



**TRABAJO FIN DE GRADO  
GRADO EN EDUCACIÓN PRIMARIA  
CON MENCIÓN EN EDUCACIÓN FÍSICA  
CURSO ACADÉMICO 2023/2024  
CONVOCATORIA ORDINARIA (JUNIO 2024)**

**TÍTULO: REVISIÓN SISTEMÁTICA DEL APRENDIZAJE BASADO EN  
PROYECTOS EN EDUCACIÓN FÍSICA**

AUTORA: Claudia Ruiz Garcés

DNI: 49391418E

En Madrid, a 31 de mayo de 2024

## **Resumen**

Las metodologías activas son una alternativa emergente a las metodologías clásicas. Con este trabajo se pretende estudiar el estado del conocimiento de la metodología Aprendizaje Basado en Proyectos (ABP) aplicándolo a la asignatura de educación física.

Para la realización de este estudio se reunirá la información presente en diferentes fuentes estableciendo palabras clave y obteniendo resultados clarificatorios. Mediante la realización de este meta-análisis, se llega a la conclusión de que emplear dicha metodología como herramienta en la asignatura de educación física proporciona ventajas a la hora de desarrollar en los alumnos el pensamiento crítico y la autonomía. Además, incrementará la puesta en práctica de otras habilidades sociales que les serán imprescindibles durante su vida cotidiana.

**Palabras clave:** metodología activa, proyectos, alumno, enseñanza-aprendizaje, educación física.

## **Abstract**

Active methodologies are an emerging alternative to classic methodologies. This work aims to study the state of knowledge of the Project Based Learning methodology (PBL), applying it to the subject of physical education.

To carry out this study, the information present in different sources will be gathered, establishing keywords and obtaining clarifying results. By carrying out this meta-analysis, we conclude that using this methodology as a tool in the subject of physical education provides advantages when developing critical thinking and autonomy in students. In addition, it will increase the implementation of other social skills that will be essential during their daily lives.

**Keywords:** active methodology, projects, student, teaching-learning, physical education.

## Índice

1.	Introducción .....	5
2.	Marco Teórico.....	6
2.1	Educación Física en Educación Primaria .....	6
2.2	Metodologías Activas en Educación Física .....	12
2.3	Aprendizaje Basado en Proyectos (ABP).....	14
2.4	Efectividad del uso de Aprendizaje Basado en Proyectos en Educación Física	19
3.	Objetivos .....	22
4.	Metodología empleada en la investigación.....	23
5.	Resultados .....	26
6.	Discusión.....	34
7.	Conclusiones .....	37
8.	Futuras líneas de investigación .....	38
9.	Referencias bibliográficas.....	39

## Índice de figuras

<b>Figura 1.</b> Diagrama de flujo	26
------------------------------------	----

## Índice de tablas

<b>Tabla 1.</b> Criterios de inclusión y de exclusión .....	26
<b>Tabla 2.</b> Resultados .....	29

## **1. Introducción**

Este trabajo de revisión profundizará en cómo las metodologías activas pueden cambiar el proceso de enseñanza-aprendizaje, cambiando el foco del docente al alumno, convirtiéndose este en el principal protagonista.

En concreto, se hablará del Aprendizaje Basado en Proyectos (ABP), que es una de las metodologías activas más completas a emplear en un aula de Educación Primaria, debido a que tiene como finalidad el desarrollo de diferentes capacidades y un aprendizaje significativo. El ABP es considerada una experiencia real de aprendizaje, en el cual, mediante preguntas significativas, investigan, conocen y entienden el mundo real desde diferentes puntos de vista (López, 2018).

La utilización de las metodologías activas en la educación propicia un avance en cuanto a la forma de aprender, ya que los alumnos se convierten en los protagonistas y responsables de su propio aprendizaje. Si estas son bien llevadas a la práctica pueden ser una buena herramienta para tenerla en cuenta como alternativa a las metodologías clásicas que hoy en día se siguen empleando en las aulas. En este trabajo se plantea la aplicación de la metodología activa conocida como ABP en la asignatura de Educación Física. De este modo, se pretende que la Educación Física se convierta en una herramienta fundamental para hacer llegar los contenidos que comprenden las diferentes asignaturas a los alumnos de Educación Primaria, mejorando, a su vez, su condición física y haciendo más dinámica y lúdica la transmisión de contenidos.

La justificación de este estudio se fundamenta en la intención de demostrar cómo partiendo de las metodologías activas, se puede convertir al alumno en el protagonista de su propio aprendizaje. De esta forma, el ABP será empleado para llevar a cabo la fusión de las metodologías tradicionales con unas más innovadoras. En las primeras el alumno se limita a memorizar y, de esta mediante la aplicación de las segundas, se promoverán las prácticas

interdisciplinarios desde las primeras etapas de la vida escolar. Además, se pretende ampliar el campo del conocimiento sobre los estilos de enseñanza conocidos (Mosston, 1999) y su empleabilidad en metodologías activas.

## **2. Marco Teórico**

### **2.1 Educación Física en Educación Primaria**

La Organización Mundial de la Salud (OMS) define la actividad física a todo movimiento que durante las horas del día realiza el ser humano. La OMS afirma que sea el ejercicio físico que sea, mejora la salud.

Tal y como defienden Cintra y Balboa (2011), la actividad física no te exime de la enfermedad, pero permite un tardío apareamiento de la misma, unido a un avance más lento de la enfermedad. Rodríguez et al. (2020) ratifican la idea de que la actividad física impulsa una forma de vida activa y sana, consiguiendo adquirir hábitos saludables, mejorando su salud física y mental.

Tal y como cita la OMS, entre 1975 y 2016 la tasa de obesidad infantil ha triplicado, convirtiéndose así en el principal foco de atención de los profesionales relacionados con el área de la salud. La obesidad es considerada enfermedad crónica y a nivel social, es apodada “la epidemia del siglo XXI” (Aguilar-Cordero et al., 2014). Padecer obesidad en la infancia se relaciona estrechamente con graves problemas de salud en la edad adulta, por ello, (Aguilar-Cordero et al., 2014) dan importancia a la escuela como lugar adecuado para encaminar al menor en estilos de vida saludables.

Entre los objetivos que se plantean para la etapa de Educación Primaria en BOCM (2022) se resaltarán el siguiente:

- “Valorar la higiene y la salud, aceptar el propio cuerpo y el de los otros, respetar las diferencias y utilizar la educación física, el deporte y la alimentación como medios para favorecer el desarrollo personal y social”.

De este objetivo se puede inferir que la materia de Educación Física puede ser un gran medio a través del cual se puedan encaminar a los alumnos de Educación Primaria para que comprendan los beneficios que tiene cuidar su propia salud. Para ello, los docentes deben conocer que contenidos se deben tratar en los diferentes ciclos de esta etapa educativa. Un estudio realizado por Marques et al. (2023), revela como únicamente el 7% de los docentes encuestados respondió de forma correcta a todas las preguntas donde se mencionaban las recomendaciones de salud a impartir en dicho ciclo. Respecto a los factores de frecuencia y duración, no superan un 40% los docentes que controlan estos aspectos a la perfección.

Andreu y García (2000) afirman que la amenidad de las clases es un objetivo que todos los docentes persiguen. Bien es cierto que recuperar la inocencia de los niños es una de las tareas más complejas. Esta se deberá llevar a cabo mediante propuestas lúdicas en el aula, ya que, debido al deterioro de la atención de los pequeños por aquellas cosas que a simple vista no resultan atractivas, hay que captar su atención de la forma más entretenida. En el estudio realizado por Calderón (2021) se comprueba como el juego es una herramienta fundamental de aprendizaje, siendo fundamental de forma implícita para desarrollar la creatividad y el pensamiento crítico. Además, afirma que los alumnos adquirirán nociones básicas sobre la resolución de problemas, la cual emplearán más adelante.

La asignatura de Educación Física es la principal herramienta por la que se puede llegar a ellos de forma entretenida y realizando ejercicio físico de forma simultánea. Por este motivo, se deben impartir conocimientos a cerca de hábitos saludables, higiene y postura corporal, y así, evitar posibles enfermedades, lesiones o un rápido deterioro de la salud. Como bien explica Guillamón (2014), de esta manera, el maestro impulsará la práctica del ejercicio físico de forma



regular en los alumnos y favorecerá la asociación positiva del alumnado hacia la actividad físico-deportiva.

Un estudio realizado, utilizando la herramienta de la ecuación estructural, estableció que el ejercicio físico, fuese de la intensidad que fuese (leve, media o alta), producía un incremento de la motivación en cuanto al rendimiento académico se refiere (De Bruijn et al., 2022). En este estudio se valoró la motivación intrínseca durante la actividad física, así como los resultados en las materias de lectura, ortografía y matemáticas. El artículo aporta que la motivación que un alumno tenga con la asignatura afectará de forma bidireccional. Por un lado, ayudará a la motivación académica y, por el otro, fomentará, de manera implícita, la implicación en la práctica deportiva.

Por otro lado, Bailey (2006) defiende que la importancia del ejercicio físico en Educación Primaria reside en formar en múltiples ámbitos al alumno y que, de esta forma, logre desarrollarse de forma completa. Una vez desenvueltos los factores físicos, aquellos que implantan estilo de vida, afectivos, sociales y cognitivos, acompañarán al impulso de las diferentes comportamientos y habilidades sociales, al aumento de la autoestima y de la actitud de independencia y, en ocasiones, al desarrollo académico y cognitivo.

Además, es necesario comprender que la Educación Física se define como la pedagogía de las conductas motrices (Parlebas, 2008). Esto implica aceptar que se interviene sobre el alumno en todas sus dimensiones corporales (Parlebas, 1972).

Durante la práctica deportiva, en el alumnado se despiertan ciertas emociones, que ayudan a conocer al grupo profundamente. La vivencia de cada alumno variará en función del rol que tome en el juego e, incluso, del tipo de juego que se lleve a cabo. Son pocas las situaciones donde se suscite una emoción negativa que limite el desarrollo del alumno y estas se dan mayoritariamente en situaciones de interacción de antagonismo. En cambio, si el alumno se

enfrenta a un juego que potencie el trabajo cooperativo o donde se le plantean retos individuales las emociones positivas destacan en mayor medida (Founaud et al., 2020).

Tal y como queda redactado en el Boletín Oficial de la Comunidad de Madrid (BOCM) (2022), la Educación Física contribuye a establecer un estilo de vida saludable, adquirir propiocepción de su cuerpo, respetar y cuidar el espacio y el material donde se realiza actividad física o la toma de decisiones, empleada para dar respuesta a diferentes problemas motores.

El área de Educación física deberá fomentar la importancia de emplear el propio cuerpo como vía de expresión y de comunicación y, mediante el trabajo en grupos, estimular el conocimiento, la socialización, la creatividad y la estabilidad emocional (BOCM, 2022).

El currículo de la asignatura se sustenta por sus cinco competencias principales (BOCM, 2022):

- “Adoptar un estilo de vida activo y adecuado, practicando regularmente actividades físicas, lúdicas y deportivas, adoptando comportamientos que potencien la salud, así como medidas de responsabilidad durante la práctica motriz”.
- “Adaptar los elementos propios del esquema corporal, las capacidades físicas, perceptivo-motrices y coordinativas, así como las habilidades y destrezas motrices, aplicando procesos de percepción, decisión y ejecución, para dar respuesta a las demandas de proyectos motores y de prácticas motrices con distintas finalidades en contextos de la vida diaria”.
- “Desarrollar procesos de regulación e interacción en el marco de la práctica motriz, haciendo uso de habilidades sociales y actitudes de respeto, trabajo en equipo y deportividad, con independencia de las diferencias y de las habilidades de los participantes, para contribuir a la convivencia”.
- “Reconocer y practicar diferentes manifestaciones lúdicas, físico-deportivas y artístico-expresivas propias de la cultura motriz, valorando su influencia y sus aportaciones a la cultura para integrarlas en las situaciones motrices que se utilizan regularmente en la vida cotidiana”.

- “Valorar diferentes medios naturales y urbanos como contextos de práctica motriz, interactuando con ellos y comprendiendo la importancia de su conservación, adoptando medidas de responsabilidad durante la práctica de juegos y actividades físico-deportivas, para realizar una práctica eficiente y respetuosa con el entorno y participar en su cuidado y mejora”.

Por último, para facilitar el desarrollo de las competencias específicas anteriormente descritas, se agrupan en diferentes bloques de contenidos que se desarrollarán de diferente forma en los diferentes ciclos de Educación Primaria (BOCM, 2022):

- Vida activa y saludable
- Organización y gestión de la actividad física
- Resolución de problemas en situaciones motrices
- Regulación emocional e interacción social en situaciones motrices
- Manifestaciones de la cultura motriz
- Interacción eficiente y cuidadosa con el entorno

Por su parte, García-González (2021) manifiesta que la educación física debe avivar el interés del alumnado por el ejercicio físico, así como el ansia de participación y de mejora. La figura principal encargada de guiar este proceso es el profesor.

Un docente de Educación Física, deberá conocer cuáles son las habilidades motrices que su grupo va a desarrollar. Para ello, es necesario elaborar unos objetivos motores en torno a los cuales se pueda organizar la progresión realizada por los alumnos. Un estudio realizado por Villar (2022), recoge que, si el docente plantea un objetivo claro, las habilidades motoras trabajadas en la sesión se podrán valorar teniendo en cuenta los factores de referencias tácticas en los juegos planteados, la interacción social entre los jugadores, e incluso, situaciones éticas en diferentes situaciones cooperativas. A forma de conclusión, en el estudio realizado se

plantean los objetivos motores como buen mediador para ofrecer diferentes alternativas al alumnado, favoreciendo en ocasiones, el aprendizaje cooperativo (Rodríguez et al., 2020).

Para tratar de fijar unos objetivos establecidos, se ha realizado una investigación en la que la muestra estaba compuesta tanto por estudiantes del grado de Educación Primaria, es decir, futuros docentes, además de profesores de la asignatura con una gran cantidad de años de experiencia. La pregunta principal que rigió la investigación fue “¿Cuál es para ti el papel (objetivos y finalidades) de la Educación Física en el currículo escolar (es decir, en la escuela desde la enseñanza primaria hasta la secundaria)?” (Chouza et al., 2017). Este cuestionario se aplicó a un amplio número de universidades europeas, y se establecieron seis objetivos, donde coincidieron la gran mayoría de los participantes.

El primero de los objetivos propuestos por los resultados obtenidos en la revisión realizada por Chouza et al. (2017), trata sobre los fines educativos generales, que recoge a todas aquellas habilidades que desarrollen integralmente al individuo. El segundo objetivo planteado se relaciona con el factor motivacional, ya que, en estas edades, se pretende fomentar el gusto por la Actividad Física y el deporte y, de esta manera, pretender que se mantenga la práctica deportiva a lo largo de su vida. El tercero se relaciona ligeramente con el anterior, ya que se fomenta el mantener un estilo de vida activo y unos hábitos saludables en el día a día. Tras atravesar el Ecuador de los objetivos extraídos de la investigación, se da con el cuarto objetivo, en el que se intenta promover el aprendizaje, refiriéndose por un lado al ámbito deportivo y, por otro, al cuidado del cuerpo humano. El quinto se relaciona con la aptitud física, donde se premia al que mejor ejecuta cada actividad, el alumno que tiene mejor desarrollo de todas sus habilidades motrices. Y, por último, el sexto objetivo viene siendo tratar de distender cualquier ambiente de tensión entre el alumnado a través de la práctica deportiva, buscando su diversión.

## **2.2 Metodologías Activas en Educación Física**

García-González (2021) defiende la importancia de conocer que, generalmente, las horas dedicadas a esta materia estimulan mayoritariamente a aquellos alumnos más desarrollados en el ámbito motriz. Por el contrario, las clases impartidas suelen ser desaprovechadas por aquellos casos en los que la actividad física y ellos no avanzan de la mano, lo que crea cierta tendencia, dependiendo de la edad del alumno, a la comparación social y a crear cierta creencia falsa sobre su propia persona. Blasco y Pérez (2007) iniciaron la recapacitación sobre la estructura de las metodologías empleadas hasta la actualidad y como se podría innovar mejorando los parámetros anteriormente comentados.

Así como defienden Sotos-Martínez et al. (2023), el equipo docente recurre cada vez más a metodologías activas donde se haga partícipe al alumno, forzando, de esta manera, su implicación en el aprendizaje de sus propios conocimientos. De esta manera, el factor motivación dependerá del grado de implicación con el cual cada persona realice dicha actividad. Determinar el factor concreto que la impulsa o disminuye continúa siendo una gran incógnita.

De acuerdo con Espada y Pineño (2020), los factores determinantes a la hora de establecer una relación alumno-aprendizaje giran en torno a unas instalaciones adecuadas para la realización de las sesiones programadas, el establecimiento de unos objetivos y contenidos adecuados, una temporalización adecuada de cada sesión y, además el empleo de cierta forma de trabajar, donde el alumno cree su propio aprendizaje. Bores-García et al. (2020) aseguran que, llevando todos estos factores a cabo, el alumno tendrá más posibilidades de hacer acrecer sus niveles de actividad física.

Antes de aplicar una metodología activa en un aula, deben ser conocidos los siguientes objetivos establecidos para facilitar de esta manera su puesta en marcha (García, 2019):

- Desarrollar las cuatro “C”: creatividad, crítica, colaboración y comunicación. Esto es la esencia de cualquier metodología activa. Si llegase a ausentarse tan solo una de ellas, el alumno dejaría de ser el principal foco del proceso de enseñanza-aprendizaje.
- Fomentar de la competencia percibida: los objetivos planteados en las sesiones tendrán que estar al alcance de los alumnos, ya que, si son demasiado complejos, desmotivarán al alumno, provocando su consecuente salida de la metodología aplicada.
- Potenciar las capacidades de cada estudiante: es importante conocer que cada alumno partirá desde un lugar diferente, por lo que la metodología empleada deberá ser flexible al perfil de cada alumno.
- Desarrollar de la transferencia del aprendizaje y el desarrollo de la autorregulación: la autonomía debe ser la palabra clave. Dicha independencia tendrá como objetivo desarrollar la comprensión de cada juego propuesto, el potenciamiento de las habilidades motrices básicas y la realización de diferentes actividades expresivas. En última instancia, el alumno será el encargado de decidir si acepta tener cierta adherencia hacia la práctica deportiva.

Tal y como García (2019) sostiene, una vez conocidos los objetivos que se deben cumplir durante la puesta en marcha de lo programado, es importante comentar que no la totalidad de metodologías son aplicables en la misma aula, ya que posiblemente, cada uno de los alumnos tenga desarrolladas habilidades sociales diferentes, por lo que, al grupo, le será más fácil adaptarse a unas más que a otras. También puede ser que un grupo trabaje mejor de forma individual, por lo que se enfocará en fomentar ese trabajo individual con estas metodologías y con el paso del tiempo, ir trabajando poco a poco ese aprendizaje grupal, fomentando así la fácil adaptación. De la misma forma, existe el caso contrario, grupos donde trabajar en cooperativo es la mejor opción, sin embargo, al trabajar de manera individual no se llegan a cumplir los objetivos. La labor del docente en este caso está en encontrar el equilibrio entre el

aprendizaje individual y el aprendizaje grupal, mediante la aplicación de metodologías participativas y activas en la asignatura de Educación Física.

En el caso de García (2019) se plasma, en una propuesta de intervención educativa, las posibilidades a las que un docente debe hacer frente al llevar al aula metodologías activas y participativas. Los resultados obtenidos fueron significativos gracias a la motivación, que se vio acrecentada por la ambientación en la que se desarrolló el proyecto. Los alumnos fueron participes de un *Escape Room* en el que tenían que emplear los contenidos previamente adquiridos. Ante la visión tan retrograda que los propios alumnos tenían de esta manera de trabajo, ya que detestaban trabajar en grupo, el docente dudó sobre su puesta en marcha. Esta propuesta hizo cambiar de opinión a los alumnos del grupo, ya que experimentaron otra manera más lúdica de trabajar en equipo. De esta forma, se muestran claras evidencias de que propuestas pautadas y organizadas con este tipo de metodologías son aplicables a cualquier materia, en concreto, a la Educación Física, dejando apartada la idea de que las metodologías activas son una novedad que no alcanzan los objetivos establecidos. Además, la Educación Física también puede convertirse en herramienta para trabajar interdisciplinariamente diferentes materias mediante la aplicación de las metodologías activas, en este caso, la metodología ABP (Larroya, 2015).

### **2.3 Aprendizaje Basado en Proyectos (ABP)**

En las metodologías activas destaca la toma de decisiones tanto del maestro como del alumno. La cantidad de decisiones tomadas y la situación en la que se han llevado a cabo determina unos estilos de enseñanza diferentes, permitiendo analizar así la anatomía de cada estilo de enseñanza-aprendizaje. Estos estilos se agrupan en función del proceso de pensamiento que utilizan para lograr llevar a cabo la decisión (memoria, descubrimiento y creatividad) dividiéndose así dos grupos, el reproductivo y el productivo. El segundo es más característico de las metodologías activas, como es el caso del ABP. Entre ambos grupos existe

una zona denominada “umbral de descubrimiento” que identifica el nivel cognitivo de cada grupo de alumnos. Cada estilo desarrolla un área diferente, ya sea cognitiva, social, emocional o ética, proporcionando a los alumnos una amplia diversidad de experiencias que vivenciarán a través de diferentes estímulos. El beneficio del ABP es, mediante estos estilos, lograr un proceso integrador entre los procesos de enseñanza y de aprendizaje, haciendo más completo el desarrollo de los alumnos (Mosston y Ashworth, 1986).

De acuerdo con Pastor et al. (2007) la materia debe estar estructurada en torno a los contenidos de acción psicomotriz, social y educativa que serán ineludibles para su desarrollo. Relacionando esta idea al protagonismo que autores como Piaget, Vygotsky, Dewey, Montessori... dan al alumno, al valor de la creatividad y la autonomía, se puede comenzar a hablar de las metodologías activas en el área de la educación física (Campano, 2019).

Calderón (2021) realizó un proyecto de investigación en el cual establece las actividades lúdicas como principal herramienta del proceso de enseñanza-aprendizaje. De esta manera se consigue el desarrollo integral del niño mediante el estilo de enseñanza de resolución de problemas (Campano et al., 2019). Andreu y García (2000) defienden que el juego se trata de un elemento intrínseco en la personalidad de cada individuo que potencia a gran escala el aprendizaje.

Tal y como razona Barrows (1996), precursor de esta metodología, el ABP se trata de un método basado en proyectos como punto de partida para la asimilación de diferentes contenidos. Los problemas que surgirán durante el proyecto serán el foco del aprendizaje y del desarrollo de habilidades sociales, comunicativas e intelectuales (Méndez et al., 2019).

Méndez (2019) señala como punto de partida del ABP como el planteamiento de un problema, el cual sea utilizado como detonador para señalar los temas de aprendizaje y abordarlos de forma individual o grupal. Así mismo, en el estudio que realizaron, se obtuvieron resultados



favorables, estableciendo el ABP como contenido que todo docente debe emplear, debido a que refuerza su labor.

Tal y como Kokotsaki et al. (2016) escriben, el ABP es una metodología activa, centrada en el alumno, que se basa en principios constructivistas y afectan directamente a la motivación de los sujetos. Además, no es una metodología para enriquecer la forma de impartir contenidos de una sola materia, si no el trabajo interdisciplinar de ellas. El ABP se desarrolla en torno a una pregunta inicial a la que el alumnado trata de dar respuesta gracias al planteamiento de dicho proyecto.

La puesta en práctica de esta metodología consiste en plantear objetivos didácticos adaptados al aula y, mediante actividades y procesos de investigación relacionados, incentivar a los alumnos a alcanzar dichas metas (Larroya, 2015).

El ABP comprende tres fases en las cuales se divide su puesta en práctica. En primer lugar, el inicio, en el que se establece el nombre del proyecto, un objetivo general, se temporalizará la duración del proyecto y se seleccionará un formato determinado de evaluación. La segunda fase consiste en un diseño e implementación del mismo, en el que se planteará un diagnóstico inicial del problema, unos objetivos más concretos y se propondrán unos supuestos resultados. Por último, la fase final, que conllevará la evaluación general de los resultados obtenidos (Asunción, 2019).

Por último, es necesario conocer que el ABP puede ser dividido en diferentes variantes, las cuales presentan las mismas características principales que la metodología presentada. Estos son Aprendizaje Basado en Problemas, Aprendizaje Basado en Servicios, Aprendizaje Basado en Desafíos, Proyectos de Desafío de Diseño, exploración de una pregunta abstracta y, para finalizar, toma de una posición respecto a un tema concreto. Todos ellos favorecen que el

alumno se implique en la materia y que se encargue de llevar las riendas de su propio aprendizaje (Obando et al., 2023).

Asunción (2019) pautas tres elementos que no pueden faltar a la hora de llevar a la práctica una metodología activa, en este caso, el ABP. Estos son; en primer lugar, un escenario, que corresponde con el lugar donde se impartirán los contenidos programados, el cual no tiene que estar relacionado con un aula, puede ser cualquier espacio posible; en segundo lugar, los actores, que son aquellas personas que formarán parte del proceso educativo (alumnos y docentes, principalmente); y, para concluir, una realidad que afrontar, la cual se utilizará para plantear la investigación a realizar. En torno a estos tres elementos, se extraen algunos otros a tener en cuenta a la hora de llevar a cabo esta metodología en un aula de Educación Primaria.

- Botella y Ramos (2019) establecen al principal elemento en las metodologías activas, independientemente de cuál sea esta, al alumno, ya que él tiene el rol principal entorno al cual gira todo el aprendizaje. Boss y Krauss (2014) determinan que el alumno puede generar conocimiento nuevo a través de actividades reflexivas planteadas alrededor de la pregunta inicial y su investigación. Además, mediante esta toma de decisiones el sujeto mejora su motivación en su aprendizaje y se incrementa su autonomía, ya que es el responsable de su propia formación.
- El aprendizaje constructivo que los alumnos crean implicándose de lleno en el desarrollo del proyecto, incrementándose de esta manera su motivación.
- Para la correcta puesta en marcha de esta metodología, el trabajo en equipo es fundamental para alcanzar los objetivos establecidos.
- El empleo de una visión compleja de la realidad, debido a que se tienen en cuenta diferentes disciplinas de la vida del ser humano. Por lo que una visión globalizada de la cotidianeidad es el principal objetivo a alcanzar por el ABP. De esta manera se conseguirá proporcionar una educación más sensible y humana al alumnado.

- Por último, se tendrá opción de integrar las Tecnologías de Relación, Información y Comunicación (TRICs) y, por consecuente, se fomentará el pensamiento crítico.

Los principales beneficios que los profesionales atribuyen al ABP ponen como objetivo al alumno, relacionándose con la “adquisición de competencias”, “mejora de la motivación y de la participación” y “mejora del aprendizaje”. Además, también son remarcables los siguientes ítems: inclusión de los alumnos con algunas Necesidades Educativas Especiales (NEE), alumnado como protagonista de su proceso de enseñanza y por consecuente, un incremento de involucración y una mejora de rendimiento académico y, por último, un mayor autorreconocimiento del trabajo realizado (Roig-Vila, 2016).

También Asunción (2019) recoge, además, los siguientes beneficios: se procura una formación integral del alumno, donde, de manera interdisciplinar comprenda los diferentes aspectos de la vida diaria, se acaba con la enseñanza tradicional basada en la clase magistral y, para concluir, se desarrolla el aprendizaje implementando las TRICs.

Se recuerda que estas metodologías no hacen al profesor prescindir de su labor docente, él deberá actuar como guía a la hora de desarrollar las actividades previamente programadas, adecuar los espacios en los que se va a llevar a cabo en proyecto, una buena planificación y organización del trabajo, realizar reuniones previas con el resto del equipo del profesorado para proporcionar mayor cobertura a los alumnos y hacer de ello un aprendizaje más fructífero y, por último, entre otras cosas, concretar objetivos, establecer tiempos y estructurar tareas.

Para conocer las limitaciones a las que se enfrenta esta metodología activa, se ha optado por una recogida de datos de carácter cualitativo con el fin de conocer las concepciones de los profesores de una forma abierta sobre el potencial que atribuyen al ABP (Roig-Vila, 2016).

En las diferentes encuestas realizadas por Gómez-Pablos et al. (2016) a docentes se recogen los siguientes argumentos por los cuales esta metodología, junto a otras metodologías activas,

no es de las más empleadas en los centros educativos. En primer lugar, la falta de oportunidades que tiene el alumno al no abarcar todos los contenidos reflejados en el currículo, en segundo lugar, la falta de flexibilidad que los docentes plantean respecto al currículo, donde sienten que los libros son un obstáculo en lugar de un medio de transmisión de contenidos y, en tercer y último lugar, los factores de la ratio y la alta carga del docente, afectan al tiempo que este puede dedicarle a la innovación y a la reestructuración de ciertos bloques de contenidos.

Noain y Belda (2011) confirman que todas estas limitaciones se pueden suplir en el caso de que haya un buen trabajo previo por parte del docente, organizando bien el tiempo para alcanzar los objetivos planteados.

#### **2.4 Efectividad del uso de Aprendizaje Basado en Proyectos en Educación Física**

La evolución de la educación provoca que sean necesarias aplicar nuevas metodologías de aprendizaje, donde, como se habla anteriormente, sea el alumno el principal responsable de su propio aprendizaje. Para ello, surgen diferentes metodologías entre las que destaca ABP, la cual favorece al alumno al aplicarla en las diferentes materias, en concreto, en el ámbito deportivo. En la revisión realizada por Moya-Mata (2019) se realizó una propuesta de intervención anual, en la que se intervino desde el bloque correspondiente a “juegos y deportes”. En ella destacó la interdisciplinariedad, principalmente, en Educación Artística y en competencia digital, ya que de esta manera se fomenta la autonomía del alumno, y por consiguiente, su motivación. En base a los resultados obtenidos, se puede defender la idea de que los docentes valoran, cada vez más, la metodología ABP como una buena herramienta educativa para llevarla a cabo en la asignatura de Educación Física.

Se recoge relevante información en la revisión que Aranda y Monleón (2016) realizaron. Esta trata la importancia de la motivación de los alumnos para un mejor alcance de los objetivos establecidos de manera previa. Para fomentar la implicación del alumnado se emplearán en el

aula metodologías activas, más concretamente, el ABP. Los resultados que recoge esta revisión fueron obtenidos del trabajo posterior de los datos recogidos por una encuesta relacionada con la tipología de las diferentes actividades de una Unidad Didáctica. Con el fin de obtener buenos resultados concisos, se dividió al grupo en dos, uno de ellos sumergido en el ABP y otro de ellos regido por un aprendizaje tradicional. Una vez finalizada la intervención, se valoró que el grado de la adquisición de los contenidos curriculares aumenta en un 57% si son impartidos mediante metodologías activas como el ABP.

Como estos casos, hay bastantes más ejemplos sobre como el alumno se esforzará más en mejorar si su involucración depende de él mismo, que si un docente se encarga de guiar al grupo (Johnson y Johnson, 2015)

En adicción y, según Frola y Velásquez (2011), es relevante establecer un tiempo al final de cada sesión donde se reflexione a cerca del trabajo que se ha realizado. En la mayoría de las sesiones se pondrá como punto de partida el momento inicial del proyecto, donde se les acerca, de nuevo, a los objetivos planteados y a los contenidos que se tienen que desarrollar. También se reflexionará sobre las dificultades encontradas en esa sesión y las capacidades que han adquirido durante el tiempo de trabajo en grupo.

Otro de los puntos importantes a tratar por Martín (2016), es, como se ha mencionado en el párrafo anterior, el trabajo cooperativo. La educación física tiende a trabajarse de forma individual, exceptuando los deportes colectivos, que, aun así, presentan gran parte de individualidad en la mayoría de los ejercicios realizados durante las horas lectivas de la asignatura. Sin embargo, es relevante que todos los miembros que forman la comunidad docente, se impliquen en el desarrollo del proyecto, independientemente de sus capacidades personales.

Calvo-Zabala (2012) explica que la metodología ABP permite dinamizar las clases de Educación Física y avanzar los contenidos correspondientes a cualquier otra materia impartida en el curso que se lleva a cabo.

López (2014) organizó un proyecto denominado “Factoría de deportes”, en el que el objetivo era que los alumnos inventasen un deporte inclusivo en el que pudiera participar el mayor número de personas independientemente de sus habilidades motrices. El autor de esta dinámica explica los pasos que marcó para llevarla a cabo, y establece el siguiente orden. Primeramente, explica a los alumnos el contenido que se va a desarrollar tratando de incentivar su motivación y su curiosidad. Acto seguido, enmarca la tarea en un contenido concreto y pauta unos objetivos que el alumnado debe conocer. Por último, Cassany (2021) establece que el docente expondrá los criterios de evaluación y la herramienta que se utilizará para evaluar el mismo. Una vez marcado este inicio del proyecto, los alumnos podrán ponerse manos a la obra con su deporte.

Durante el desarrollo del proyecto, el docente no queda apartado del proceso de enseñanza-aprendizaje, es más, es una figura esencial ya que debe supervisar que todo el grupo se dirija, de forma correcta, a cumplir los objetivos establecidos (Trujillo, 2015). El docente actuará como apoyo de aprendizaje de carácter constructivo y significativo. También, deberá ir informando a los alumnos de la temporalización del proyecto, los recursos disponibles y la finalidad que tiene la tarea que están realizando. En este enfoque metodológico es importante que el alumno sea consciente de lo que trabaja en cada momento (López, 2014).

Otro de los avances que permite el ABP, tal y como del Valle y Sastre (2018) defienden, es la introducción de la interdisciplinariedad, es decir, disponer de la ayuda de contenidos de diferentes áreas para conseguir concluir de forma óptima cada tarea establecida. Esta medida ayudará a los alumnos más adelantados a emplear contenidos adquiridos de otras asignaturas y, a los alumnos más tardíos, a reforzar aquellos contenidos no alcanzados de forma más lúdica y dinámica (López, 2014). De esta manera y, de manera implícita, se convierte en una forma

esencial de promover la participación y la integración. Todos los participantes pueden comprender las soluciones, aunque la competencia motriz no este desarrollada de la misma manera en cada uno de ellos. Se promueve el saber hacer por encima del saber ejecutar.

En el caso de la propuesta planteada por López (2014) se tendrá que tener en cuenta que, para la realización de la actividad, los alumnos tienen que tener adquiridas las habilidades motrices básicas, ya que cualquier deporte requerirá de la utilización de alguna de ellas. Si no las tiene desarrolladas, se tendrá que replantear, de tal forma, que se pueda realizar sin dificultad. En este punto es donde se encuentra la labor esencial del docente para asegurar el éxito del proyecto.

### **3. Objetivos**

El presente artículo pretende recabar información, sintetizar e integrar todos los trabajos publicados en las bases de datos de Google Scholar, Scopus, Dialnet y PubMed sobre diferentes propuestas didácticas basadas en ABP en Educación Física en los últimos cinco años con el fin de conocer como se ha llevado a cabo la investigación.

Mediante esta revisión se pretende establecer el estado actual de conocimiento sobre la metodología ABP empleada en educación física y, además, facilitar así la comprensión de las metodologías activas, empleándolas como herramienta dentro del aula (Muntaner-Guasp et al., 2022). La intención no es otra que fomentar el uso de las metodologías activas, extrayendo de ellas todos los recursos que estas ofrecen. Así mismo, se pretenden evitar posibles errores que se produzcan durante su desarrollo (Corrales et al., 2022).

Al plantear estos objetivos, se pretende facilitar información a profesionales de la docencia de la Educación Física con la meta de mejorar la calidad de la educación proporcionada a los alumnos.

#### **4. Metodología empleada en la investigación**

El trabajo de investigación ha sido realizado analizando diferentes fuentes de información, siguiendo el tema principal del mismo, la aplicación de metodologías activas en el área de educación física, concretamente, el Aprendizaje Basado en Proyectos (ABP). Para la selección de los documentos incluidos en la revisión, se han aplicado los siguientes filtros: trabajos relacionados con la educación física y la salud, escritos en castellano y en inglés, estudios de grupo único y de doble comparativo.

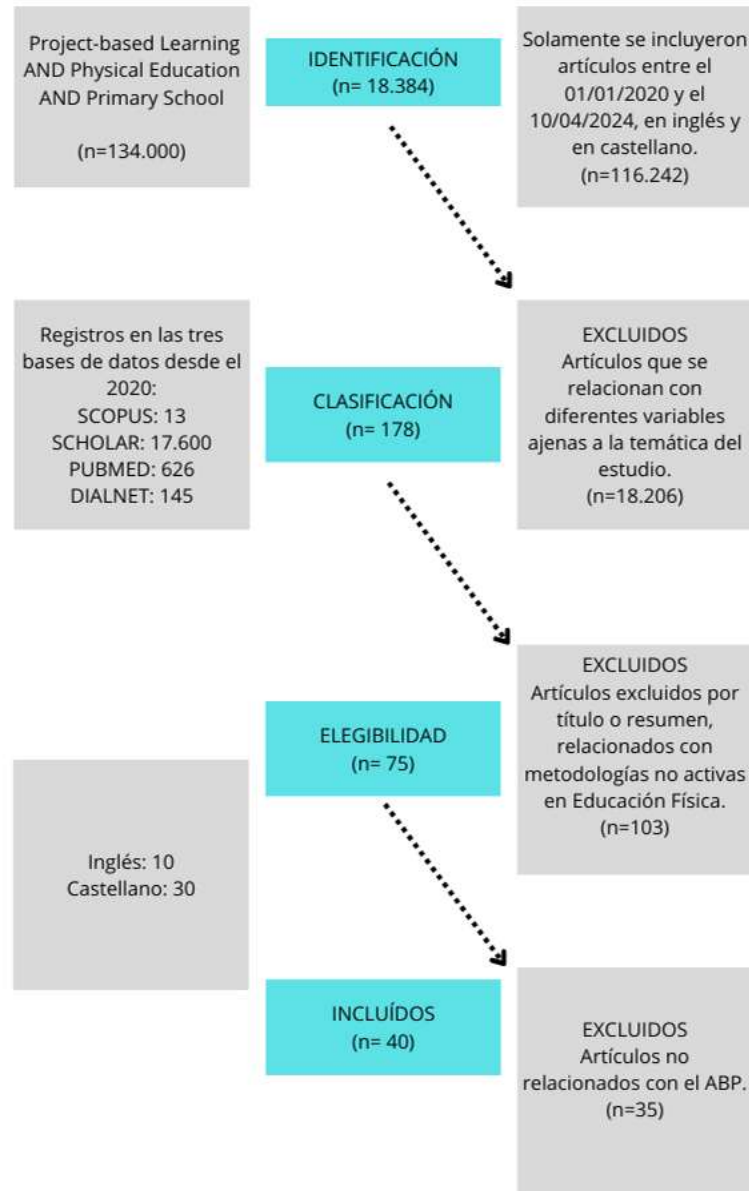
La revisión de documentos se realizó durante los meses de noviembre de 2023 a abril de 2024, en los buscadores de Google Scholar, Scopus, PubMed y Dialnet. Las expresiones utilizadas para la búsqueda se realizaron tanto en inglés, como en castellano. En inglés se formuló de la siguiente manera: “Project-Based Learning” AND “physical education” AND “primary school”. Estas proporcionaron 17.600 resultados en Google Scholar, 13 en Scopus. En Dialnet, los resultados obtenidos fueron 145, mientras que en PubMed se obtuvieron 626 resultados. Como filtros se establecieron que los conceptos debían aparecer tanto en el título como en el resumen, además se estableció primeramente un filtro que seleccionaba los artículos publicados en los últimos cinco años, pero debido a la magnitud de los resultados, se redujo a los publicados en el año 2024. Este último filtro solo pudo ser aplicado en Google Scholar, ya que en los otros buscadores o bien no se podía editar la búsqueda, o no existían resultados con los patrones de búsqueda establecidos.

De la misma manera se expresaron las siguientes premisas en castellano: “Aprendizaje Basado en Proyectos” Y “educación física” Y “Educación Primaria”. En este caso, propiciaron 16.100 resultados en Google Scholar, 124 resultados en Dialnet. Scopus y PubMed no proporcionaron resultados, con los mismos filtros, en castellano.



Para realizar la búsqueda se utilizaron los siguientes motivos de exclusión, en primer lugar, solamente se incluyeron los publicados en los últimos cuatro años, de esta manera el número de artículos se redujo considerablemente. En segundo lugar, se seleccionaron únicamente aquellos estudios que tuvieran habilitado el acceso directo al abstract. Para reducir aun más los resultados obtenidos, se excluyeron aquellos que, por título o resumen, no trataban de las metodologías activas en educación física y, por último, se descartaron aquellos que no aportaban información sobre el Aprendizaje Basado en Proyectos.

Al igual que se explican los criterios de inclusión, se justificará también el motivo de la inclusión de los artículos plasmados en el trabajo. Primeramente, se seleccionaron los artículos publicados a partir de enero de 2020, en inglés y en castellano (título, abstract y palabras clave). Los documentos incluidos están realizados mediante un enfoque cualitativo, cuantitativo (experimental o cuasi-experimental) o con un diseño mixto. Se incluyen también estudios relacionados con el modelo híbrido metodológico dentro de la educación física. Por último, se seleccionan aquellos que estén relacionados con las metodologías activas, en concreto ABP, en Educación Primaria.



**Figura 1.** Diagrama de flujo

Para la selección y clasificación de los artículos, libros y revistas visitadas se tuvieron en cuenta datos bibliográficos como la fecha de publicación, el título, el idioma en el que se redactó y el número de citas en las que se han basado para producirlo. Con el objetivo de clarificar el proceso metodológico de la investigación, se recoge a continuación, la tabla de criterios que se han seguido para llevarla a cabo.

**Tabla 1.** Criterios de inclusión y de exclusión

Criterios de inclusión	Criterios de exclusión
Estudios cualitativos, cuantitativos (observacionales o experimentales) o formatos mixtos basados en metodologías activas, en concreto ABP.	Estudios que no tienen permitido el acceso al resumen.
Documentos que recojan el ABP en educación física, incluyendo modelos híbridos o combinando otras metodologías activas con el ABP.	Documentos que tratan el ABP sin incluir la metodología en la educación física.
Estudios que incluyen ABP en cualquier etapa educativa: Educación Primaria o Educación Secundaria.	Trabajos sobre la educación física que no mencionan la aplicación de ABP.
Trabajos publicados desde el 01/01 del 2020, escritos en castellano y en inglés (introducción, resumen y palabras clave).	Estudios duplicados.

## 5. Resultados

Con el fin de recoger la información principal extraída de las fuentes visitadas para redactar este trabajo, se muestran a continuación algunas de las investigaciones empleadas para el desarrollo del mismo. Es relevante comentar que no todos los artículos presentes en este proyecto aparecen reflejados, debido a dos motivos. El primero de ellos es que en la gran parte de documentos recogidos en la bibliografía era tarea imposible extraer los datos que la tabla refleja y, en segundo lugar, se han recogido los más relevantes, es decir, de los que se ha obtenido la mayor parte de la información.

Además, se reflejan aquellos posteriores a 2020, principalmente, porque son de los que se ha extraído, prácticamente, la mayor parte de información presente en este documento. Únicamente, es necesario añadir un documento publicado en diciembre de 2019, que ha sido incluido por su proximidad al año de corte, igualmente es de gran interés la información que recoge, por lo que se ha considerado que debería quedar reflejado en este apartado.

Presentes en este trabajo, hay ciertos documentos posteriores a 2020 que no se han añadido en la tabla de resultados por el principal motivo de ser documentos con información, dificultando así la obtención de datos necesarios para este apartado.

**Tabla 2.** Resultados

Autor y año de publicación	Muestra	Tipo de investigación	Variables	Intervención	Resultados	Conclusiones
Bores-García et al. (2020)	Ocho docentes de Educación Física de Educación Primaria y Educación Secundaria	Investigación cualitativa	Contenidos y temporalización, evaluación, organización y motivación.	Para la recogida de los datos se han realizado entrevistas semiestructuradas a docentes Educación Primaria y un grupo de discusión a docentes de Educación Secundaria.	Los contenidos que se llevan a cabo en la práctica y el tiempo en el que se realizan durante el curso escolar están mediados por los espacios.	La influencia que los espacios físicos tienen en una gran variedad de elementos propios del proceso de enseñanza-aprendizaje tales como la selección de contenidos y su temporalización, la evaluación, la organización y el control de la clase y la motivación del alumnado.
Corrales et al. (2022)	139 docentes de todas las etapas educativas.	Análisis cuantitativo.	Como variables se establecen las habilidades del docente en función de las cuales se organizará la propuesta.  Conocimientos de contenido, conocimientos metodológicos dominio de tics, trabajo en equipo, control de disciplina y	Recopilación de información a través de un cuestionario elaborado ad hoc, con cuestiones en escala Likert 1-5	Cambio de rol docente en estas experiencias didácticas, caracterizado por una actitud mediadora, observadora y controladora.	Se constata un rol de planificador de la experiencia didáctica, en el que el docente desempeña un papel secundario, pero absolutamente necesario.

medidas disciplinarias.						
De Bruijn et al. (2022)	891 alumnos de primaria (edad media = 9,2 años).	Investigación cualitativa y un diseño experimental.	Las variables son motivación, rendimiento académico, predictores de motivación el nivel de intensidad de la actividad física, género, nivel socioeconómico y competencias físicas.	Se midieron los niveles de actividad física (usando acelerómetros) y la motivación de educación física (inventario de motivación intrínseca). El rendimiento académico en lectura, matemáticas y ortografía se midió con pruebas estandarizadas.	Importancia de utilizar no sólo la actividad física de moderada a vigorosa (MVPA) como medida de la intensidad de la actividad física, sino también la actividad física de intensidad ligera (LPA).	Los niños que realizan actividad física y que obtienen mejores resultados académicos generalmente parecen estar más motivados para la educación física.  Esto sugiere que los niveles de intensidad de la actividad física y la motivación en la educación física están vinculados bidireccionalmente.
Espada y Pineño (2020)	35 profesores de Educación Física.	Investigación de carácter no experimental, seccional o transversal, cuantitativo y de tipo descriptivo.	Las variables son: titularidad del centro, edad, sexo y años de experiencia docente.	Se realizan encuestas cara a cara.  Para realizar el análisis estadístico de los datos se recurrió al programa SPSS v.20.0.	Los estilos de enseñanza preferidos fueron, los tradicionales seguidos de los cognitivos, individualizadores, participativos y socializadores y por último, los creativos.	El estilo tradicional es el preferido independientemente de la titularidad del centro educativo, la edad y sexo de los docentes o los años de experiencia.
Founaud y González-Audicana (2020).	60 alumnos de 4º de Educación Primaria.	Investigación cuantitativa.	Dominio de acción, sexo, emociones positivas, emociones negativas y emociones neutras.	Antes de la intervención se realizó un cuestionario (GES).  Tres sesiones (cooperación, dominio	Las emociones positivas aparecen siempre que hay juego. En los de cooperación es mayor que en los de oposición pura. Las	Los juegos motores provocan reacciones en los alumnos, generalmente positivas. Los juegos que lleven implícita oposición suscitarán

				psicomotor y oposición). Por último, se procedió al filtrado de los datos.	emociones neutras son el segundo tipo más relevante durante la práctica.	emociones negativas, aunque en menor medida. El sexo no es un factor determinante.
García (2019)	Grupo de alumnos y alumnas de tercero de Educación Primaria.	Propuesta de intervención.	Se tendrá en cuenta: los principios metodológicos de la etapa y las orientaciones del área de Educación Física, los estilos de enseñanza, el tipo de modelo de sesión y la atención a la diversidad.	La propuesta de intervención se llevará a cabo a lo largo de seis sesiones en el curso de 3º de Primaria, durante una sesión de una hora.	La motivación promovida por la ambientación ha sido clave en el desarrollo de la propuesta y, con ello, el cambio de visión por parte del alumnado de las actividades de cooperación en el área de Educación Física.	Este tipo de propuestas son funcionales y aplicables a las clases de Educación Física; dejando a un lado la concepción de metodologías activas y participativas como una mera novedad que no tiene resultados evidentes en la realidad escolar.
López (2014)	Grupo de alumnos de 3º de la ESO.	Propuesta de intervención.		El enfoque metodológico tiene como base el aprendizaje basado en proyectos (ABP) y elementos de "Clase invertida" o "Flipped Classroom". Se desarrollará durante 16 sesiones.	Se creó a la perfección la táctica y un deporte de equipo trabajando, en grupo, sobre las metodologías anteriormente mencionadas.	Se creó un decálogo de buenas conductas en un deporte de equipo.
Marques et al. (2023)	764 profesores de educación física con una mediana de edad de 48,2 años.	Investigación cuantitativa con diseño transversal.	Las variables fueron frecuencia, duración e intensidad de la actividad física para alcanzar el nivel recomendado diario.	Se realizó una encuesta en línea entre febrero y marzo de 2019. La selección se eligió de manera no sistemática, por lo que se pueden introducir sesgos potenciales en	Los resultados indicaron que sólo el 7,5% (IC del 95%: 5,6, 9,3) de los profesores conocían todas las recomendaciones para	Es preocupante que los profesores de educación física generalmente carezcan de conocimientos sobre el cumplimiento de las recomendaciones de

				los resultados y limitar la generalización de los hallazgos.	la práctica de la actividad física.	salud para la actividad física por parte de los niños.
Muntaner-Guasp et al. (2022)	Ocho maestros y maestras de primaria de diferentes escuelas de Mallorca.	Estudio explicativo de corte cualitativo		Se realizaron seis sesiones de grupo de discusión para la recogida de la información, posteriormente se efectuó un análisis, mediante el software de análisis de datos NVIVO, a partir del método deductivo.	Las metodologías activas pueden ser inclusivas si atienden a determinados factores tales como la necesidad de una presencia física y emocional, la participación, la comunicación y el desarrollo del individuo.	Se destaca el rol docente y su intervención como elementos clave de las buenas prácticas inclusivas en los centros escolares.
Sotos-Martínez, et al. (2023)	72 alumnos de 9 a 11 años.	Investigación cuantitativa.	Motivación intrínseca, motivación reconocida, regulación interna, regulación externa y falta de motivación.	Antes de la intervención se realizó un cuestionario (CMEF-EP). Durante seis semanas (diez sesiones) se llevó a cabo la intervención.	Se produjo un aumento en la motivación intrínseca en el grupo experimental en comparación con el grupo control. Sin embargo, no hubo cambios en la motivación extrínseca y la desmotivación en el grupo experimental, como se esperaba de estudios anteriores.	Una propuesta basada en ABP en alumnos de Educación Física de educación primaria puede mejorar la motivación de los estudiantes, especialmente la regulación intrínseca.
Villar (2022)	Población de Educación Primaria, Secundaria y Bachillerato.	Propuesta de intervención.	Práctica deportiva, tiempo libre y organización.	Se dividieron diferentes fases: Fase 0: problemas y deficiencias.	La propuesta de innovación educativa cumple con los objetivos previstos y resulta eficaz.	Esta propuesta clarifica la importancia y características del deporte colectivo de invasión y aportando



---

Fase 1: análisis de  
contenidos.

Fase 2: diseño de la  
metodología  
innovadora.

---

una manera de  
trabajarlo en las aulas  
de forma holística y  
respetando su  
naturaleza.

## 6. Discusión

Tras la realización de la investigación que pone nombre al trabajo, se ha logrado alcanzar los objetivos planteados inicialmente. Gracias al cómputo de información y documentación recogida en diferentes bases de datos se ha logrado conocer el estado actual de conocimiento de la metodología ABP en educación física, sus diferentes aplicaciones y los puntos fuertes, así como los errores que se puedan llegar a producir durante su desarrollo. Otro de los objetivos secundarios del trabajo era mejorar la calidad de la educación proporcionando, al equipo docente, recursos para, junto a las familias, ir trazando el camino adecuado para lograr el desarrollo integral del individuo escolarizado (Castro, 2009).

El docente tendrá en su mano herramientas para lograr que el alumno mejore tanto su comprensión, como asimilación de contenidos mediante un trabajo cooperativo, en el cual, tal y como Villar (2022) asegura, también se incrementará su nivel de motivación e inclusión frente a la actividad que se lleve a cabo. Llevando esta idea al área de la educación física, favorecerá a la realización y desarrollo de la habilidad motriz del alumno, independientemente de su edad. De esta manera, aquellos alumnos que no han tenido un contacto cercano con la práctica deportiva se podrán sentir partícipes y válidos en la práctica de este tipo de actividad. Mediante las metodologías activas que promuevan el trabajo cooperativo se puede afirmar, según el estudio realizado por Muntaner (2022), que su aplicación es beneficiosa en entornos en los que sea necesario fomentar la inclusión.

Estas metodologías activas serán inclusivas siempre y cuando atiendan a la necesidad de una persona vinculada al aula, a su participación y comunicación dentro de ella y, por último, el desarrollo íntegro de su aprendizaje y de su habilidad motora (Muntaner, 2022). Los encargados de realizar este proceso en las metodologías activas son los alumnos, ya que el papel docente queda relevado del papel protagonista, recibiendo uno más secundario. Además

de esto, estas metodologías hacen la vivencia de la actividad bastante más experiencial, por lo que suscitan emociones y sentimientos diferentes a los que el docente puede generar en una clase magistral, siendo los más predominantes miedo, alegría, satisfacción y orgullo (Corrales, 2022). Según Parlebas (2008), la acción motriz es moldeada por las emociones y sentimientos, por lo que ser conscientes de lo que la práctica de la educación física suscita en los alumnos, ayuda a conocerlos en profundidad. Si estas emociones son positivas, vincularán fuertemente al alumno con la práctica de ese deporte. Si, por el contrario, las sensaciones son negativas, se irán introduciendo modificaciones de la sesión hasta que la práctica sea auténtica (Founaud, 2020).

Para el área de Educación Física existen herramientas que ayudan a los docentes a alcanzar objetivos y a llegar a la diversidad de estudiantes que el aula. Espada y Pineño (2020) nombran a estas herramientas estilos de aprendizaje. Los 35 docentes de Educación Física, sometidos el estudio realizado por Espada y Pineño (2020), establecen los siguientes estilos de enseñanza como los más empleados, siendo estos los tradicionales, los cognitivos, los creativos, los participativos, entre otros. Es relevante conocer que entre ellos trabajan de forma conjunta, ya que una combinación de dos o más estilos suscitará diferentes emociones y sentimientos positivos, lo que hará que la práctica deportiva sea más inclusiva y, al mismo tiempo, provechosa.

García (2019) demuestra en su propuesta de intervención cómo la motivación, promovida por el proyecto que se ha llevado a cabo, se incrementa en el área de Educación Física. El empleo de diferentes estilos de aprendizaje, regidos dentro de una metodología activa, como el ABP, hace a los alumnos involucrarse en la experiencia, llegando a los conocimientos por sus propios méritos. Este factor es el que se pretende perseguir al emplear estas nuevas herramientas, dejando a un lado la idea de que las metodologías activas no reflejan resultados evidentes en esta área.

En el proceso de enseñanza-aprendizaje de la educación física, aplicando metodologías activas como el ABP, intervienen ciertos factores que lo condicionan.

Conde (2010) establece, para comenzar, que el docente es el principal factor que condiciona este proceso. La comunicación entre el equipo docente y la importancia que estos le dan a la educación física, siendo esto imprescindible a la hora de llevar a cabo programas interdisciplinarios. Para llevar a cabo una programación regida con metodologías activas, se necesita una colaboración conjunta de las materias para lograr extraer el máximo partido a este recurso. Si este primer paso está logrado, se podrá trabajar de manera interdisciplinar dentro del aula, ayudando a los alumnos a trabajar de forma sencilla y amena para adquirir contenidos.

En segundo lugar, según Bores-García et al. (2020), las condiciones físicas subordinan a la selección y temporalización de los contenidos y, por consiguiente, a la motivación del alumnado, entre otros. Cuando los alumnos no se sientan cómodos con alguno de los factores que afectan a la idea anterior, la motivación descenderá favorablemente. Un ejemplo sería unas condiciones climáticas desfavorables, como por ejemplo bajas o altas temperaturas. Esto provocará que los alumnos no realicen la acción deportiva correspondiente de la mejor forma que puedan.

Frente a estos factores solo queda que el equipo docente sea consciente de su papel a la hora de contribuir al desarrollo de la actividad física por parte de los menores. Tendrá que organizar los contenidos para trabajar de manera implícita aquellos que sean transversales y, de esta manera, alcanzar la interdisciplinariedad (Marques, 2023).

Estas estrategias mejorarán los estilos de vida de los estudiantes (Marques, 2023), además de impulsar su desarrollo integral y la mejora significativa de su rendimiento académico debido a su implicación en cada una de las actividades (De Brujin, 2022). El estudio realizado por De Brujin (2022), refleja que los niños que realizan actividad física obtienen mejores resultados

académicos, debido al aumento de la actividad cerebral durante la práctica deportiva (Hillman et al., 2009). Además, incrementará el grado de motivación en la Educación Física y mejorar, así, su percepción emocional y el autoconocimiento (Sotos-Martínez).

Aportando una última idea, López (2014) concluye con la ventaja principal de la puesta en práctica de las metodologías activas, en concreto de la metodología ABP, incrementa la motivación, ayudando así a la adquisición de los contenidos de una forma más dinámica, acrecentando el grado de implicación del alumnado. De esta manera, se consigue que cada uno de los alumnos demuestre la comprensión y resolución de los problemas que esta metodología provoca. En consecuencia, lograrán un desarrollo integral de aquellos alumnos que se hayan sometido a una planificación realizada con la metodología ABP, independientemente de la calidad de la competencia motriz.

## **7. Conclusiones**

En este apartado se plantean las conclusiones más relevantes del presente estudio. En relación al primer objetivo relacionado con la recopilación, síntesis e integración de la información encontrada en las cuatro bases de datos empleadas, se muestra la reflexión de como el ABP es una metodología eficaz para incrementar la motivación en los alumnos de Educación Primaria, concretamente en el área de educación física, aunque también se ha plasmado en el trabajo que la actividad física mejora de manera implícita el rendimiento académico. Por ello se podría afirmar que el ABP en educación física favorece al rendimiento escolar del alumnado.

El segundo objetivo está relacionado con el estado actual del conocimiento del ABP en la educación física, comprendiendo las metodologías activas como herramienta para hacer llegar más fácilmente los contenidos al alumnado. Mediante esta revisión se ha comprobado las escasas propuestas de intervención que se han llevado a cabo con la metodología ABP, en este trabajo cinco escasas propuestas han sido recogidas para defender el objetivo principal. Esta

limitación conlleva a que las conclusiones obtenidas mayoritariamente vengan dadas por teóricos de la educación que defiendan estas teorías o por creencias de docentes.

## **8. Futuras líneas de investigación**

Las metodologías activas o participativas, en concreto el ABP, se enfrenta a la idea de que son un fin por si mismas, es decir, no está creada con ningún objetivo específico, por ello, no es efectiva en Educación Primaria, concretamente, en educación física. Sin embargo, la idea opuesta, es respaldada por una gran cantidad de autores y, consiste en que el ABP sirva de herramienta para conectar al alumno con sus intereses, trabajando en el camino diferentes contenidos de manera interdisciplinar.

Los estudios, resultados y propuestas de intervención llevadas a la práctica defendiendo estas metodologías, serán necesarias para defender la utilidad de las mismas. Por ello, en este trabajo se ha decidido recopilar gran parte de la bibliografía que defiende el ABP como medio didáctico.

Una posible línea de investigación futura sería revisar la bibliografía escrita en otras partes del mundo y establecer una comparativa entre los resultados que estas proporcionan. Realizar una propuesta de intervención estructurada con la metodología ABP, aplicable a diferentes colectivos sociales y en centros ubicados en diferentes territorios nacionales sería otra de las posibles líneas de investigación que se plantean en este trabajo.

## 9. Referencias bibliográficas

- Aguilar Cordero, M. J., Ortégón Piñero, A., Mur Villar, N., Sánchez García, J. C., García Verazaluce, J. J., García García, I., & Sánchez López, A. M. (2014). Programas de actividad física para reducir sobrepeso y obesidad en niños y adolescentes: revisión sistemática. *Nutrición hospitalaria*, 30 (4), 727-740.
- Andreu, M. D., & García, M. (2000, November). Actividades lúdicas en la enseñanza de LFE: el juego didáctico. *En I Conferencia Internacional de español para fines específicos* (pp. 121-125). [cvc.cervantes.es](http://cvc.cervantes.es)
- Aranda Mateu, P., & Monleón García, C. (2016). El aprendizaje basado en proyectos en el área de educación física. *Actividad física y deporte: ciencia y profesión*, (24), 53-66.
- Asunción, S. (2019). Active Methodologies: Tools for teacher empowerment. *Revista Internacional*, 19(1), 978-980-18-0441-3.
- Bailey, R. (2006). Physical education and sport in schools: A review of benefits and outcomes. *Journal of school health*, 76(8), 397-401, 1746-1561-2006-00132.
- Barrows, H. S. (1996). Problem based learning in medicine and beyond: A brief overview. *New directions for teaching and learning*, (68), 3-12. <https://doi.org/10.1002/tl.37219966804>.
- Blasco Mira, J. E., & Pérez Turpin, J. A. (2007). *Metodologías de investigación en educación física y deportes: ampliando horizontes*. Universidad de Alicante.
- Bores-García, D., Marín-Rojas, A. L., & Polo-Recuero, B. (2020). La influencia del espacio físico en el proceso de enseñanza-aprendizaje de la Educación Física. *Revista de Estilos de Aprendizaje / Journal of Learning Styles*, 13(25), 42-54. <https://doi.org/ISSN 1988-8996>

- Botella, A. M., & Ramos, P. (2019). Investigación-acción y aprendizaje basado en proyectos. *Perfiles Educativos*, XLI (núm. 163). ISSN 0185-2698
- Calderón, G. E. C. (2021). Las actividades lúdicas para el aprendizaje. *Polo del Conocimiento: Revista científico-profesional*, 6(4), 861-878.
- Calvo-Zabala, E. (2012). Propuesta de aplicación del aprendizaje basado en proyectos en educación primaria (Bachelor's thesis), <https://reunir.unir.net/handle/123456789/8011>.
- Campano, M., Di Menna, D., Dorato, M., Gabellini, M., Latorre, J., Romero, I. y Vincent, W. (2019). *Estrategias de enseñanza en la Educación Física*. [https://www.memoria.fahce.unlp.edu.ar/trab\\_eventos/ev.12791/ev.12791.pdf](https://www.memoria.fahce.unlp.edu.ar/trab_eventos/ev.12791/ev.12791.pdf)
- Cassany, D. (2021). *El arte de dar clase*. Anagrama.
- Castro, A. B. (2009). Familia y escuela los pilares de la educación. *Revista Innovación y experiencias educativas*, 14, 1-11.
- Conde de Caveda, J., Ramos, E. T., Vélez, D. C., & López, M. L. (2010). La concepción del profesorado sobre los factores que influyen en el tratamiento interdisciplinar de la Educación Física en Primaria. *Cultura, Ciencia y Deporte*, 5(13), 11-24. ISSN: 1696-5043.
- Corrales, M., Dávila, M, Cifuentes, M. y Izquierdo M. (2022). Cambio de rol docente y emociones identificadas en experiencias de escape room. *Tendencias Pedagógicas*, 39, 178-194. 10.15366/tp2022.39.014
- De Bruijn, A., De Greeff, J. W., Tamlali, T. Y., Oosterlaan, J., Smith, J. K., & Hartman, E. (2022). Objectively measured physical activity during primary school physical education predicts intrinsic motivation independently of academic achievement level. *British Journal of Educational Psychology*, 92(1), 2-23



- DECRETO 61/2022, de 13 de julio, del Consejo de Gobierno, por el que se establece para la Comunidad de Madrid la ordenación y el currículo de la etapa de Educación Primaria. (2022, 18 de julio). *Boletín Oficial de la Comunidad de Madrid*, número 169.
- Del Valle, Á. (2018). *El aprendizaje basado en problemas: una propuesta metodológica en educación superior*, (Vol. 18). Narcea Ediciones.
- Espada Mateos, M., & Pineño, P. J. (2020). Identificación de los estilos de enseñanza preferidos por los docentes de Educación Física en Educación Secundaria. *Revista De Estilos De Aprendizaje*, 13(25), 167–182. <https://doi.org/10.55777/rea.v13i25.1525>
- Española, C. (1978). Constitución española. *Boletín Oficial del Estado*, 311, 29313-29424.
- Founaud Cabeza, M. P., & González-Audicana, C. (2020). La vivencia emocional en los estudiantes de educación primaria en educación física (No. ART-2020-118858). *ISSN: 1989-6239*
- Frola, P., & Velásquez, J. (2011). Estrategias didácticas por competencias: Diseños eficientes de intervención pedagógica. México-CIECI. Recuperado de [secgral4.edu.mx](http://secgral4.edu.mx)
- García-González, L. (2021). Cómo motivar en educación física: Aplicaciones prácticas para el profesorado desde la evidencia científica (No. BOOK-2021-024). Servicio de Publicaciones. Universidad de Zaragoza. Recuperado de [zagan.unizar.es](http://zagan.unizar.es)
- García Sanz, E. (2019). Metodologías activas y participativas en Educación Física: una propuesta de intervención. Facultad de Educación de Segovia. Recuperado de <http://uvadoc.uva.es/handle/10324/34814>
- Gómez-Pablos, V. B., del Pozo, M. M., & Muñoz-Repiso, A. G. V. (2016). Aprendizaje Basado en Proyectos (ABP) incorporando las TIC: ventajas e inconvenientes desde la experiencia

- del profesorado en ejercicio. En Tecnología, innovación e investigación en los procesos de enseñanza-aprendizaje (pp. 105-113). Octaedro.
- Hillman, C. H., Pontifex, M. B., Raine, L. B., Castelli, D. M., Hall, E. E., & Kramer, A. F. (2009). The effect of acute treadmill walking on cognitive control and academic achievement in preadolescent children. *Neuroscience*, 159(3), 1044-1054.
- Johnson, D. W., & Johnson, R. T. (2015). La evaluación en el aprendizaje cooperativo. Ediciones SM España.
- Kokotsaki, D., Menzies, V., & Wiggins, A. (2016). Project-based learning: A review of the literature. *Improving Schools*, 19(3), 267-277.  
<https://doi.org/10.1177/1365480216659733>
- Larroya Pérez, A. (2015). Didáctica de la historia a través de la educación física: metodologías activas y significativas. Universidad de Zaragoza. Recuperado de [zaguan.unizar.es](http://zaguan.unizar.es)
- López, E. Á. R. y C. V. (2014). Guía didáctica - Educación Física con ABP en Secundaria: "Factoría de deportes". DOI (web): 10.4438/2695-4192\_PE\_2019\_847-19-122-0
- López, N. N. M. (2018). El aprendizaje basado en problemas para adquirir habilidades del pensamiento crítico en los estudiantes de tercer grado del Instituto Nacional Mixto de Educación Básica. *Glifos.upana.edu.gt*, 1-111.
- Martín Sainero, J. (2016). Desarrollo y mejora de la salud por medio de la Educación Física. *Publicaciones Didácticas*.
- Marques, A., Iglésias, B., Ramos, G. H. A., Gouveia, É. R., Ferrari, G., Martins, J., & Lagestad, P. A. (2023). Physical education teachers' knowledge of physical activity recommendations for health promotion in children and adolescents. *Scientific Reports*, 13(1). <https://doi.org/10.1038/s41598-023-48522-6>

- Méndez Urresta, E. M., Méndez Urresta, J. B., & Encalada Canacuán, R. A. (2019). El aprendizaje basado en problemas en la asignatura de didáctica de la Educación Física. *Conrado*, 15(67), 360-369. ISSN 1990-8644.
- Moya-Mata, I., & Peirats, J. (2019). Aprendizaje basado en Proyectos en Educación Física en Primaria, un estudio de revisión. *Reidocrea*, 8(2), 115-130. <http://hdl.handle.net/10481/58496>
- Mosston, M. (1999). *Los estilos de enseñanza*. Madrid: Stadium.
- Mosston, M., & Ashworth, S. (2023). *Teaching physical education* (1986).
- Muntaner-Guasp, J. J., Mut-Amengual, B., & Pinya-Medina, C. (2022). Las metodologías activas para la implementación de la educación inclusiva. *Revista Electrónica Educare*, 26(2), 85-105. ISSN 1409-4258.
- Noain, J. M. M., & Belda, I. G. (2011). *Docentes competentes: por una educación de calidad* (Vol. 10). Narcea Ediciones.
- Obando, D. (2023). *Beneficios del aprendizaje basado en problemas en la Educación Física. Revisión Sistemática. MENTOR, revista de investigación educativa y deportiva*, 2(5), 220-242.
- Parlebas, P. (2008). *Juegos, deporte y sociedades. Léxico de praxeología motriz* (Vol. 36). Editorial Paidotribo.
- Pastor, V. L., Martín, J. B., Aguado, R. M., Arribas, J. M., Bernardino, C. H., Pascual, M. G., & García, J. G. (2007). Trece años de evaluación compartida en Educación Física. *Revista Internacional de Medicina y Ciencias de la Actividad Física y del Deporte/International Journal of Medicine and Science of Physical Activity and Sport*, 7(26), 69-86.

- Rodríguez Torres, Á. F., Rodríguez Alvear, J. C., Guerrero Gallardo, H. I., Arias Moreno, E. R., Paredes Alvear, A. E., & Chávez Vaca, V. A. (2020). Beneficios de la actividad física para niños y adolescentes en el contexto escolar. *Revista Cubana de Medicina General Integral*, 36(2). ISSN 1561-3038.
- Roig-Vila, R. (2016). *Tecnología, innovación e investigación en los procesos de enseñanza-aprendizaje*. Barcelona: Editorial Octaedro.
- Romero-Chouza, Ó., Lago-Ballesteros, J., Toja-Reboredo, B., & González-Valeiro, M. (2020). Propósitos de la Educación Física en Educación Secundaria: revisión bibliográfica (Purposes of Physical Education in Secondary Education: a bibliographic review). *Retos*, 40, 305-316.
- Sastre, G. (2018). El aprendizaje basado en problemas (Vol. 235004). Editorial Gedisa.
- Sotos-Martinez, V. J., Tortosa-Martínez, J., Baena-Morales, S., & Ferriz-Valero, A. (2023). Boosting student's motivation through gamification in physical education. *Behavioral Sciences*, 13(2), 165. <https://doi.org/10.3390/bs13020165>
- Trujillo, F. (2015). Aprendizaje basado en proyectos. Infantil, Primaria y Secundaria. Ministerio de Educación. ID: 5433386.
- Villar Oller, C. (2022). Mejora de las Habilidades Cognitivas en Deportes Colectivos de Invasión a Través del Aprendizaje Cooperativo y Modelos Comprensivos con Material Manipulativo (Tesis de maestría, Facultad de Ciencias de la Salud y de la Educación). Recuperado de <http://hdl.handle.net/20.500.12226/1503>
- World Health Organization. (2024, 1 de marzo). Obesidad y sobrepeso. <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/obesity-and-overweight>