

Percepciones de los estudiantes sobre la relación entre la clase de Educación Física y la Convivencia Escolar

Students' perceptions about the relationship between Physical Education class and School Environment

Leidy N. Martin-Parra*, Claudia Cortés**

*Centro de Estudios para la Medición de la Actividad Física, Universidad Del Rosario

**Escuela de Ciencias Humanas, Universidad Del Rosario

Resumen

La clase de educación física (EF) es un espacio social que brinda experiencias de vida pues tiene un carácter formativo y pedagógico. Un aspecto importante de la EF es la formación en valores, el comportamiento prosocial y la construcción de herramientas para la resolución de conflictos. Este trabajo se pregunta por las percepciones de los estudiantes en torno a la relación entre las clases de EF y la convivencia escolar. Son pocos los estudios que relacionan la convivencia escolar y las clases de educación física, ya que la mayoría de estudios conciernen estas clases y los beneficios fisiológicos y/o cognitivos en los estudiantes. El objetivo del trabajo fue analizar las percepciones de los estudiantes sobre la clase de EF, la convivencia escolar y la relación que tiene estas dos. Se realizó estudio cualitativo que recopiló las percepciones de los estudiantes acerca del aprendizaje que tiene la clase de EF más allá del aspecto físico, el ambiente de convivencia dentro del salón de clase y la relación que tienen estos dos puntos. Se realizaron entrevistas en los grados sexto de un colegio privado de Bogotá. Se encontró que las clases de educación física pueden afectar de forma positiva la convivencia de los estudiantes a través del fortalecimiento de valores y herramientas para la resolución de conflictos de forma no violenta, por lo cual, promueve aspectos positivos que pueden llegar a proporcionar un ambiente óptimo de convivencia escolar.

Palabras clave: solución de conflictos, actividades lúdico-recreativas, valores, percepciones.

Abstract

Physical and Education class (P.E. class) is a social space that provides life experiences, since it has a formative and educational character. Few studies link school environment and P.E. classes, considering most studies relate these classes with physiological and/or cognitive benefits in students. An important look about P.E. class is the values 'formation, pro-social

behavior and tool's construction to conflict resolution. This work ask about the student's perceptions about the relationship between P.E. Class and school environment. There are a lack of studies relating school environment and P.E. Classes, since most studies concern these classes and the physiological and/or cognitive benefits for students. The objective of the work was to analyze the perceptions of the students about the PE class, school environment and the relation of these two have. A qualitative study was carried out that compiled the students' perceptions about the learning that the P.E. class has beyond the physical, the atmosphere of coexistence in the classroom and the relationship that these two points. Interviews were made in sixth grade of a Bogotá private school. It was found that physical and education classes can positively affect the coexistence of students by strengthening values and tools for conflict resolution in a non-violent way, so it promotes positive aspects that can promote an optimal school environment.

Keywords: conflict resolution, recreational activities, values, perceptions.

Introducción

Existe la presencia de un factor importante que contribuye de forma positiva y negativa el rendimiento académico y el desarrollo integral de los estudiantes en el ámbito educativo, este es, la convivencia escolar. El concepto convivencia escolar fue utilizado en 1990 por profesionales inmersos en la educación cuando se hacía referencia a los cuatro pilares que la UNESCO estableció en los centros educativos para la construcción de educación de calidad (UNESCO, 2005; Salces, 2016). Debido al aumento de la diversidad social y fenómeno migratorio se empezó a hablar de convivencia escolar en los centros de educación de Madrid, (Esperanza, 2001; Gallardo, 2009; Touriñan, 2005) y posteriormente se difundió a los centros educativos de España y Latinoamérica (Del Rey, Casas y Ortega, 2017), en respuesta a la necesidad de mitigar la creciente problemática que se presentaba en los centros educativos y que afectaba la coexistencia en este espacio (Chaux, 2012).

Este trabajo define la convivencia escolar como la construcción de un espacio armónico, en el cual las necesidades y los intereses de los involucrados son esenciales para el desarrollo de una coexistencia pacífica, para el cumplimiento de los objetivos educativos integrales en el estudiantado (Chaux, 2012; Ley N° 1620, 2013; Ramírez y Justicia, 2006). Existen aspectos que modifican el constructo convivencia escolar. Características como el entorno familiar, el profesorado, los estudiantes, las relaciones entre pares y las autoridades, las experiencias previas, la cultura local, entre otros, modifican las percepciones de los individuos involucrados (Del Rey et al., 2017). Otro aspecto importante inmerso en la convivencia dentro de los colegios son los fenómenos del acoso escolar, la violencia entre estudiantes, la pérdida de la autoridad por parte de los docentes, la crisis de valores en niños y adolescentes, entre otros (Cuevas, 2006). Existe una creciente preocupación sobre los conflictos que se observan en el entorno educativo. Problemas como la agresividad, resolución ineficaz de conflictos, indisciplina, problemas en la socialización, no acatar instrucciones o normas, violencia, entre otras, se pueden presentar en la convivencia escolar (Palomino & Paz, 2010).

No obstante, las problemáticas de convivencia escolar mencionadas anteriormente pueden llegar a modificarse a través de espacios como la clase de EF, espacios educativos

que pueden llegar a favorecer interacciones armónicas en lo social, lo cual genera un bienestar en la población estudiantil o hábitos de vida saludable (Díaz & Muñoz, 2013). En este marco la salud se entiende como un proceso social que incluye los determinantes, las determinaciones y las interacciones entre las personas en diferentes ambientes y contextos donde el ser humano vive (Quevedo, 2012). La UNESCO (2015) utiliza el término educación física de calidad para hacer referencia a la promoción de experiencias significativas que permiten contribuir aptitudes comunicativas, cumplimiento de reglas estructuradas, comportamiento prosocial, respeto, entre otros. Esta organización reconoce que las clases de educación física pueden considerarse como un espacio social que, a través de la participación, brinda experiencias de vida que contribuyen a la mejora de la calidad de vida (Abarca-Sos, Murillo, Clemente, Zaragoza, & Genérel, 2015). Así, la clase de educación física (EF) es un espacio propicio dentro de las instituciones educativas para el desarrollo de las habilidades motrices, la promoción de la actividad física y la mejora de la calidad de vida en la población estudiantil (Pérez & Devís, 2003; Abarca-Sos, Murillo, Clemente, Zaragoza, & Genérel, 2015). Un Ejemplo de esto es el estudio de Coe et al. (2006), reportaron que los estudiantes que participaban energicamente en actividades físicas vigorosas dentro de la clase de educación física lograban notas altas en los periodos académicos. Adicionalmente, Carlson et al. (2008) señalaron que un estudio que, a mayor tiempo en clase de educación física, el rendimiento académico era superior en los estudiantes de preescolar y primaria.

Por lo tanto, estas clases tienen un carácter pedagógico y pueden llegar a tener un valor agregado dentro de las instituciones educativas (Almonacid, 2012). Así, este ambiente debe verse más allá del acondicionamiento físico; ya que no solo es un lugar que promueve de forma directa o indirecta la actividad física (Abarca-Sos, Murillo Pardo, Julián Clemente, Zaragoza Casterad, & Generele Lanaspá, 2015), pues como menciona Castro-Pérez y Morales-Ramírez (2015) es “un ambiente que enseña por sí mismo” (p.2). A partir de estos elementos, este estudio se pregunta por las relaciones entre las clases de educación físicas y la convivencia escolar.

En el entorno científico internacional, se encuentran algunos artículos que tocan esta relación. Al respecto, Murcia et al. (2007) analizaron “los comportamientos de disciplina e indisciplina que tiene lugar en la educación física”, a partir de una revisión, habla sobre acciones dirigidas a un ambiente propicio para el desarrollo de la clase. Este estudio proporciona luces sobre la creciente problemática de indisciplina dentro del ámbito educativo, en donde las clases de educación física aportan relaciones positivas entre la orientación de la tarea y el clima motivacional que contribuyen a conductas de disciplina favorables.

Otro estudio señala la relación que existe entre el desarrollo moral y las clases de educación física. En este trabajo se hizo un comparativo de dos grupos: en grupo realizan clases de educación física trabajando intencionalmente en dilemas relacionados a situaciones físico-deportivas. El grupo control seguía la misma didáctica de las clases del grupo intervención, sin el atenuante de la resolución de dilemas. Posteriormente se realiza un “cuestionario de problemas socio-morales” donde se halló que el grupo intervención aumenta su razonamiento moral el 55.3% frente a un 27.6% (Calvo & Vivo, 2005). Con respecto a los estudios realizados en Latinoamérica, los temas relacionados con la EF son

los aspectos biológicos tales como conceptos de cuerpo, movimiento, motricidad y corporeidad (Gonzales & González, 2010). En Colombia, un estudio realizado por parte de la Universidad de Antioquia en el 2008 promueve las habilidades sociales dentro de las clases de educación física en un colegio público de Medellín. Se identificaron factores que median en el proceso de comunicación y desarrollo social en las clases de educación física tales como, el factor familiar (autoridad en el hogar), el proceso de aprendizaje de los estudiantes, el dialogo, actividades grupales prosociales, la motivación, entre otros. Por lo tanto, se concluyó que las clases de educación física son un espacio social que se presta para el fortalecimiento de habilidades sociales dentro del proceso formativo estudiantil (Restrepo & Lodoño, 2007).

A pesar de esta producción, en Colombia se encuentra muy poco soporte o investigación específica sobre esta relación. No se ha profundizado sobre lo que los estuantes piensas sobre el concepto de convivencia. Este factor toma relevancia ya que el clima escolar está fuertemente influenciado por las percepciones de los diferentes actores dentro de una institución educativa (Del Rey et al., 2017; De Mesa-Melo et al., 2013). En este aspecto, los pocos estudios encontrado se basan mayormente en la construcción conceptual del concepto convivencia e indaga principalmente las percepciones de docentes y directivos de los colegios. Sumado a esto tampoco se encuentra documentación que relaciones las clases de educación física y convivencia escolar.

En este reporte se pretende analizar las percepciones que configuran un grupo de estudiantes sobre la relación que hay entre la clase de educación física y la convivencia escolar en un colegio de Bogotá.

Método

Población y Muestra

Se adelantó un estudio cualitativo con el fin de describir y entender los fenómenos desde el punto de vista de un grupo de estudiantes y desde la perspectiva construida colectivamente. Los participantes fueron 17 (9 hombres y 8 mujeres) con edades comprendidas entre 10 y 12 años, pertenecientes a un colegio del sector privado de la ciudad de Bogotá, Colombia. Se escogieron participantes del grado sexto puesto que el paso de primaria a secundaria trae con sí, cambios de los estudiantes que ocurren en el mismo momento que se presentan los efectos propios de la adolescencia; lo que puede llevar a alteraciones de comportamiento en el entorno educativo (Vásquez, 2011). Para la selección de los estudiantes y con la necesidad de conocer las interacciones entre estudiantes al interior de las clases, se optó por un muestreo intencionado a partir de casos opuestos. Para la selección, se solicitó a los docentes de educación física y directores de grupo que escogieran los estudiantes que podían presentar dificultades la convivencia dentro de las clases: elementos como llamados de atención, estudiantes que son disruptivos durante la clase, que presentan procesos disciplinarios, fueron considerados para esta selección. Por otro lado, también se escogieron estudiantes que se destacaban por no tener dificultades en la convivencia escolar. Adicionalmente, se agregó un grupo control con el objetivo de evitar posible estigmatización de los estudiantes identificados dentro de los grupos. La inclusión de participantes se realizó

hasta lograr la saturación teórica de las categorías analíticas. Se presentó una limitación en la selección de algunos estudiantes en el grupo con dificultades en convivencia, pues algunos estudiantes escogidos no firmaron el consentimiento o el asentimiento informados ya que no quisieron participar (imagen 1).

Procedimiento de recogida y análisis de datos

El trabajo se adelantó en cuatro fases: desarrollo y prueba de instrumento, recolección de información, sistematización y análisis. Este proyecto tuvo la aprobación de Comité de Ética de la Universidad del Rosario, aval # DV005 153-CS98 para su validación y aprobación.

La elaboración del instrumento de recolección de datos consideró dos categorías teóricas: convivencia escolar y educación física (tabla 1). El instrumento fue sometido a evaluación por un profesional experto en el tema con el objetivo de adquirir la validez y la calidad de este. Posteriormente, se realizó una prueba piloto en la que se validó de acuerdo a adaptación de lenguaje, inclusión de temas emergentes y evitar sesgos en la formulación de las preguntas.

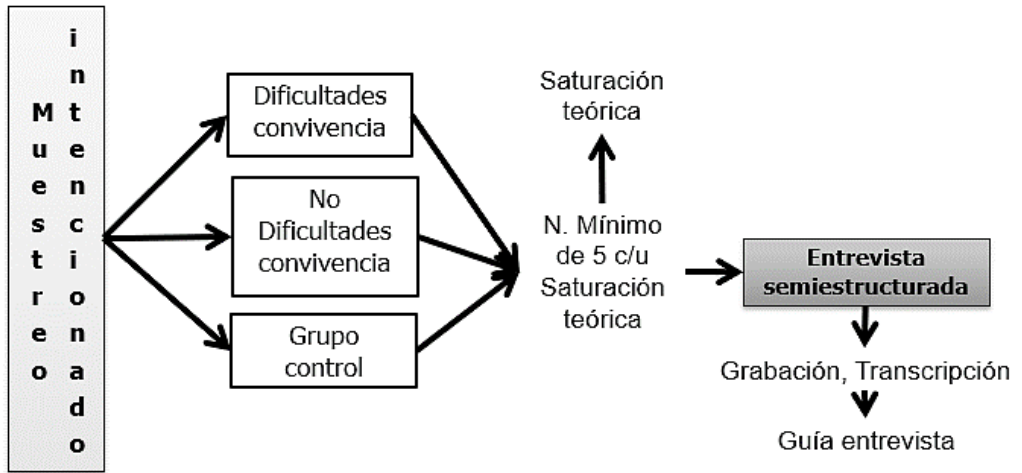


Imagen 1: Muestra adelantado

En cuanto a la recolección de información esta se realizó a través de entrevistas semi-estructuradas, entendidas estas como espacios de diálogo para “*hacer que la gente hable sobre lo que sabe, piensa y cree*” (Guber, 2001). Para avanzar en la recolección de información, primero, se presentó el estudio a un grupo de padres y los estudiantes. Posterior a su autorización, se avanzó en la realización de las entrevistas en el colegio según a la construcción de la guía de preguntas (Tabla 2).

Tabla 1. Categorías teóricas

<i>Categorías</i>	<i>Subcategorías</i>
Convivencia escolar	<ul style="list-style-type: none"> • Autorregulación: <i>la capacidad de dirigir y manejar emociones en forma eficaz...evitando respuestas poco adecuadas en situaciones de ira, provocación o miedo</i> (Rodríguez et al, 2019). • Relaciones con compañeros: conexión sana y pacífica entre estudiantes en el ámbito escolar (Vásquez, 2002).
Educación física	<ul style="list-style-type: none"> • Valores adquiridos: construcción de principios y cualidades que caracterizan a una persona, estos se adquieren a través de un proceso de socialización al grupo que se pertenece (Guevara, 2007; Gómez, 2017).

Las entrevistas fueron grabadas para su posterior transcripción. Las grabaciones, transcripciones y demás textos se relacionaron de manera anónima. La información fue recogida hasta lograr saturación teórica, es decir, terminará el proceso de participación de los estudiantes hasta que ya no aparezcan otros elementos de información (Salamanca & Martín-Crespo, 2007).

Para la sistematización de los resultados y análisis se realizó aproximación inductiva. La información fue codificada y categorizada de forma abierta, temática y selectiva; contemplando la tabla de categorías teóricas y dejando espacio para el reconocimiento de emergente. Los datos fueron analizados mediante codificación por ciclos, empleando algunos elementos de la teoría fundamentada (códigos, citas y memos) y las matrices fueron organizadas en documentos de Word.

Tabla 2

Guion entrevista dirigida a los estudiantes

Describe con tus palabras la clase de educación física, qué es lo que más te gusta y qué te disgusta.
¿Qué elementos de la clase de educación física puedes usar en otros lugares, por ejemplo, en tu casa, en descanso, en el salón, etc.?
Para ti ¿Qué son los valores?
¿Por qué crees que son importantes los valores en la vida?
Aprendes valores en la clase de educación física ¿Cuáles?
¿Cómo puedes utilizar esos valores que has aprendido en clase de EF en el colegio?
Describe tu curso, que cosas positivas y que problemas tiene.
Por qué crees que existen normas?
¿Cómo afrontas las situaciones difíciles que se presentan en la clase con respecto a las

normas establecidas?

¿Cómo actúas normalmente cuando dos compañeros están en un conflicto?

¿Cómo actúas normalmente cuando estas involucrado en un conflicto?

¿Cuál crees que debería ser el proceder correcto cuando se presenta un dificultad de clase entre compañeros?

Resultados

Se presentan a continuación las percepciones que tienen los estudiantes acerca de la educación física, de la convivencia escolar y su relación entre estas. Por lo tanto, se presentan dos aspectos importantes dentro de los resultados obtenidos, según el proceso de recolección. El análisis de la información se realizó por medio del método inductivo, el cual toma los datos recolectados y se efectuó una codificación de forma abierta, temática y selectiva. Posteriormente se hizo la categorización de las transcripciones y se relacionó la información para la posterior síntesis de la esta.

Los estudiantes y el reconocimiento del aporte de la EF más allá del desarrollo físico

Las clases de EF tienen una fuerte relación con el aspecto físico, desde la visión de los estudiantes. Lo físico y lo deportivo salen a relucir como los elementos centrales en la comunidad estudiantil. Lo físico refiere a mantenimiento de aptitudes físicas, al desarrollo de habilidades motrices, a generar movimiento, entre otros; en tanto que lo deportivo se vincula al aprendizaje de un deporte, la técnica y táctica de este. Este punto se pudo ver claramente cuando se les preguntó a los estudiantes cuál era el concepto de educación física. Las respuestas principales fueron: *“hacer cosas físicas, para nuestro cuerpo”, “es como una clase de deportes”, “nos ayuda a relajar los músculos, respirar bien, nos proponen pruebas...”*, *“la clase de educación física es sobre deportes”, “puedo hacer ejercicio, puedo correr.*

Además de estos elementos, en las narrativas de los estudiantes existen otros aspectos que se identificaron. Uno de ellos se relaciona con el bienestar, *“tener buena salud...”*, *“donde uno se ejercita...aprendes como cuidar tu cuerpo”, “nos educan a hacer movimientos que nos ayudan a coordinación motora, para que seamos más rápidos, para que las manos tengan mejor movimiento”,* entre otros. Esto es referente a los beneficios en salud que los estudiantes identifican cuando participan en las clases de Educación Física. Estos beneficios que se identifican se presentan en diferentes aspectos del ser humano. Beneficios físicos y emocionales; son destacados en este tipo de respuesta. Un sentido de bienestar emocional en las personas que recurrentemente realizan actividad física se observa en diferentes estudios (Jeoung, Hong & Lee, 2013; Jiménez-Moral et. al. 2013 y Padilla-Moledo et al., 2012). Esto también se traslada en el ámbito escolar pues dentro de la actividad física se data una relación bilateral que hay entre el juego, el deporte y el bienestar emocional (Guillamón, García Canto y Pérez Soto, 2018), variables que perciben los estudiantes en los resultados de este estudio.

Otro elemento, tiene que ver con el surgimiento de valores y habilidades dentro del desarrollo de la clase. Existen algunas referencias entre la clase de educación física y la generación de valores, desarrollo de compañerismo y el ejercicio de cooperación, a través de las vivencias que se da dentro de esta. (Cortés y Olivia, 2016; Bailey, 2006; Jiménez, 2008). Debido a que es un espacio de colaboración con otro, a través de sus actividades deportivas y lúdicas, por lo tanto, es un espacio de vivencias que repercute en las cualidades de las personas para una convivencia sana (Sánchez, 2017).

Los valores se relacionan, según la perspectiva de los estudiantes, las cualidades que ayudan al desarrollo de una vida con otros de forma positiva. Se expresaron en citas como *“es algo que se aprende”, “algo que conforma una persona”, es un elemento que nos ayuda para hacer distintas actividades”*. Una de las respuestas de un estudiante en particular, que relaciona directamente la clase de educación física y los valores, expresó: *“nos enseñan valores”*. Dentro de la clase, es de resaltar el lugar de la enseñanza en este proceso de enseñanza en valores, puesto que los estudiantes resaltaron la importancia de estos: *“ayuda a apreciar todo...”, “nos ayuda a ser mejores con nuestros compañeros o familiares”,* entre otros. Similar a esto, los estudiantes explicaron cuáles son los valores que son reforzados a través de esta clase: *“aprendemos a respetar, a trabajar en grupo la honestidad”, “... me ayuda a respeto, tolerancia con otras personas que no conozco y apreciar todo”, “trabajar en equipo, amistad, bondad”, “respeto, humildad, tolerancia”, “tolerar lo que las demás personas hacen”, “amor, paciencia...”* entre otros. Esto concuerda con lo expuesto en la literatura acerca del rol de la actividad de la EF pues tiene el potencial de desarrollo de capacidades físicas, de formación de valores y carácter, por consiguiente, interactúa con las dimensiones del ser humano, haciendo un parte integral al desarrollo de una persona (Cortés y Olivia, 2016; Bailey, 2006; Jiménez, 2008). Disciplina: *“por ejemplo si no tengo disciplina para practicar las cosas nunca las lograré”*.

Adicionalmente, la EF es un espacio que fomenta el desarrollo social a través de propuestas y vivencias motrices para educar a los estudiantes (Parlebas, 2001). Helmsen y Koglin (2005) relacionan las emociones negativas y la conducta agresiva, mientras que Desivilya y Yagil (2005) relacionan las emociones positivas y la cooperación; estos aspectos son interés dentro de la clase de EF puesto que las dinámicas de esta permiten la relación entre lo físico y lo vivencial. Este asunto en concreto, los estudiantes lograron relacionar la educación física más allá de lo deportivo y la habilidad corporal. Los estudiantes, en este punto, encontraron que, un aspecto negativo para el desarrollo prosocial es la competitividad que emerge dentro de la clase de EF; puesto que este aspecto constituye un impedimento para poder relacionarme de forma correcta con mi contrincante en el momento de juego o desarrollo deportivo. Con respecto a los aspectos positivos mencionados por los estudiantes, es la vinculación que la clase de educación física ejerce para el fortalecimiento de estrategias de trabajo en equipo y consenso dentro de la lúdica recreativa de la clase, esto permite crear habilidades en los niños para la relación sana entre ellos.

Los estudiantes también expresaron la facilidad de seguir instrucciones y reglas dentro de la dinámica de la clase. La respuesta sobre aprender *“tolerar leyes, o las reglas que tiene el juego, nos enseña a respetar las reglas que tiene el juego”, “...obedecer las normas...”*, *“en los deportes hay reglas y debemos seguir instrucciones”, “le enseñan a uno disciplina, ser ordenado y*

obediente”, son una muestra del aspecto motivacional que presenta la clase de educación física que puede llegar a influir en acciones más autodeterminadas por parte de los estudiantes para ser más disciplinados (Martínez-Galindo et al, 2009). De esta manera los estudiantes reconocen como la educación física puede ayudar a seguir reglas, pues al crearse un ambiente donde en el deporte y juego existe un reglamento para poder participar en él, esto puede ayudar a la persona a que sea más consciente de las reglas en general de un espacio de convivencia, como lo dice un estudiante: *“las clases de educación física me ayudan a seguir instrucciones. Digamos para cada deporte...”*, *“la clase de EF me ayuda a seguir instrucciones porque si a mí me dicen no haga esto, puede que cometa un error y puede que dañe todo el juego”*. Esto toma relevancia ya que la clase de educación física se plantea como un espacio que favorece el seguimiento de instrucciones. A través de la construcción de normas estructuradas y seguimiento de estas en un ambiente recreativo y/o competitivo, se favorece el seguimiento de instrucciones de los que interactúan en esta clase (González, 2016).

Lo visible y lo invisible más allá de la clase de EF

Una anotación interesante dentro del trabajo de campo fue exponer la importancia de aprender estos valores, según sus palabras *“los valores son importantes para aprender a convivir, los valores son importantes porque nos ayudan a estar juntos sin maltratarnos”*. En las narrativas de los estudiantes, se pudo observar posturas sobre la importancia que la clase de educación física tiene dentro del aprendizaje de una sana coexistencia. Esta coexistencia es entendida como convivencia entre varios sujetos en situaciones concretas. Por lo tanto, hay un reconocimiento de parte de la comunidad estudiantil sobre el beneficio que representa la clase de educación física y la relación que tiene con otros. Como Sánchez et al. (2017) afirma:

Las clases de Educación Física, por la forma de desarrollarse en espacios abiertos con actividades que ponen en contacto a unos alumnos con otros, permiten expresar sus sentimientos, emociones, etc., lo que repercute a la hora de trabajar de forma práctica situaciones donde los alumnos puedan experimentar de forma real todos los principios teóricos de desarrollo social y personal que se han podido explicar, en vez de quedar en meras recomendaciones teóricas de lo que se debe hacer. (p. 47)

En este sentido, la respuesta de los estudiantes fue similar. Al preguntar si la educación física ayuda a relacionarse mejor con el compañero, las diferentes respuestas fueron: *“durante el juego hay peleas y nos han enseñado a solucionarlo”*, *“nos ayuda a hacer amigos cuando jugamos”*, *“Siempre las clases de educación física nos están dando instrucciones de cómo hacer las actividades y los ejercicios...en el salón es como si estuviera en la clase de educación física, pero con otra materia”*, entre otros. Este es un aspecto esencial en la sana convivencia de cualquier espacio que el ser humano interactúa. Y precisamente se puede observar que la clase de EF ofrece un desarrollo del juicio moral, esto es puesto que se presenta una interacción social entre individuos que dará como resultado la resolución de conflictos consecuentes de esta interacción (Gutiérrez, 2003).

Ampliando este punto, los estudiantes también reconocen que los valores aprendidos durante la clase de EF permiten solucionar conflictos de escenarios fuera de la clase. Particularmente, una estudiante afirmó *“la clase de educación física me enseña tolerancia,*

respetar a los demás y respetar las opiniones de mis compañeros, porque jugando tienen ideas diferentes...aprendo compañerismo”, “porque la profesora (de EF) nos enseña valores y puedo demostrarlo con mis compañeros”, entre otros. Estos puntos de vista del estudiantado permiten evidenciar como las clases de educación física pueden llegar a desarrollar aspectos en pro de una sana convivencia, adicionando lo que anteriormente se habló de valores positivos que fomentan el carácter pacífico en los estudiantes.

Esto tiene peso cuando se entiende que la clase de EF incide en la cooperación, la responsabilidad individual y social, el respeto, la resolución de conflictos y el reconocimiento de la diversidad cultural (Lleixà, 2017). Expresiones como *“Nos han enseñado a solucionar las cosas no con violencia”, “me ayuda a socializar con las demás personas, no es que converse mucho con la gente, pero sí, cuando voy a clase (de EF)”, “la clase de EF es trabajo en equipo y si uno no colabora va a dañar el trabajo a todos”, “nos enseña a dialogar, para no hacer algo peor”, “aprendemos a ser amables, por ejemplo, uno se puede caer y alguien lo ayuda o yo lo ayudo. Me enseña amistad, porque cuando uno trabaja en equipo uno tiene que ser amigable con el compañero para que sean bueno con uno”* dan a entender la labor de la educación física dentro del proceso formativo del estudiante. Es aquí donde se observan que el trabajo en equipo, las experiencias prácticas y motrices dentro de la clase exponen el potencial formativo para la resolución de situaciones adversas dentro de la convivencia escolar.

Los aspectos negativos que se observan en la convivencia durante la jornada escolar son el irrespeto, desorden (gritería), malos tratos, insultos, desobediencia, entre otros. Estos aspectos fueron los mencionados por los estudiantes: *“si uno les dice (a los compañeros) como haz silencio, porque el profesor está explicando, se ponen bravos y empiezan a gritarle a uno que debe callar primero” o “a veces son muy cansones y son muy gritones y en vez de hablar gritan”* pelean mucho, no dejan dictar clase porque se burlan o hacen mucho ruido”. Estas problemáticas en la convivencia, que se viene incrementando en las instituciones educativas (Chaux, 2012) son aspectos que pueden ser mitigados con los beneficios que trae la Educación física, ya que en los resultados se presentó la construcción de valores a través del desarrollo de la clase. De la misma forma es importante recordar que la construcción de aspectos que mejoran la relación entre compañeros puede también impactar aspectos negativos de la convivencia.

Discusión y conclusiones

Este trabajo quiso abordar como la clase de educación física favorece la convivencia escolar desde la perspectiva de los estudiantes. A partir de los resultados presentados anteriormente quedo claro como la educación física puede llegar a ser una estrategia para la promoción de una sana convivencia escolar dentro de las instituciones educativas. La creciente problemática de convivencia en los centros educativos, tales como la agresividad, resolución ineficaz de conflictos, indisciplina, problemas en la socialización, no acatar instrucciones o normas, violencia, entre otras (Paz, 2010) perjudican constantemente el sano desarrollo del ambiente académico. Estos elementos fueron percibidos dentro de los resultados observados en este trabajo, pues los mismo estudiantes referían algunas de estas problemáticas en los salones de clase. Al mismo tiempo, los estudiantes lograron identificar cuáles son los factores positivos que pueden

llegar a rescatar en la clase de educación física que favorecen una mejor convivencia en los espacios educativos. Por lo tanto, la clase de educación física toma relevancia cuando puede ser utilizada como un espacio para fortalecer un ambiente apropiado de convivencia dentro de los centros educativos. Este hallazgo es compartido con los resultados de los trabajos de Abarca-Sos, Murillo, Clemente, Zaragoza, & Genérola (2015) argumentan la clase de educación física y espacios sociales mejoran la calidad de vida, pues analiza como las clases de educación física pueden considerarse como un espacio social que, a través de la participación, brinda experiencias de vida. También se relaciona con lo que dice Almonacid (2012) sobre la clase de educación física al prestarse como un espacio de carácter pedagógico dándole peso en los centros educativos.

Como se describe en este artículo, la clase de educación física no solo trae consigo un beneficio físico, es un espacio de crecimiento integral de los estudiantes. Como se pudo observar en este trabajo, la promoción de valores, el comportamiento prosocial y el fortalecimiento de resolución de conflictos de forma no violenta, son aspectos que se observaron en los resultados. El desarrollo de la clase de Educación física y la experiencia dentro del juego y el deporte permite la construcción de habilidades para la formación de una sana convivencia, como también lo afirma Castro-Pérez y Morales-Ramírez (2015) y Murcia et al (2007). Es un espacio establecido que debería ser aprovechado por la comunidad estudiantil para reforzar aspectos faltantes dentro de la convivencia escolar.

Pero para este propósito, este espacio se debe aprovechar al máximo. Por lo tanto, existen algunos tipos de consideraciones que se deben tener en cuenta para el desarrollo óptimo de este espacio. Este estudio coincide con la UNESCO (2015) la clase de educación física debe verse más allá de un simple espacio de actividad física y deporte, pues esta debe contribuir al desarrollo de aptitudes comunicativas, desarrollo de valores y espacios de comportamiento prosocial dentro de su dinámica. La clase de educación debe ejecutarse más allá de lo físico y tener un espacio de reflexión para tener un propósito claro, como también lo plantea Pastor et al., (2016). Es necesario por lo tanto reconocer los beneficios que trae la educación física: ir más allá del aspecto físico-motriz, la recreación y construir un ambiente favorable para el desarrollo integral de los estudiantes, al igual que se observa en el trabajo de Larraz (2002). En consecuencia, la clase de educación física, a través del deporte, el juego y la actividad físicas, puede llegar a ser una herramienta para la educación en valores y habilidades sociales, como también lo afirma De Ocariz Granja, (2017), y esta a su vez tener un impacto positivo en la convivencia estudiantil.

Sin embargo deben realizarse más investigaciones sobre temas que relacionen estos dos puntos, la convivencia y las clases de educación física. Esto dar lugar a nuevas investigaciones en las clases de educación física para la cimentación más tangible de espacios de construcción de una sana convivencia y su impacto en el ámbito escolar. El trabajo de la convivencia escolar debe ser un trabajo transversal en los centros educativos como lo afirma Grau & Prat (2002), la clase de educación física puede llegar a ser una herramienta eficaz en el desarrollo de espacios que se refuercen comportamientos positivos en el estudiantado para la mejora del clima escolar.

Referencias

- Abarca-Sos, A., Murillo, B., Clemente, J., Zaragoza, J., & Genérello, E. (2015). *La Educación Física: ¿Una oportunidad para la promoción de la actividad física?*. Retos (28), 155-159.
- Almonacid, A. (2012). *La educación física como espacio de transformación social y educativa: perspectivas desde los imaginarios sociales y la ciencia de la motricidad humana*. Estudios pedagógicos (28 No. Especial), 177-190. Doi: <http://dx.doi.org/10.4067/S0718-07052012000400010>
- Bailey, Richard. (2006). *Physical Education and Sport in Schools: A Review of Benefits and Outcomes*. The Journal of school health. 76. 397-401. doi: 10.1111/j.1746-1561.2006.00132.x.
- Calvo, M. G., & Vivó, P. (2005). *Enseñando razonamiento moral en las clases de educación física escolar*. European Journal of Human Movement, (14), 1-22.
- Carlson, S. A., Fulton, J. E., Lee, S. M., Maynard, L. M., Brown, D. R., Kohl III, H. W., & Dietz, W. H. (2008). *Physical education and academic achievement in elementary school: data from the early childhood longitudinal study*. American journal of public health, 98(4), 721-727.
- Castro-Pérez, M., & Morales-Ramírez, M. E. (2015). *Los ambientes de aula que promueven el aprendizaje, desde la perspectiva de los niños y niñas escolares*. Revista electrónica educare, 19(3), 132-163. doi: <http://dx.doi.org/10.15359/ree.19-3.11>.
- Charux, E. (2012). *Educación, convivencia y agresión escolar*. Bogotá, Colombia: Taurus. Bogotá, Santillana.
- Coe, Dawn; Pivarnik, James; Womack, Christopher; Reeves, Mathew, Molina Robert. (2006). *Effect of Physical Education and Activity Levels on Academic Achievement in Children*. Medicine science. American College of Sports Medicine, 38(8), 1515-1519. doi: 10.1249/01.mss.0000227537.13175.1b
- Cortes, D. F. G., & Oliva, F. J. C. (2016). *Desarrollo de valores y actitudes a través de la clase de educación física*. Movimiento, 22(1), 251-262.
- Cuevas, F. J. (2006). *Trabajando desde las redes comunitarias para la resolución de conflictos en la escuela*. Comunicación presentada en las II jornadas internacionales sobre políticas educativas para la sociedad del conocimiento. Granada.
- De Mesa-Melo, C. L., Soto-Godoy, M. F., Carvajal-Castillo, C. A., & Urrea-Roa, P. N. (2013). *Factores asociados a la convivencia escolar en adolescentes*. Educación y educadores, 16(3), 383-410.
- De Ocariz Granja, U. S., Bardavio, J. S., Burgués, P. L., Rodríguez, A. C., &

- Llanes, J. M. (2017). *Coeducación y experiencias positivas. Aportaciones a la convivencia desde la expresión motriz cooperativa*. *Movimiento*, 23(3), 1053-1064.
- Del Rey, R., Casas, J. A., & Ortega-Ruiz, R. (2017). *Desarrollo y validación de la Escala de Convivencia Escolar (ECE)*. *Universitas Psychologica*, 16(1), 275-285. doi: <http://dx.doi.org/10.11144/Javeriana.upsy16-1.dvec>.
 - Desivilya, H. S., & Yagil, D. (2005). *The Role of Emotions in Conflict Management: The Case of Work Teams*. *The International Journal of Conflict Management*, 16, 55-69. doi: 10.1108/eb022923
 - Díaz, C., & Muñoz, C. (2013). *La educación física y la promoción de estilos de vida saludables en el contexto escolar*. *Educación y Humanismo*, 15(25), 94-104.
 - Esperanza, J. (2001). *La convivencia escolar. Un problema actual. Los problemas de la convivencia escolar. Un enfoque práctico*. Madrid: Federación de Enseñanza de CC. OO, 22-40.
 - Guillamón, A. R., Cantó, E. G., & Soto, J. J. P. (2018). *Condición física y bienestar emocional en escolares de 7 a 12 años*. *Acta Colombiana de Psicología*, 21(2), 282-291.
 - Guber, R. (2001). La entrevista etnográfica o el arte de la no directividad. *La etnografía. Método, campo y reflexividad*.
 - Gallardo, P. (marzo de 2009). *Educación ciudadana y convivencia democrática*. *Revista Interuniversitaria de Pedagogía Social* (16), 119-133.
 - Gómez, E. L. (2017). *Educación en valores*. *Revista Raites*, 3(6).
 - González Correa, A. M., & González Correa, C. H. (2010). *Educación física desde la corporeidad y la motricidad*. *Revista Hacia la Promoción de la Salud*, 15(2), 173-187.
 - González, E. L. (2016). *Ambiente de aprendizaje, motivación y disciplina en las clases de educación física* (Doctoral dissertation, Universitat de València).
 - Grau, M. P., & Prat, S. S. (2002). *Las posibilidades del juego, la actividad física y el deporte para la mejora de la convivencia*. *Revista electrónica interuniversitaria de formación del profesorado*, 5(2), 15.
 - Guevara, B., Zambrano de Guerrero, A., & Evies, A. (2007). *¿ Para qué educar en valores?*. *Revista educación en valores*, 1(7), 96-106.
 - Gutiérrez, M. (2003). *Manual sobre valores en la Educación Física y el Deporte*. Barcelona: Paidós
 - Jeoung, B., Hong, M., & Lee, Y. (2013). *The relationship between mental health and health-related physical fitness of university students*. *Journal of Exercise Rehabilitation*, 9(6), 544-548. Doi: 10.12965/jer.130082.
 - Jiménez-Martín, Pedro. (2008). *Manual de estrategias de intervención en actividad física, deporte y valores*. Madrid, Síntesis.
 - Jiménez-Moral, J. A., Zagalaz, M. L., Molero, D., Pulido-Martos, M., & Ruiz, J.R. (2013). *Capacidad aeróbica, felicidad y satisfacción con la vida en adolescentes españoles*. *Revista de Psicología del Deporte*, 22(2), 429-436.
 - Larraz Urgelés, A. (2002). *Diseños curriculares de la comunidad autónoma de*

- Aragón. *Educación Primaria: Educación Física*. Actas del VII Seminario Internacional de Praxiología motriz.
- Ley No. 1620. *Ley de Convivencia Escolar*. Gaceta Oficial del Congreso de la República de Colombia. Bogotá. 15 de marzo del 2013.
 - Lleixà, T. (2017). *Didáctica de la Educación Física: Nuevos temas, nuevos contextos*. *Didacticae: Revista de Investigación en Didácticas Específicas*, 2, 2-5. doi: 10.1344/did.2017.2.2-5.
 - Martínez-Galindo, C., Alonso, N., Cervelló, E., & Moreno, J. A. (2009). *Perfiles motivacionales y disciplina en clases de educación física. Diferencias según las razones del alumnado para ser disciplinado y la percepción del trato generado por el profesorado en el aula*. *Cultura y Educación*, 21(3), 331-343. doi: <https://doi.org/10.1174/113564009789052361>
 - Murcia, J. A. M., Gimeno, E. C., Galindo, C. M., & Villodre, N. A. (2007). *Los comportamientos de disciplina e indisciplina en educación física*. *Revista iberoamericana de educación*, (44), 167-190.
 - Padilla-Moledo, C., Castro-Piñero, J., Ortega, F. B., Mora, J., Márquez, S., Sjöström, M., & Ruiz, J. R. (2012). *Positive health, cardiorespiratory fitness and fatness in children and adolescents*. *The European Journal of Public Health*, 22, 52-56. Doi: <http://doi.org/10.1093/eurpub/ckr005>.
 - Palomino, M.; Paz, A. (2010). *Los problemas de convivencia escolar: Percepciones, factores y abordajes en aula*. *Suplemento Memorias V Encuentro 9 (2)*, 85-105.
 - Parlebas, P. (2001). *Juegos, deporte y sociedad: Léxico de Praxiología motriz* (Fernando González, trad.). Barcelona: Paidotribo. (Obra original publicada en 1999).
 - Pastor, V. M. L., Brunicardi, D. P., Arribas, J. C. M., & Aguado, R. M. (2016). *Los retos de la Educación Física en el Siglo XXI. Retos. Nuevas tendencias en Educación Física, Deporte y Recreación*, (29), 182-187.
 - Pérez Samaniego, V.; Devís Devís, J. (2003). *La promoción de la actividad física relacionada con la salud: la perspectiva de proceso y de resultado*. *Revista Internacional de Medicina y Ciencias de la Actividad Física y del Deporte*, 69-74.
 - Quevedo, E. (2012). *Comprensión histórico-crítica del proceso salud-enfermedad: base para una reforma curricular en medicina*. *Educación Médica. Diseño e implementación de un currículo basado en resultados del aprendizaje*. Bogotá: Colección Pedagogía, 269-314.
 - Ramírez, S. y Justicia, F. (2006). *El maltrato entre escolares y otras conductas problema para la convivencia*. *Revista Electrónica de Investigación Psicoeducativa*, 4(2), 265- 289.
 - Restrepo, O. E., & Londoño, J. (2014). *La educación física en el fortalecimiento de las habilidades sociales en los estudiantes del grado primero de la Institución Educativa Eduardo Santos*, Sede Pedro J. Gómez. Propuesta investigativa.
 - Rodríguez, L. M., Russián, G. C., & Moreno, J. E. (2019). *Autorregulación emocional y actitudes ante situaciones de agravio*. *Revista de Psicología*, 5(10), 25-44.

- Salamanca, A., & Martín-Crespo, C. (2007). *El muestreo en la investigación cualitativa*. Nure Investigación, 27 (4).
- Salces Martínez, L. (2016). *La convivencia en un centro escolar: análisis para una propuesta de mejora*.
- Sánchez-Alcaraz, B. J., López-Jaime, G., Valero-Valenzuela, A., & Gómez-Mármol, A. (2017). *Los programas de educación en valores a través de la educación física y el deporte*. Actividad Física y Deporte, Ciencia y Profesión, 28, 45-58.
- Touriñán, J. M. (noviembre de 2005). *Educación en valores; educación intercultural y formación para la convivencia pacífica*. Educa: revista Galega do Encino (47), 1367-1418.
- UNESCO, U. (2005). *Decade of Education for Sustainable Development: 2005-2014*. Draft International Implementation Scheme.
- UNESCO. (2015). *Educación física de calidad*. Ediciones UNESCO, 1-88.
- Vázquez, S. (2011). *De la crisis al desafío de reinventar la educación secundaria*. Revista de la Escuela de Ciencias de la Educación, 213-229.
- Vázquez, F. H. (2002). *¿Son las relaciones sociales una fuente de recursos? Una definición del capital social*. Papers: revista de sociología, (67), 129-148.