo-correlacional y utiliza una muestra representativa de 1000 estudiantes matriculados en la Universidad de Guayaquil, con la recolección y análisis de datos, se espera dar luz sobre cómo la cultura física de los estudiantes universitarios vista desde una perspectiva constructivista crítica, incide en su desarrollo físico, cognitivo, emocional y social.

El análisis nos ayudará a comprender mejor cómo la cultura física afecta la educación superior, pero también dará luz sobre cómo un enfoque educativo constructivista crítico puede mejorar el desarrollo holístico de los estudiantes universitarios varios niveles. Al final, se espera que este estudio fomente el desarrollo de entornos de aprendizaje más enriquecedores y holísticos para la próxima generación de profesionales.

## Material y Métodos

En el contexto de este estudio, se utilizó un enfoque cuantitativo junto con un diseño descriptivo-correlacional para examinar la relación entre el desarrollo holístico de los estudiantes de pregrado y su cultura física. La población objetivo del estudio estuvo constituida por 1000 estudiantes que se encontraban matriculados en la Universidad de Guayaquil. La muestra fue elegida mediante un proceso de selección aleatorio para asegurar la validez y representatividad de los resultados.

Se utilizaron herramientas para recolectar los datos necesarios: una entrevista y una bitácora de observación para medir la percepción de los estudiantes sobre el papel que juega la cultura física en su proceso de formación integral, se les entregó una encuesta, cuestionario que fue creado especialmente para este estudio y constaba de preguntas que abordaban una variedad temática, desde el significado que se le da a la cultura física hasta los impactos sentidos en las dimensiones física, cognitiva, emocional y social.

Por otro lado, se utilizó una ficha de observación creada para evaluar el compromiso y participación de los estudiantes en actividades de cultura física, método permitido para la recopilación de datos específicos en la participación en eventos deportivos, actividades recreativas y otras actividades relacionadas con la cultura física, observación directa proporciona una perspectiva objetiva sobre la participación de los estudiantes en estas actividades, lo que mejoró la recopilación de información.

Después de recopilar los datos mediante la encuesta y el registro de observación, se realizó un análisis estadístico detallado para encontrar correlaciones y patrones significativos. La combinación de estos dos enfoques de recopilación de datos produjo una imagen completa de cómo los estudiantes se ven a sí mismos y participar en actividades de cultura física en el marco de su formación universitaria.

Con un examen exhaustivo del objetivo del estudio y proporcionar una base sólida para examinar el impacto de la cultura física en el desarrollo general de los estudiantes de pregrado, genera conocimiento en el campo de la educación y se promueve el bienestar integral de los estudiantes.

## Resultados

Los hallazgos de la encuesta muestran que los estudiantes creen que la cultura física tiene una influencia positiva en su desarrollo general. Los estudiantes que participaron en actividades de educación física y actividades de educación informaron tener una mejor salud física, más conocimientos sobre temas de salud y niveles más altos de satisfacción con la vida, más conocimiento de los problemas de salud, los estudiantes que realizan actividades relacionadas con la cultura física tienen menos estrés.

Los hallazgos del estudio observacional muestran que los estudiantes que participan en actividades relacionadas con la cultura física son más activos físicamente que los estudiantes que no hacen estas actividades también tienen mejor coordinación motora y más equilibrio.

Encuesta para valorar la percepción

*Proceso inicial de la práctica de la educación física, deportes, recreación, conocimientos.*  
Tabla #1

		Frecuencia	Porcentaje
Admitido	Bajo	25	25%
	Medio	50	50%
	Alto	25	25%
Total		100	100%

Fuente: Elaborado por: Edgar Hinostroza Carriel

Interpretación.

Se muestra en la tabla #1; en referencia a los alumnos, hay un total de 100 alumnos participantes de las diferentes facultades y escuela, 25% (25) se muestran bajo nivel en la práctica de la cultura física; el 50% (50) se coloca en el nivel medio en la práctica de la cultura física y el 25% (25) dan un alto desarrollo en la práctica de la cultura física en la institución, en su proceso y resultado de educación física, deportes, recreación, conocimientos.

Tabla #2

*Actitud a la práctica y resultado de la práctica*

	Intervalo	Frecuencia	Porcentaje
Actitud a la práctica	Bajo	38	38%
	Medio	56	56%
	Alto	6	6%
Total		100	100%
Resultado de la práctica	Bajo	21	21%
	Medio	49	49%
	Alto	30	30%
Total		100	100%

Fuente: Elaborado por: Edgar Hinostroza Carriel

## Interpretación.

Se muestra en la tabla #2; se realizó la experiencia de la cultura física con los 100 alumnos participantes de las diferentes facultades y escuela durante tres meses, con el objetivo de determinar la actitud y por ende obtener un resultado como evolución motora, el 38% (38) muestran bajo nivel en la práctica de la cultura física; el 56% (56) se coloca en el nivel medio en la práctica de la cultura física y el 6% (6) dan un alto desarrollo en la práctica de la cultura física, en su proceso; se tiene como resultado de la práctica de la cultura física el 21% (21) de alumnos presentan un bajo nivel de actitud hacia el resultado de la cultura física; el 49% (49) se ubican en el nivel medio y el 30% presentan un alto desarrollo en la actividad en de la cultura física.

Tabla #3

*Formación integral en los alumnos universitarios.*

	Intervalo	Frecuencia	Porcentaje
Formación integral	Bajo	24	24%
	Medio	56	56%
	Alto	20	20%
Total		100	100%

Fuente: Elaborado por: Edgar Hinostroza Carriel

### Interpretación.

Se muestra en la tabla #3; en referencia a los alumnos, hay un total de 100 alumnos participantes de las diferentes facultades y escuela, El 24% (24) de alumnos presentan un deficiente desarrollo de la formación integral; el 56% (56) de alumnos se ubican en el nivel regular y el 20% (20) han desarrollado una buena formación integral en las categorías de pensar, hacer, actuar, vivir y convivir, ser.

**Tabla #4**  
*Práctica de la Cultura Física.*

	Intervalo	Frecuencia	Porcentaje
Educación Física	Bajo	31	31%
	Medio	46	46%
	Alto	23	23%
	Total	100	100%
Deportes	Bajo	47	47%
	Medio	39	39%
	Alto	14	14%
	Total	100	100%
Recreación	Bajo	45	45%
	Medio	48	48%
	Alto	7	7%
	Total	100	100%
Conocimientos	Bajo	61	61%
	Medio	21	21%
	Alto	18	18%
	Total	100	100%

Fuente: Elaborado por: Edgar Hinostroza Carriel

### Interpretación

Se muestra en la tabla #4; en referencia a los alumnos, hay un total de 100 alumnos participantes de las diferentes facultades y escuela, el 31% (31) presentan un deficiente desarrollo de la educación física; el 46% (46) se ubican en el nivel regular y el 23% (23) han desarrollado la educación física; el 47% (47) presentan un deficiente desarrollo del deporte; el 39% (39) se ubican en el nivel regular y el 14% (14) han desarrollado una buena formación en el deporte; el 45% (47) presentan un deficiente desarrollo de la recreación; el 48% (48) se ubican en el nivel regular y el 7% (7) han desarrollado una buena formación en la recreación; el 61% (61) presentan un deficiente conocimiento de la cultura física; el 21% (21) se ubican en el nivel regular y el 18% (18) han desarrollado un correcto dominio de los conocimientos de la cultura física.

Tabla #5  
*Conocimientos para la formación integral.*

	Intervalo	Frecuencia	Porcentaje
Pensar	Bajo	27	27%
	Medio	48	48%
	Alto	30	30%
	Total	100	100%
Hacer	Bajo	19	19%
	Medio	51	51%
	Alto	30	30%
	Total	100	100%
Vivir y Convivir	Bajo	29	29%
	Medio	47	47%
	Alto	24	24%
	Total	100	100%
Ser	Bajo	21	21%
	Medio	46	46%
	Alto	33	33%
	Total	30	100%

Fuente: Elaborado por: Edgar Hinostroza Carriel

#### Interpretación

Se muestra en la tabla #5; en referencia a los alumnos, hay un total de 100 alumnos participantes de las diferentes facultades y escuela, El 27% (27) presentan un deficiente desarrollo en pensar; el 48% (48) se ubican en el nivel regular y el 30% (30) han desarrollado del pensar; el 19% (19) presentan un deficiente desarrollo del hacer; el 51% (51) se ubican en el nivel regular y el 30,00% (30) han desarrollado una buena formación del hacer; el 29% (29) presentan un deficiente desarrollo del vivir y convivir; el 47% (47) se ubican en el nivel regular y el 24% (24) han desarrollado una buena formación vivir y convivir. El 21% (21) presentan un deficiente conocimiento de la cultura física; el 46% (46) se ubican en el nivel regular y el 33% (33) han desarrollado un correcto dominio de los conocimientos de la cultura física.

Tabla #6

#### *Estadística de los elementos de las variables cultura física y formación integral.*

##### Estadísticas de elemento de resumen

	Media	Mínimo	Máximo	Rango	Máximo	Varianza	N de
					/ Mínimo		elementos
Medias de elemento	64,270	63,910	64,630	,720	1,011	,259	2
Varianzas de elemento	27,472	26,568	28,377	1,809	1,068	1,637	2

Covarianzas entre elementos	-0,963	-0,963	-0,963	0,000	1,000	0,000	2
Correlaciones entre elementos	-0,035	-0,035	-0,035	0,000	1,000	0,000	2

Fuente: Elaborado por: Edgar Hinostroza Carriel

Interpretación:

Se muestra en la tabla #6, el resumen de la estadística de los elementos de las variables cultura física y formación integral con sus respectivas dimensiones (media, medias de elemento, varianzas de elemento, covarianzas entre elementos, correlaciones entre elementos).

## Prueba de Hipótesis

Tabla #7

*Prueba de significancia para determinar la existencia de relación significativa entre la cultura física y formación integral.*

Rho de Spearman	Cultura Física	Coeficiente de correlación	Cultura Física		Formación Integral
			1,000	-0,025	
		Sig. (bilateral)	.	0,806	
		N	100	100	
	Formación Integral	Coeficiente de correlación	-0,025	1,000	
		Sig. (bilateral)	0,806	.	
		N	100	100	

\*\*. La correlación es significativa en el nivel 0,01 (bilateral).

Fuente: Elaborado por: Edgar Hinostroza Carriel

Nivel de significación: = 0,05 (prueba bilateral)

Valor de Rho Spearman calculado = 0,806

Valor de P= -0,025

Hipótesis estadística:

$H_1$ = Existe relación significativa entre la cultura física y formación integral en los alumnos de las diferentes carreras de la Universidad de Guayaquil.

$H_0$ = No existe relación significativa entre la cultura física y formación integral en los alumnos de las diferentes carreras de la Universidad de Guayaquil.

## Descripción.

El valor de Rho Spearman= 0,806 y el significado bilateral obtenido es -,025 valor que es inferior a la región crítica  $\alpha= 0,05$ ; en consecuencia, se rechaza la hipótesis nula, se acepta la hipótesis alterna.

En este trabajo de investigación, sobre la cultura física y formación integral en la formación de los alumnos universitarios, se aplicaron los instrumentos para recolección de datos justamente establecidos en función de los diferentes aspectos y que nos permitieron por medio de las diferentes interrogantes estar al tanto los diversos discernimientos, se muestran las siguientes hipótesis:

Existe una relación significativa si pone en práctica el programa de cultura física en cada una de las facultades o escuelas de nuestra institución; entonces, se mejorará la formación integral de cada uno de nuestros alumnos en proceso de enseñanza y aprendizaje y que de modo satisfactorio en la Universidad de Guayaquil.

Esto se ratifica en la relación de Rho de Spearman = 0,806 y otros resultados más, se muestra el 50% presenta nivel medio para la práctica de la cultura física; 24% de los alumnos con bajo nivel en la formación integral.

Existe la relación significativa en el proceso de la cultura física y formación integral en los alumnos de la Universidad de Guayaquil. Se ratifica la asociación de Rho de Spearman= 0,806, en la tabla se muestra el 50,0% ubicándose en el nivel medio

La relación es significativa en la actitud al proceso de la cultura física y formación integral en los alumnos de la Universidad de Guayaquil. Esto se ratifica en la asociación de Rho de Spearman= 0,806, se muestra en la tabla que el 56% se ubica en el nivel medio.

Por lo logrado se puede mencionar lo planteado por Nall (2015), señala que el desarrollo físico de las personas se rige por medio de la práctica de ejercicios de manera disciplinaria y menciona que es un proceso sistemático y continuo para conseguir la ejecución plena en el contexto donde se desenrollan; el Ser humano es un ser integrador y articulado a la necesidad de una formación integral; además, se sustentan las variables de esta investigación, donde se concluye que es ineludible conocer la cultura física, la educación física, el deporte y la recreación; la tecnología hace lo suyo por otra parte, que es logrando personas sedentarias, en las instituciones universitarias se debe analizar y plantear la búsqueda de soluciones para que se puedan obtener una formación integral, con el ofrecimiento de los recursos, una culturas para un modo de vida diferente. Es inevitable que la formación integral también contenga aspectos, social, ético, intelectual y corporal.

La cultura física forma parte de obtención de la forma física. Es muy importante desarrollar el aprendizaje de una cultura deportiva y lograr un buen nivel de competencias y que permitan alcanzar las destrezas con criterios de desempeño.

Con este argumento si se presentan problemas para desarrollar la práctica deportiva; entonces se presentarán deficiencias que afectarán en la formación de los estudiantes y por ende a la institución educativa, logrando tener como resultado el sedentarismo en la población escolar. Poder evaluar actitud para la cultura física; es complejo por la importancia que genera esta labor; es necesario contar con la ejecución de prueba físicos; adecuados a realidad o la diversidad en la que nos encontramos inmerso; potestad de diseñar y ejecutar alguna intervención que permita cambiar un contexto del problema.

El objetivo general de esta investigación es proponer un programa de Cultura Física para la Formación Integral en beneficio de los alumnos de la Universidad de Guayaquil en la provincia de Guayas, República del Ecuador; los instrumentos aplicados fueron delineados con un enfoque conductual; permitiendo identificar las destrezas de cada uno de los estudiantes. Para poder dar cumplimiento con objetivo general;

se han establecido algunas acciones que permitieron desarrollar de forma efectiva el proceso descrito; estableciendo la validez del instrumento empleado; así como también la validez del contenido. Con relación al análisis estadístico en mención, referido al grado de instrumentos para medir los que se debe medir.

La validez y pertinencia de los instrumentos aplicados se pueden desarrollar modificaciones según el contexto de la estructura con la intención de que sean viables;

Se consideran aspectos que se deben de tener en cuenta son los conocimientos previos realizados durante la vida estudiantil o deportiva y que brindará una perspectiva a lo anteriormente dicho, lo cual habrá que tener en cuenta en el momento de la generación de la validez de contenido. En atención a la validez de contenido; se debe de priorizar el hecho de poder brindar objetividad al proceso; referente a lo estadístico; se realizó la práctica de la educación física para medir la actitud o interés a la actividad física y comprobar la evolución motora alcanzada, como indicador nos lleva al análisis de la valoración de los expertos; de manera positiva se tiene la posibilidad de poder plantear nuevos criterios y determinar si estos ítems son aceptados, son eliminados o se someten a modificaciones.

El cambio en la actitud a la práctica no guarde relación con el contexto de la muestra de estudio; considerando el hecho de que los antecedentes de estudio guardan similar actuación con los resultados que se han encontrado en otros estudios. Al realizar la adecuación y baremación sobre los procesos vinculados a la evaluación de la práctica de la cultura física en la educación superior, que se empleó a 100 alumnos de la Universidad de Guayaquil, en diferentes grupos, considerando también los instrumentos.

*Tabla #8  
Estrategias y acciones de mejora.*

ESTRATEGIAS	OBJETIVOS	ACTIVIDADES	RESULTADOS
Motivar	Motivar al grupo de docentes	Sensibilizar al colectivo de institución	Personal docente motivada.
Promocionar	Promover el programa	Mediante el diálogo	Poner en conocimiento del personal docente el programa.
Proyectar	Constituir sesiones de trabajo con el personal docente.	Por medio de circulares y oficios.	Grupo organizado.
Facultar	Capacitar sobre cultura física y la formación integral.	Talleres, seminarios, conferencias, diálogos.	Grupo competente.
Elegir	Seleccionar competitivos con conocimientos en la cultura física y formación integral.	Priorizar los temas.	Grupo selecto.

Explicar	Dar cargos al personal docente.	Coordinar con todo el personal de la institución sobre la planificación, organización y ejecución	Docentes instituido.
Valorar	Examinar las acciones planeadas.	Optimar lo planeado como: qué hacer, cómo hacer, cuándo hacer, para qué hacer.	Aprendizaje positivo de la formación.
Colectivizar	Notificar a la colectividad sobre la actividad.	Comunicar por medio de charlas.	Oferta de socializar
Hacer	Participar de los movimientos propuestos	Concurrencia de los docentes al evento.	Propuesta en marcha.

Fuente: Elaborado por. Edgar Hinostroza Carriel.

**Tabla #9**  
**Cultura Física**

CONCEPTUALIZACIÓN	CULTURA FÍSICA	CONTENIDO
Conjunto de saberes logrados por medio de la actividad física, el deporte y la recreación.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Educación Física</li> <li>• Deporte.</li> <li>• Recreación.</li> <li>• Conocimientos</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Habilidades</li> <li>• Destrezas.</li> <li>• Capacidades.</li> <li>• Baloncesto.</li> <li>• Voleibol.</li> <li>• Fútbol.</li> <li>• Gimnasia.</li> <li>• Natación.</li> <li>• Atletismo.</li> <li>• Juegos.</li> <li>• Bailes.</li> <li>• Dinámicas.</li> </ul>

Fuente: Elaborado por. Edgar Hinostroza Carriel

**Tabla #10**  
**Formación Integral**

CONCEPTUALIZACIÓN	CULTURA FÍSICA	CONTENIDO
Pasos pedagógicos en el que el alumno interioriza sus formas de pensar, hacer, actuar, vivir como un ser interactuante en el coexistir cotidiano.	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Saber pensar.</li> <li>- Saber hacer.</li> <li>- Saber actuar.</li> <li>- Saber vivir y convivir</li> <li>- Saber ser.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Ética y profesionalismo</li> <li>- Creativo.</li> <li>- Diálogo</li> <li>- Progreso del pensamiento.</li> <li>- Práctica de doble orientación.</li> <li>- Correlación con el contexto.</li> </ul>

Fuente Elaborado por: Edgar Hinostroza Carriel

Este trabajo fue desarrollado para apoyar la integración de la cultura física en la formación de estudiantes de pregrado emerge como una base débil para una educación rica y completa desde un punto de vista constructivista. opuesto a una mera colección de actividades discretas, fomenta la participación, conciencia a través de una serie continua de etapas relacionadas.

Los estudiantes tienen la capacidad de comunicar sus percepciones y experiencias anteriores con respecto a la cultura cinestésica después de su investigación y contemplación inicial, fase que sirve como punto de partida para que conduzca a algo introspectivo y análisis crítico.

Estudiantes en la creación de ideas para actividades físicas y deportivas y un sentido de responsabilidad por el propio aprendizaje; a medida que pasa el tiempo, surgen oportunidades para el intercambio de experiencias. Los estudiantes hablan sobre sus experiencias con las actividades físicas y observan cómo se relacionan con su bienestar general, etapa que fomenta la autoconciencia y la comprensión de otras personas.

El debate y análisis crítico, que promueve debates grupales sobre preocupaciones sociales y culturales relacionadas con la "cultura física", constituye la base del procedimiento. Los maestros guían a los estudiantes hacia la indagación introspectiva y una comprensión profunda de cómo estos temas impactan tanto en la sociedad y su propio crecimiento personal.

La práctica reflexiva se convierte en un elemento crucial. Los estudiantes reflexionan rutinariamente después de la actividad física para considerar cómo sus estados emocionales se conectan con su compromiso. Esto promueve que el cuerpo y el intelecto sean conscientes el uno del otro.

Los proyectos sociales se presentan más adelante en el proceso, lo que permite a los estudiantes aplicar las ideas de la cultura física en sus propias comunidades. Esto ejemplifica cómo la actividad física puede estimular la transformación social y aumentar la cohesión social.

Entra en escena la evaluación Holística, que incluye una perspectiva más amplia de la competencia. Junto con la medición del rendimiento físico, se valoran las habilidades de pensamiento crítico, la comunicación efectiva y la empatía, los estudiantes demuestran su comprensión integral a través de informes, presentaciones y proyectos.

El resultado de la integración de la disciplina es la intersección de la cultura física con disciplinas académicas como la psicología, la sociología y la salud permite una comprensión multidisciplinaria de cómo la actividad física se cruza con muchas facetas de la vida.

Los alumnos finalmente entran en una fase de autoevaluación y planificación futura cuando evalúan su propio progreso y bienestar físico y emocional. Ofrecen una estrategia basada en sus experiencias para mantener su participación en actividades físicas y aplicar los conceptos aprendidos a sus vidas futuras.

Centrarse en el pensamiento crítico combinado con la cultura física, fomentando un entorno de aprendizaje que fomente la conciencia social, el pensamiento crítico y la empatía, al tiempo que promueve el bienestar físico y emocional a largo plazo en los estudiantes universitarios.

### **Proceso metodológico de las actividades de enseña – aprendizaje.**

Universidad de Guayaquil, el proceso educativo tiene un fuerte énfasis en la formación integral del estudiante manteniendo una mentalidad constructivamente crítica. El enfoque enriquece la experiencia educativa al integrar la cultura física con la adquisición de conocimientos, habilidades y puntos de vista críticos.

Los estudiantes universitarios adquieren no solo competencias físicas sino también habilidades cognitivas, emocionales y sociales a través de la integración de la cultura física en el plan de estudios. El enfoque constructivista crítico alienta su participación al desafiarlos a considerar y reflexionar sobre cómo las experiencias físicas se relacionan con su bienestar general y con la sociedad en su conjunto.

La implementación de este enfoque en la Universidad de Guayaquil requiere un diseño curricular que integre las actividades físicas, recreativas y deportivas con consideraciones académicas y éticas, los estudiantes investigan cómo los antecedentes culturales de una persona pueden afectar los problemas sociales y cómo pueden abogar por cambio positivo en su vecindario.

### **Enfoque constructivista crítico**

La actividad física es vista como una poderosa herramienta que puede promover el crecimiento personal más allá de la mejora puramente física, punto de vista tiene como objetivo integrar los aspectos físicos, cognitivos, emocionales y sociales de la experiencia humana.

Actividad con una perspectiva constructivista crítica podría implicar:

1. Co-diseñar actividades físicas que les interesen y que se alineen con sus objetivos de desarrollo personal.
2. Contextualización social: conexiones entre la actividad física y los problemas sociales, incluida la salud pública, la igualdad y la accesibilidad.
3. Reflexión en profundidad: actividad, los estudiantes pueden reflexionar sobre cómo se sintieron física, emocional y cognitivamente y cómo se relacionó con su vida y su entorno.
4. Cómo la actividad física afecta la forma en que las personas ven sus cuerpos, su autoestima y las normas sociales.
5. Los conceptos se relacionan con la experiencia de la actividad física.
6. Colaboración y dialogo que incluye hablar sobre las implicaciones culturales del género, la raza y otros factores relacionados con la actividad física.
7. Actividades para explorar muchas facetas del bienestar, como el yoga, la danza tradicional y las actividades al aire libre.

8. Proyectos Sociales: Integrar la actividad física con iniciativas vecinales que aborden retos locales, como la promoción de la salud o el fomento de la inclusión.

9. Lista de tareas pendientes de decisiones éticas: consideración de cómo las opciones relacionadas con la actividad física pueden tener un impacto en la salud de las personas, el medio ambiente y la sociedad en general.

10. Reflexión en acción: involucre a los estudiantes en actividades físicas y luego fomente discusiones sobre cómo sus acciones afectaron su perspectiva y bienestar.

## Discusión

En este trabajo de investigación, sobre la cultura física y formación integral en la formación de los alumnos universitarios, se aplicaron los instrumentos para recolección de datos justamente establecidos en función de los diferentes aspectos y que nos permitieron por medio de las diferentes interrogantes estar al tanto los diversos discernimientos, se muestran las siguientes hipótesis:

Existe una relación significativa si pone en práctica el programa de cultura física en cada una de las facultades o escuelas de nuestra institución; entonces, se mejorará la formación integral de cada uno de nuestros alumnos en proceso de enseñanza y aprendizaje y que de modo satisfactorio en la Universidad de Guayaquil.

Esto se ratifica en la relación de Rho de Spearman = 0,806 y otros resultados más, se muestra el 50% presenta nivel medio para la práctica de la cultura física; 24% de los alumnos con bajo nivel en la formación integral.

Existe la relación significativa en el proceso de la cultura física y formación integral en los alumnos de la Universidad de Guayaquil. Se ratifica la asociación de Rho de Spearman= 0,806, en la tabla se muestra el 50,0% ubicándose en el nivel medio.

La relación es significativa en la actitud al proceso de la cultura física y formación integral en los alumnos de la Universidad de Guayaquil. Esto se ratifica en la asociación de Rho de Spearman= 0,806, se muestra en la tabla que el 56% se ubica en el nivel medio.

Por lo logrado se puede mencionar lo planteado por Nall (2015), señala que el desarrollo físico de las personas se rige por medio de la práctica de ejercicios de manera disciplinaria y menciona que es un proceso sistemático y continuo para conseguir la ejecución plena en el contexto donde se desenrollan; el Ser humano es un ser integrador y articulado a la necesidad de una formación integral; además, se sustentan las variables de esta investigación, donde se concluye que es ineludible conocer la cultura física, la educación física, el deporte y la recreación; la tecnología hace lo suyo por otra parte, que es logrando personas sedentarias, en las instituciones universitarias se debe analizar y plantear la búsqueda de soluciones para que se puedan obtener una formación integral, con el ofrecimiento de los recursos, una culturas para un modo de vida diferente. Es inevitable que la formación integral también contenga aspectos, social, ético, intelectual y corporal.

Con este argumento si se presentan problemas para desarrollar la práctica deportiva; entonces se presentarán deficiencias que afectarán en la formación de los estudiantes y por ende a la institución educativa, logrando tener como resultado el sedentarismo en la población escolar. Poder evaluar actitud para la cultura física; es complejo por la importancia que genera esta labor; es necesario contar con la ejecución de prueba físicos; adecuados a realidad o la diversidad en la que nos encontramos inmerso; potestad de diseñar y ejecutar alguna intervención que permita cambiar un contexto del problema.

## Conclusiones

Se ultima que como resultados obtenidos en la aplicación de la prueba por cada una de las categorías que se muestran, se tiene que los estudiantes han participado de manera activa y directa en la práctica de la cultura física; alcanzando 25% nivel bajo, el 50% se coloca en el nivel medio y el 25% dan un nivel alto en el desarrollo de la práctica de la cultura física en la institución, los parámetros son analizados, por lo que se deberá priorizar la continuidad en la evaluación motora.

Con relación a los resultados alcanzados sobre la actitud y el resultado motor, en el nivel bajo 38%, el índice con mayor deficiencia se presenta en el nivel medio con el 56% con actitud positiva a la práctica de la cultura física, un 6 % en el nivel alto; se presenta una segunda consideración sobre el resultado del proceso de la actividad física en los alumnos universitarios, mejoran los porcentajes en cuanto a la actitud, el 21% un bajo nivel, el 49% en nivel medio y el 30% en nivel alto.

El resultado sobre la formación integral en la educación superior se detalla, existe una el 24% de alumnos presentan un deficiente desarrollo en la formación integral, el 56% de estudiantes se ubican con conocimientos básicos y el 20% con una buena formación integral en la educación superior.

Se concluye también que los componentes de la cultura física analizados dan variaciones a las actividades realizadas en la misma como son: el 31% muestra deficiente desarrollo en la práctica de la educación física, el 46% se sitúan en el nivel regular y el 23% poseen avanzado desarrollo de la educación física; el 47% muestran un incorrecto desarrollo de la práctica deportiva; el 39% se sitúan en el nivel regular y el 14% han desarrollado una buena formación producto de la práctica deportiva; el 45% muestran un deficiente desarrollo de la recreación; el 48% se ubican en el nivel regular y el 7% han desarrollado una buena formación en la recreación; el 61% muestran un deficiente conocimiento de la cultura física, el 21% se ubican en el nivel regular y el 18% muestran un correcto dominio de los conocimientos sobre la cultura física.

La formación integral, dan variaciones a las actividades realizadas en la misma como son: el 27% muestran deficiencia al pensar; el 48% en un nivel regular y el 30% han desarrollado el pensar; el 19% muestran deficiencia del hacer, el 51% se ubican en el nivel regular y el 30% han desarrollado una buena formación del hacer; el 29% muestran deficiencia en el vivir y convivir, el 47% ubica un nivel regular y el 24% con buena formación vivir y convivir.

Los elementos estadísticos en un resumen con las variables de cultura física y formación integral, con sus respectivas dimensiones, media, medias de elemento, varianzas de elemento, covarianzas entre elementos, correlaciones entre elementos, da como resultados lo siguiente: Media 64,270; 27,472; -0,963; -0,035; Mínimo 63,910; 26,568; -0,963; -0,035; Máximo 64,630; 28,377; -0,963; -0,035; Rango ,720; 1,809; 0,000; 0,000; Máximo / Mínimo 1,011; 1,068; 1,000; 1,000; Varianza 0,259; 1,637; 0,000; ,000; Número de elementos 2.

Respecto a la prueba de hipótesis, se aplicó la prueba Rho de Spearman logrando los valores requeridos, en cultura física con la coeficiencia de correlación 1,000; Sig. Bilateral.; y en N 100; Coeficiente de correlación -0,025; Sig. (bilateral) ,806; N 100; en la formación integral Coeficiente de correlación -0,025; Sig. (bilateral) 0,806; N 100; Coeficiente de correlación 1,000; Sig. (bilateral); N 100; tal razón, los resultados coinciden con el valor binomial, la prueba estadística permite ponderar la preeminencia de los ítems; atendiendo el dominio de contenido; considerando las estimaciones de quienes han informado como expertos.

## Referencias bibliográficas

- Ari y Raza Vich. (1989). Investigación Científica Social. Editorial Kapelusz. Buenos Aires – Argentina.
- Ballesteros, J. y Álvarez, J. (1986). Manual didáctico de Atletismo. Colección de Educación Física. Editorial Kapelusz. Buenos Aires - Argentina.
- Bosco, Miguel. (2007). Perfiles ocupacionales por competencias. Editorial Universidad Pedagógica Frank País García. Cuba.
- Convenio Ecuatoriano – alemán. (1991). Guía de Gestión Curricular. (Área de Cultura Física). Editorial M.E.C.
- Corporación de estudios y publicaciones. (1991). Leyes y Reglamentos de Educación, Cultura y Educación Física. Quito – Ecuador.
- Dyson, G. Mecánica del Atletismo. (2010). Editorial Instituto Nacional de Educación Física y Deportes. Madrid – España.
- Dinader. PROMEBEC. (2015). Diccionario de Educación Física, Deportes y Recreación. Editorial MEC. Quito – Ecuador.
- Donskoi, D. (1988). Biomecánica con fundamentos de la técnica deportiva. Editorial Pueblo y Educación. La Habana – Cuba.
- Fielder, M. (1999). Voleibol. Editorial Pueblo y Educación. La Habana – Cuba.
- García, M. (1981). El juego predeportivo en la Educación Física y el Deporte. Editorial Pila Teleña. Madrid – España.
- George, Fisher, Vehrs. (2007). Test y pruebas físicas. Editorial Paidotribo. Barcelona – España.
- Herrera y Medina. (2014). Módulo de corrientes, métodos y técnicas de la investigación educativa. Ambato – Ecuador.
- Herrera y Medina. (2014). Guía de proyectos de investigación social y educativa. Ambato – Ecuador.
- Herrera y Medina. (2014). Tutoría de la investigación. Editorial Diemerino. Quito – Ecuador.
- Herrera, N. (2019). Currículo por Competencias. Colección Sembrar para el futuro. Ambato – Ecuador.
- Herrera, N. (2019). Competencias Profesionales y Currículo. Editorial U.T.A. Ambato – Ecuador.
- Jaramillo, L. (2014). Módulo de proyectos de investigación científica aplicados a la Cultura Física. Ambato – Ecuador.
- Koch, K. (2016). Hacia una Ciencia en el Deporte. Editorial Kapelusz. Buenos Aires - Argentina.
- Laptev, A y Minj, A. B. (2006). Higiene de la Cultura Física y el Deporte. Editorial Raduga Moscú, traducción editorial Pueblo y Educación. La Habana – Cuba.
- MALDONADO, Miguel. (2001). Las Competencias una opción de vida. Editorial Ecoediciones. Bogotá – Colombia.
- Morales, G. (2018). Lo que todo docente debe saber sobre competencias y estándares. Editorial Litocencoa. Cali-Colombia.
- Océano. (2003). Manual de Educación Física y Deportes. (Técnicas y Actividades Prácticas). Editorial Océano.
- Océano. (2017). Diccionario Ilustrado de la Lengua Española. Editorial Océano. Bogotá – Colombia.
- Océano. (2010). Diccionario de Sinónimos y Antónimos. Editorial Océano. Madrid– España.
- Plaza y Janes Editores. (2004). Gran Colección de la Salud. Tomo II. Barcelona – España.
- Saltos, J. (2013). Módulos de Teorías y Modelos Educativos. UTA. Ambato Ecuador.
- Velásquez, M. (2021). Modelos Psicopedagógicos. UTA. Ambato – Ecuador.