

REPÚBLICA BOLIVARIANA DE VENEZUELA
UNIVERSIDAD PEDAGÓGICA EXPERIMENTAL LIBERTADOR
INSTITUTO PEDAGÓGICO RURAL “GERVASIO RUBIO”

**LA RECREACIÓN EN LA CLASE DE EDUCACIÓN FÍSICA, COMO
FUNDAMENTO PARA PROMOVER EL DESARROLLO DE LA
INTELIGENCIA EMOCIONAL EN ADOLESCENTES**

Autor: Anthony Flórez
Tutor: Dr. Rafael Pérez

Rubio, abril de 2022

REPÚBLICA BOLIVARIANA DE VENEZUELA
UNIVERSIDAD PEDAGÓGICA EXPERIMENTAL LIBERTADOR
INSTITUTO PEDAGÓGICO RURAL “GERVASIO RUBIO”

**LA RECREACIÓN EN LA CLASE DE EDUCACIÓN FÍSICA, COMO
FUNDAMENTO PARA PROMOVER EL DESARROLLO DE LA
INTELIGENCIA EMOCIONAL EN ADOLESCENTES**

Trabajo de Grado para Optar al Título de Magister en Recreación

Autor: Anthony Flórez
Tutor: Dr. Rafael Pérez

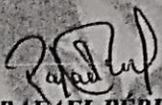
Rubio, abril de 2022

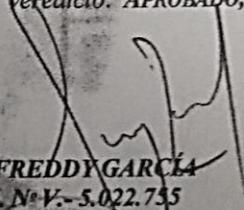


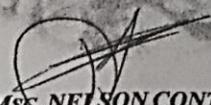
**UNIVERSIDAD PEDAGÓGICA EXPERIMENTAL LIBERTADOR
INSTITUTO PEDAGÓGICO RURAL "GERVASIO RUBIO"
SECRETARÍA**

A C T A

Reunidos el día viernes, veintinueve del mes de abril de dos mil veintidós, en la sede de la Subdirección de Investigación y Postgrado, del Instituto Pedagógico Rural "Gervasio Rubio," los Ciudadanos: **RAFAEL PÉREZ (TUTOR), FREDDY GARCÍA Y NELSON CONTRERAS**, Cédulas de Identidad Nros. V.- 9.148.229, V.- 5.022.755 y V.- 9.464.303, respectivamente, Jurados designados en el Consejo Directivo N° 556, con fecha del 15 de octubre de 2021, de conformidad con el Artículo 164 del Reglamento de Estudios de Postgrado Conducentes a Títulos Académicos, para evaluar el Trabajo titulado: **"LA RECREACIÓN EN LA CLASE DE EDUCACIÓN FÍSICA, COMO FUNDAMENTO PARA PROMOVER EL DESARROLLO DE LA INTELIGENCIA EMOCIONAL EN ADOLESCENTES"**, PRESENTADO POR EL PARTICIPANTE: **ANTHONY LIBARDO FLÓREZ ANGULO**, Cédula de Identidad N° V.- 27.815.133, como requisito parcial para optar al título de **Magister en Recreación**, acuerdan por unanimidad de conformidad con lo estipulado en los Artículos 177 y 178 del Reglamento de Estudios de Postgrado de la Universidad Pedagógica Experimental Libertador el siguiente Veredicto: **APROBADO**, En fe de lo cual firmamos.


DR. RAFAEL PÉREZ
C.I. N° V.- 9.148.229
TUTOR


DR. FREDDY GARCÍA
C.I. N° V.- 5.022.755


MSc. NELSON CONTRERAS
C.I. N° V.- 9.464.303



CONTENIDO

	Pp
LISTA DE CUADROS.....	vi
LISTA DE FIGURAS.....	vii
RESUMEN.....	viii
INTRODUCCCIÓN.....	1
CAPÍTULOS.....	
I EL PROBLEMA.....	3
Planteamiento del Problema.....	4
Objetivos de la Investigación.....	9
Justificación de la Investigación.....	10
II MARCO TEÓRICO.....	13
Antecedentes del Estudio.....	13
Bases Teóricas.....	19
Bases Legales.....	31
III MARCO METODOLÓGICO.....	33
Naturaleza del Estudio.....	33
Escenario e Informantes Clave.....	34
Técnicas e Instrumentos de Recolección de la Información.....	36
Criterio de Calidad de la Investigación.....	37
Procedimiento para el Análisis de la Información.....	37
IV. LOS RESULTADOS.....	39
Análisis e Interpretación de la Información.....	39
Codificación.....	40
Triangulación de la Información.....	68

V. LA PROPUESTA.....	71
La Recreación en la Clase de Educación Física, Como Fundamento Para la Promoción del Desarrollo de la Inteligencia Emocional en Adolescentes De Educación Secundaria.....	71
Objetivos de la Propuesta.....	73
Justificación de la Propuesta.....	73
Operatividad de la Propuesta.....	75
VI. CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES.....	85
Conclusiones.....	85
Recomendaciones.....	87
REFERENCIAS.....	88
ANEXOS.....	92

LISTA DE CUADROS

CUADRO	Pp
1. Informantes Clave.....	35
2. Codificación de la Categoría Selectiva Inteligencia Emocional.	41
3. Codificación de la Categoría Educación Física.....	53
4. Codificación de la Categoría Selectiva Recreación.....	64
5. Triangulación de la Información.....	69
6. Juegos para el Desarrollo de la Inteligencia Emocional.....	76
7. Actividades Recreativas Para Ser Aplicadas En La Clase De Educación Física Por Medio De La Inteligencia Emocional.....	79
8. Juegos Tradicionales Recreativos.....	82

LISTA DE FIGURAS

FIGURA	Pp
1. Habilidad.....	42
2. Autocontrol.....	45
3. Competencias personales.....	48
4. Emociones.....	51
5. Pedagogía.....	55
6. Dimensiones biopsicosocial.....	57
7. Desarrollo.....	60
8. Formación integral.....	62
9. Actitud positiva.....	65
10. Actividades.....	67
11. Triada para el Desarrollo Integral.....	74

REPÚBLICA BOLIVARIANA DE VENEZUELA
UNIVERSIDAD PEDAGÓGICA EXPERIMENTAL LIBERTADOR
INSTITUTO PEDAGÓGICO RURAL “GERVASIO RUBIO”

**LA RECREACIÓN EN LA CLASE DE EDUCACIÓN FÍSICA, COMO
FUNDAMENTO PARA PROMOVER EL DESARROLLO DE LA
INTELIGENCIA EMOCIONAL EN ADOLESCENTES**

Autor: Anthony Flórez
Tutor: Dr. Rafael Pérez
Fecha: abril de 2022

RESUMEN

La interacción humana, promueve la demostración de aspectos como el caso de las emociones, a ello, no escapa la clase de educación física, donde las mismas son constantes, por ello, la presente investigación tiene como objetivo general. la recreación en la clase de educación física, como fundamento para la promoción del desarrollo de la inteligencia emocional en adolescentes de educación secundaria de la Unidad Educativa Colegio Nuestra Señora del Rosario. Al respecto, se desarrolló una investigación cualitativa, por medio del método fenomenológico, para ello, se seleccionaron de manera intencional a dos docentes del área de educación física y a tres estudiantes de los años segundo y terceros de educación secundaria, a quienes se les aplicó una entrevista semi estructurada, la cual fue analizada por medio del proceso de reducción de la información, con la ayuda del programa ofimático Atlas Ti, para el establecimiento de la codificación, en esta se contempló que se presencian emociones tanto positivas, como negativas en la clase de educación física de los estudiantes de educación secundaria, además de ello, se presentan estudiantes altaneros, extrovertidos, así como también en algunos casos se presenta la frustración y el temor de parte de los estudiantes. Aunado a ello, se logró establecer que en la clase de educación física en relación con el empleo de la recreación, se evidencian clases rutinarias, así como el cumplimiento de instrucciones que persigue el desarrollo de las dimensiones biopsicosial, por lo que la recreación es un adecuado sustento, por ello, se procedió a plantear la recreación en la clase de educación física, como fundamento para la promoción del desarrollo de la inteligencia emocional en adolescentes de educación secundaria, constituido por juegos, actividades recreativas y juegos tradicionales.

Descriptor: Recreación, clase de educación física, inteligencia emocional, adolescentes.

INTRODUCCIÓN

El desarrollo de los seres humanos, es muy complejo, dado que el mismo agrupa dentro de sí una serie de aspectos, como es el caso de lo cognitivo, lo intelectual, lo social, lo emocional, entre otros, de allí esta complejidad, con atención en ello, es necesario que se evidencie una interrelación de los mismos en la constitución del individuo, no obstante, su adopción de una manera integrada, podría dejar de lado alguno de los mismos, por ello, se toma en cuenta, las emociones, dado que las mismas, son un factor que aparece en la constitución del sujeto, con énfasis en los diferentes estímulos que recibe del ambiente, estas se pueden ver reflejadas en la actuación cotidiana de los sujetos.

Por lo anterior, dentro de los contextos escolares, se presenta de manera reiterativa las emociones, cuando se informan los resultados de una prueba, cuando se sabe una noticia determinada, en fin, son entonces las emociones propias de los estudiantes y de los docentes, por ello, en los diferentes escenarios formativos se presentan de manera reiterada. Uno de los espacios en los cuales se presentan las emociones, es la clase de educación física, sobre todo cuando el docente desarrolla clases donde la estrategia son juegos para lo cual constituye dos equipos que se enfrentan, allí, se puede apreciar, como en algunos casos el equipo que gana expresa emociones positivas y el equipo perdedor demuestra emociones negativas, al respecto Mujica (2018) señala:

El alumno X sintió mucha diversión, lo cual sería positivo para su bienestar subjetivo, pero a la vez negativo desde el punto de vista pedagógico, ya que su sentimiento representa un pensar egoísta y una carencia de empatía con su compañero (p. 44).

Desde este panorama, se evidencia una realidad, en la que el sujeto se demuestra desde una perspectiva favorable para sí mismo, porque desde allí, se genera un procesos en el que se alcanza un bienestar favorable, sin

embargo, cuando este se relaciona con los demás, puede generar situaciones poco adecuadas en relación con el otro, dado que puede evidenciar una situación poco favorable, y puede verse como un ser carente de empatía, por lo que se manifiestan procesos en los que se presentan emociones negativas.

Por este motivo, se considera a la recreación como uno de los procesos adecuados, desde la cual, se promueve el desarrollo de la inteligencia emocional, es por ello que el docente de educación física cuenta con esta para que se fomente el logro de un contexto armónico, donde el estudiante aprenda a controlar sus emociones, a pesar de las situaciones que se le presente en la realidad, es una realidad compleja, sin embargo, es pertinente que desde la adolescencia se vaya conformando el logro de esa inteligencia emocional que se requiere no solo para la actuación en el medio escolar, sino en todos los contextos de la vida.

Por lo señalado, la presente investigación tiene como objetivo general: Establecer la recreación en la clase de educación física, como fundamento para la promoción del desarrollo de la inteligencia emocional en adolescentes de educación secundaria de la Unidad Educativa Colegio Nuestra Señora del Rosario, para así generar un aporte que impacte en la clase de educación física y que por medio de esta se apliquen los postulados de la recreación con énfasis en la inteligencia emocional.

Por este motivo, la investigación planteada a continuación se desarrolló estructuralmente en seis capítulos, de manera sistemática: el primero de estos, es identificado como el problema, donde se atendió el desarrollo del planteamiento del problema, los objetivos del estudio y la justificación e importancia de la investigación.

Adicionalmente, se presenta el capítulo dos, referido al marco teórico, en el cual se desarrollaron los antecedentes del estudio, las bases teóricas y las bases legales como elementos que condujeron a la comprensión conceptual del objeto de estudio.

Se muestra además el capítulo tres, el cual, se definió en función del marco metodológico, en este se planteó la naturaleza de la investigación, las fases de la misma, así como también el escenario y los informantes clave, el procedimiento para recolectar la información, el procedimiento para analizar la información y el criterio de calidad de la investigación.

Posterior a ello, se desarrolló lo concerniente al capítulo cuatro, denominado los resultados, en el que se asumió la presentación y el análisis de la información, con base en los criterios de interpretación cualitativa, y posterior a ello, se refleja la triangulación de la información.

Aunado a lo anterior, se presenta el capítulo cinco, en el que se contempla el establecimiento de la propuesta, enmarcada en el planteamiento de la recreación en la clase de educación física, como fundamento para la promoción del desarrollo de la inteligencia emocional en adolescentes de educación secundaria, para ello, se desarrolló la presentación, los propósitos, la justificación y las actividades de la propuesta.

Finalmente, se desarrolló el capítulo seis, este se denomina conclusiones y recomendaciones, para lo cual, se atienden aspectos relacionados con los objetivos de la investigación, como una de las formas de mostrar la sistematicidad de la estructurada seleccionada, la cual, responde a lo establecido en el manual de presentación de trabajos de especialización, maestría y tesis doctorales de la Universidad Pedagógica Experimental Liberador (2016).

CAPÍTULO I

EL PROBLEMA

Planteamiento del Problema

Las etapas evolutivas del ser humano, se reflejan como elementos complejos, dado que cada una de estas posee su propia connotación, con atención en ello, es pertinente que se comienza por la infancia, pasando por la preadolescencia, adolescencia, juventud, adultez y la tercera edad, en cada uno de estos casos hay exigencias que se presentan de manera reiterativa y en la cual, se fomenta el desarrollo evolutivo de la persona, aunque conforman una correspondencia directa, lo que se experimenta en cada caso es diferente entre sí.

En el caso concreto, es pertinente referir la adolescencia, dado que es una de las etapas de mayor complejidad para el ser humano, porque se encuentra frente a situaciones que requiere comprender y para ello, debe fijar su propio sistema de comprensión, en este sentido, Nader (2017) define esta etapa como: “de oportunidad, es el tiempo en que es posible contribuir a su desarrollo, a ayudarla a enfrentar los riesgos y las vulnerabilidades, así como prepararlos para que sean capaces de desarrollar sus potencialidades” (p. 11), de manera que es la adolescencia, una de las etapas en las que se prepara al sujeto para que se enfrente a las situaciones inciertas de la vida.

Por este motivo, es necesario reconocer como, cuando se es adolescente, se está en la formación educativa, específicamente en el segundo y tercer año de educación secundaria, por ello, es necesario considerar que en dicha formación convergen un sinfín de áreas, como es el caso de la educación física, al respecto, Rauseo (2010) señala:

La educación física, es una de las áreas formadoras contemplada en el currículo, en todos los niveles y modalidades de la educación venezolana, la misma promueve el desarrollo del organismo mediante actividades físicas, recreativas y deportivas. Esta área forma parte del eje curricular salud integral, donde se atiende el equilibrio entre la mente y los cuerpos. (p. 72).

En virtud de lo anterior, es preciso referir que la educación física se muestra como un área en la que se fomenta el desarrollo integral del estudiante, además de lo intelectual se promueve una constitución del organismos, donde se tomen en cuenta aspectos como el caso de la salud integral, donde se destaca un equilibrio entre mente y cuerpo, con la finalidad de alcanzar una mejora en la calidad de vida. En estas clases, se promueven actividades que son esenciales para generar procesos de enseñanza donde se fomente la creatividad para que los estudiantes logren motivarse hacia la consecución de aprendizajes significativos.

Uno de los procesos que se aplican dentro de la clase de educación física, es la recreación, la misma se muestra como una alternativa con la que cuenta el docente para dinamizar sus clases, por tanto, la misma es definida por Ordoñez (2013) como:

La actitud positiva del individuo hacia la vida en el desarrollo de actividades para el tiempo, que le permitan trascender los límites de la conciencia y el logro del equilibrio biológico y social, que dan como resultado una buena salud y una mejor calidad de vida. (p. 23).

La recreación, es uno de los aspectos que fomenta una actitud positiva hacia la adopción de las actividades que se cumplen en el tiempo libre, recrearse, implica referir que en esta se promueve un equilibrio entre lo biológico y lo social y que además que genera una buena salud y mejor calidad de vida, pose un carácter dinámico y llamativo, donde se fomenta el desarrollo integral del sujeto, inicialmente la recreación se hizo con fines de distracción para los trabajadores, pero en la medida en el concepto se ha afianzado se aplica por ejemplo como en este caso a la clase de educación física.

La misma es vista como un sustento a la emocionalidad, en este caso, se manifiestan situaciones donde se presenta la actuación de la persona con base en los estímulos que recibe del medio, por ello, es en la adolescencia donde los individuos muestran mayor énfasis con las emociones y donde pasan con facilidad de las positivas a las negativas, las mismas son referidas por Salovey y Mayer (1990) como:

Un conjunto de metahabilidades que pueden ser aprendidas y estructuran el concepto en torno a cinco dimensiones básicas referidas al conocimiento de las propias emociones, a la capacidad de autocontrol, a la capacidad de automotivación, al reconocimiento de las emociones de los demás y al control de las relaciones (p. 11).

De manera que las emociones son habilidades que se encuentran a lo interno del ser, por ello, las mismas se muestran como parte de la constitución del ser humano y con base en ello, el sujeto actúa de una manera equilibrada, para ello, se asume la inteligencia emocional, como uno de los aspectos donde el sujeto asume sus emociones de una manera equilibrada y se comporta adecuadamente, de una manera asertiva con los demás desde su autoconocimiento, además ello impacta en la realidad, porque desde esta perspectiva se evidencia como los estudiantes en la adolescencia requieren del fomento de dicha inteligencia emocional.

Es importante referir que en algunos casos, los estudiantes en la clase de educación física, muestran indicadores de agresividad, donde se manifiestan comportamientos inadecuados, en el que se evidencia emociones tanto negativas, como el caso de la rabia, la frustración, la tristeza, lo que conduce a la poca valoración asertiva del estudiante en la educación física, al respecto, Domínguez (2018) indica que: “uno de los escenarios donde se aprecia mayor agresividad, es en la clase de educación física, se observa prepotencia de parte del alumno que domina los deportes, frente a aquellos que no lo hacen” (p. 29), esto desfavorece las situaciones de desarrollo integral del estudiante.

A ello se le suma que en la clase de educación física se promueve el aspecto competitivo, lo cual, causa en algunos casos la frustración en los estudiantes que no logran el desarrollo de las actividades de manera adecuada, además de lo anterior, se evidencia que cuando no se alcanza el objetivo algunos estudiantes muestran rabia y en el caso de los estudiantes con menores capacidades, como aquellos que presentan rasgos de obesidad se sienten tristes al no poder realizar las actividades de una manera adecuada, por lo que se pone en compromiso las emociones de los estudiantes, al respecto, Domínguez (ob. cit) expresa:

La clase de educación física, se torna compleja porque muchos de los docentes de esta área promueven competencias que en la mayoría de los casos sacan a flote emociones negativas, por ejemplo quien gana ocasiona bullying en quien pierde y esto fomenta los enfrentamientos, donde se da paso a la rabia, como una de las emociones reiterativas, esto desfavorece el clima de la clase (p. 21).

Como se logra apreciar, es necesario referir como las emociones negativas se apoderan de las clases de educación física, lo cual conduce a un escenario poco favorecedor de los aprendizajes significativos, esto ocasiona que como el docente siente con estas emociones perder el control del grupo aplica estrategias poco favorables como el castigo por medio de la realización de ejercicios físicos hasta que los estudiantes caigan extenuados por el cansancio, lo cual, tampoco impacta positivamente en el estudiante porque esto hace que los mismos rechacen estos procedimientos.

De manera que se presume no se están aplicando estrategias que permitan el control de las emociones en la clase de educación física, tal es el caso de la poca aplicación de la recreación, la cual no se aplica por lo que se ve comprometida la inteligencia emocional, de esta manera, el tema de las emociones se ve complicada dado que se manifiestan situaciones que están relacionadas con el desarrollo de la clase de educación física.

Lo anterior, traerá como consecuencia que algunos estudiantes rechacen la clase de educación física, puesto que no evidencian compromiso alguno en relación con la misma, además de no encontrar sentido a las clases, porque pueden evidenciar el rechazo de sus compañeros y del docente quien no encuentra los mecanismos pedagógicos para lograr una atención a todos los estudiantes.

A lo anterior, no escapan los estudiantes de los años segundo y tercero de la unidad educativa Colegio Nuestra Señora del Rosario, ubicado en Rubio, municipio Junín, donde se ha detectado por medio de un diagnóstico que los estudiantes expresan en la clase de educación física diversas emociones, en el caso del inicio se demuestran emociones positivas, como el caso de la alegría y de la disposición, no obstante en este momento de la clase, los estudiantes con alguna discapacidad física o con obesidad muestran rechazo y tristeza frente a la misma, esto se sustenta en Domínguez (2018):

La carencia de un enfoque inclusivo en la clase de educación física, pone en desventaja a los estudiantes con capacidades diversas, con alguna condición como es el caso de la obesidad, porque lejos de sentirse atraídos a la clase, se muestran tristes, porque no son tomados en cuenta en la clase, sino que se tienen que quedar como simples espectadores (p. 21).

Por lo anterior, se evidencia como la presencia de las emociones negativas es reiterativa en la clase de educación física, dado que se manifiesta un escenario discriminativo de quienes no reúnen todas las capacidades para el desarrollo de la clase de educación física, además de ello que en estos espacios son poco adecuados para el desarrollo de la inteligencia emocional, dado que el docente presta mayor atención a un logro de una clase donde el estudiante domine un deporte determinado, aunque para ello tenga que valerse de situaciones didáctica poco favorables.

Por este motivo, se busca establecer la recreación en la clase de educación física, como fundamento para la promoción del desarrollo de la inteligencia emocional en adolescentes de educación secundaria de la Unidad

Educativa Colegio Nuestra Señora del Rosario, dado que es la recreación uno de los medios por los cuales se constituye un aspecto favorable en cuanto al logro de acciones inherentes al logro de una inteligencia emocional que favorezca de manera contundente el logro de una educación de calidad.

Desde allí, es preciso reconocer que en el presente estudio se asumen consideraciones relacionadas con la recreación, la clase de educación física y la inteligencia emocional, premisas que son fundamentales en la constitución integral del sujeto y donde se fomenta la sensibilidad del estudiante y también del docente, para que así se logren escenarios formativos armónicos en los que se valoren las capacidades de todos por igual.

Por lo anterior, se presentan las siguientes interrogantes de la investigación:

¿Cómo establecer la recreación en la clase de educación física, como fundamento para la promoción del desarrollo de la inteligencia emocional en adolescentes de educación secundaria de la Unidad Educativa Colegio Nuestra Señora del Rosario?

¿Cuál es la presencia de las emociones en la clase de educación física de los estudiantes de educación secundaria?

¿Cómo es la clase de educación física en relación con el empleo de la recreación?

¿Cómo plantear la recreación en la clase de educación física, como fundamento para la promoción del desarrollo de la inteligencia emocional en adolescentes de educación secundaria?

Objetivos de la Investigación

Objetivo General:

Establecer la recreación en la clase de educación física, como fundamento para la promoción del desarrollo de la inteligencia emocional en

adolescentes de educación secundaria de la Unidad Educativa Colegio Nuestra Señora del Rosario.

Objetivos Específicos

Diagnosticar la presencia de las emociones en la clase de educación física de los estudiantes de educación secundaria.

Caracterizar la clase de educación física en relación con el empleo de la recreación.

Plantear la recreación en la clase de educación física, como fundamento para la promoción del desarrollo de la inteligencia emocional en adolescentes de educación secundaria.

Justificación de la Investigación

La recreación, es uno de los procesos en los cuales se favorece el desarrollo de la clase de educación física, por medio de evidencias que motivan al estudiante y que le permiten mostrar la innovación del docente al desarrollar las clases enfocadas hacia la concreción de situaciones en las que se favorece el desarrollo humano, por ello, la misma puede ser tomada como uno de los fundamentos que respaldan el desarrollo de la inteligencia emocional, además de ello, fomenta el interés por la clase de educación física enfocada hacia las demandas de una formación integral en la adolescencia, al respecto Damián y Mera (2017) sostienen que:

La recreación como toda actividad inherente a la trayectoria de vida de las personas, parte de un interés motivacional interno que conlleva a buscar el disfrute de la vida promoviendo el desarrollo coherente, equilibrado y armónico en todas las dimensiones del ser. Ayuda a mantenerlos activos, olvidar preocupaciones, atenuar inquietudes y desarrollar sus potencialidades en convivencia con los otros (p. 23).

Con atención en lo declarado, es necesario referir los beneficios de la recreación, como uno de los aspectos en los que se sustenta el desarrollo de la motivación, para ello, es necesario que se fomente el desarrollo de acciones recreativas que incidan en la constitución integral del ser, dado que desde allí, se genera una situación de carácter dinámico, en el que se consolida incluso la interacción con otros, poniendo en juego las emociones como un elemento cotidiano, a lo cual, no escapan las clases de educación física.

Por lo anterior, la importancia de establecer la recreación en la clase de educación física, como fundamento para la promoción del desarrollo de la inteligencia emocional en adolescentes de educación secundaria de la Unidad Educativa Colegio Nuestra Señora del Rosario, se enmarca en generar un aporte en el que se fortalecen situaciones como el caso del autoconcepto, además de ello, se logra asumir dentro de la clase de educación física la recreación, lo cual es favorable para alcanzar una mejora en la calidad de vida de los estudiantes de segundo y tercer año.

En este sentido, el estudio se justifica desde el punto de vista teórico, porque considera el empleo de teorías relacionadas con la recreación y la inteligencia emocional, además de ello, es importante referir que este estudio se convertirá en un material de consulta valioso para las comunidades académicas, así como un antecedente valioso para los investigadores que desarrollen estudios sobre el tema.

Desde el punto de vista metodológico, el estudio se justifica porque se diseñaran y aplicaran instrumentos para la recolección de la información que de acuerdo con los objetivos de la investigación corresponden a la investigación cualitativa, aunado a ello, el estudio se inscribe en la línea de investigación pedagogía motriz y ciencias aplicadas a la educación física, adscrita núcleo de investigación educación en movimiento del Instituto Pedagógico Rural “Gervasio Rubio” de la Universidad Pedagógica Experimental Libertador.

Desde el punto de vista práctico, el estudio se muestra relevante porque

pretende establecer la recreación en la clase de educación física, como fundamento para la promoción del desarrollo de la inteligencia emocional en adolescentes de educación secundaria de la Unidad Educativa Colegio Nuestra Señora del Rosario, lo cual impacta directamente en la administración de la clase de educación física.

Desde el punto de vista social, el estudio se justifica en relación con el impacto de la inteligencia emocional en las clases de educación física, donde se determinan aspectos fundamentales que además inciden en el contexto social, debido que a partir del mismo se puede lograr la correspondencia entre la recreación y la inteligencia emocional.

CAPÍTULO II

MARCO TEÓRICO

El marco teórico, es de importancia significativa para el desarrollo de la investigación, porque en este se desarrollan situaciones que permiten la construcción de conocimientos sobre los temas que inciden en el estudio, por tanto, Arias (2006) considera que el marco teórico es: “el producto de la revisión documental – bibliográfica y consiste en una recopilación de ideas, posturas de autores, conceptos y definiciones que sirven de base a la investigación por realizar” (p. 106), por ello, es necesario que se tome en cuenta la revisión documental en relación con la recopilación de ideas que reflejen el interés por adoptar conceptos.

Antecedentes de la Investigación

Los antecedentes forman parte de las investigaciones previas que se han realizado acerca del tema, y como una forma de fundamentar el estudio, por ello, es necesario considerar que se desarrollan estos desde la perspectiva internacional, nacional y regional, tal como se refiere a continuación:

Desde el punto de vista *internacional*, se presenta la investigación de Fernández y Almagro (2019), quienes ejecutaron una investigación denominada: “Relación entre motivación e inteligencia emocional en Educación Física una revisión sistemática”, el objetivo de este trabajo fue realizar una revisión sistemática para conocer el estado actual del estudio de las relaciones entre los factores sociales de la teoría de metas de logro y la teoría de la autodeterminación, las necesidades psicológicas básicas y las regulaciones motivacionales, sobre la inteligencia emocional. La búsqueda se

realizó en las bases de datos Web of Science, Scopus y SportDiscus. De los 62 resultados iniciales, se seleccionaron 6 artículos que cumplieran los criterios de elegibilidad establecidos con anterioridad. Los resultados mostraron que la orientación de meta de aproximación-tarea, el clima tarea, la satisfacción de las necesidades psicológicas básicas y los tipos de motivación más autodeterminados se asocian de forma positiva con la inteligencia emocional. De forma opuesta, la regulación motivacional externa y la desmotivación se relacionan de forma negativa con la inteligencia emocional. Asimismo, dentro de la secuencia propuesta por la teoría de la autodeterminación, la inteligencia emocional parece comportarse como un mediador entre los antecedentes sociales y la satisfacción de los mediadores psicológicos, al mismo tiempo que parece tener un efecto directo como predictor de los diferentes tipos de regulaciones motivacionales. No obstante, son necesarios más estudios que muestren causalidad entre estas variables.

La investigación referida se relaciona con la aquí planteada desde el punto de vista teórico puesto que ofrece un sustento en relación con la inteligencia emocional y la educación física, lo cual sirve de base en la comprensión del objeto de estudio.

Por su parte, Quiroz (2019) llevó a cabo una investigación denominada: Programa de actividades lúdico - recreativas "PSEMOC", basado en el modelo de inteligencia emocional de Bizquerra, para desarrollar las habilidades socio emocionales en los niños y niñas de 05 años de educación inicial de la I.E.I. N° 1639 de Chepén, 2017, el trabajo destaca el insuficiente nivel de desarrollo de las habilidades socio emocionales por parte de los niños y niñas de 05 años de educación inicial. Esta investigación es de tipo descriptiva propositiva y consistió en elaborar una propuesta del Programa de actividades lúdico - recreativas "PSEMOC", basado en el modelo de inteligencia emocional de Bizquerra, para desarrollar las habilidades socio emocionales en los niños y niñas de 05 años de educación inicial de la I.E. N° 1639, de la ciudad de Chepén, 2017.

El aporte investigativo, radica en el modelo propuesto y la propuesta en sí: El Programa de actividades lúdico - recreativas “PSEMOC”, basado en el modelo de inteligencia emocional de Bizquerra, el cual ha sido diseñado para mejorar el nivel de desarrollo de las habilidades socio emocionales en los niños y niñas de 05 años de educación inicial de la I.E. N° 1639, de la ciudad de Chepén, 2017. La lógica investigativa asumida en la solución de la problemática, posibilitó utilizar métodos teóricos y prácticos, tales como el método inductivo – deductivo y el método analítico. Es necesario señalar que, para la elaboración de esta propuesta, se partió de la evaluación realizada sobre el nivel de desarrollo de las habilidades socio emocionales de los niños y niñas de 05 años de educación inicial de la I.E. N° 1639, de la ciudad de Chepén, 2017; así como las características identificadas del grupo de estudio, permitiéndonos realizar una propuesta que constituye una alternativa para superar la problemática identificada.

La referida investigación, se relaciona con la aquí planteado, dado que asume dos premisas fundamentales como es el caso de la inteligencia emocional y de la recreación, lo cual favorece el desarrollo de las acciones enfocadas hacia las manifestaciones propias de los espacios escolares para el desarrollo de las habilidades socioemocionales.

Asimismo, se presentó el estudio Carrillo, Rivera, Riaño, Angarita y Calderón (2018) desarrollaron un estudio denominado: “Inteligencia emocional y actividad física de los estudiantes universitarios del municipio de Cúcuta”, tuvo como objetivo: analizar la diferencia de la variable de inteligencia emocional según la actividad física de los estudiantes universitarios del municipio de Cúcuta. Este estudio es de enfoque cuantitativo, diseño no experimental, alcance comparativo y corte transversal-descriptivo. Para este se utilizó una muestra de 100 estudiantes universitarios, de los cuales 50 practicaban Fitness de alta intensidad y 50 no practicaban actividad física (sedentarios), estos comprendían edades entre los 18 y 30 años de edad.

En cuanto a los instrumentos, se emplearon dos cuestionarios, para evaluar la inteligencia emocional se usó el TMMS-24 por Extremera y Fernández (2003) y para el nivel de actividad física se usó el IPAQ versión corta. Como resultados se obtuvo que en el nivel de atención emocional el 62% de la muestra presenta un nivel adecuado y el 29% un nivel bajo, en el nivel de claridad emocional el 47% de la muestra presenta un nivel adecuado y el 39% un nivel bajo y, en cuanto al nivel de reparación emocional el 63% de la muestra presenta un nivel adecuado y el 23% un nivel alto. Ahora bien, se encontró que existen diferencias significativas, a través de la prueba de U Mann Whitney, entre los estudiantes que practican actividad física y los que no en dos de las dimensiones de la inteligencia emocional, claridad emocional y reparación emocional, exceptuando la atención emocional, donde no se hallaron diferencias significativas entre ambos grupos.

La referida investigación, genera un aporte al presente estudio, dado que en la misma se trabaja con la inteligencia emocional, lo cual da un sustento al desarrollo de este trabajo, es de esta manera que su relación, es de naturaleza teórica, enfocada en la definición de inteligencia emocional.

En el mismo orden de ideas, Gutiérrez e Ibáñez (2017) llevaron a cabo una investigación denominada: “El profesor de educación física y la inteligencia emocional”, la asignatura de educación física tiene unas características que la hacen idónea para el desarrollo de las habilidades de gestión y regulación emocional en los alumnos. Pero la inteligencia emocional que está desarrollándose en las aulas de educación física debe tener como paso previo la formación de los docentes en estas habilidades emocionales. En este trabajo se presentan los resultados del análisis sobre el perfil emocional de los futuros profesores de educación física a través de una medida de autopercepción y habilidad en Inteligencia Emocional.

Este artículo refiere la importancia de la inteligencia emocional dentro de la educación física, razón suficiente para ser tomado en cuenta dentro de la

investigación, puesto que ofrece un aporte teórico que ayuda a comprender esa relación entre ambos constructos.

Ahora bien, es importante adentrarse en el contexto **nacional**, Reyes (2019) desarrollo una investigación denominada: percepción de los profesionales de la educación física, actividad física, deporte y recreación sobre el impacto de estos campos en América Latina, El trabajo tuvo como propósito conocer la percepción de profesionales de la Educación Física, la actividad física, el deporte y la recreación, con respecto al impacto de estos campos profesionales en los procesos de transformación social, cultural, política y económica de América Latina. La indagación se llevó a cabo durante los años 2017 y 2018 con la aplicación de un cuestionario en el que participaron representantes de 17 países latinoamericanos.

La percepción del grupo consultado se inclina en razón de un impacto positivo de los campos en cuestión en procesos de transformación a nivel nacional y en la región que congrega América Latina, considerando como desafío el que estos mismos campos trasciendan al ejercicio de los marcos disciplinares tradicionalmente asignados, esto es, ampliando su rango de acción hacia temas como la integración regional, el desarrollo de valores y derechos sociales, su consolidación en el contexto de la agenda pública liderando procesos de articulación con otros sectores, configurando redes en la política pública, y generando además espacios de democratización, participación, equidad e inclusión, la constitución de un sujeto político, entre otros elementos.

De acuerdo con lo referido en esta investigación, se toma en cuenta porque aporta diferentes elementos desde el punto de vista de la creación, para que desde allí, se fomente el interés por lograr un conocimiento enfocado en la recreación no solo en Venezuela sino en América Latina.

En el mismo orden de ideas, se presenta el estudio de Ramírez y Escalona (2019) denominado: “Cultura física: más que dos horas de educación física”, La salud a nivel mundial está considerada como la principal prioridad

de toda política de Estado, y es por eso, que existen diversos estudios que durante años han realizado diferentes investigadores, para mejorar el estado físico y mental de las personas. En ese sentido, se reconoce la importancia que significa para el cuerpo mantener el equilibrio físico y psíquico, que permita desarrollar las actividades cotidianas dentro de una sociedad activa. Sin embargo, en Venezuela y en otros países de América Latina, se develan altos niveles de sedentarismo, lo que a su vez ocasiona obesidad, el desarrollo de enfermedades y hasta la muerte. El presente artículo, es un ensayo en el que se presenta el concepto de Cultura Física como alternativa para disminuir el sedentarismo; igualmente, se argumenta acerca de las razones por las cuales se debe fomentar esta cultura en todos los niveles educativos, y en especial en el universitario.

De acuerdo con lo anterior, es pertinente reconocer que el aporte que subyace desde la referida investigación, se asume desde la definición de la clase de educación física, el cual es uno de los aportes fundamentales para el desarrollo de la presente investigación.

Por su parte, García y Montero (2020), llevaron a cabo una investigación denominada: “Estado emocional de estudiantes del colegio “Pablo VI” en el contexto social venezolano y su relación con los procesos cognitivos”, investigación, pretende determinar el grado de relación entre el estado emocional del estudiante de 1er Año del Colegio “Pablo VI” y los procesos cognitivos que éste desarrolla. Se desarrolla estudio de tipo descriptivo correlacional, se utilizaron dos test estandarizados como instrumentos. Las variables fueron descritas y relacionadas en el contexto social-económico de Venezuela, existe la intención de generar conocimiento que ayude en la resolución de la problemática que subyace en el estudio, proponiendo recomendaciones a docentes y directivos en pro del bienestar estudiantil.

Fueron utilizadas bases teóricas que sustentan las ideas y posibles escenarios en estudio. Fue considerada una muestra de 11 estudiantes a quienes se les aplicó los test, obteniendo los resultados que fueron tabulados

y graficados a través de la estadística descriptiva y utilizando el coeficiente de correlación de Spearman, los resultados permitieron tener una visión de que existe una alta relación entre las variables estudiadas.

El referido antecedente, se empleó debido a los elementos que tienen que ver con la inteligencia emocional, por ello, es necesario que se tomen en cuenta estos elementos que son un sustento teórico para la presente investigación. Es importante aclarar que no se lograron ubicar antecedentes en el plano **regional**, lo cual hace innovadora la presente investigación, este es uno de los intereses fundamentales en relación con la constitución de evidencias que son necesarias para el estudio de la recreación, la clase de educación física y la inteligencia emocional.

En consecuencia, cada uno de los antecedentes consultados y seleccionados para la presente investigación, aportan connotaciones conceptuales que son la base de desarrollo de la investigación, tanto desde el punto de vista teórico, como desde el punto de vista metodológico, por lo que se manifiestan aspectos que son esenciales en relación tanto con la inteligencia emocional, la recreación y la educación física.

Bases Teóricas

Las bases teóricas, son elementos que sustentan el desarrollo de los principales elementos que sustentan la investigación y desde donde emergen las ideas fundamentales para el estudio, por ello, Arias (2006) quien señala: “el marco teórico, contiene los fundamentos documentales y bibliográficos de los cuales se sirve el investigador para tener un dominio sobre el tema que está desarrollando” (p. 29), en este sentido, las premisas se asumen en relación con lo que se establece en los objetivos de la investigación, tal como a continuación se desarrollan:

Inteligencia Emocional

La inteligencia emocional, es uno de los aspectos que se destaca en función del equilibrio con la cual la persona demuestra sus emociones en la realidad, por ello, es necesario Goleman (1997a) la define como el: “Conjunto de habilidades entre las que destacan el autocontrol, el entusiasmo, la perseverancia y la capacidad para motivarse a uno mismo. La puerta para la alfabetización emocional siempre está abierta y a las escuelas les corresponde suplir las deficiencias” (p.27), de esta manera, es la inteligencia emocional es la habilidad en la que se manifiesta el autocontrol de la persona, como uno de los aspectos en los cuales se presente un sujeto armónico.

Aunado a lo anterior, Goleman (1997b), señala que: “la inteligencia emocional se estructura en torno a dos grandes grupos de competencias: las competencias personales –capacidades y habilidades de tipo emocional que se dan en una misma persona- y las competencias sociales, fruto de las relaciones entre personas” (p.124), es entonces la inteligencia emocional, uno de los aspectos en los cuales se presentan competencias personales, donde se evidencia lo emocional, como parte de esa la individualidad del ser, pero también se asumen las competencias sociales, donde la persona demuestra la capacidad para tratar sus emociones en relación con el contexto.

Además de ello, Goleman (1997b) sostiene que: “el término de inteligencia emocional para referirse a la capacidad de sentir, entender, controlar y modificar los estados de ánimo propios y ajenos” (p.215), por tanto, es la inteligencia emocional, uno de los aspectos en los cuales se toman en cuenta la capacidad de sentir, de entender, de controlar y de modificar los estados de ánimo, todo ello, se evidencian aspectos en los que se favorece el desarrollo de la personalidad en relación con la asertividad.

Sobre este particular, Izard (2010) refiere que la inteligencia emocional es la: “capacidad independiente de la personalidad, susceptible de ser aprendida o modificada y que evoluciona a lo largo del desarrollo cognitivo y madurativo de los sujetos” (p. 29), por tanto, en este caso se asume la

susceptibilidad, como uno de los aspectos que se asume desde el desarrollo cognitivo, desde esta perspectiva es necesario que se fomente el desarrollo de acciones con énfasis en un equilibrio propio de la realidad.

Por esta razón Thorndike y Stern (1937) definen la inteligencia emocional como: “Un conjunto de habilidades distintas o un conjunto de hábitos sociales y actitudes específicas de cada uno” (p. 275), de acuerdo con esto, es importante reconocer como la inteligencia emocional, es uno de los aspectos que inciden en demostrar actitudes de agrado, donde la persona se muestre como uno sujeto que logra entender los estímulos del medio y que con base en estos se fomenta el interés por alcanzar un desarrollo adecuado. Por lo anterior, Izard (2010) referencia que:

El que la IE se diera a conocer de manera masiva fue algo positivo, pero se notaba una limitación desde un punto de vista científico: la relación entre su popularidad y el número de investigaciones realizadas sobre el constructo era inversa (p. 22).

De acuerdo con estos señalamientos, es importante considerar como la IE, es uno de los aspectos en lo que se toma en cuenta la asertividad de lo imparcial, no se trata de ser positivos siempre o de ser negativos, por el contrario, se trata de que ante una circunstancia imprevista se actué de manera adecuada sin perder el control, todo esto favorece el desarrollo integral del sujeto, con énfasis en la demanda del medio.

La inteligencia emocional, es uno de los campos de mayor auge en la actualidad académica, dado que muchos asumen la misma como elemento en el que se le presta atención a ese autocontrol que debe mostrar la persona, al respecto, Mesa (2015):

En el siglo XXI las corrientes académicas y estudios empíricos sobre el tema de IE se fueron multiplicando y el objetivo de los investigadores fue entonces operacionalizar el constructo mediante medidas de evaluación y aportar evidencia empírica sobre la validez predictiva del constructo (p. 12).

Tal como se logra apreciar, el creciente auge de la IE en este siglo XXI, favorece el desarrollo de las competencias cognitivas, por ello, se manifiesta como uno de los elementos que favorece el desarrollo de los sujetos en función de actuar de una manera adecuada, por ello, Extremera y Fernández (2005) consideran que:

El modelo de habilidad concibe la IE como una inteligencia genuina basada en el uso adaptativo de las emociones y la aplicación de esta al pensamiento. Se centra exclusivamente en el procesamiento emocional de la información y en el estudio de las capacidades relacionadas con dicho procesamiento (p. 32).

De acuerdo con lo anterior, es preciso considerar como es la inteligencia emocional, uno de los aspectos genuinos con la cual, se asume un fundamento adaptativo, en el que se valoran las acciones donde se aplican las emociones, por este motivo, es pertinente que se favorezca el desarrollo de las capacidades enfocados siempre hacia el logro de una persona integral, donde se favorezcan las capacidades de los estudiantes, por este particular, Salovey y Mayer (1990), indican que: “una parte de la inteligencia social que incluye la capacidad de controlar nuestras emociones y las de los demás, discriminar entre ellas y usar dicha información para guiar nuestro pensamiento y nuestros comportamientos” (p. 239), de esta forma, es la inteligencia uno de los aspectos en los que se favorece la capacidad para adaptar las emociones a las situaciones que se presentan dentro de la realidad, adicionalmente Salovey y Mayer (1990) expresan que:

Para operacionalizar este constructo se consideró la posibilidad de utilizar medidas de habilidad, pero concluyeron que no eran adecuadas debido al carácter subjetivo de las emociones, y optaron por utilizar medidas de autoinforme. Esto llevo a la creación del Trait Meta Mood Scale (TMMS) y el State Meta Mood Scale (SMMS). El SMMS se centra en la valoración del estado de ánimo mientras que el TMMS tiene como propósito medir tres componentes cognitivos del constructo de IE: atención a los sentimientos (el grado de atención que presta el individuo a sus estados emocionales), claridad (la habilidad de entender y discriminar entre sus sentimientos) y reparación emocional (la habilidad de regular las

emociones y reparar experiencias emocionales negativa (p. 99)

Como se logra apreciar, es necesario que se tome en cuenta la posibilidad de asumir la IE, como una de las habilidades en las que se destaca el interés por asumir acciones en la que se operativiza la misma, es decir, donde se valora esta como uno de los aspectos en los cuales se concreta la adopción de las emociones, con base en los sentimientos de la persona, es así como las habilidades del sujeto, se destacan en función de acciones inherentes al logro de experiencias que sean favorables para la superación de las emociones negativas.

Uno de los aspectos que favorece el desarrollo de la inteligencia emocional, se enmarca en la empatía, al respecto, Goleman (1995) reconoce que: “La empatía, la comprensión de los sentimientos de los demás, lo cual implica asumir su punto de vista y respetar las diferencias existentes en el modo en que las personas experimentan los sentimientos” (p. 168), es la empatía uno de los elementos que asume la persona con relación en la concreción de evidencias que sirven de base en el respeto hacia los demás y hacia esa diversidad que presentan las personas.

Asimismo, se debe poner de manifiesto el autocontrol, como lo refiere López, M. & Gonzalez, M (citado por Molina 2019) “autoconocimiento es la capacidad de conocer los propios estados emocionales que se manifiestan a través de las emociones, las personas adquieren capacidad para reconocer cuales de las emociones son propias y cuáles son las de los demás.” (p. 29), es esencial el autoconocimiento, como una de las formas que buscan favorecer la emocionalidad del individuo, porque es desde allí donde se reconoce el impacto de dichas emociones en la realidad.

En consecuencia, es la inteligencia emocional, uno de los constructos que favorece el desarrollo de los estudiantes en cualquier edad, sobre todo en la adolescencia, donde la demanda es establecer un sistema de vida, en la que el sujeto se sienta identificado y como tal se definen situaciones que

enfocan el desarrollo humano hacia la integralidad, con atención en los señalamientos teóricos que fomentan el interés por este tipo de inteligencia.

Clase de Educación Física

La clase de educación física, es uno de los aspectos en los cuales se favorece el desarrollo humano, porque se busca por medio del ejercicio y de otras actividades didácticas el desarrollo de la mente y el cuerpo en armonía, al respecto, Rauseo (2010) sostiene que:

La Educación Física es un eficaz instrumento de la pedagogía, por cuanto ayuda a desarrollar las cualidades básicas del hombre como unidad bio-sico-social. Contribuye al accionar educativo con sus fundamentos científicos y sus vínculos interdisciplinarios apoyándose entonces en la filosofía, la psicología, la biología (p. 45).

Con atención en lo anterior, es la clase de educación física uno de los medios por los cuales, el docente de esta área pone de manifiesto la pedagogía, como uno de los medios donde se comprende al estudiante como un ser integral desde las dimensiones biopsicosociales, en esta complejidad, por ello, los docentes de esta área deben partir de la valoración de las capacidades de los estudiantes, con base en las demandas que se manifiestan como un área de carácter interdisciplinario, para ello, las acciones se enfocan desde lo didáctico con base en otras áreas como es el caso de la filosofía, de la psicología, entre otros aspectos de interés.

Además de ello, es pertinente reconocer que la clase de educación física de acuerdo con Rauseo (ob. cit): “Tiene una acción determinante en la conservación y desarrollo de la salud en cuanto ayuda al ser humano a ajustar pertinentemente las reacciones y comportamientos a las condiciones del mundo exterior” (p. 45), es por ello que la clase de educación física, promueve el interés de los estudiantes hacia la misma, como una de las formas en las que se manifiesta el logro de reacciones que permiten mostrarse de manera asertiva en la realidad.

En este sentido, Rauseo (2010) considera que la clase de educación física influye: “Específicamente, en el adolescente, ayuda a sobrellevar las agresiones propias de la vida cotidiana y del medio y a afrontar el presente y el futuro con una actitud positiva” (p. 45), de manera que la clase de educación física favorece el desarrollo de los adolescentes, porque en la misma se pueden lograr las herramientas para que se enfrenten a la vida de una forma asertiva y adecuada a las demandas del medio.

La clase de educación física, muestra connotaciones favorables, para lo cual, Villa y Torrego (2011) sostienen:

Promueve y facilita a los individuos el alcanzar a comprender su propio cuerpo, sus posibilidades, a conocer y dominar un número variado de actividades corporales y deportivas, de modo que en el futuro pueda escoger las más convenientes para su desarrollo y recreación personal, mejorando a su vez su calidad de vida por medio del enriquecimiento y disfrute personal y la relación a los demás (p. 78).

De acuerdo con lo anterior, se evidencia entonces como la clase de educación física, parte del trabajo pedagógico con el cuerpo, es decir, es este asumido como el principal recursos, por lo cual, se asume el desarrollo de actividades corporales, en las que se manifiesta el desarrollo integral del sujeto, con base en ello, es pertinente que también el docente aplique actividades deportivas y logre demostrar un equilibrio entre este y lo didáctico, por tanto se promueve el enriquecimiento de las acciones que se conjugan en las prácticas pedagógicas de la educación física.

En esa comprensión compleja de la realidad en la cual se expresa el desarrollo de la clase de educación física, Villa y Torrego (ob. cit) sostienen que:

La Educación Física se considera como área obligatoria según lineamientos educativos. Se ha constituido como disciplina fundamental para la educación y formación integral del ser humano, especialmente si es implementada en edad temprana, por cuanto posibilita en el niño desarrollar destrezas

motoras, cognitivas y afectivas esenciales para su diario vivir y como proceso para su proyecto de vida. (p. 78).

Por lo anterior, la clase de educación física, es un medio normativo, dado que corresponde con el currículo de formación en los diferentes niveles, por ello, como disciplina educativa no pierde de vista la formación integral de los estudiantes, lo cual es favorable, porque desde esta perspectiva se conjugan evidencias que favorecen el desarrollo de los niños, al respecto se desarrollan en estas clases destrezas en los diferentes planos, como es el caso de lo motor, lo cognitivo, lo afectivo y como es el caso del presente estudio lo emocional, incluso puede ser tomada como un proyecto de vida que contribuya con el desarrollo integral humano.

A lo anterior, es preciso referir las consideraciones de Meléndez (2010) quien expresa que la clase de educación física:

Es la base para que el niño despierte su motricidad e inteligencia en la adquisición de experiencias para el desarrollo del conocimiento; con la educación física se logra mejorar las relaciones interpersonales y de grupo; porque es fundamental el ejercicio físico bien orientado que ayude a alcanzar un desarrollo armonioso, a mejorar la postura, el caminar (p. 32).

Por lo referido, es preciso reconocer como el desarrollo de la clase de educación física, apunta hacia el logro de evidencias que reflejan un interés constante en el que se favorecen las experiencias por parte del docente, las cuales apuntan a la dinamización de las clases de educación física, por ello, es necesario reconocer que en estas clases se establece el logro de relaciones interpersonales, las cuales apuntan a la conformación de grupos, que promueven el ejercicio físico, donde se atiende el desarrollo armónico del sujeto.

En este sentido, Meléndez (ob. cit) destaca que la clase de educación física: “mejora a través de las actividades físicas, la capacidad motora básica para el desarrollo de procesos de crecimiento físicos-conocimientos, personalidad e interacciones sociales” (p. 32), las

aseveraciones previamente referidas, se evidencian en función de una habilidad que el sujeto demuestra dentro de la clase de educación física, con énfasis en el logro de un crecimiento, donde se fomenten las interacciones sociales.

Recreación

La recreación, es uno de los medios en los cuales se manifiestan situaciones que son favorables para el ser humano, con base en esta se logra que la persona tome como fundamento su diversión desde luego de una manera sana, al respecto, es importante considerarla misma como una actividad académica que favorece el desarrollo de los seres humanos, por este motivo, Rico (2012) señala:

La Recreación es la actitud positiva del individuo hacia la vida en el desarrollo de actividades para el tiempo, que le permitan trascender los límites de la conciencia y el logro del equilibrio biológico y social, que dan como resultado una buena salud y una mejor calidad de vida. (p. 98).

Como se logra apreciar, es necesario que se reconozca la actitud positiva de la recreación, con énfasis en las acciones encaminadas, hacia el aprovechamiento de acciones en las que se favorezca el logro de evidencias donde además se promueve un equilibrio entre lo biológico y lo social, estas situaciones se asumen como una forma de mejorar la calidad de vida, porque es la recreación uno de los medios por los cuales se favorece la buena salud, en este sentido, Dávila (2010) manifiesta:

Vale destacarse de todos modos que existen algunas actividades instaladas como recreativas y que muchas personas se inclinan por desplegarlas, entre las más populares se cuentan: ir al cine, al teatro, participar de alguna excursión que implique pasar una jornada al aire libre y realizando actividades deportivas o vinculadas al acercamiento con la naturaleza, practicar algún deporte como es el caso del fútbol, tenis, hockey, natación, entre otros (p. 79).

De acuerdo con lo descrito, se evidencia como el desarrollo de la recreación, se asume desde diferentes actividades de las cuales se aprovecha el ser humano, con énfasis en lograr una mejora efectiva en los procesos de acción, donde se presentan situaciones cotidianas de recreación como el caso de lo desplegado en el aire libre o la práctica de algún deporte con fines recreativos, es allí, donde se asume el desarrollo de la clase de educación física, desde una perspectiva donde se enfoque el logro de una práctica constante recreativa, pero a la vez formativa, donde se promueva la construcción de aprendizajes significativos.

Aunado a lo anterior, es pertinente reconocer que la recreación favorece el desarrollo humano, tal como lo refiere Dávila (2010). “La recreación se da normalmente a través de la generación de espacios en los que los individuos pueden participar libremente de acuerdo a sus intereses y preferencias” (p. 79), por tanto, la recreación se convierte en un sustento para la participación de los estudiantes en la clase de educación física, todo ello, fomenta la atención a los intereses y preferencias que posee el estudiante en relación con el desarrollo de una clase armónica.

En este mismo orden de ideas, Dávila (ob. cit), considera que: “La recreación se diferencia de otras situaciones de relajación tales como el dormir o descansar ya que implica siempre una participación más o menos activa de la persona en las actividades a desarrollar” (p. 79), por lo anterior, es pertinente referir como la recreación se evidencia como uno de los aspectos en los cuales se destaca el carácter participativo del mismo, por ello, dentro de la clase de educación física, el interés se enfoca hacia el logro de acciones recreativas que promuevan el desarrollo de destrezas en los estudiantes.

Desde estas consideraciones, es pertinente reconocer el valor de la recreación con énfasis en las declaraciones de Rojas (2012) quien sostiene que:

Ha sido científicamente comprobado que aquellas personas que se ven inmersas en sus rutinas laborales y que no dedican espacios a experiencias de recreación, suelen sufrir por lo general mayores

niveles de stress, angustia y/o ansiedad. Por tanto, la recreación sirve al ser humano no sólo para activar el cuerpo, sino también para mantener en un sano equilibrio a la mente (p. 125).

De acuerdo con lo expresado, es pertinente reflexionar con relación en las situaciones específicas de la recreación, al respecto, es importante asumir que la misma le permite al ser humano para lograr liberarse de tensiones, tales como el caso del estrés, de las angustias, en el caso de la adolescencia se demanda de la recreación, porque es uno de los medios por los cuales, el sujeto logra activar el cuerpo, para nadie es un secreto que en la actualidad se presenta en adolescente el uso constante de la tecnología, aspecto que lo aísla, por ello en este caso, la recreación favorece al estudiante, porque le permite despertarse, participar con los demás en actividades que favorezcan su desarrollo.

Por lo anterior, Adames (2011) señala: “Está demostrado que quien logra canalizar por algún lado sus pesares cotidianos se sentirá mucho más feliz y conforme con su vida y aún más será capaz de enfrentar y superar el estrés con otra postura” (p. 189), en este caso, es importante referir que la recreación contribuye con el logro de una persona feliz, proactiva, es decir, promueve el logro de emociones positivas, lo cual actúa de manera inminente en relación con la concreción de un sujeto que reconozca el valor de la estabilidad emocional.

Asimismo, es importante reconocer que Adame (ob. cit) establece en sus postulados que: “La recreación como actividad organizada puede desarrollarse tanto en espacios abiertos como en espacios cerrados. Claros ejemplos del primer caso serían todo tipo de actividades a realizar en parques, plazas o en la naturaleza” (p. 189), por lo descrito, es importante que se manifieste el interés por la recreación, donde se promueva una construcción de la cultura recreativa, con énfasis en actividades que en el caso concreto de la investigación se desarrollen en el escenario destinado para la clase de educación física.

Asimismo, es necesario que se tome en cuenta lo señalado por Villalobos (2010) quien refiere:

En términos generales, la palabra recreación se refiere a un proceso específico que tiene la finalidad de volver a hacer algo o construir de nueva cuenta algo o, por otra parte, a una actividad lúdica o un pasatiempo que entretiene a una persona. En todo caso, se trata de una actividad, ya sea física o intelectual, donde existe un sujeto que la realiza y que, en la mayoría de los casos, la determina (p. 142).

Con atención en lo anterior, es preciso destacar como la recreación lleva implícita la esencia lúdica, en la que se destaca el interés por asumir juegos que redunden en el entretenimiento de una persona, cuando este postulado es asumido en la clase de educación física, el estudiante se motiva, dado que se asume el juego como una de las características pedagógicas, donde se favorece el desarrollo del estudiante, por ello, es la recreación uno de los elementos que fomenta el interés en función de las demandas de la realidad, para que de esta manera se logre establecer una adopción dinámica de la clase de educación física, de esta manera Villalobos (ob. cit) sostienen que:

La recreación se puede clasificar de distintas maneras, según sea la finalidad que tiene dicha actividad. Así las cosas, la recreación tiene diferentes resultados o principios, los cuales dependen principalmente del papel que toma el sujeto, el tipo de actividad que se realiza o los resultados que se obtienen al hacerlo. (p. 42).

En el caso de la presente investigación, la recreación asume una finalidad motivadora, con énfasis en promover el desarrollo de la inteligencia emocional en adolescentes, por ello, es pertinente que se tomen en cuenta los resultados que se generan, como una de las formas de orientar los procesos en los que se define una acción formativa, donde se logre establecer un equilibrio entre la clase de educación física, la recreación y la inteligencia emocional, es así como esta fusión lograra enfocar un accionar pedagógico enfocado desde los principios de sensibilidad y valoración integral del estudiante.

Bases Legales

El objeto de estudio manifestó la incorporación de algunos fenómenos a nivel legal que permitan visualizar el mismo, para lograr un impacto adecuado dentro de la realidad, en relación a ello, la Constitución de la República Bolivariana de Venezuela (2000), establece:

Artículo 101. El Estado garantizará la emisión, recepción y circulación de la información cultural. Los medios de comunicación tienen el deber de coadyuvar a la difusión de los valores de la tradición popular y la obra de los o las artistas, escritores, escritoras, compositores, compositoras, cineastas, científicos, científicas y demás creadores y creadoras culturales del país. Los medios televisivos deberán incorporar subtítulos y traducción a la lengua de señas, para las personas con problemas auditivos. La ley establecerá los términos y modalidades de estas obligaciones.

De acuerdo con lo anterior, la educación es uno de los elementos a nivel cultural que el estado debe brindar al pueblo, así como también el derecho a la información, con énfasis en el desarrollo social y profesional de estos, en el caso concreto de la investigación se hace referencia a este artículo, por cuanto se abordan las tecnologías de la información y la comunicación con base en los contextos escolares, dentro de la misma constitución se destaca:

Artículo 102. La educación es un derecho humano y un deber social fundamental, es democrática, gratuita y obligatoria. El Estado la asumirá como función indeclinable y de máximo interés en todos sus niveles y modalidades, y como instrumento de conocimiento científico, humanístico y tecnológico al servicio de la sociedad. La educación es un servicio público y está fundamentada en el respeto a todas las corrientes del pensamiento, con la finalidad de desarrollar el potencial creativo de cada ser humano y el pleno ejercicio de su personalidad en una sociedad democrática basada en la valoración ética del trabajo y en la participación activa, consciente y solidaria en los procesos de transformación social consustanciados con los valores de la identidad nacional, y con una visión latinoamericana y universal. El Estado, con la participación de las familias y la sociedad, promoverá el proceso de educación ciudadana de acuerdo con los principios contenidos de esta Constitución y en la ley.

En este caso, se plantea la educación como un derecho y un deber social, de allí la necesidad de incorporar este artículo, puesto que la educación es necesaria para el manejo de las tecnologías de la información y la comunicación y para la administración de la educación física en sus diferentes niveles, de igual forma es pertinente hacer mención a lo expuesto en la misma constitución:

Artículo 111. Todas las personas tienen derecho al deporte y a la recreación como actividad que benefician la calidad de vida individual y colectiva. El Estado asumirá el deporte y la recreación como política de educación y salud pública y garantizará los recursos para su promoción. La educación física y el deporte cumplen un papel fundamental en la formación integral de la niñez y adolescencia. Su enseñanza es obligatoria en todos los niveles de la educación pública y privada hasta el ciclo diversificado, con las excepciones que establezca la ley. El Estado garantizará la atención integral de los y las deportistas sin discriminación alguna, así como el apoyo al deporte de alta competencia y la evaluación y regulación de las entidades deportivas del sector público y del privado, de conformidad con la ley. La ley establecerá incentivos y estímulos a las personas, instituciones y comunidades que promuevan a los y las atletas y desarrollen o financien planes, programas y actividades deportivas en el país.

En este caso, la constitución presta especial relevancia a la calidad de vida, mediante la formación integral, la cual se obtiene con el desarrollo de la educación física y el deporte, como una forma de mantener la armonía en el ser humano y su desarrollo, dentro del estudio, su empleo es el adecuado, puesto que sustenta a la educación física.

CAPÍTULO III

MARCO METODOLÓGICO

Naturaleza del Estudio

La constitución del conocimiento, se refleja como uno de los elementos que requiere de un proceso de investigación científica, al respecto, es necesario sostener que el presente estudio tuvo como objetivo general: Establecer la recreación en la clase de educación física, como fundamento para la promoción del desarrollo de la inteligencia emocional en adolescentes de educación secundaria de la Unidad Educativa Colegio Nuestra Señora del Rosario, para ello, se tomó en cuenta el paradigma postpositivista, que según Hurtado (2006): “Usado principalmente en las ciencias sociales que se basa en cortes metodológicos basados en principios teóricos tales como la fenomenología, la hermenéutica, la interacción social empleando métodos de recolección de datos que son no cuantitativos” (p. 29).

De esta manera, es necesario considerar que el paradigma postpositivista refiere situaciones en las que se favorece la subjetividad como uno de los elementos específicos de la interacción social, por ello, en este paradigma se privilegia el trabajo directo con los sujetos de la investigación, con base en un proceso de recolección abierta, donde se lograron concebir situaciones en las que se conjugan procedimientos complejos en los que permite comprender la realidad.

Por lo anterior, como una de las formas para operativizar el paradigma, refiere el empleo del enfoque cualitativo que según Hurtado (ob. cit), de acuerdo con: “Su propósito de explorar las relaciones sociales y describir la realidad tal como la experimentan sus correspondientes protagonistas. La

investigación cualitativa requiere un profundo entendimiento del comportamiento humano y las razones que lo gobiernan” (p. 32), desde esta perspectiva, es necesario que se manifieste el interés por desarrollar una investigación cuyas relaciones sociales tienen su esencia en la inteligencia emocional, con énfasis en la recreación con base en la clase de educación física.

Por lo anterior, se desarrolló un método fenomenológico, Martínez (2006) refiere que: “la fenomenología es el estudio de los fenómenos tal como son experimentados, vividos y percibidos para el hombre” (p.137), en el mismo orden de ideas, se considera un diseño de campo que según con Sabino (2002) consiste en: “El proceso de Investigación se basa en informaciones obtenidas directamente de la realidad, permitiéndole al investigador cerciorarse de las condiciones reales en que se han conseguido los datos” (p. 23), de acuerdo con estos señalamientos, es necesario asumir que la investigación se asumirá por medio de un método fenomenológico, debido a los elementos relacionados con la recreación, la inteligencia emocional y la clase de educación física.

Escenario e Informantes Clave

Para el desarrollo de este particular, es necesario hacer referencia a lo expuesto por Taylor y Bogdan (2004):

...entre los elementos comunes o que comparte una comunidad, el contexto geográfico, las condiciones socioeconómicas, ocupación o problemáticas particulares, lengua, historia etc., esto permite utilizar el término comunidad para hacer referencia a grupos como "comunidad" del barrio X, la "comunidad" de alumnos de un colegio, la "comunidad" de artistas o la "comunidad" de madres, tan disímiles en sus características como en su composición y aun en su tamaño, (p.26).

Por lo anterior, el contexto definido para la investigación será la Unidad Educativa Colegio Nuestra Señora del Rosario, ubicada en la ciudad de Rubio,

municipio Junín del estado Táchira, es una institución de reconocida trayectoria, la cual lleva más de 35 años de labor formativa en la ciudad. En esta institución, se administra educación inicial, educación primaria y educación secundaria, para este estudio, se trabajó con educación secundaria, específicamente con segundo y tercer año.

En el referido escenario se seleccionaron a los informantes clave quienes son los que ofrecen la información necesaria para el desarrollo de la investigación, al respecto, Taylor y Bodgan (2003) los definen como:

Aquellos individuos en posesión de conocimientos, status o destrezas comunicativas especiales, cuyas actitudes y formas de actuar ante el grupo representen casos extremadamente particulares o atípicos ya sea en términos positivos o negativos, de la situación objeto de estudio y que están dispuestos a cooperar con el investigador (p.163).

De acuerdo con lo anterior, los informantes clave, son sujetos que generan la información necesaria, con la finalidad de promover las situaciones particulares que requiere la investigación, es decir, son un grupo de sujetos que poseen la información necesaria, con la finalidad de apoyar al investigador para que concrete las evidencias necesarias en el desarrollo de la investigación, por este particular, los informantes clave quedaron constituidos de la siguiente manera:

Cuadro 1.
Informantes Clave

Informante	Características	Identificación
2 Docentes	- Profesores de educación física	DEF1
	- 3 años de servicio	DEF2
	- Experiencia en el área de la recreación	

3 Estudiantes	-.	Estudiantes de segundo y tercer año	EES1
		de educación secundaria	EES2
	-.	Desempeño adecuado en la clase de	EES3
		educación física	
	-.	Disposición	

Fuente: Flórez (2022)

Los referidos informantes se seleccionaron de acuerdo con los siguientes criterios:

1. **Intencionalidad:** El investigador selecciona los informantes de acuerdo a la intención del estudio
2. **Disposición:** Se seleccionan los investigadores que tengan la soltura para ofrecer la información.
3. **Conocimiento:** Los informantes seleccionados, poseen la información necesaria requerida para la investigación.

Técnicas e Instrumentos de Recolección de la Información

Para la recolección de la información, se aplicó una entrevista semi estructurada, de acuerdo con Kvale (2011) sostiene: “Las entrevistas son uno de los principales enfoques en la recogida de datos en la investigación cualitativa. Conocemos una variedad de formas de hacer entrevistas con objetivos y principios diferentes” (p. 42), en este sentido, es importante considerar que la entrevista semi estructurada, es un dialogo abierto que constituyó una conversación entre el investigador y los investigados, con la finalidad de acceder a la investigación de una manera adecuada.

Las evidencias que se generaron de la entrevista, fueron registradas en una grabación de voz, previa autorización de los informantes, a ello, se le sumó que el investigador contó con un cuaderno de notas de campo, donde se registraron elementos que se presentaron en la realidad, por ello, fue

necesario que se generara todo un proceso holístico para la captación de la información, por lo que se accedió a la información de una manera precisa, gracias a la disposición de los informantes clave.

Criterio de Calidad de la Investigación

En este caso, es importante tomar en cuenta el criterio de validez, al respecto, Tejada (2005) sostiene que es: "... el grado de precisión con que la entrevista utilizada recolecta la información realmente a lo que está destinado a investigar" (p. 26), con atención en lo anterior, en este caso, la validez de la investigación se estableció en función de la calidad de información que otorgaron los informantes clave, por ello, las preguntas de la entrevista debieron tener la misma esencia para ambos casos, es decir, tanto para el docente, como para los estudiantes.

Además de lo anterior, es preciso manejar el criterio de fiabilidad, el cual, es referido por Martínez (2006) quien señala que: "la fiabilidad de la información puede variar mucho, recomienda contrastarla, usar técnicas de triangulación; para el presente trabajo, la validez la dará la triangulación evidenciada por los testimonios de los actores de la investigación" (p. 129), al respecto, la técnica que se empleó en esta investigación para tal fin fue la triangulación de la información ofrecida por los docentes, los estudiantes y el fundamento teórico.

Procedimiento para el Análisis de la Información

Para llevar a cabo el proceso de análisis de la información, se requirió de elementos que fueron esenciales en relación con la comprensión del objeto de estudio, para ello, Martínez (2009) propone el proceso de reducción:

La reducción de datos es una clase de operación que se realiza a lo largo de todo el proceso de investigación y puede hacerse de distintas formas (conceptual, numérica o gráficamente, como se

indicó), pero que en la investigación cualitativa se refiere más que nada a la categorización y dosificación de los datos. (p. 211).

Por este motivo, es necesario considerar que la reducción de la información, consistió en la revisión de los hallazgos ofrecidos por los informantes y ubicarlos de acuerdo con un proceso de codificación, en el que se involucra lo selectivo, lo axial y la codificación abierta, con la finalidad de comprender el objeto de estudio, para tal fin se desarrolló un proceso en el que se involucró el paquete ofimático Atlas Ti, versión 8.4 para así sistematizar la información otorgada por los informantes clave y luego interpretar los mismos.

CAPÍTULO IV

LOS RESULTADOS

Análisis e Interpretación de la Información

Se desarrolló un proceso complejo, en el que se evidencia un proceso sistemático, donde se definen aspectos que parten directamente de los objetivos de la investigación, cuyo objetivo general se enmarca en: Establecer la recreación en la clase de educación física, como fundamento para la promoción del desarrollo de la inteligencia emocional en adolescentes de educación secundaria de la Unidad Educativa Colegio Nuestra Señora del Rosario.

Para alcanzar dicho objetivo, se diseñaron los siguientes objetivos específicos: Diagnosticar la presencia de las emociones en la clase de educación física de los estudiantes de educación secundaria. Caracterizar la clase de educación física en relación con el empleo de la recreación. Plantear la recreación en la clase de educación física, como fundamento para la promoción del desarrollo de la inteligencia emocional en adolescentes de educación secundaria. Para lograr la información, con base en estos objetivos se generó un instrumento de recolección de la información, es decir, un guión de entrevista, el cual fue aplicado, tanto a los docentes, como a los estudiantes considerados como informantes clave en esta investigación.

Una vez obtenida la información, se procedió con el registro de la información en documentos de Word, los cuales alimentaron el paquete ofimático Atlas ti, versión 8.4, en el que se dio paso al proceso de codificación, en el que se estableció la codificación abierta, definida por Strauss y Corbin (2002) como: “los acontecimientos, sucesos, objetos y acciones o

interacciones que se consideran conceptualmente similares en su naturaleza o relacionados en el significado” (p. 111), es decir, en este caso, se tomaron en cuenta los elementos más específicos de la realidad, en relación con definir la presencia de diferentes códigos o propiedades.

Aunado a lo anterior, se trabajó con la codificación Axial, por lo que Andréu, García, y Pérez Corbacho (2007) consideran que: “consiste básicamente en codificar intensamente alrededor de una categoría considerada como eje” (p. 92), en este caso, las propiedades que se definieron en la fase de codificación abierta, se agruparon dentro de la codificación axial, con la finalidad de demostrar la correspondencia entre ambas. Posterior a ello, se desarrolló la categoría selectiva, definida por Strauss y Corbin (2002) como: “el proceso por el cual todas las categorías previamente identificadas son unificadas en torno a una categoría de “núcleo” o “central”, que representa el fenómeno principal que está siendo estudiado” (p. 123), de acuerdo con lo señalado, es importante que se manifieste un proceso de definición de un núcleo en el que se agrupan las categorías axiales.

De acuerdo con lo anterior, se procede con el desarrollo de cada uno de los elementos relacionados con la investigación, desde este proceso de codificación, por lo que se desarrollo un proceso de análisis a partir de los hallazgos reflejados en la entrevista y de la misma manera, asumir las connotaciones en las que se favorece la capacidad de interpretación de parte del investigador, para que se genere un proceso en el que se favorezca la producción de un aporte fundamental, al respecto, es importante considerar lo siguiente.

Codificación

La codificación se presenta, desde las demandas mismas del enfoque investigativo, como es el caso de los estudios cualitativos, al respecto, es importante reflexionar que, en este caso, se evidencie un proceso en el que se

logre tener un acercamiento certero a la realidad, por ello, dicho análisis parte de una sistematización adecuada a las categorías selectivas, tal como se desarrolla a continuación:

Categoría Selectiva Inteligencia Emocional

La inteligencia emocional, trata de asumir las diferentes emociones que se presentan en el sujeto de una manera equilibrada, por medio de estas se manifiestan aspectos en los que se reflejan acciones en las que se propone una empatía adecuada con los otros, es de esta manera como la inteligencia emocional, cobro una fundamental importancia en el caso del presente estudio, para tal fin, es necesario que se presente la siguiente matriz sistematizadora de los hallazgos:

Cuadro 2.

Codificación de la Categoría Selectiva Inteligencia Emocional

Codificación Abierta	Codificación Axial	Codificación selectiva
Equilibrio emocional	Habilidad	Inteligencia emocional
Empatía en la clase de educación física		
Emoción		
Extrovertido	Autocontrol	
Emociones negativas		
Impulsividad		
Falta de instrucciones		
Equilibrio mente-cuerpo	Competencias	
Talento estudiantil	personales	
Poco gusto por la educación física		
Emociones positivas	Emociones	

Emociones negativas

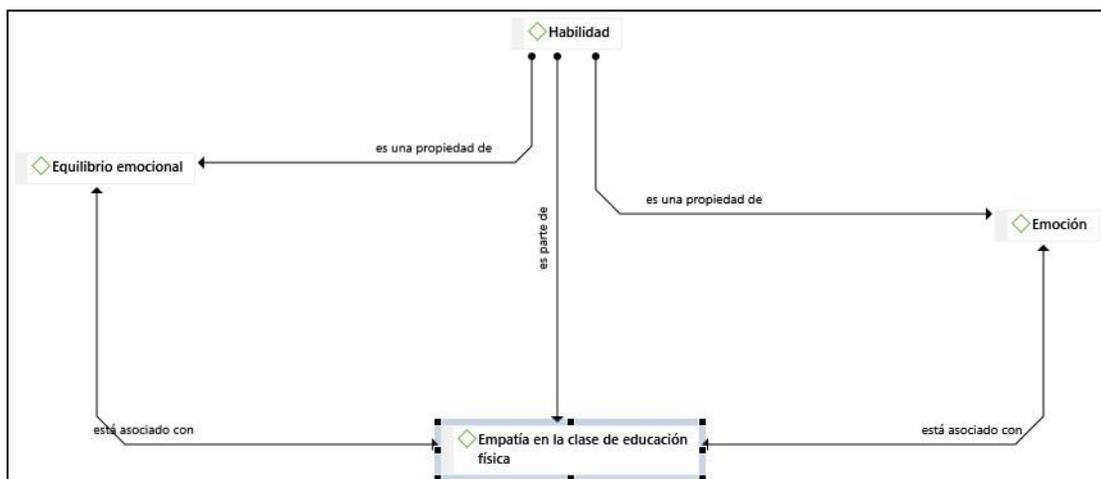
Temor estudiantil

Frustración

Fuente: Flórez (2022)

La previa sistematización que define la inteligencia emocional desde la perspectiva de los informantes clave, es necesario considerar que se presentan una serie de categorías axiales, para ello, se presenta la categoría axial **habilidad**, la cual, se define como un elemento implícito en la vida de todo ser humano, por este particular, es necesario considerar como Mújica (2018) expresa que: “la inteligencia emocional, es una habilidad, en la que el ser humano demuestra su capacidad para desarrollar sus emociones y encontrar un equilibrio entre lo positivo y lo negativo” (p. 24), de acuerdo con estas consideraciones, es necesario que se tome en cuenta el hecho de formular acciones en las que se reconoce la habilidad que poseen los sujetos para definir esa actuación de una manera adecuada, al respecto, se presenta la siguiente red semántica:

Figura 1.
Habilidad



Fuente: Flórez (2022)

De acuerdo con el mapa previo, es importante considerar como las habilidades, agrupan dentro de sí diferentes propiedades, como es el caso del equilibrio emocional, también se presenta la empatía en la clase de educación física y emoción, dichas propiedades han emergido desde los siguientes testimonios:

DEF1: “Bueno ellos deben ser muy equilibrados, porque a veces a los estudiantes les da rabia, lloran, cuando uno los corrige sobre todo los varones se llenan de rabia”.

DEF2: “Deben desarrollar la empatía con los demás porque a veces, eso no se tiene, hay mucho estudiante violento y que hace que haya problemas en la clase de educación física”.

EES1: “No se profe, es así como cuando uno se emociona por algo”

EES2: “Bueno es como cuando uno se siente alegre o triste”

EES3: “Es así como cuando uno es capaz de controlar las emociones”

De acuerdo con lo señalado, es importante referenciar como se asume el hecho dese los docentes que las habilidades emocionales que los sujetos muestran, deben enfocarse desde la concreción de un equilibrio desde lo emocional, es importante referir como dentro de la realidad de la clase de educación física se evidencia un proceso en el que los estudiantes reflejan emociones negativas, como es el caso de la rabia, el llanto. Uno de los aspectos que es reiterativo en el caso de los varones es la rabia, lo cual entorpece el desarrollo adecuado de las clases.

En el mismo orden de ideas, es necesario referencia como de parte de los docentes, se asume el interés en relación con el desarrollo de la empatía respecto a los aspectos como es el caso de la violencia en la clase de educación física, de acuerdo con los docentes se evidencia un proceso en el que se destaca la presencia de la violencia, en la que se destaca la violencia como uno de los aspectos fundamentales en relación con esa violencia que se presenta desde la realidad, lo cual desfavorece el escenario de la educación física.

En este mismo orden de ideas, es necesario evidenciar desde las connotaciones de los docentes, como los mismos asumen un accionar enmarcado en la empatía, a pesar de que reconocen la presencia de la violencia, como uno de los aspectos que prevalece, lo que hace que se generen problemas en la clase de educación física, por lo que los docentes caracterizan un proceso en el que se generan situaciones que son poco favorables en la realidad.

Desde esta perspectiva, en relación con lo señalado por los estudiantes, se evidencia un claro proceso relacionado con la emoción, a pesar de que las mismas no son asumidas como tal por los estudiantes, es de esta manera, como se demanda del control de las emociones, desde una perspectiva en la que se favorece el desarrollo integral de la personalidad, en relación con lo señalado Bisquerra (2001), quien señala que:

El componente comportamental, genera expresiones faciales en la que intervienen 23 músculos, genera también, subir el tono de voz, movimientos en el cuerpo, en este componente se posibilita su educabilidad a través de habilidades sociales y el debido entrenamiento emocional. El componente cognitivo permite etiquetar una emoción en función del dominio del lenguaje, se realiza una introspección y meditación (p. 29).

De acuerdo con estos señalamientos, es necesario que se evidencie como las emociones, son parte del componente comportamental del individuo, porque comprende la habilidad que posee el mismo, para que se genere un proceso en el que las personas logren por medio de un entrenamiento emocional, alcanzar el equilibrio en el desarrollo de sus emociones, desde luego, es un proceso complejo, sin embargo, es necesario reconocer como los estudiantes en la adolescencia, pueden ser clave para el desarrollo de sus emociones.

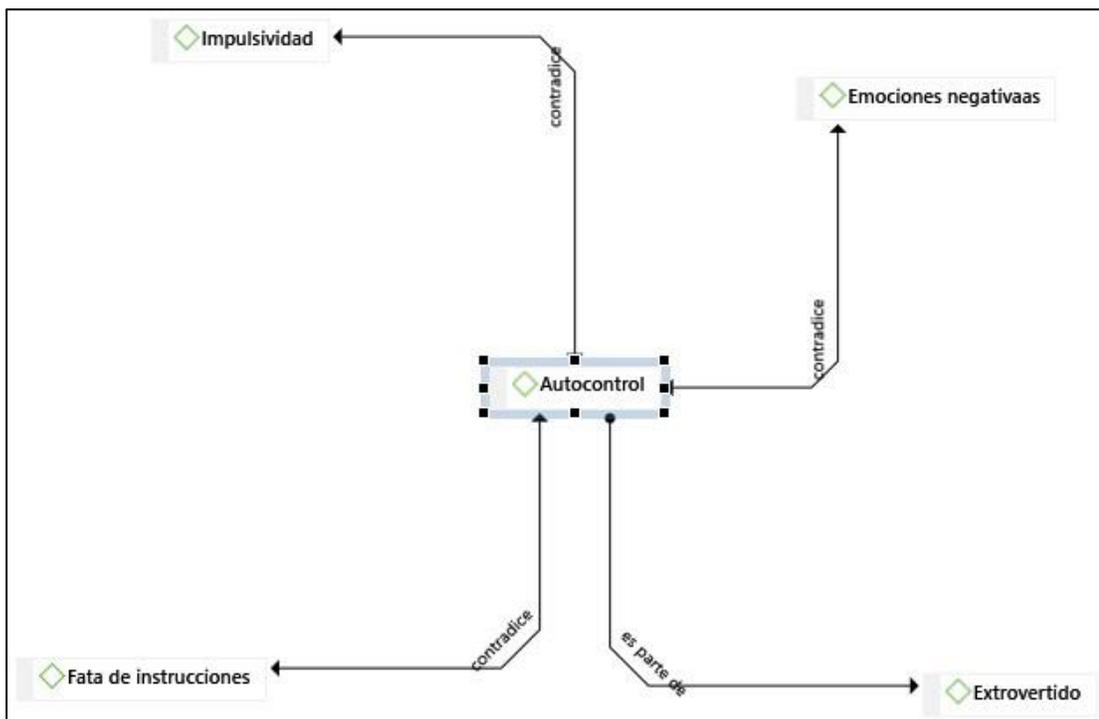
Aunado a lo anterior, se presenta la categoría axial **autocontrol**, el cual, es clave, porque los sujetos deben controlarse, ante situaciones fortuitas, en

este sentido, es importante considerar lo señalado por Mujica (2014) quien señala:

La enseñanza tanto en el hogar como en la escuela debe estar orientada a desarrollar en los niños (as) el autocontrol de sus emociones para que puedan exhibir conductas apropiadas a las demandas que el entorno hace en cuanto a su comportamiento (p. 38).

De manera que es la clase de educación física, el escenario propicio para que se genere un proceso de enseñanza, en relación con el autocontrol, dado que el mismo, se muestra como uno de los aspectos, en los que se incide en las conductas, y lo que favorece el comportamiento, por este particular, se presenta la siguiente red semántica:

Figura 2.
Autocontrol



Fuente: Flórez (2021)

De acuerdo con las evidencias previamente expuestas, es necesario que se tome en cuenta el hecho de que el autocontrol, es uno de los procesos en los que se evidencia un proceso que incorpora propiedades tales como: extrovertido, emociones negativas, impulsividad, falta de instrucciones, al respecto, es importante proponer los hallazgos de los cuales emergieron dichas propiedades:

DEF1: No yo no he podido apreciar que haya autocontrol, porque pues los muchachos son extrovertidos, a muchos les da rabia sobre todo cuando uno hace partidos en la clase, y el equipo que pierde hay algunos estudiantes que muestran rabia

DEF2: Bueno el autocontrol es muy importante no solo para los estudiantes, sino para nosotros también porque es que a veces los estudiantes no entienden y por eso es que uno se llena de rabia de ver que no lo entienden, entonces ahí es donde uno debe autocontrolarse, pero si hay mucho muchacho que no se controla y sobre todo esos que son altaneros ahora hay mucho muchacho altanero

EES1: “Bueno es difícil, a mí me da mucha rabia a veces, así cuando el profesor le llama a uno la atención o cuando uno hace como el ridículo”

EES2: “Es poco el control que uno demuestra porque ante los imprevistos yo soy muy impulsivo”

EES3: “Bueno tratando de hacer caso al profesor, porque es que a veces ellos tampoco dan las instrucciones adecuadas”.

De acuerdo con los hallazgos referidos, es importante considerar que desde la perspectiva de los docentes, no se evidencia el autocontrol, esto es debido a que los estudiantes poseen una personalidad muy extrovertida, en la que se manifiesta un proceso constante de emociones negativas, como es el caso de la presencia de la rabia, en este caso, se asumen consideraciones en las que el docente desarrolla algunos encuentros en el que divide el grupo en equipos que se enfrentan y se evidencia la rabia como una de las principales características.

En el mismo orden de ideas, los docentes aprecian la importancia del autocontrol, porque es una de las habilidades asociadas a la inteligencia emocional, sin embargo, en algunos casos, los estudiantes no lo logran demostrar, además de ello, los docentes de igual manera en algunos casos pierde ese control, lo que genera una situación poco adecuada, dado que los mismos, se manifiesta como uno de los procesos que no son propios de la dinámica de la clase, lo que afecta el adecuado desarrollo del autocontrol, a ello, se le suma que la naturaleza de algunos estudiantes, es la altanería, por lo que se presentan situaciones desfavorables en la clase de educación física.

Los estudiantes, por su parte refieren un proceso en el que se presenta la rabia, de una manera constante, esto debido a que cuando se les llama la atención estos se llenan de rabia, porque han sido puestos en evidencia frente a sus compañeros. También se presenta la impulsividad, como otras de las características presentes en los estudiantes, lo cual desfavorece el desarrollo adecuado de los mismos, además de ello, se valoran aspectos en los que se reconocen las potencialidades de los estudiantes, ante esta realidad, Molina (2019) señala que:

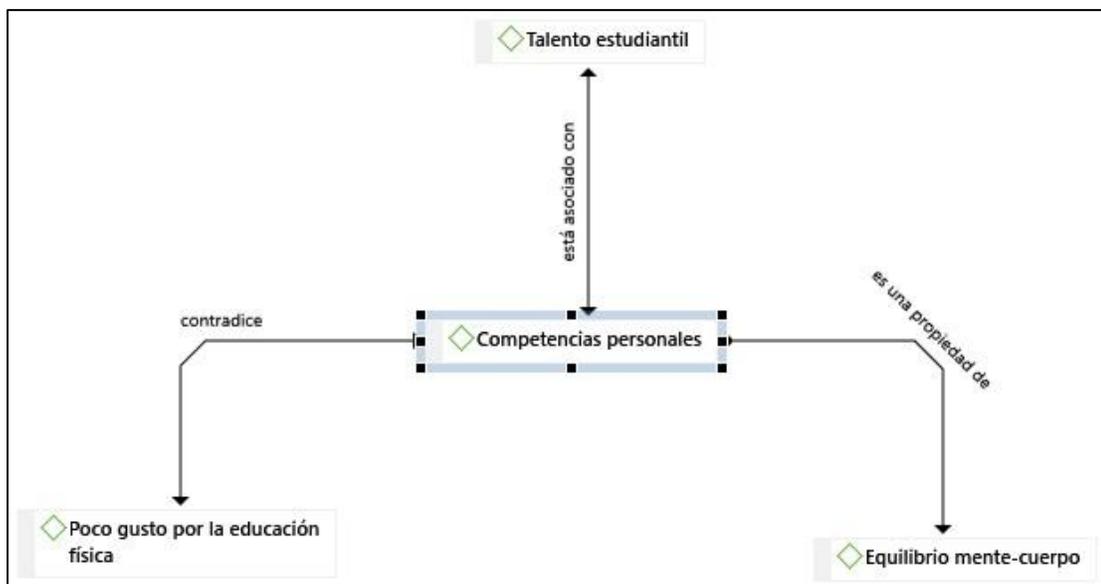
Las emociones interactúan con los procesos cognitivos, por ello se deben manejar las emociones para que no solo no interfieran, sino que beneficien el proceso de comunicación y aprendizaje. Se pretende enseñar a los niños y niñas a ser conscientes de sus sentimientos y tomar el control de estos y de su conducta (p. 69).

De acuerdo con lo anterior, es necesario considerar como las emociones, como el caso del autocontrol, se respaldan en los procesos cognitivos, los cuales, son clave en relación con la concreción de las emociones, dado que los mismos promueven la adopción del autocontrol, como uno de los mecanismos, en los que se favorece que el sujeto tome el control de las diversas situaciones que se presentan en la realidad, lo que incide de manera favorable en el desarrollo de la personalidad.

Sumado a lo anterior, se presenta la categoría axial **competencias personales**, las cuales son definidas como la capacidad que demuestran las

personas en relación con su propia personalidad, en este sentido, es necesario reconocer como Cotrufo & Ureña (2018) señalan que: “Al hablar de emociones se remite espontáneamente al concepto de sentimiento, este sería una representación mental del estado en que se halla el cuerpo, mientras que la emoción es la reacción al estímulo y el comportamiento asociado” (p.36), de acuerdo con lo señalado, es de fundamental importancia, referir como la persona debe asumir competencias que le permitan un comportamiento adecuado en la realidad y que se relacione con la inteligencia emocional, para tal fin se presenta la siguiente red semántica:

Figura 3.
Competencias Personales



Fuente: Flórez (2022)

De acuerdo con la representación previamente planteada, es necesario referir como las competencias personales, agrupan en su haber propiedades tales como: equilibrio mente-cuerpo, talento estudiantil y poco gusto por la educación física, cada uno de estos aspectos se presenta dentro de los siguientes testimonios:

DEF1: “Bueno porque es importante porque a partir de allí uno logra consolidar un desarrollo entre la mente y el cuerpo, es decir, un desarrollo integral, eso ayuda mucho”.

DEF2: “Porque uno valora las capacidades personales de cada estudiante para que así se enfrenten a la realidad, porque en el colegio hay mucho talento, eso es importante”

EES1: “Bueno yo soy bueno para jugar baloncesto y gusta”.

EES2: “A mí me gusta más como las clases teóricas, casi la educación física no me gusta”

EES3: “Yo soy bueno para varias cosas, sobre todo para la educación física”.

De acuerdo con lo anterior, es necesario referir que los docentes asumen desde sus consideraciones que las competencias personales, son esenciales, porque por medio de esta se alcanza un desarrollo equilibrado de mente y cuerpo, por este particular, es necesario que se promueva un desarrollo integral que se enfoque en la consolidación de la persona. En este sentido, es importante reconocer que, desde la clase de educación física, se fundamentan aspectos en los que se promueven las capacidades personales, este es uno de los aspectos favorables, dado que por medio de estas se logra el desempeño en las comunidades.

Por su parte, los estudiantes consideran que cuentan con talentos deportivos, como el caso del dominio de la disciplina del baloncesto, por otro lado, algunos estudiantes consideran que no les gusta la educación física, lo que refleja un proceso en el que se prefieren clases teóricas, además de ello, es necesario referir la insistencia de algunos estudiantes, para que se genere un proceso en el que se promueva la formación integral, al respecto, García (2013): “El desarrollo de competencias personales, en la clase de educación física, pueden ser un referente para que el docente, promueva actividades en las que se fortalezca la construcción de un ser humano integral” (p. 22), de acuerdo con lo señalado, es la clase de educación física, uno de los escenarios

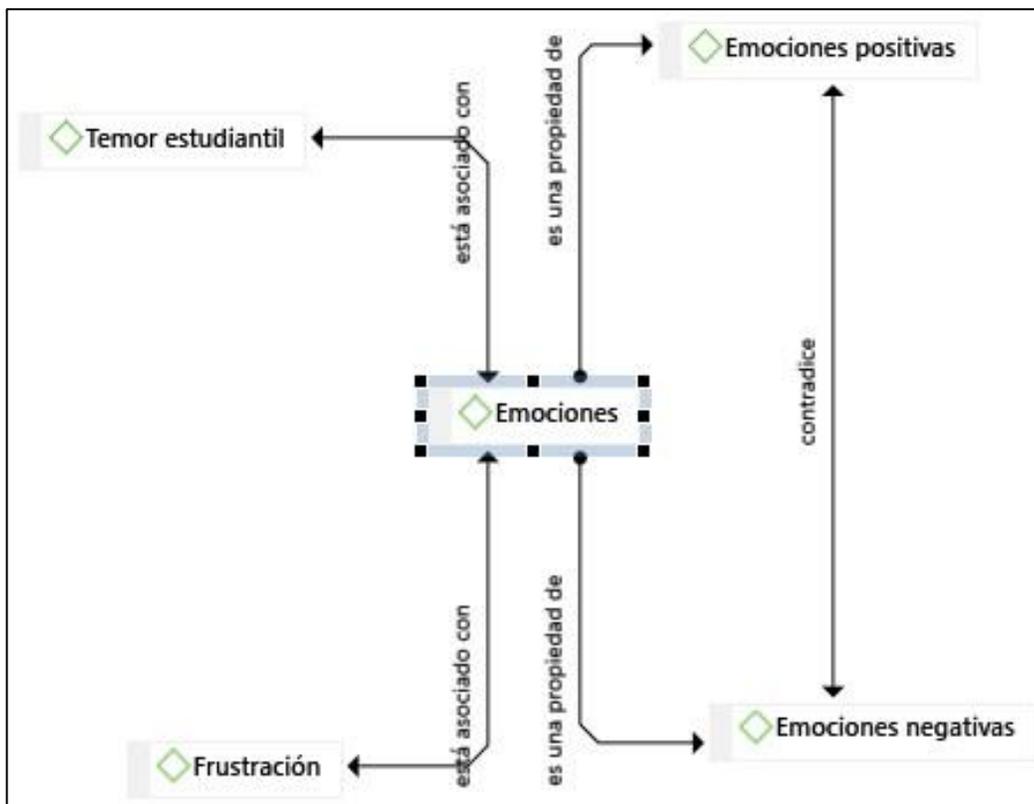
propicios en los que se consolida el desarrollo de acciones enfocados hacia la constitución integral del ser humano.

En el mismo orden de ideas, se presenta la categoría axial **emociones**, las cuales, se evidencian en función, de lo que el sujeto demuestra en la realidad, en este caso, es importante referenciar a Bisquerra (2001) quien expresa que:

Las emociones sirven para centrar la emoción sobre temas específicos de interés particular y dedicarse a ellos con implicación emocional total, cuando se da un listado de emociones a personas diversas con la instrucción de que las clasifiquen, la mayoría hacen dos categorías: positivas y negativas, en esto coinciden la mayoría de autores, que consideran que las emociones están en un eje que va del placer al displacer (p. 72).

De acuerdo con estos señalamientos, son las emociones un elemento necesario en los intereses de las personas, en estas coexisten emociones tanto negativas, como positivas, dado que los estímulos que se reciben de la realidad, se demuestran como uno de los aspectos en los que se evidencia como en una misma persona, se puede dar una emoción positiva y a los pocos minutos puede representar una emoción negativa, tras estos señalamientos se plantea la siguiente red semántica:

Figura 4.
Emociones



Fuente: Flórez (2022)

De acuerdo con lo anterior, es necesario considerar como desde el punto de vista de las emociones, en las que se integran propiedades tales como: emociones positivas, emociones negativas, temor estudiantil y frustración, cada uno de estos aspectos subyacen desde los testimonios, al respecto, se plantean los siguientes testimonios:

DEF1: “Cuando hay educación física, muchos se ponen felices, aunque hay otros como los niños que tienen algún problema de obesidad o eso, se ponen triste, y hay unos que cuando ya están cansados, entonces rechazan las clases”.

DEF2: “Alegría, desde siempre hacer educación física, ha sido satisfactorio, sobre todo para los varones, ya en el caso de las hembras es más complejo”

EES1: “Alegría, a veces me da nervios que el docente me vaya a llamar la atención”

EES2: “A veces yo siento que me frustró cuando no soy capaz de hacer bien las cosas”

EES3: “Alegría, yo me emociono mucho cuando hay educación física”

De acuerdo con las consideraciones previamente referidas, se evidencia como los docentes de educación física, refieren que algunos de los estudiantes demuestran felicidad a la hora de la clase de esta área, sin embargo, hay algunos niños que tienen sobre peso y se sienten tristes en esta clase porque no logran evidenciar un proceso en el que se favorezca el desarrollo de los estudiantes, por el contrario, estos se cansan con facilidad y por esto rechazan el ejecutar ejercicios en la clase de educación física. Además de ello, es necesario que se evidencie como existe una diferenciación entre las emociones de los estudiantes, dado que para los varones es muy satisfactorio realizar educación física, en cambio las hembras en algunos casos la rechazan.

En el caso de los estudiantes, refieren que se sienten alegres por desarrollar clases de educación física, a pesar de esa alegría, se evidencia como los estudiantes sienten nervios, porque en algunos casos los docentes le pueden llamar la atención, de igual manera se evidencia la frustración, porque en algunos casos, no se cuenta con la capacidad necesaria para que se genere la ejecución adecuada del ejercicio, sin embargo, es necesario que se evidencie, como prevalece la alegría de ir a las clases de educación física.

A este particular, se le presenta lo señalado por Goleman (1998), destaca que las emociones son: “la capacidad para reconocer sentimientos en sí mismo y en otros, siendo hábil para gerenciarlos al trabajar con otros” (p. 5), de acuerdo con estas apreciaciones, es necesario que se formulen aspectos

en los que se evidencia como son las emociones, uno de los aspectos presentes en la clase de educación física, como uno de los fundamentos que promueven el desarrollo integral de los estudiantes.

Ahora bien, es pertinente adentrarse en la categoría selectiva **Educación Física**, dado que este escenario, es uno de los aspectos en los que se fomente el desarrollo de acciones, donde se fomente un desarrollo integral del ser, por tanto, en esta categoría, se plantea la siguiente codificación:

Cuadro 3.

Codificación de la Categoría Selectiva Educación Física

Codificación Abierta	Codificación Axial	Codificación Selectiva
Planificación de la enseñanza	Pedagogía	Educación física
Estrategias motivacionales		
Rutina		
Clases de educación física		
Equilibrio	Dimensiones	
Interacción entre compañeros	biopsicosocial	
Armonía mente-cuerpo		
Desarrollo físico		
Instrucciones para el ejercicio	Desarrollo	
Inicio de la clase		
Uniformidad de estrategias		
Ayuda del estudiante		

Preparación de ejercicios Formación integral

Deporte

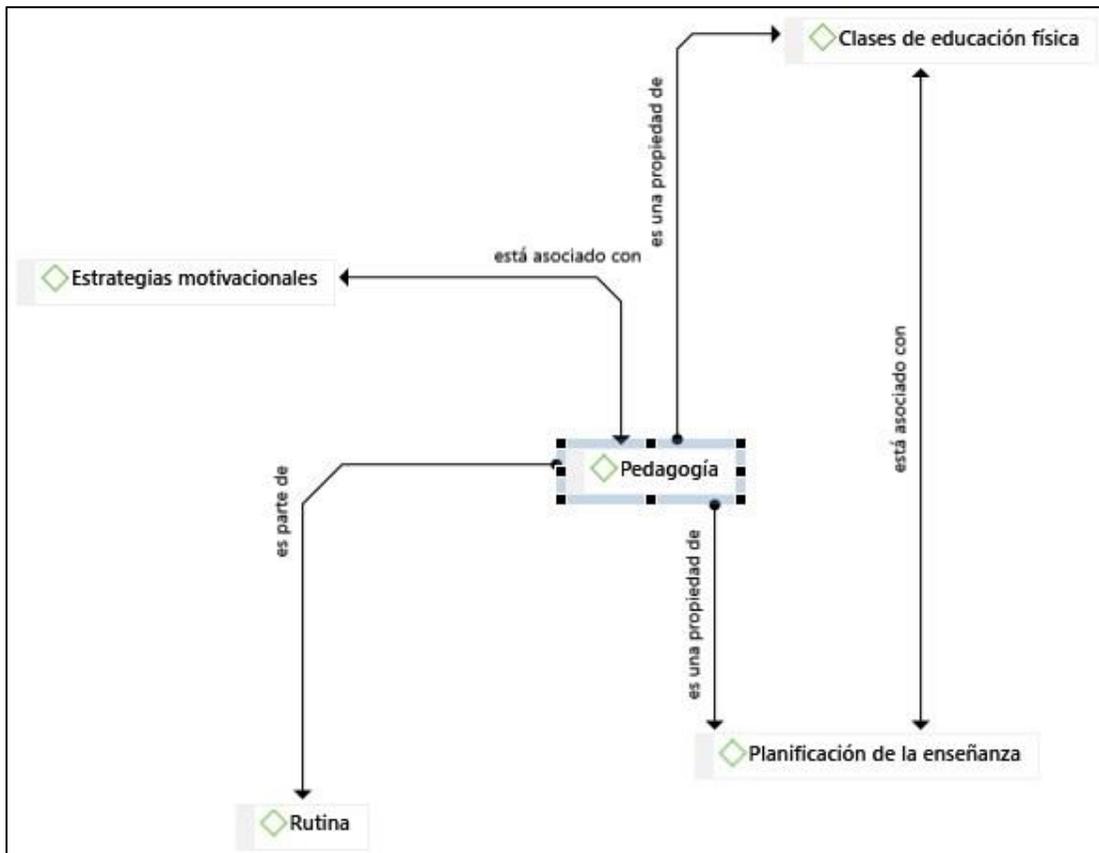
Aprendizaje en la

Educación física

Fuente: Flórez (2022)

La educación física, es una de las áreas que promueve el desarrollo integral de los estudiantes, desde esta perspectiva, es necesario que se tome en cuenta como se presentan diferentes categorías axiales, en las que se reconoce la adopción de la educación física, como uno de los medios que promueven el desarrollo integral, en este sentido, se presenta la categoría axial **pedagogía**, desde luego centrada en la educación física, al respecto, Adarmes (2011): “la pedagogía de la educación física, se muestra como uno de los aspectos, en los que el docente especialista, debe integrar diversas estrategias para que motive a los estudiantes” (p. 17), por este particular, es necesario reconocer como la pedagogía de la educación física, es uno de los sustentos con los que se cuenta en la formación integral del estudiante, por este particular, se plantea la siguiente red semántica:

Figura 5.
Pedagogía



Fuente. Flórez (2022)

La pedagogía de la educación física, se manifiesta en función de la integración de propiedades tales como: planificación de la enseñanza, estrategias motivacionales, rutina, clases de educación física, cada una de estas propiedades, se sustenta en los diferentes hallazgos que se presentan a continuación:

DEF1: “Bueno en la planificación y también en el uso de estrategias que motiven al estudiante de una manera efectiva”

DEF2: “Utilizando estrategias esto es muy importante porque con esto se motiva a los estudiantes”

EES1: “Bueno siempre es la misma rutina, grave videos y envíe al profesor”

EES2: “Antes de la pandemia eran clases en la cancha, ahora es con videos y eso”

EES3: “Son muy buenas el profesor nos enseña muchas cosas, aunque en la pandemia fue puro videos nada más”.

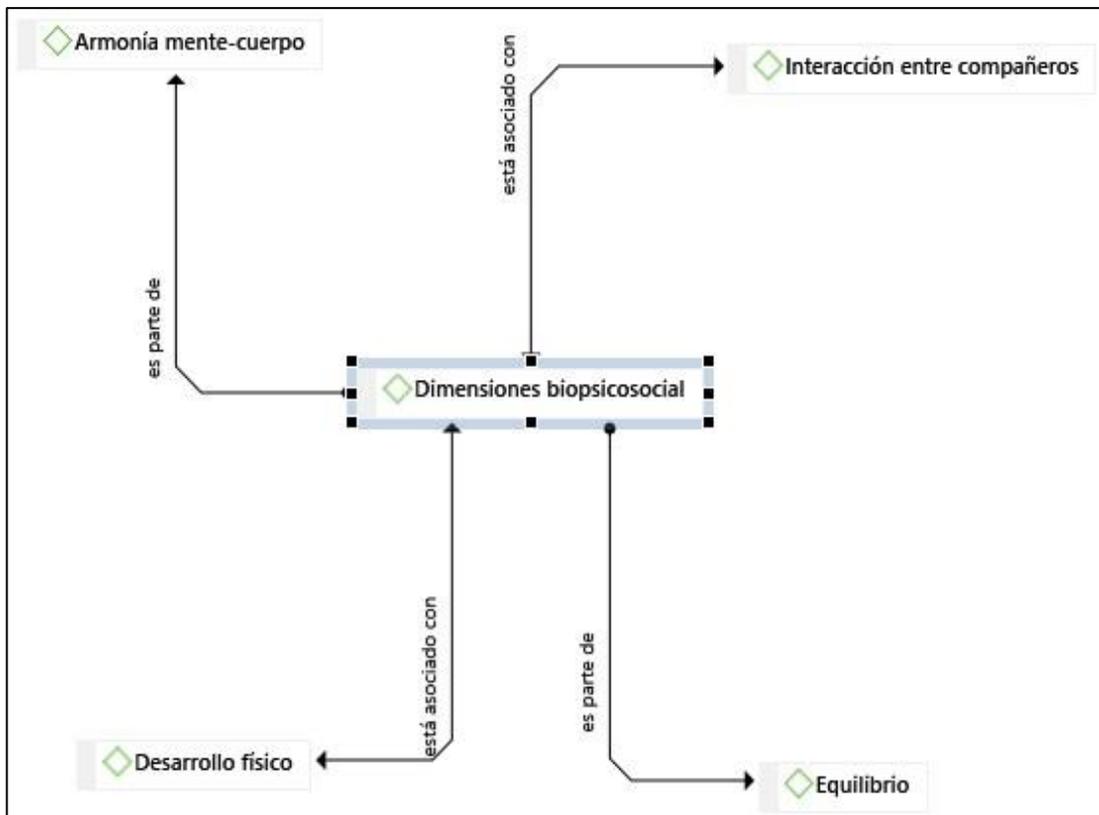
De acuerdo con lo señalado, es importante referir como desde la perspectiva de los docentes, se asume la necesidad de la planificación, por medio de la cual se integren estrategias en las que se logre motivar a los estudiantes, porque con estas estrategias, también se desarrollan las clases de una manera efectiva. En este mismo sentido, prevalece el empleo de las estrategias, las cuales son esenciales, para lograr la motivación del estudiante, dado que estos demandan de aspectos que les incentiven hacia el desarrollo de clases.

Desde la perspectiva de los estudiantes, se evidencia como las clases de la educación física, se manifiesta desde la rutina, dada la presencia de la pandemia, los estudiantes tuvieron que asumir la grabación de videos, los cuales enviaban de manera constante al profesor y esto les disgustaba, porque siempre estaban en la rutina, los estudiantes, no están de acuerdo con el constante uso de los videos, lo que refleja situaciones poco favorables en la realidad formativa, porque esto hace que se evidencien emociones negativas.

Desde esta perspectiva, es necesario que se tome en cuenta lo señalado por Adarmes (2012), quien sostiene que: “las clases de educación física, deben responder a la selección de estrategias adecuadas, dado que las misma pueden motivar a los estudiantes, por lo que estas se definen en relación con la variedad de estrategias” (p. 57), de allí, el interés de que los docentes de educación física incorporen otros aspectos, en los que se reconozcan aspectos, donde se fomente la formación integral de los estudiantes, por lo que se busca motivar a los estudiantes.

En este mismo orden de ideas, se presenta la categoría axial **dimensiones biopsicosocial**, por lo que se requiere involucrar a los estudiantes en diferentes situaciones que impacten directamente en la realidad, por este particular, es necesario considerar como Fernández y Almagro (2019) consideran que: “en la clase de educación física, se demanda de un desarrollo integral del estudiante, desde lo orgánico, lo psicológico y lo social” (p. 72), de acuerdo con estas consideraciones, es necesario referir como las clases de educación física, buscan un desarrollo integral del estudiante, por este particular, se propone la siguiente red semántica:

Figura 6.
Dimensiones Biopsicosocial



Fuente: Flórez (2022)

De acuerdo con lo referido en la figura previa, es necesario que se destaque como dentro de las dimensiones biopsicosocial, se asume desde la presencia de propiedades tales como: equilibrio, interacción entre compañeros, armonía mente-cuerpo, desarrollo físico, cada una de estas han surgido de los siguientes testimonios:

DEF1: “Bueno promover el equilibrio entre la mente y el cuerpo”

DEF2: “Porque uno en la clase de educación física, da como las bases para que los sujetos interactúen con los demás y así pues uno logra que el estudiante valore a los demás compañeros”

EES1: “Bueno de una manera, así como equilibrada dicen los profesores”

EES2: “Nos ayuda a desarrollar la mente en armonía con el cuerpo, aunque creo que eso no es mucho así porque uno en esas clases lo que hace es que se cansa”

EES3: “Bueno a mí me parece que me ayuda mucho en mi desarrollo físico”.

De acuerdo con lo señalado, es importante reconocer como desde la perspectiva de los docentes, se asume el interés porque se genere un proceso formativo en la clase de educación física, donde se promueva el equilibrio entre mente-cuerpo, lo que genera un impacto significativo en la realidad. Además de lo anterior, es necesario que se tome en cuenta, como en estas clases se promueve la interacción, donde se destaque la importancia de la valoración de los compañeros, orientado hacia las manifestaciones reales de todos los compañeros.

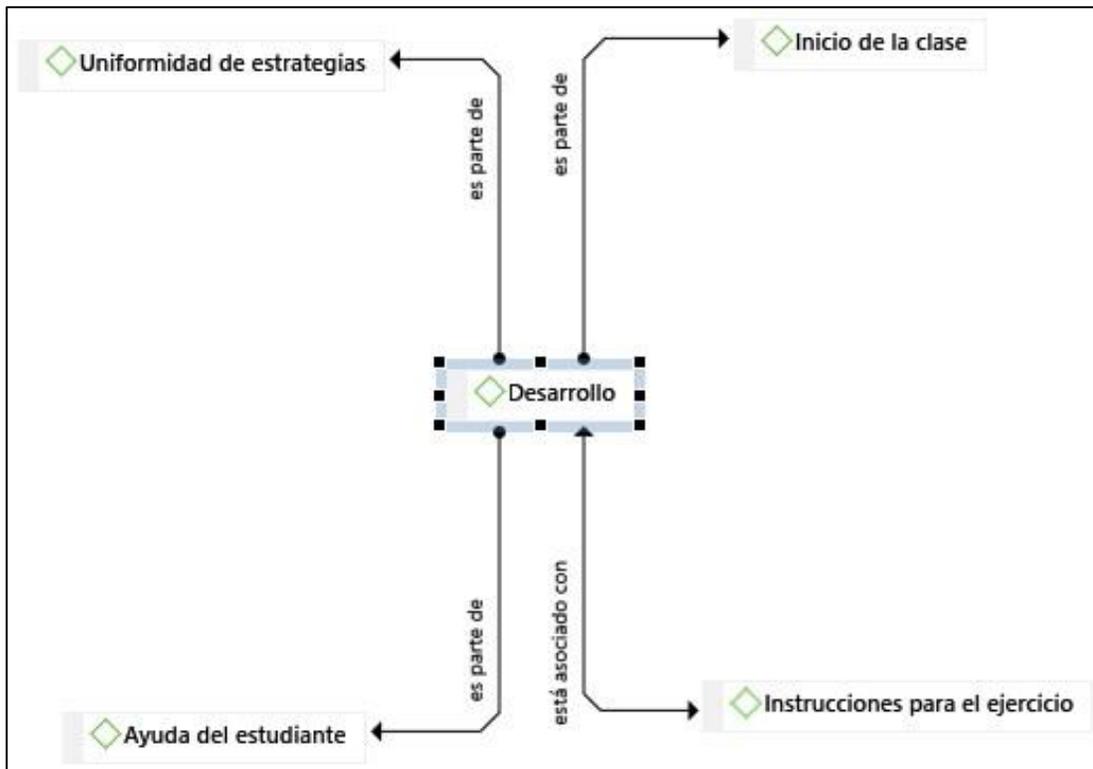
Por su parte los estudiantes, consideran que los docentes de educación física, desarrollan clases de una manera muy equilibrada, lo que reconoce el desarrollo armónico entre la mente y el cuerpo, lo cual, es esencial para que se alcance la conformación integral del estudiante, desde allí se evidencia en algunos casos el cansancio de los estudiantes, dado que los mismos, se producen en función de la ejecución de ejercicios, por este particular, se

requiere de un constante desarrollo de estrategias en las que se fomente el desarrollo integral del estudiante.

Por lo señalado, se evidencia la presencia de situaciones en las que se fomenta el desarrollo del sujeto, al respecto, Fernández y Almagro (2019): “el desarrollo biopsicosocial, es uno de los aspectos ineludibles en la clase de educación física, porque en esta se consolida el desarrollo integral del estudiante” (p. 36), de acuerdo con lo señalado, es importante que se tome en cuenta el hecho de que se genere un proceso de desarrollo biopsicosocial, en el que se favorezca el desarrollo integral de los estudiantes de educación primaria.

Aunado a lo anterior, se presenta la categoría axial **desarrollo**, la cual, se asume desde el desarrollo de la clase de educación física, al respecto, Gutiérrez e Ibáñez (2017) quien refiere que: “el desarrollo de las clases de educación física, debe ser enfático, por de estrategias en las que se favorezca el logro de un ser integral” (p. 21), por este particular, es necesario reconocer el dinamismo en la clase de educación física, por tal razón se plantea la siguiente red semántica:

Figura 7.
Desarrollo



Fuente: Flórez (2022)

Desde las consideraciones previamente señaladas, en relación con el desarrollo de la clase de educación física, integra en estas propiedades tales como: instrucciones para el ejercicio, inicio de la clase, uniformidad de estrategias, ayuda del estudiante, cada una de estas propiedades, emergen desde los siguientes testimonios:

DEF1: “Bueno mis clases son, yo lo que doy es las instrucciones, demuestro como se ejecuta el ejercicio, y después los estudiantes entonces hacen los ejercicios y esa es como la dinámica de la clase”.

DEF2: “Yo empiezo trabajando con motivación y calentamiento y ya después hacemos los ejercicios que corresponde con la planificación”.

EES1: “Son siempre las mismas, en la pandemia puros videos”

EES2: “A mí me parece que siempre es lo mismo”

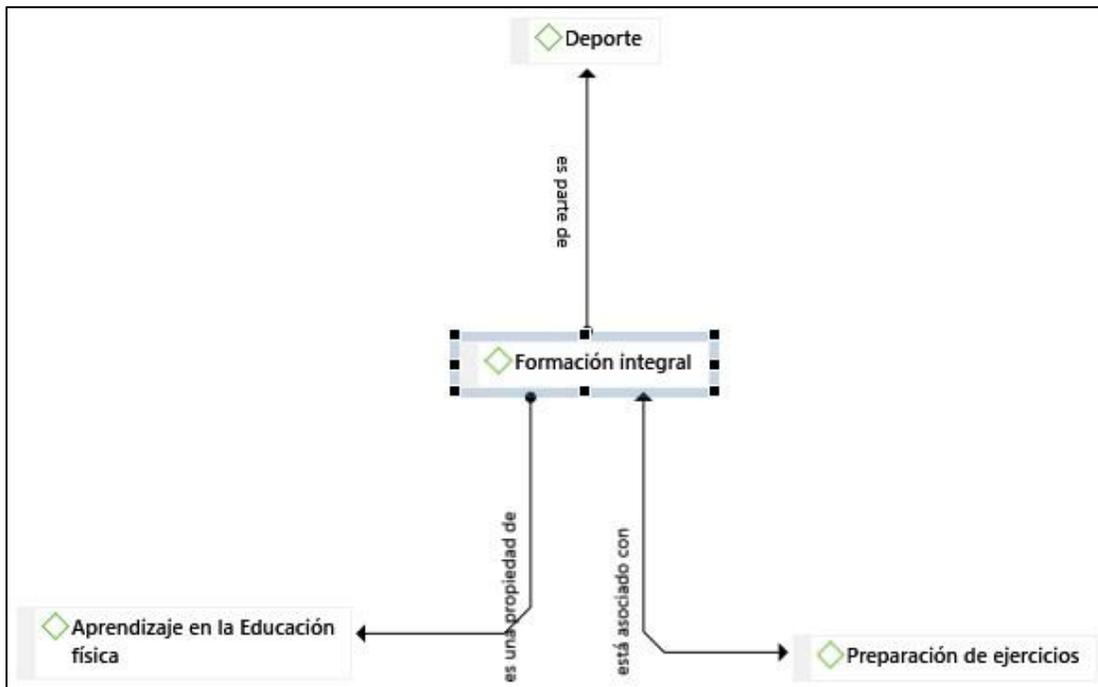
EES3: “No pues uno ayuda para que el docente desarrolle las clases de buena forma”

De acuerdo con las consideraciones de los docentes, se manifiesta el interés en relación con el hecho de que los docentes, ofrecen en el inicio de las clases, las instrucciones para que se ejecute el ejercicio, para que de esta manera se genere un proceso dinámico desde el punto de vista didáctico. De igual manera, es necesario referir que, para los docentes, es esencial que se genere un proceso motivacional, donde se atiende la consolidación de un espacio en el que se fortalece el desarrollo de ejercicios, donde se integre el calentamiento, lo cual, debe emerger desde la planificación.

Desde la perspectiva de los estudiantes, se asume desde el hecho de que por la pandemia, el desarrollo de las clases, se ha hecho por medio de videos, lo cual puso en riesgo la motivación de los estudiantes, sin embargo, en algunos casos, se evidencia una buena forma el hecho de que las clases de educación física, son esenciales, al respecto García (2013) señala que: “las clases de educación física, son un sustento, para lo que los estudiantes desarrollen estrategias variadas, en las que se involucre el desarrollo integral de los estudiantes” (p. 24), en este sentido, es necesario que se manifieste un desarrollo de la clase desde una perspectiva armónica y motivante.

Por su parte la categoría axial **formación integral**, dado que es la educación física, una de las áreas, cuya visión, es la conformación de un ciudadano en el que se fortalezca el desarrollo de la personalidad, por este particular, Adarmes (2011) señala que: “la formación integral, es uno de los procesos, en los que interviene la clase de educación física, por medio de esta se genera un proceso de fortalecimiento de las capacidades del estudiante” (p. 56), desde estas apreciaciones se presenta la siguiente red semántica:

Figura 8.
Formación Integral



Fuente: Flórez (2022)

La formación integral, integra dentro de sus propiedades elementos tales como: preparación de ejercicios, deporte y aprendizaje en la educación física, cada uno de estos elementos, orientan un proceso en el que se fortalece el desarrollo de la personalidad, por este particular, se proponen los siguientes hallazgos:

DEF1: “Por medio de la planificación y bueno usted sabe que uno recibe una preparación y por medio de los ejercicios y eso”.

DEF2: “Bueno las clases de educación física son esenciales en relación con un desarrollo integral del estudiante”.

EES1: “Bueno porque uno hace deporte y el deporte es bueno”

EES2: “Pues no sé porque a veces los profesores puro lo ponen ahí a jugar a uno, eso en que lo puede ayudar”.

EES3: “si si nos ayuda, porque con la educación física, uno aprende muchas cosas”

De acuerdo con lo anterior, es pertinente referir como dentro de la clase de educación física, para los docentes, es ineludible que se genere un proceso de preparación, el cual se integra en la planificación, por este particular, es necesario considerar que dicha preparación, se realiza en función de los ejercicios que se deben integrar en el desarrollo de las clases. De igual manera es necesario que se promuevan aspectos en los que se reconoce el valor del desarrollo integral del estudiante, donde se fomente una construcción de aprendizajes significativos en las clases de esta área.

Por su parte, los estudiantes, consideran que el deporte es bueno, sobre todo para la mejora de la calidad de vida, sin embargo, es importante reconocer que en algunos casos se evidencie el hecho de que algunos profesores solo desarrollan juegos de diferentes disciplinas, se deja de lado el ejercicio, sin embargo, en la clase de educación física, se evidencia que se pueden generar una serie de aprendizajes que orientan el desarrollo integral de los estudiantes.

En consecuencia, la formación integral, es uno de los aspectos que emerge desde la educación física, porque esta es la visión fundamental del área, por este motivo, Adarmes (2011) señala que: “la formación integral, en la clase de educación física, representa un fundamento pedagógico, en el que se constituye un aprendizaje significativo, desde clases motivantes” (p. 29), en este sentido, es necesario que se reconozca el valor que posee la educación física en la constitución integral de los estudiantes.

Ahora bien, se presenta la categoría selectiva, **Recreación**, la cual, se muestra como uno de los fundamentos de la educación física, porque a partir de la misma .se genera un proceso en el que se motiva al estudiante, para que se genere una formación integral del estudiante, por este particular, se propone la siguiente sistematización de esta categoría selectiva:

Cuadro 4.

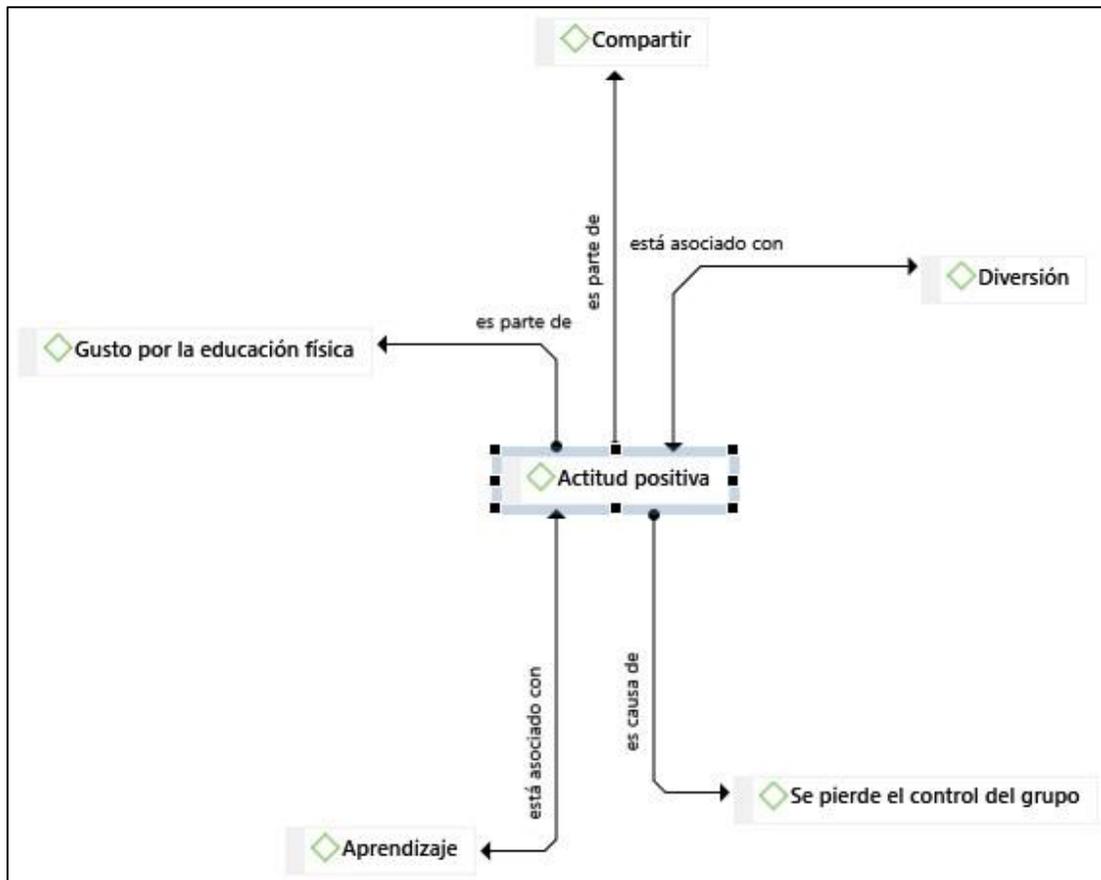
Codificación de la Categoría Selectiva Recreación

Codificación Abierta	Codificación Axial	Codificación Selectiva
Se pierde el control del grupo	Actitud positiva	Recreación
Diversión		
Compartir		
Gusto por la educación física		
Aprendizaje		
Rondas, juegos, canciones	Actividades	
Motivación		
Escasas actividades recreativas		

Fuente: Flórez (2022)

Tal como se evidencia la presencia de la recreación, como una de las categorías selectivas, en este caso, se manifiestan procesos en los que se integra una codificación axial determinada por una actitud positiva y las actividades, en relación con ello, es necesario referir la categoría axial **actitud positiva**, la recreación, es uno de los medios por los cuales, se alcanza una actitud de agrado, frente a la clase de educación física, al respecto, Domínguez (2018) sostiene que: “la recreación, promueve la actitud positiva en quienes la practican, se eleva la mejora de la calidad de vida y se fomenta el desarrollo integral de los seres humanos” (p. 16), desde estas apreciaciones, es necesario que se tome en cuenta la siguiente red semántica:

Figura 9
Actitud Positiva



Fuente: Flórez (2022)

La actitud positiva, que emerge de la recreación, se asume desde la consideración de propiedades, tales como: se pierde el control del grupo, diversión, compartir, gusto por la educación física y aprendizaje, cada uno de estos elementos, se han generado con base en los siguientes testimonios:

DEF1: “Porque es juego, claro uno tiene que estar pendiente porque el juego puede a veces que uno perder el control del grupo, el docente tiene que estar muy bien preparado”.

DEF2: “Porque es divertida, porque con el juego uno aprende más fácil”

EES1: “Porque jugamos y compartimos más”

EES2: “Bueno eso es tratando de que a uno le guste la educación física”

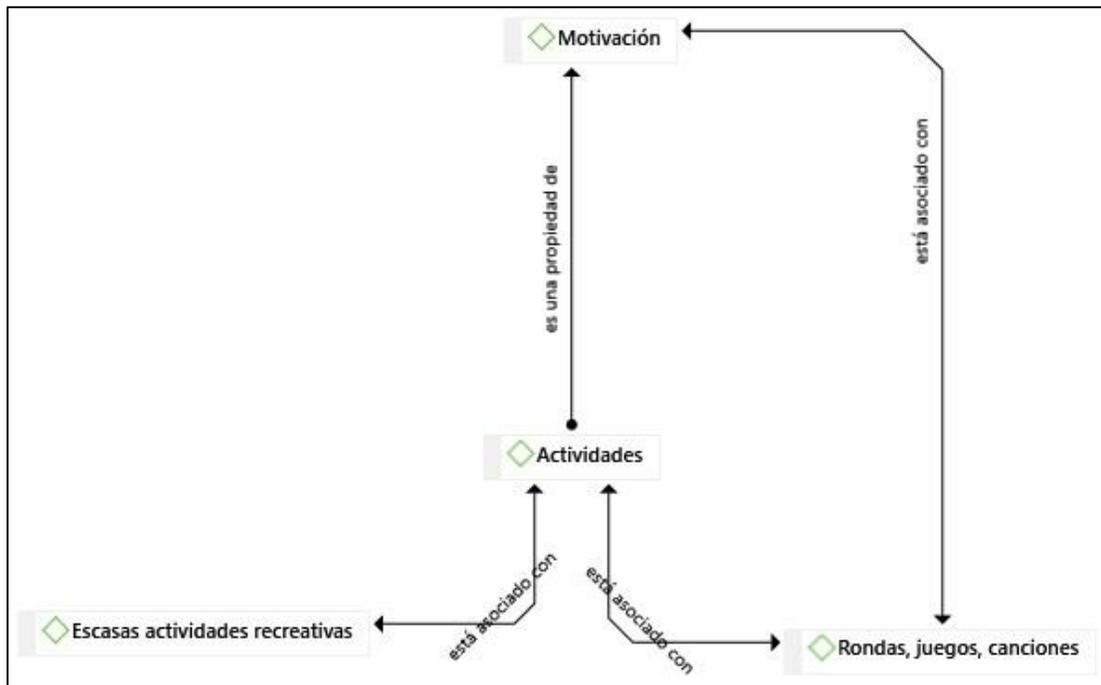
EES3: “Si es muy importante porque uno por medio del juego aprende”

De acuerdo con las determinaciones previamente señaladas, se asumen desde las acciones de los docentes, las cuales se enfocan hacia el uso del juego, como uno de los medios por los cuales se genera la recreación, sin embargo, algunos de los docentes, no los aplican dado que siente temor en el desarrollo de este tipo de elementos, porque pueden perder el control del grupo. De la misma manera, es necesario referir el principio de diversión que tiene implícita a recreación y que, como base de este particular, se asume desde un aprendizaje proactivo.

De parte de los estudiantes, se evidencia como se requiere de la recreación, porque la misma es muy divertida, y genera un aprendizaje significativo en el estudiante, además de lo anterior, se manifiesta el hecho de que en algunos casos, se puede sentir un rechazo por la clase de educación física, sin embargo, es uno de los procesos en los que se demanda de un aprendizaje por medio del juego, lo cual favorece la formación de los estudiantes, por este particular, Galvis (2019) señala que en la recreación, se desarrollan: “acciones para el profesor de esta área, que tiene como fin facilitar en los estudiantes aprendizajes precisos para el desarrollo de habilidades y actitudes necesarias para la vida” (p. 10).

De acuerdo con lo anterior, desde la recreación, se desarrollan acciones en las que se promueve la actitud positiva, frente al desarrollo asertivo de la clase de educación física, por este particular, es necesario adentrarse en la categoría axial **actividades**, estas, se manifiestan como un conjunto de situaciones que se cumplen en la realidad, por este particular, Galvis (ob. cit) expresa que: “las actividades recreativas que se llevan a cabo en la clase de educación física, deben ser motivantes y lograr que todos los estudiantes se integren en el desarrollo de ejercicios” (p. 34), por tal razón, las actividades recreativas, se muestran como uno de los sustentos que conducen al desarrollo de las clases de educación física, de una manera motivante, por ello, se plantea la siguiente red semántica.

Figura 10.
Actividades



Fuente: Flórez (2022)

La categoría axial actividades, en este caso, se compone de propiedades tales como: rondas, juegos, canciones, motivación, escasas actividades recreativas, estos elementos se han hecho presente debido a que han emergido de los siguientes testimonios:

DEF1: Bueno las rondas, los juegos, las canciones

DEF2: Hay varias, sobre todo los juegos porque estos motivan a los estudiantes para que participen en las clases

EES1: No no se practican actividades recreativas.

EES2: Son muy poco lo que se aplican

EES3: A veces se hacen dinámicas pero son muy pocas

De acuerdo con las consideraciones relacionadas con los testimonios de los docentes, quienes destacan la necesidad de la inserción en la clase de educación física de rondas, juegos, canciones, así como también juegos, lo

cual motiva al estudiante hacia el desarrollo de las clases, por medio de una participación que genere un compromiso en la construcción de aprendizajes por parte del estudiante. Desde la óptica de los estudiantes, estos consideran que las mismas no se llevan a cabo, es decir que no hay aplicación de la recreación, lo cual permite establecer que existen escasas actividades de recreación.

En consecuencia, es necesario referir lo señalado por Galvis (2019) quien señala que: “la carencia de actividades recreativas en la clase de educación física, hace que se generen procesos contradictorios, porque los docentes se supeditan a un área dejando de lado la recreación” (p. 21), por este particular, es necesario referir como la presencia de las actividades recreativas en las clases de educación física, deben ser constantes, porque por medio de estas se puede generar un proceso formativo en el que se favorezca la realidad de los estudiantes.

Triangulación de la Información

Triangular la información implica reconocer la correspondencia de los hallazgos encontrados tanto en la entrevista de los docentes, como en la entrevista de los estudiantes y en el fundamento teórico, por este particular, Taylor y Bogdan (2003), la definen como: “la triangulación, es el proceso mediante el cual, se confronta la información obtenida de diferentes fuentes, con la finalidad de demostrar la robustez científica de la misma” (p. 37), de acuerdo con lo señalado, es necesario considerar como la triangulación demuestra las demandas reales de la información, para ello, se presenta la siguiente tabla:

Cuadro 5.**Triangulación de la Información**

Codificación selectiva	Principales Hallazgos	Docentes	Estudiantes	Teoría
Inteligencia emocional	Habilidad	√	√	√
	Autocontrol	√	√	√
	Competencias personales	√	√	√
	Emociones	√	√	√
Educación física	Pedagogía	√	√	√
	Dimensiones biopsicosocial	√	√	√
	Desarrollo	√	√	√
	Formación integral	√	√	√
Recreación	Actitud positiva	√	√	√
	Actividades	√	√	√

Fuente: Flórez (2022)

De acuerdo con los elementos previamente referidos, es pertinente reconocer a nivel general, como existe una correspondencia directa entre los hallazgos. Respecto a la categoría selectiva; inteligencia emocional, se evidencia como mediante los principales hallazgos: habilidad, autocontrol, competencias personales, emociones, se evidencia como estos aspectos, se hacen presentes, tanto en los testimonios de los docentes, de los estudiantes y también en el fundamento teórico, lo que expresa una correspondencia directa entre los diferentes hallazgos y demuestra una calidad adecuada de la investigación.

Por su parte, la categoría selectiva educación física, se refleja en función de pedagogía, dimensiones biopsicosociales, desarrollo y formación integral, cada uno de estos aspectos, posee una correspondencia directa, lo cual

genera un proceso en el que se fortalece la correspondencia de la información, debido a su presencia en las tres fuentes de información, por tanto, se evidencia una robustez adecuada en relación con el manejo de los hallazgos. Situación similar ocurre en la categoría selectiva recreación, en la que se presentan aspectos tales como: actitud positiva y actividades, los cuales evidencian un proceso de correspondencia entre la información, lo cual fomenta la intención científica de la investigación.

CAPÍTULO V

LA PROPUESTA

La Recreación en la Clase de Educación Física, Como Fundamento Para la Promoción del Desarrollo de la Inteligencia Emocional en Adolescentes De Educación Secundaria

Presentación

Los procesos recreativos, se constituyen como un fundamento para el desarrollo integral de los seres humanos, desde esta perspectiva, se muestra como un sustento para promover el desarrollo de la inteligencia emocional, como una de las bases que se debe fomentar en el desarrollo de los adolescentes, esta postura subyace directamente de los resultados de la investigación, los cuales apuntan a que en la clase de educación los estudiantes en su mayoría presentan emociones negativas, como es el caso de la rabia, la prepotencia, lo que desemboca en algunos casos en comportamientos altaneros que afectan el adecuado desarrollo de las clases de educación física.

En este sentido, se demanda de la inteligencia emocional, la cual ofrece un sustento al desarrollo de las acciones que se llevan a cabo dentro de la clase de educación física, tal como lo indica, Moya y Garcés (2013) definen la inteligencia emocional, como aquella que: “cobra mucho interés ya que involucra aspectos intra e interpersonales que relacionan el autoconocimiento, la autorregulación en lo emocional, el desarrollo de habilidades sociales, la empatía y la automotivación” (p. 41), de acuerdo con lo señalado, es necesario referir que la inteligencia emocional, se destaca desde una perspectiva en la que se promueve el desarrollo de las habilidades sociales del sujeto, con

énfasis en la autorregulación de las emociones, y además de ello, promoviendo la automotivación, como uno de los principios en los que se destacan las demandas mismas del contexto.

Dado que la inteligencia emocional, parte por prestar atención al desarrollo de habilidades sociales, es pertinente el empleo de la recreación, puesto que en la misma se reconoce el desarrollo de las habilidades sociales, desde una visión en la que se integran aspectos, en los que se favorece el desarrollo integral de los estudiantes, por este particular, en la educación secundaria, es clave para el desarrollo de los adolescentes, dado que se sustenta un desarrollo profundo de las acciones que se generan en la realidad, en relación con ello, Güiza (2021) sostiene que:

La recreación y la práctica deportiva, contribuye a neutralizar en los estudiantes el estrés y les ayuda a aprender en medio de la relajación y el disfrute, aportando de manera significativa a armonizar su ser emocional. Y, por otro lado, el desarrolla de habilidades socioemocionales, hace que tengan un mejor desempeño en las actividades que vinculan la recreación, la lúdica y el deporte; esto teniendo en cuenta que dichas actividades se dan, por lo general (p. 94).

Con base en lo anterior, es necesario considerar que la recreación, es uno de los sustentos en los que se contribuye con el control del estrés y demás emociones que se presentan en la realidad, por ello, es necesario comprender que el sujeto es un ser emocional, en el que se fortalece el desarrollo del mismo, de allí se referencia como la recreación contribuye con el desarrollo habilidades socioemocionales, en este sentido, se evidencian aspectos en los que se favorece desde la recreación el desarrollo integral del sujeto, por este particular, es importante que en la educación secundaria, se apliquen actividades en la clase de educación física por medio de la recreación que contribuyan con la concreción de la inteligencia emocional en el sujeto.

De allí la pertinencia de plantear la recreación en la clase de educación física, como uno de los fundamentos que promueve el desarrollo de la inteligencia emocional en la educación secundaria, puesto que la misma se

convierte en un sustento que conduce al desarrollo integral, por este particular, se evidencia un compromiso relacionado con acciones en las que se fomente un plano armónico hacia el tratamiento de las emociones.

Objetivos de la Propuesta

Objetivo General

Plantear la recreación en la clase de educación física, como fundamento para la promoción del desarrollo de la inteligencia emocional en adolescentes de educación secundaria.

Objetivos Específicos

Proponer juegos para el desarrollo de la inteligencia emocional en la clase de educación física.

Planificar actividades recreativas para ser aplicadas en la clase de educación física por medio de la inteligencia emocional.

Planear juegos tradicionales recreativos para la promoción de la inteligencia emocional.

Justificación de la Propuesta

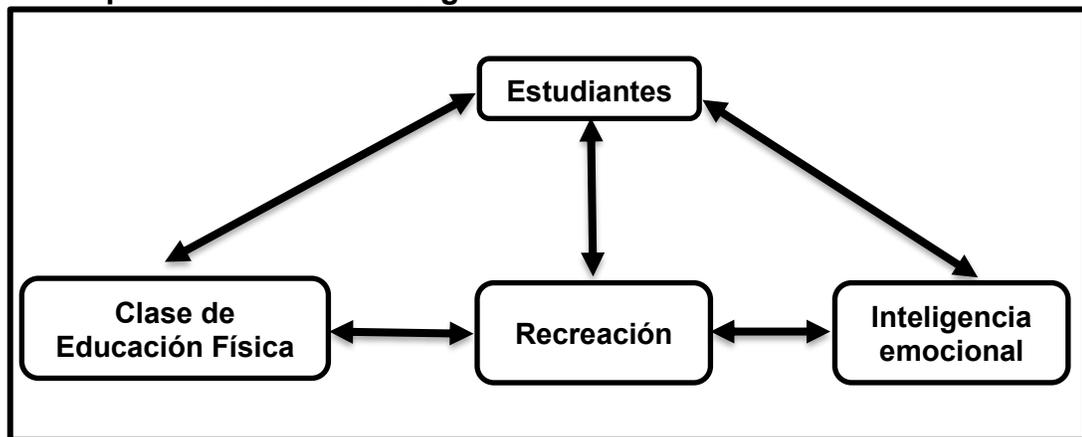
El desarrollo de la inteligencia emocional, es uno de los procesos complejos en los que se favorece la integralidad de la persona, con esta se promueve un comportamiento adecuado de los estudiantes y la empatía de los mismos, tras esta situación, es esencial el aprender a trabajar las emociones, dado que por medio de estas se promueve la interacción asertiva con los demás. Uno de los espacios en los que se reconoce la importancia de la inteligencia emocional, es el área de educación física, dado que la misma se fundamenta en la promoción de un equilibrio entre la mente y el cuerpo, por esto es un binomio ineludible en el desarrollo integral del sujeto.

Desde esta perspectiva, la recreación se convierte en uno de los fundamentos con los cuales se manifiesta el desarrollo de las acciones a aplicar en la educación física, por este particular es la recreación un aspecto operativo, en el que se reconocen las potencialidades de los sujetos, enfocados hacia las manifestaciones con las cuales se genera un espacio propicio para el desarrollo de las habilidades socioemocionales, lo cual, es fundamental para que se genere un impacto favorable en la formación integral del estudiante.

Es así como el planteamiento de la recreación en la clase de educación física, como fundamento para la promoción del desarrollo de la inteligencia emocional en adolescentes de educación secundaria, se muestra relevante dado que en esta propuesta, se asume la complejidad de este particular, dado que se evidencia un aspecto en el que prima la atención a la emocionalidad del adolescente, lo cual genera un equilibrio adecuado en el desarrollo integral del individuo, de manera que desde esta triada que se propone a continuación, se fomentan intereses claves en el fortalecimiento de la personalidad:

Figura 11.

Triada para el Desarrollo Integral



Fuente: Flórez (2022)

En consecuencia, la correspondencia entre las clases de educación física, la recreación, así como también la inteligencia emocional, son aspectos en los que se referencia una correspondencia entre estos aspectos, los cuales inciden en la constitución integral de los estudiantes, dado que los mismos generan un impacto significativo en la realidad, como uno de los aportes que promueven el desarrollo propicio de los adolescentes.

Operatividad de la Propuesta

La recreación en la clase de educación física, como fundamento para la promoción del desarrollo de la inteligencia emocional en adolescentes de educación secundaria, se dinamiza por medio de la incorporación de actividades que son favorables para tal fin, al respecto, se desarrolla la siguiente operatividad.

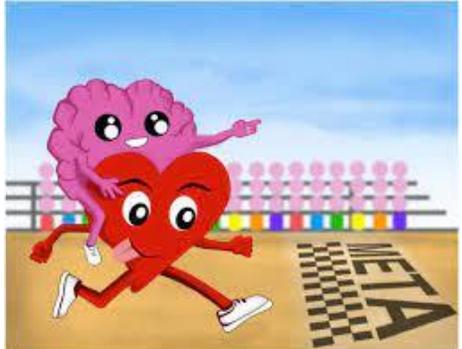
Juegos para el Desarrollo de la Inteligencia Emocional

Cuadro 6.

Juegos para el Desarrollo de la Inteligencia Emocional

Propósito: Proponer juegos para el desarrollo de la inteligencia emocional en la clase de educación física.

Nombre del Juego	Descripción	Representación Gráfica
¿Dónde está mi emoción?	Se promueve el autoconocimiento, como uno de los aspectos en los que se destaca un verdadero conocimiento de la persona, en este caso, el estudiante puede representar las emociones que estén sintiendo, el docente de educación física, debe incentivar a los estudiantes para que se genere un proceso en el que cada estudiante demuestre esta emoción, desde luego no es fácil, pero se debe reconocer el desarrollo de una sana convivencia y aprovechar las emociones como uno de los fundamentos para el desarrollo de las clases.	

<p>Mi caparazón seguro</p>	<p>Este es uno de los juegos propicios para promover el desarrollo de la autorregulación, para ello, cuando un estudiante sienta rabia, debe alejarse del grupo y crear un caparazón con su propio cuerpo, para que se genere un proceso de calma y así no afectar a los demás estudiantes y al profesor.</p>	 An illustration featuring a glowing yellow lightbulb with radiating lines above a green and brown turtle shell. The shell is shown from a top-down perspective, with a dark green eye visible on its right side. The entire scene is set against a light blue background with soft white clouds.
<p>Cuento así es la vida</p>	<p>Este es uno de los juegos propicios para el desarrollo de la motivación, con este juego, los estudiantes refieren cada una de las acciones que han ocurrido a lo largo de su vida, relacionados con la educación física, tanto lo positivo, como lo negativo, tomando como referencia lo negativo, y como se superarían en la clase de esta área.</p>	 A colorful cartoon illustration of a pink brain and a red heart with faces, arms, and legs, running on a track. The brain is slightly ahead of the heart. In the background, there are colorful hurdles and a checkered finish line with the word 'META' written on it. The sky is blue with light clouds.

<p>Estatuas emocionales</p>	<p>Se les solicita a los estudiantes que se desplacen por la cancha de manera libre y al sonar el silbato, deben quedarse quietos como estatuas, y el docente con voz alta indicará que expresen la emoción que sea ofrecida, quien cumpla de manera adecuada con la representación de todas las emociones se descongelara</p>	
<p>¿Me Ayudas?</p>	<p>Los estudiantes realizaran un sombrero, el cual servirá para pedir ayuda, cuando algún alumno lo levante, el grupo le prestará atención y este indicará que desea, como, un abrazo, o hablar del tema, la idea es respaldar la autoconfianza en el estudiante y que vea que cuenta con sus compañeros</p>	

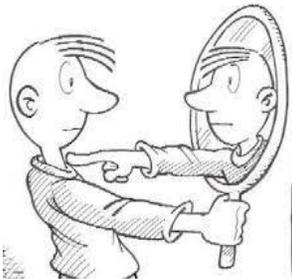
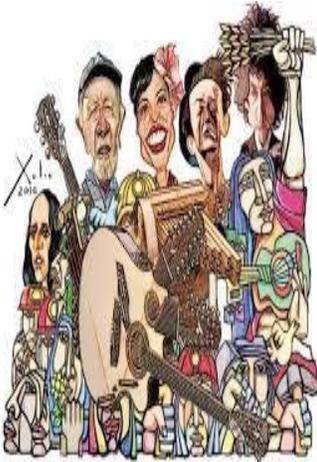
Fuente: Flórez (2022)

Actividades Recreativas Para Ser Aplicadas en la Clase de Educación Física por Medio de la Inteligencia Emocional

Cuadro 7.

Actividades Recreativas Para Ser Aplicadas En La Clase De Educación Física Por Medio De La Inteligencia Emocional

Objetivo: Planificar actividades recreativas para ser aplicadas en la clase de educación física por medio de la inteligencia emocional.

Actividad Recreativa	Descripción	Representación Gráfica
El atributo	En una ronda, se les solicitará a los estudiantes que seleccione uno de los compañeros y destaquen los atributos que este posee y porque les parece que estos definen a la persona seleccionada.	
La Banda Sonora	El docente llevará un reproductor de sonido en el que colocará diferentes piezas musicales, cada estudiante escribirá en una hoja lo que reporta la canción relacionada con la educación física, posteriormente se dará lectura a los aportes de los estudiantes, seguidamente en pareja compondrán una canción relacionada con lo escrito y acompañada de mímica será cantada	

<p>La estrella del equilibrio</p>	<p>Los participantes formados en círculo, el docente, le asignará un número a cada estudiante; 1,2, 1,2,1,2, se tensa la distancia tomados de la mano, los números uno manteniéndose unidos se desplazarán hacia adelante y los números dos, hacia atrás. Luego se realiza el movimiento a la inversa, la idea es buscar el equilibrio entre los participantes y que, en el periodo de reflexión, se evidencie la presencia del equilibrio emocional de los seres humanos.</p>	
<p>Arte-terapia</p>	<p>Se divide el grupo en cinco equipos, de acuerdo con el número de estudiantes, en este caso, cada equipo seleccionará un representante que pasará al frente y representará con mímica diferentes emociones, la idea es que los demás equipos adivinen de que emoción se trata.</p>	
<p>El diccionario de las emociones</p>	<p>Cada participante, reunidos en círculo, expresará una emoción y dirá como se presenta en su vida, al final, la idea es que se comparen las emociones y se generen definiciones de estas de una</p>	

	manera específica	
Tú vales	Se divide el grupo en dos, cada equipo seleccionará un representante. En el caso del grupo uno, este incentivará a su representante a que realice diferentes tareas, por lo que el grupo contrario, tratará de incidir para que este desista, esta actividad luego se realizará por el otro equipo, la idea es ver como lo que los demás piensan de los otros incide en la realidad.	

Fuente. Flórez (2022)

Juegos Tradicionales Recreativos

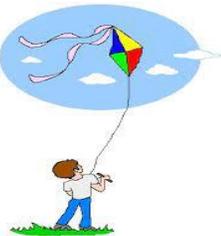
Cuadro 8.

Juegos Tradicionales Recreativos

Propósito: Planear juegos tradicionales recreativos para la promoción de la inteligencia emocional.

Nombre del Juego	Descripción	Representación Gráfica
La gallinita ciega	Se seleccionará uno de los estudiantes y se le vendaran los ojos, a este se le dan vueltas, y empezara a tratar de agarrar a alguno de sus compañeros, quien sea agarrado, será la siguiente gallinita ciega, la idea es detectar la emoción de quien hace las veces de gallinita ciega.	
Carreras de sacos (encostalados)	Cada estudiante llevará a la clase un costal en el que quepa hasta la cintura, ubicados en filas, se realizara una competencia, se detectará las diferentes emociones que se presenten en el desarrollo de la carrera, cada estudiante debe decir porque representó esa emoción	 <p style="font-size: small; text-align: right;">shutterstock.com - 49901848</p>

<p>El Gato y el Ratón</p>	<p>Ubicados en circulo, el docente selecciona un estudiante que hará las veces de gato y otro de ratón, el gato se ubica fuera de este y el ratón dentro, se le puede indicar al ratón cuando salga y este debe correr si se deja alcanzar por el gato, el ratón asumirá el papel del gato y se seleccionará un nuevo ratón, se observará que emociones presentan los estudiantes y al finalizar se le indicará por qué sintieron esa emoción</p>	
<p>Tirar la soga</p>	<p>Ubicados en dos grupos iguales, se le dará una cuerda, de cada lado tomará un grupo la cuerda y será alado, ganará el grupo que logre derribar al otro grupo, se apreciarán las diferentes emociones, tanto el grupo vencedor, como el grupo vencido</p>	

<p>El papagayo</p>	<p>Se solicitará los materiales para que cada estudiante realice un papagayo, una vez culminados, se procederá a su elevación, se apreciará las emociones que se representen de manera individual</p>	 A cartoon illustration of a young boy with brown hair, wearing a white shirt and blue pants, standing on a small patch of green grass. He is holding a string attached to a colorful kite (red, yellow, and blue) that is flying in a blue sky with white clouds. The kite has long, flowing white streamers.
--------------------	---	---

Fuente: Flórez (2022)

CAPÍTULO VI

CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES

Conclusiones

La constitución de las conclusiones de un trabajo de investigación, permiten cerrar la misma y darles respuesta a los objetivos del estudio, por ello, es importante referir que el objetivo general es: Establecer la recreación en la clase de educación física, como fundamento para la promoción del desarrollo de la inteligencia emocional en adolescentes de educación secundaria de la Unidad Educativa Colegio Nuestra Señora del Rosario.

Para alcanzar dicho objetivo, fue pertinente el desarrollo de objetivos específicos, respecto al primero de estos referido a: Diagnosticar la presencia de las emociones en la clase de educación física de los estudiantes de educación secundaria, se logró apreciar en este caso que los informantes clave definen la inteligencia emocional como una habilidad que permite la adopción del equilibrio emocional, así como la empatía en la clase de educación física, donde queda comprometido el autocontrol, debido a que los estudiantes son de carácter extrovertido, de igual forma se presentan emociones negativas, así como la impulsividad por parte de los estudiantes, ante lo que el docente promueve una falta de instrucción en relación con el desarrollo de las clases.

De igual manera, se presenta como competencias personales, un equilibrio entre mente cuerpo, donde se desarrolló el talento estudiantil, además que existen estudiantes que poco les gusta la educación física. También dentro de las clases de educación física, se presentan tanto emociones positivas, como emociones negativas, de igual forma se presenta

por parte del estudiante temor ante los llamados de atención del docente, en algunos casos se evidencia frustración en algunos casos, sobre todo cuando los estudiantes, no logran el desarrollo adecuado de los ejercicios.

Respecto al segundo objetivo específico: Caracterizar la clase de educación física en relación con el empleo de la recreación, se logró establecer que, en el desarrollo de la pedagogía de la educación física, se asume la planificación de la enseñanza, en la que los docentes incorporan estrategias motivacionales, a pesar de que los estudiantes consideran las clases de educación física como una rutina, sobre todo a la desarrollada durante la pandemia.

Además de ello, se presenta la dimensión biopsicosocial, en el que se establece el equilibrio, relacionado con la interacción entre compañeros, para generar una armonía entre mente y cuerpo que impacte directamente en el desarrollo físico. Es así como el desarrollo de las clases de educación física, apuntan hacia el hecho de que docente ofrece las instrucciones para el ejercicio, en relación con el inicio de la clase, a pesar de que en algunos casos los docentes desarrollan siempre las mismas estrategias, como el caso del uso constantes de los videos, lo cual desfavorece la formación integral, a pesar de ello, se preparan los ejercicios para promover el aprendizaje de la educación física.

Respecto, al tercer objetivo específico: Plantear la recreación en la clase de educación física, como fundamento para la promoción del desarrollo de la inteligencia emocional en adolescentes de educación secundaria, se genera una propuesta amigable, centrada en la recreación, para lo cual se plantean propósitos tales como: Proponer juegos para el desarrollo de la inteligencia emocional en la clase de educación física. Planificar actividades recreativas para ser aplicadas en la clase de educación física por medio de la inteligencia emocional. Planear juegos tradicionales recreativos para la promoción de la inteligencia emocional, en la que se fomente el desarrollo emocional de los sujetos.

Recomendaciones

De acuerdo con los resultados de la investigación, es necesario que se generen las siguientes recomendaciones:

1. Desarrollar juegos recreativos con la finalidad de valorar las emociones, las cuales son la base para alcanzar el equilibrio en relación con las diferentes situaciones que se presenten en la educación física.
2. Partir de las actividades recreativas, las cuales deben ser aplicadas en la clase de educación física, para lo que debe existir disposición de parte de los docentes y de los estudiantes, para que se logre impactar directamente en la emocionalidad de los estudiantes.
3. Reconocer el valor de los juegos tradicionales, como uno de los sustentos que impacta directamente en el desarrollo de la emocionalidad, de manera que es una de las bases para la constitución de la inteligencia emocional.

REFERENCIAS

- Adames, J. (2011). La Calidad de Vida. Ediciones Norma. Colombia.
- Andréu, J.; García-Nieto, A.; Pérez Corbacho, A. (2007). Evolución de la Teoría Fundamentada como técnica de análisis cualitativo. Madrid: CIS
- Arias, F. (2006). El proyecto de investigación introducción a la metodología científica. Caracas, Venezuela: Episteme.
- Bisquerra R. (2001). Educación Emocional y Bienestar. Educación Emocional y en Valores. (6ta Edición). España: Wolters
- Carrillo, S; Rivera, D; Riaño, M; Angarita, M; y Calderón, D. (2018). Inteligencia emocional y actividad física de los estudiantes universitarios del municipio de Cúcuta. Colombia. Universidad Simón Bolívar
- Damián, M y Mera, M. (2017). Influencia De Las Actividades Recreativas En El Estado Emocional Del Adulto Mayor Del Centro De Salud Jose Quiñones Gonzales Agosto - Diciembre 2016. Pimentel.
- Dávila, S. (2010). Opciones de Recreación. Cooperativa Editorial del Magisterio Colombiano. Colombia.
- Domínguez, L. (2018). Realidades de la Recreación en la Escuela. Argentina. Pirámide.
- Extremera, N., y Fernández-Berrocal, P. (2005). Inteligencia emocional y diferencias individuales en el meta-conocimiento de los estados emocionales: una revisión de los estudios con el trait meta-moodscale. *Ansiedad y Estrés*, 11, 101-122
- Fernández y Almagro (2019). Relación entre motivación e inteligencia emocional en Educación Física una revisión sistemática. Retos: nuevas tendencias en educación física, deporte y recreación, ISSN 1579-1726, N°. 36, 2019, págs. 584-589
- Galvis, P. (2019). Didáctica para el desarrollo socioemocional. Plataforma virtual Universidad Libre. Bogotá, Colombia.
- García, G. (2013). *Educando desde el la Educación Física*. Barcelona: Paidotribo.
- García, O, & Montero, A. . (2020). Estado Emocional de Estudiantes Del Colegio "Pablo VI" En El Contexto Social Venezolano Y Su Relación Con

Los Procesos Cognitivos. *ReNaCientE - Revista Nacional Científica Estudiantil - UPEL-IPB*, 1(1), 88–109. Recuperado a partir de <https://revistas.investigacion-upelipb.com/index.php/renaciente/article/view/1399>

- Goleman, D. (1995). *Emotional Intelligence*. New York: Bantam Books.
- Goleman, D. (1997a). *Emotional Intelligence*. Nueva York: Bantam
- Goleman, D. (1997b). *Emotional Intelligence*. Nueva York: Bantam
- Guerrero, J. (2011). *La Recreación Alternativa Del Desarrollo Comunitario*. Trabajo Doctoral. Universidad de Bogotá.
- Güiza, W. (2021). Factores motivacionales, metacognitivos y de inteligencia emocional, que potencian la participación de los estudiantes de grado noveno de la I.E.D Agroindustrial Santiago de Chocontá, en las actividades lúdicas, recreativas y deportivas. Bogotá. Corporación Universitaria Minuto de Dios
- Gutiérrez, M; e Ibáñez, R. (2017). El profesor de educación física y la inteligencia emocional. VOL. 3 NÚM. 1 (2017): MONOGRÁFICO N° 2. LA PSICOLOGÍA HOY: RETOS, LOGROS Y PERSPECTIVAS DE FUTURO. PSICOLOGÍA INFANTIL.
- Hurtado, J. (2006). *La Investigación Holística*. SYPAL. Caracas.
- Izard, C. E. (2010). The many meanings/aspects of emotion: emotion definitions, functions, activation, and regulation. *Emotion Review*, 2, 363–370
- Kvale, S. (2011). *Las Entrevistas En La Investigación Cualitativa*. Morata. España.
- Martínez, M. (2006). *Ciencia y arte en la metodología cualitativa*. 2ª edic México: Trillas.
- Meléndez, C. (2010). *La Didáctica en la Escuela del Siglo XXI*. Ecuador. Editorial Santillana.
- Mesa, J. (2015). *Inteligencia Emocional, Rasgos de Personalidad e Inteligencia Psicométrica en Adolescentes*. Universidad de Murcia.
- Molina, A. (2019). *Sociedad en el Desarrollo Emocional*. Ediciones España. Gedisa.

- Montero J. (2014). *La evaluación informatizada en la educación física de la Educación Secundaria Obligatoria*. Barcelona
- Moya, J y Garcés, L. (2013). Estrategia para el asesoramiento de un currículo centrado en las competencias básicas. En *VVAA: Competencias básicas, cultura imprescindible de la ciudadanía*. Madrid: Wolters Kluwer.
- Mújica, F. (2018). Las Emociones En La Educación Física Escolar: El Aporte De La Evaluación Cualitativa. *EmásF. Revista Digital de Educación Física*.
- Mujica, R. (2014). *El Docente como Ser Emocional*. Argentina: Siglo XXI.
- Nader, L. (2017). *Psicología de las Emociones*. Colombia. Norma
- Ordoñez, J. (2013). *Los Beneficios de la Recreación en la Vida Social*. Colombia. Ediciones Cooperativa del Magisterio.
- Quiroz, P. (2019). Programa de actividades lúdico - recreativas “PSEMOC”, basado en el modelo de inteligencia emocional de Bizquera, para desarrollar las habilidades socio emocionales en los niños y niñas de 05 años de educación inicial de la I.E.I. N° 1639 de Chepén, 2017. Universidad Nacional Pedro Ruíz Gallo. Perú.
- Ramírez, J y Escalona, I. (2019). Cultura física: más que dos horas de educación física. *Revista REDINE*. ISSN: 2244-7997. Vol. 11. N° 1. Ene. – Jul. 2019. Pp. 52 – 55 - Universidad Centroccidental Lisandro Alvarado
- Rauseo, P. (2010). *Definiciones Conceptuales de la Educación Física*. Colombia. Editorial Planeta.
- Reyes, A. (2019). Percepción de los profesionales de la educación física, actividad física, deporte y recreación sobre el impacto de estos campos en América Latina. *REVISTA PARADIGMA* 40 (N°1)
- Rico C. (2012). Del Espacio Público Al Espacio Lúdico: El Papel De La Recreación En La Construcción De Lugares. Sitio digital 'Funlibre'.
- Rodríguez, D. (2015). *Educación Física*. Nociones Fundamentales. Editorial Larene.
- Rojas, S. (2012). *Desestrésate*. Ediciones Norma. Colombia.
- Sabino, C. (2002). *Métodos de Investigación*. Ediciones Cooperativa del

Magisterio. Colombia.

- Salovey, P., y Mayer, J. D. (1990). Emotional Intelligence. *Imagination, Cognition, And Personality*, 9, 185-211
- Strauss, L; y Corbin, J. (2002). Bases de la investigación cualitativa: técnicas y procedimientos para desarrollar la teoría fundamentada (p. 341). Medellín: Universidad de Antioquia.
- Taylor y Bogdan (2003). Introducción a los Métodos Cualitativos de Investigación. Bogotá-Colombia. Paidós.
- Taylor, G. y Bogdan, F. (2004). El cambio educativo desde la investigación acción. Madrid: Morata.
- Thorndike, R. L., y Stern, S. (1937). An evaluation of the attempts to measure social intelligence. *Psychological Bulletin*, 34(5), 275-285.
- Villa, J y Torrego, L (2011). Manifestaciones Culturales de la Educación Física. Argentina. Amorrortu Editores.
- Villalobos, R. (2012). Filosofía de la educación: Axiología y educación. Actas del II Congreso Internacional de Filosofía de la Educación. Madrid: UNED.

ANEXOS

Anexo A.

Transcripción de Entrevistas a Docentes

REPÚBLICA BOLIVARIANA DE VENEZUELA
UNIVERSIDAD PEDAGÓGICA EXPERIMENTAL LIBERTADOR
INSTITUTO PEDAGÓGICO RURAL “GERVASIO RUBIO”

ENTREVISTA DOCENTES

Categoría inteligencia emocional

Docentes

1.- ¿Cómo docente de educación física según su juicio cuales son las habilidades en inteligencia emocional que deben desarrollar los estudiantes a través del área?

DEF1: Bueno ellos deben ser muy equilibrados, porque a veces a los estudiantes les da rabia, lloran, cuando uno los corrige sobre todo los varones se llenan de rabia.

DEF2: Deben desarrollar la empatía con los demás porque a veces, eso no se tiene, hay mucho estudiante violento y que hace que hayan problemas en la clase de educación física.

2.- ¿Cómo demuestran los estudiante tener autocontrol en las situaciones que se presenta en el área de educación física?

DEF1: No yo no he podido apreciar que haya autocontrol, porque pues los muchachos son extrovertidos, a muchos les da rabia sobre todo cuando uno hace partidos en la clase, y el equipo que pierde hay algunos estudiantes que muestran rabia

DEF2: Bueno el autocontrol es muy importante no solo para los estudiantes, sino para nosotros también porque es que a veces los estudiantes no entienden y por eso es que uno se llena de rabia de ver que no lo entienden, entonces ahí es donde uno debe autocontrolarse, pero si hay mucho

muchacho que no se controla y sobre todo esos que son altaneros ahora hay mucho muchacho altanero

3.- ¿Por qué el área de educación física permite que el estudiante desarrolle competencias personales?

DEF1: Bueno porque es importante porque a partir de allí uno logra consolidar un desarrollo entre la mente y el cuerpo, es decir, un desarrollo integral, eso ayuda mucho.

DEF2: Porque uno valora las capacidades personales de cada estudiante para que así se enfrenten a la realidad, porque en el colegio hay mucho talento, eso es importante

4.- ¿Cuáles son las emociones que expresa el estudiante en la práctica de educación física?

DEF1: Cuando hay educación física, muchos se ponen felices, aunque hay otros como los niños que tienen algún problema de obesidad o eso, se ponen tristes, y hay unos que cuando ya están cansados, entonces rechazan las clases.

DEF2: Alegría, desde siempre hacer educación física, ha sido satisfactorio, sobre todo para los varones, ya en el caso de las hembras es más complejo

Categoría educación física

5.- ¿De qué manera utiliza la pedagogía como eje central para la enseñanza de la educación física?

DEF1: Bueno en la planificación y también en el uso de estrategias que motiven al estudiante de una manera efectiva

DEF2: Utilizando estrategias esto es muy importante porque con esto se motiva a los estudiantes

6.- ¿Cuáles son las dimensiones biopsicosociales que desarrolla usted en el estudiante?

DEF1: Bueno promover el equilibrio entre la mente y el cuerpo

DEF2: Porque uno en la clase de educación física, da como las bases para que los sujetos interactúen con los demás y así pues uno logra que el

estudiante valore a los demás compañeros

7.- ¿Qué estrategias utiliza usted como docente para lograr el desarrollo pleno de las emociones del estudiante?

DEF1: Bueno mis clases son, yo lo que doy es las instrucciones, demuestro como se ejecuta el ejercicio, y después los estudiantes entonces hacen los ejercicios y esa es como la dinámica de la clase.

DEF2: Yo empiezo trabajando con motivación y calentamiento y ya después hacemos los ejercicios que corresponde con la planificación.

8.- ¿Cómo administra las clases de educación física para obtener un desarrollo integral del estudiante?

DEF1: Por medio de la planificación y bueno usted sabe que uno recibe una preparación y por medio de los ejercicios y eso.

DEF2: Bueno las clases de educación física son esenciales en relación con un desarrollo integral del estudiante.

Categoría Recreación

9.- ¿Por qué la recreación promueve el desarrolla actitudes positivas en el estudiante?

DEF1: Porque es juego, claro uno tiene que estar pendiente porque el juego puede a veces que uno perder el control del grupo, el docente tiene que estar muy bien preparado.

DEF2: Porque es divertida, porque con el juego uno aprende mas fácil

10.- ¿Cuáles son Las actividades recreativas que usted estimula en sus estudiantes?

DEF1: Bueno las rondas, los juegos, las canciones

DEF2: Hay varias, sobre todo los juegos porque estos motivan a los estudiantes para que participen en las clases

Anexo B.

Transcripción de Entrevista a Estudiantes

REPÚBLICA BOLIVARIANA DE VENEZUELA
UNIVERSIDAD PEDAGÓGICA EXPERIMENTAL LIBERTADOR
INSTITUTO PEDAGÓGICO RURAL "GERVASIO RUBIO"

Entrevista Estudiantes

Categoría inteligencia emocional

1.- ¿Cuáles son sus habilidades emocionales?

EES1: No se profe, es así como cuando uno se emociona por algo

EES2: Bueno es como cuando uno se siente alegre o triste

EES3: Es así como cuando uno es capaz de controlar las emociones

2.- ¿Cómo se controla ante una situación de imprevisto en el área de educación física?

EES1: Bueno es difícil, a mí me da mucha rabia a veces, así cuando el profesor le llama a uno la atención o cuando uno hace como el ridículo

EES2: Es poco el control que uno demuestra porque ante los imprevistos yo soy muy impulsivo

EES3: Bueno tratando de hacer caso al profesor, porque es que a veces ellos tampoco dan las instrucciones adecuadas.

3.- ¿Cuáles son las competencias personales que usted tiene?

EES1: Bueno yo soy bueno para jugar baloncesto y gusta.

EES2: A mí me gusta más como las clases teóricas, casi la educación física no me gusta

EES3: Yo soy bueno para varias cosas, sobre todo para la educación física.

4.- ¿Cuáles son las emociones que usted pone en práctica en el área de educación física?

EES1: Alegría, a veces me da nervios que el docente me vaya a llamar la atención

EES2: A veces yo siento que me frustro cuando no soy capaz de hacer bien

las cosas

EES3: Alegría, yo me emociono mucho cuando hay educación física

Categoría educación física

5.- ¿Cómo son las clases de educación física?

EES1: Bueno siempre es la misma rutina, grabe videos y envíe al profesor

EES2: Antes de la pandemia eran clases en la cancha, ahora es con videos y eso

EES3: Son muy buenas el profesor nos enseña muchas cosas, aunque en la pandemia fue puro videos nada mas

6.- ¿Cómo la clase de educación física le ha ayudado a desarrollar, desde el punto de vista biológico psicológico y social?

EES1: Bueno de una manera así como equilibrada dicen los profesores

EES2: Nos ayuda a desarrollar la mente en armonía con el cuerpo, aunque creo que eso no es mucho así porque uno en esas clases lo que hace es que se cansa

EES3: Bueno a mí me parece que me ayuda mucho en mi desarrollo físico

7.- ¿Cuáles son las estrategias que utiliza su docente de educación física?

EES1: Son siempre las mismas, en la pandemia puros videos

EES2: A mí me parece que siempre es lo mismo

EES3: No pues uno ayuda para que el docente desarrolle las clases de buena forma

8.- ¿Cómo las clases de educación física contribuye en su desarrollo integral del estudiante?

EES1: Bueno porque uno hace deporte y el deporte es bueno

EES2: Pues no sé porque a veces los profesores puro lo ponen ahí a jugar a uno, eso en que lo puede ayudar.

EES3: si si nos ayuda, porque con la educación física, uno aprende muchas cosas

Categoría Recreación

9.- ¿Cuáles actitudes positivas obtienes cuando practica la recreación?

EES1: Porque jugamos y compartimos mas

EES2: Bueno eso es tratando de que a uno le guste la educación física

EES3: Si es muy importante porque uno por medio del juego aprende

10.- ¿Cuáles son Las actividades recreativas que prácticas en el área de educación física?

EES1: No no se practican actividades recreativas.

EES2: Son muy poco lo que se aplican

EES3: A veces se hacen dinámicas pero son muy pocas

