

UNIVERSIDAD CATÓLICA DE CUENCA

UNIVERSIDAD CATÓLICA DE CUENCA

Comunidad Educativa al Servicio del Pueblo

FACULTAD DE EDUCACIÓN

CARRERA DE PEDAGOGÍA DE LA ACTIVIDAD FÍSICA Y DEPORTE

ESTRATEGIAS METODOLÓGICAS PARA FOMENTAR LA MOTIVACIÓN EN CLASES DE EDUCACIÓN FÍSICA EN BÁSICA SUPERIOR: REVISIÓN BIBLIOGRAFICA

PROYECTO DE TITULACIÓN PREVIO A LA OBTENCIÓN DEL TÍTULO DE LICENCIADO EN PEDAGOGÍA DE LA ACTIVIDAD FÍSICA Y DEPORTE

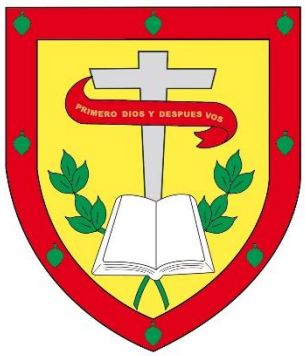
AUTOR: KEVIN ARIEL PIDRU TAISH

DIRECTOR: LIC. CARLOS MARCELO AVILA MEDIAVILLA, MSG.

MACAS – ECUADOR

2026

DIOS, PATRIA, CULTURA



UNIVERSIDAD CATÓLICA DE CUENCA

Comunidad Educativa al Servicio del Pueblo

FACULTAD DE ECUCACIÓN

CARRERA DE PEGAGOGÍA DE LA ACTIVIDAD FÍSICA Y DEPORTE

ESTRATEGIAS METODOLÓGICAS PARA FOMENTAR LA MOTIVACIÓN EN CLASES DE EDUCACIÓN FÍSICA EN BÁSICA SUPERIOR: REVISIÓN BIBLIOGRAFICA

PROYECTO DE TITULACIÓN PREVIO A LA OBTENCIÓN DEL TÍTULO DE LICENCIADO EN PEDAGOGÍA DE LA ACTIVIDAD FÍSICA Y DEPORTE

AUTOR: KEVIN ARIEL PIDRU TAISH

DIRECTOR: LIC. CARLOS MARCELO AVILA MEDIAVILLA, MGS.

MACAS - ECUADOR

2026

DIOS, PATRIA, CULTURA Y DESARROLLO

“Estrategias metodológicas para fomentar la motivación en clases de educación física en básica superior: revisión bibliográfica”

Autor:

Kevin Ariel Pidru Taish

Tutor:

Lcdo. Carlos Marcelo Avila Mediavilla, Mgs.

Declaratoria de Autoría y Responsabilidad

Kevin Ariel Pidru Taish portador de la cédula de ciudadanía Nº **1450041627**. Declaro ser el autor de la obra: **"Estrategias metodológicas para fomentar la motivación en clases de educación física en básica superior: revisión bibliográfica",** sobre la cual me hago responsable sobre las opiniones, versiones e ideas expresadas. Declaro que la misma ha sido elaborada respetando los derechos de propiedad intelectual de terceros y eximo a la Universidad Católica de Cuenca sobre cualquier reclamación que pudiera existir al respecto. Declaro finalmente que mi obra ha sido realizada cumpliendo con todos los requisitos legales, éticos y bioéticos de investigación, que la misma no incumple con la normativa nacional e internacional en el área específica de investigación, sobre la que también me responsabilizo y eximo a la Universidad Católica de Cuenca de toda reclamación al respecto.

Macas, 27 de julio del 2026.

F: .....

Kevin Ariel Pidru Taish

C.I.1450041627

Certificación del tutor

Certifico que el presente trabajo de titulación denominado "**Estrategias metodológicas para fomentar la motivación en clases de educación física en básica superior: revisión bibliográfica**" realizado por Pidru Taish Kevin Ariel, con documentos de identidad **1450041627,** previo a la obtención del título de licenciado en Pedagogía de la Actividad Física y Deporte, ha sido asesorado, orientado, revisado y supervisado durante su ejecución bajo mi tutoría en todo el proceso, por lo que certifico que el presente documento, fue desarrollado siguiendo los parámetros del método científico, se sujeta a las normas éticas de investigación que exige la Universidad Católica de Cuenca, por lo que está expedito para su presentación y sustentación al el respectivo tribunal.

Macas, 4 de agosto del 2025

Validar únicamente el Firma(s). Firmado electrónicamente por: CARLOS MARCELO AVILA MEDIAVILLA

.....

Lcdo. Carlos Marcelo Ávila Mediavilla, Mgs.

CC: 1714150081

TUTOR

Agradecimiento

Expreso mi sincero agradecimiento a mi familia y amigos, quienes, con su motivación y respaldo, contribuyeron significativamente a la culminación de este trabajo, de la misma forma, agradezco a todas las personas e instituciones que hicieron posible el desarrollo de este estudio, en especial a mis docentes y tutor, por su orientación constante, sus valiosos aportes académicos y su compromiso durante todo el proceso investigativo.

De igual manera, extiendo mi agradecimiento a la Universidad Católica de Cuenca, sede Macas, por facilitar los recursos necesarios, cuya colaboración fue fundamental para la elaboración de esta investigación.

Kevin Pidru

Dedicatoria

Dedico este trabajo a mi familia, por ser el pilar fundamental en mi formación personal y profesional por brindarme su apoyo incondicional en cada etapa de mi vida.

A mi madre, por su esfuerzo, sacrificio y ejemplo constante que han sido la base para alcanzar este logro, y para aquellas personas que creyeron en mí y me impulsaron a seguir adelante, incluso en los momentos más difíciles de mi vida.

Kevin Pidru

Resumen

El objetivo de esta investigación fue identificar las estrategias metodológicas con mayor respaldo científico para fomentar la motivación en las clases de Educación Física en estudiantes de básica superior mediante una revisión sistemática de la literatura. El estudio se desarrolló siguiendo el ordenamiento de la declaración prisma 2020. Se realizó una búsqueda estructurada con bases de datos científicos especializadas, aplicando criterios de inclusión y exclusión previamente definidos para seleccionar investigaciones publicadas entre 2021 y 2025 relacionadas con la temática. Los estudios incluidos fueron analizados de manera cualitativa mediante una matriz de extracción de información. Los resultados evidencian que la gamificación, el aprendizaje cooperativo, la incorporación de tecnologías educativas y estrategias orientadas al fortalecimiento de la autonomía y la inteligencia emocional constituyen las metodologías con mayor respaldo empírico para incrementar la motivación estudiantil. Así mismo, esas estrategias favorecen en la participación activa, el aprendizaje significativo y el desarrollo de habilidades sociales. Se concluye que la implementación de metodologías activas representa una alternativa eficaz para transformar los procesos de enseñanza-aprendizaje en Educación Física, promoviendo experiencias educativas más inclusivas, dinámicas y centradas en el estudiante.

Palabras clave: motivación, educación física, estrategias metodológicas, gamificación, revisión sistemática

Abstract

This study aimed to identify the methodological strategies with the strongest scientific evidence for promoting motivation in Physical Education classes among upper basic education students through a systematic literature review. The study was conducted according to the PRISMA 2020 statement guidelines. A structured search was performed in specialized scientific databases, applying previously defined inclusion and exclusion criteria to select studies published between 2021 and 2025 related to the research topic. The included studies were qualitatively analyzed using an information extraction matrix. The findings showed that gamification, cooperative learning, the integration of educational technologies, and strategies focused on strengthening autonomy and emotional intelligence are the methodologies with the strongest empirical support for increasing student motivation. Likewise, these strategies promote active participation, meaningful learning, and the development of social skills. It is concluded that the implementation of active methodologies represents an effective alternative for transforming teaching and learning processes in Physical Education by promoting more inclusive, dynamic, and student-centered educational experiences.

Keywords: motivation; physical education; methodological strategies; gamification; systematic review

Introducción

La Educación Física representa una asignatura fundamental para el desarrollo integral de los estudiantes, ya que favorece el fortalecimiento de capacidades físicas, cognitivas, sociales y emocionales necesarias para adaptar estilos de vidas saludables. No obstante, diversos estudios están evidenciados una disminución progresiva del interés y la participación de los estudiantes en esta asignatura, fenómeno asociado, en gran medida al predominio de los modelos de enseñanza tradicionales caracterizados por un rol pasivo del alumnado y una limitada aplicación de estrategias pedagógicas innovadoras. Esa situación repercute negativamente en la motivación, el aprendizaje y la adquisición de hábitos permanentes de actividad física, lo que plantea la necesidad de replantear las prácticas educativas empleadas en el contexto escolar (Zamora Loor & Pérez Plata, 2025).

En respuesta a esta problemática, la literatura científica destaca la incorporación de metodologías activas como una alternativa eficaz para transformar el proceso de enseñanza aprendizaje en Educación Física. Estrategias como la gamificación, el aprendizaje cooperativo y la aplicación del sistema Points, Badges and Leaderboards (PBL) ha mostrado resultados favorables al incrementar la motivación del alumnado, fortalecer la percepción de autonomía y competencia, promover relaciones interpersonales positivas y estimular una participación más activa durante las clases. Además, analizaron la influencia de la calificación sobre la motivación de estudiantes de Educación General Básica. Los resultados demostraron que la incorporación de dinámicas lúdicas incrementó significativamente la motivación intrínseca, además de fortalecer la autonomía, la percepción de competencia y las relaciones sociales durante las clases de Educación Física. Los autores concluyen que la gamificación constituye una estrategia metodológica eficaz para incrementar el compromiso y la participación activa

del alumnado. Estos enfoques favorecen ambientes de aprendizaje tan dinámicos en los que los estudiantes asumen un papel protagónico en la construcción esos conocimientos y en el desarrollo de sus habilidades(Sagbaicela & Torres, 2024).

De igual manera, el aprendizaje cooperativo ha demostrado ser una metodología capaz de fortalecer tanto rendimiento académico, las competencias sociales, al incentivar el trabajo colaborativo la comunicación e inclusión y la resolución conjunta de problemas. Sin embargo, también evidenciaron que muchos docentes presentan limitaciones en la aplicación de estrategias cooperativas debido a la insuficiente formación metodológica que dificulta la innovación en las clases de Educación Física (Monar Calero et al., 2025).

Por otra parte, la evidencia científica resalta que la motivación académica mantiene una estrecha relación con el desarrollo de inteligencia emocional. Los estudiantes que presentan mayores competencias emocionales suelen evidenciar niveles superiores de motivación intrínseca, compromiso con las actividades académicas y mejores resultados en su proceso formativo. En consecuencia, la integración de estrategias orientadas al fortalecimiento de las habilidades emocionales constituye un elemento determinante para favorecer un aprendizaje significativo y una formación integral del estudiante (Torres & Alchundia, 2024).

En este contexto, el objetivo del estudio fue identificar las estrategias metodológicas para fomentar la motivación en las clases de Educación Física, mediante una revisión sistemática de la literatura siguiendo la declaración PRISMA, con el propósito de sintetizar la evidencia científica e identificar las estrategias con mayor respaldo empírico para fortalecer los procesos de enseñanza-aprendizaje.

Método

Con base a lo anterior, esta investigación se define como una revisión sistemática conducida bajo los lineamientos del modelo PRISMA 2020 *(Preferred Reporting Items for Reviews and Meta- Analyses)*. La incorporación de esta lista de verificación responde a la necesidad de emplear un criterio estandarizado que guíe con precisión las fases de recolección, selección y presentación de los datos. Este enfoque metodológico no solo facilita una estructura clara y analítica de la evidencia disponible, sino que también provee un protocolo riguroso para la identificación y examen de las fuentes de información clave.

Este proceso sistemático permitió conformar un conjunto de estudios representativos de la evidencia científica disponible sobre la temática investigada. La búsqueda y selección de las publicaciones se realizó durante el mes de mayo de 2026. Para ello, se consultaron bases de datos científicas de reconocido prestigio con el propósito de acceder a investigaciones de alta calidad relacionadas con el objeto de estudio. Los repositorios utilizados fueron SCielo (Scientífic Electronic Library Online), Web Of Science (WOS) y Scopus.

Con el fin de asegurar la calidad, validez y confiabilidad del proceso de búsqueda, se establecieron las siguientes estrategias metodológicas:

La búsqueda bibliográfica se efectuó de manera secuencial y organizada en las bases de datos seleccionadas, garantizando un procedimiento sistemático para la identificación de la literatura científica pertinente.

Las variables de estudio fueron empleadas de forma independiente y combinada, con el propósito de ampliar el alcance de la búsqueda y recuperar el mayor número posible de publicación relacionadas con el tema de investigación.

Para optimizar la localización de estudios relevantes se construyeron ecuaciones de búsqueda mediante la combinación del escritores y palabras claves entre los términos utilizados incluyeron estrategias metodológicas Educación Física, motivación en básica superior, clases de educación física y motivación estudiantil.

Como parte del proceso de revisión sistemática, se definieron previamente criterios de inclusión y exclusión, Con el propósito de seleccionar únicamente investigaciones pertinentes, metodológicamente rigurosas y alineadas con el los objetivos del estudio.

Criterios de inclusión:

Artículos científicos que abordarán las variables del estudio relacionadas con la estrategias metodológicas, motivación estudiantil y clases de Educación Física.

Publicaciones comprendidas entre los años 2021 y 2025, investigaciones directamente vinculadas con la motivación de los estudiantes en el contexto de las clases de Educación Física.

Estudios que presentarán resultados confiables y acordes con los objetivos planteados en la investigación.

Artículos publicados en revistas científicas sometidas a procesos de evaluación por pares.

Criterios de exclusión:

Publicaciones que no pertenecieron a revistas científicas indexadas.

Artículos incompletos con más invalidación científica o publicados fuera del periodo establecido.

Estudios cuyo contenido no guardaba relación con las variables de investigación.

La selección de los estudios se desarrolló mediante un proceso de filtrado en varias etapas, con el propósito de garantizar el rigor metodológico y la objetividad de la revisión:

En una primera fase se realizó la búsqueda de la en las bases de datos utilizando las ecuaciones de búsqueda definidas. Posteriormente se aplicó un filtro inicial considerando el año de publicación y la presencia de las palabras clave.

Los artículos seleccionados fueron sometidos a una revisión detallada de sus títulos resúmenes y textos completos como evaluando la pertenencia temática, el idioma la metodología empleada y la calidad de la información presentada.

Finalmente, los estudios elegibles fueron revisados íntegramente en dos momentos diferentes con el objetivo de verificar su pertinencia, evitar duplicaciones y excluir aquellos que presentaran información insuficiente o que no respondieran a los objetivos de la investigación.

Una vez finalizado el proceso de selección como los artículos se cumplieron con todos los criterios establecidos fueron descargados y organizados para su análisis. Posteriormente la información correspondiente a las variables de estudio fue extraída y registrada de manera sistemática mediante una matriz de resultados, lo que permitió estandarizar la recopilación de datos y facilitar su posterior clasificación, comparación e interpretación, cuyo resultado se presentan en la Tabla 1.

Resultados

En la tabla 1, se sistematizan los hallazgos de diez investigaciones que me han abordado la relación entre distintas estrategias metodológicas y el incremento de la motivación en las clases de Educación Física dentro del subnivel de básica de básica superior.

Tabla 1

Antecedentes científicos sobre metodologías activas y motivación en Educación Física

Autor y año	**Título**	**Revista**	**Metodología**	**Resultados principales**	**Conclusiones**
(Sagbaicela & Torres, 2024)	Influencia de la gamificación y la motivación, basada en las necesidades psicológicas básicas en estudiantes durante las clases de Educación Física.	Trabajo de tu titulación, Universidad de Cuenca	Enfoque cuantitativo, Diseño cuasi experimental, 66 estudiantes pretest - postest con grupo control e intervención.	La gamificación incrementó significativamente, la motivación, la autonomía, la competencia y las relaciones sociales de los estudiantes tras 16 sesiones de intervención.	La gamificación constituye una estrategia efectiva para mejorar la motivación y el bienestar psicológico durante las clases de Educación Física
(Delfa-Delamorena et al., 2024)	El uso del sistema PBL a través del estilo de enseñanza de práctica en Educación Física para aumentar la motivación; propuesta didáctica Educación Secundaria.	Retos	Investigación con propuesta didáctica; aplicación del sistema PBL y entrevistas cualitativas a estudiantes.	La sensación de Novedad y el trabajo en equipo fueron factores que más incrementaron la motivación. El sistema de puntos estuvo menor influencia	La aplicación del sistema PBL favorece la motivación cuando promueve la pertenencia del grupo y la satisfacción de las necesidades psicológicas básicas.

(Monar Calero et al., 2025)	Aprendizaje en Educación Física: una propuesta pedagógica desde el enfoque cooperativo.	Ciencia Latina prevista científica multidisciplinar	La investigación proyectiva, diseño de campo, Transaccional y multivariable; encuestas a docentes y estudiantes.	Se evidenció la necesidad de incorporar estrategias cooperativas para mejorar las habilidades sociales y el aprendizaje, además, se identificó insuficiente capacitación docente	El aprendizaje cooperativo fortalece el desarrollo integral de los estudiantes y requiere mayor formación de docentes para su implementación efectiva.
(Zamora Loor & Pérez Plata, 2025)	Comparación de metodologías tradicionales y activas en Educación Física y su impacto en el rendimiento físico, la motivación y el aprendizaje de los estudiantes.	GADE: revista científica.	Investigación documental con enfoque cualitativa; revisión de más de 30 publicaciones seleccionando 14 estudios.	Las metodologías activas incrementan la motivación coma el aprendizaje significativo y la participación; las tradicionales limitan la autonomía y favorecen la inactividad	Se recomienda combinar metodologías activas y tradicionales según los objetivos de aprendizaje para optimizar el rendimiento físico y académico.
(Torres & Alchundia, 2024)	La inteligencia emocional y la motivación en estudiantes de educación superior: revisión sistemática	Ciencia y educación	Revisiones sistemáticas siguiendo el Protocolo prisma; análisis de 15 estudios publicados entre el 2021 y 2024.	La inteligencia emocional se relaciona positivamente con la motivación intrínseca, rendimiento académico y el compromiso de los estudiantes.	Integrar programas de educación emocional fortalece la motivación y mejora el desempeño académico en educación superior.
(Sánchez-Guerrero et al., 2025)	Calificación y realidad virtual con Oculus Quest en la educación física: un modelo para la motivación y	Revista Javeriana	Estudio cuasi experimental con 40 estudiantes Aplicación de realidad virtual y gamificació	Se incremento significativamente la motivación intrínseca y extrínseca, favoreciendo el aprendizaje activo	La realidad virtual combinada con gamificación constituye una estrategia pedagógica

	el aprendizaje activo.		n; evaluación pre y post mediante el cuestionario EMPA.		eficaz para aumentar la motivación en Educación Física
(Cádiz et al., 2021)	Motivación contextual desde la autodeterminación en la clase de Educación Física.	Retos	Estudio no experimental, transversal y descriptivo correlacional con 717 estudiantes de enseñanza de la media.	Predominaron la motivación intrínseca y la regulación identificada; la desmotivación fue baja y no hubo diferencias significativas por género.	Los estudiantes presentan niveles favorables de motivación hacia la Educación Física especialmente de tipo intrínseca que favorece su participación
(Prat Lopicich et al., 2026)	Motivación por las clases de Educación Física en una muestra de escolares de educación media de Chile	Retos	Estudio cuantitativo coma no experimental, destructivo y transversal con 889 estudiantes.	Los estudiantes quienes practican deporte fuera del Colegio y los estudiantes del de los colegios municipales presentaron una mayor motivación; está disminuye conforme aumente el curso escolar	Es importante diseñar estrategias pedagógicas que incrementen la motivación, especialmente en las mujeres y en el curso superiores.
(Sánchez, 2022)	La gamificación es la motivación en las clases de Educación Física en las unidades Educativa León Becerra	Universidad Técnica de Ambato Facultad de Ciencias Humanas y de la Educación.	Investigación con enfoque cuantitativo coma de alcance exploratorio y descriptivo se empleó una investigación bibliográfica, documental	La evaluación inicial indicó niveles bajos de motivación intrínseca y extrínseca, reflejando una escasa satisfacción con el proceso de enseñanza aprendizaje. La implementación de actividades gamificadas en las clases de	Se concluye que la gamificación constituye una estrategia didáctica eficaz para incrementar la motivación de los estudiantes en las clases de

			y de campo, con muestreo no probabilístico e intencionado. La población y muestras estuvieron conformadas por 38 estudiantes de Educación Básica General. Para evaluar la motivación se aplicó el índice de EMPA antes y después de una investigación intervención basada en actividades de gamificación	Educación Física, se observó un incremento significativo de la motivación, mejorando la predisposición de los estudiantes para participar activamente y generando un ambiente más favorable para el aprendizaje	Educación Física Punto la incorporación de juegos y dinámicas lúdicas favorece tanto la motivación intrínseca, la extrínseca, incrementa la participación mejora la actitud hacia el aprendizaje y fortalece el proceso educativo
(Munoz et al., 2025)	Análisis del conocimiento didáctico del contenido (CDC) en profesores de pedagogía en Educación Física En Chile	Retos	Investigación con enfoque cuantitativo coma de alcance correlacional y diseño transversal Participaron 323 docente de Educación Física de establecimientos públicos y privados de Chile. Se aplicó el cuestionario	Los docentes obtuvieron mayores puntuaciones en el dominio de la clase, conocimiento del currículo y relación teoría práctica y mientras que las puntuaciones más bajas correspondieron al	El estudio concluye que los docentes presentan fortalezas en la gestión de la clase y el conocimiento curricular; sin embargo, requieren fortalecer las competencias relacionadas con las

	de conocimiento didáctico de contenido De 35 ítem destruidos en 7 dimensiones.	conocimiento pedagógico general, estrategias de enseñanza y evaluación.	estrategias metodológicas y la evaluación formativa. Se recomienda promover programas de formación continua orientados al desarrollo del conocimiento didáctico del contenido para mejorar la calidad de la enseñanza en Educación Física

Nota. En la tabla se describen las estrategias metodológicas para fomentar la motivación en las clases de Educación Física.

Análisis de datos

El análisis de los estudios seleccionados evidencia una tendencia consistente hacia la eficacia de las metodologías activas como estrategias para fortalecer la motivación de los estudiantes durante las clases de Educación Física. Entre las estrategias identificadas, la gamificación destaca por presentar el mayor respaldo empírico, al demostrar efectos positivos sobre la motivación intrínseca, la autonomía, la percepción de competencia y la participación del alumnado. Los hallazgos coinciden en que la incorporación de elementos lúdicos y dinámicas interactivas favorece entornos de aprendizaje más atractivos, incrementando el interés y el compromiso de los estudiantes con las actividades propuestas.

De igual forma, el aprendizaje cooperativo se consolida como una estrategia metodológica que favorece el desarrollo de habilidades sociales, la comunicación, el trabajo en equipo y el aprendizaje significativo. La evidencia revisada muestra que esta metodología promueve una mayor implicación del estudiante en el proceso educativo, fortaleciendo valores como la cooperación, la inclusión y la responsabilidad compartida. Sin embargo, algunos estudios señalan que su implementación efectiva depende, en gran medida, de la preparación pedagógica del docente y de su capacidad para diseñar experiencias de aprendizaje acordes con las características del grupo.

Por otra parte, la integración de recursos tecnológicos, especialmente la realidad virtual, representa una alternativa innovadora para incrementar la motivación y enriquecer las experiencias de aprendizaje en Educación Física. Asimismo, los estudios relacionados con la inteligencia emocional evidencian que el fortalecimiento de las competencias socioemocionales favorece la motivación intrínseca, el compromiso

académico y una participación más activa de los estudiantes, complementando los beneficios de las metodologías activas.

Por lo tanto, la aplicación de estrategias metodológicas innovadoras exige docentes con sólidos conocimientos didácticos y competencias para planificar, desarrollar y evaluar procesos de enseñanza centrados en el estudiante. En este sentido, los estudios destacan la necesidad de fortalecer la formación continua del profesorado para garantizar una implementación adecuada de estas metodologías. En conjunto, la evidencia científica analizada confirma que la gamificación, el aprendizaje cooperativo, la realidad virtual y el fortalecimiento de la inteligencia emocional constituyen las estrategias con mayor respaldo para fomentar la motivación y mejorar los procesos de enseñanza-aprendizaje en las clases de Educación Física, dando cumplimiento al objetivo de la presente revisión sistemática.

Discusión

Los resultados obtenidos en la presente investigación evidencian que la aplicación de estrategias metodológicas innovadoras orientadas a la gamificación favorece el incremento de la motivación de los estudiantes durante las clases de Educación Física. Este efecto puede explicarse porque la gamificación incorpora desafíos, retroalimentación inmediata, recompensas y dinámicas de juego que satisface en necesidades de competencia autonomía e interacción social con más factores estrechamente relacionadas con el desarrollo de la motivación intrínseca. En ese sentido, los hallazgos coinciden con lo reportado por (Sánchez, 2022), quien concluyó que la implementación de actividades gramificadas incrementó significativamente la motivación intrínseca y extrínseca de los estudiantes, mejorando su participación y disposición hacia el aprendizaje. La coincidencia entre ambos estudios sugiere que la eficacia de la gamificación no depende únicamente del contexto educativo, sino de su capacidad para transformar el rol del estudiante en un participante activo dentro del proceso de enseñanza- aprendizaje.

De igual manera, los resultados son consistentes con la investigación desarrollada por(Sánchez-Guerrero et al., 2025), quienes demostraron que la combinación de gamificación y realidad virtual inmersiva produjo un incremento significativo de la motivación académica y del aprendizaje activo. La coincidencia entre ambas investigaciones puede atribuirse a que ambas metodologías sitúan al estudiante como protagonista del aprendizaje mediante experiencias interactivas y participativas. Sin embargo, una diferencia relevante radica en que (Sánchez-Guerrero et al., 2025)emplearon recursos tecnológicos de alta complejidad, mientras que la presente televisión evidencia que la gamificación también genera resultados positivos cuando se presentan con recursos didácticos convencionales. Esta diferencia permite interpretar que el elemento decisivo no es la tecnología en sí, sino el diseño pedagógico de actividades

que promueven la participación, el desafío y la colaboración, lo que amplía la posibilidad de aplicación de esa estrategia de instituciones con recursos limitados.

Por otra parte, los resultados también guardan relación con la revisión sistemática realizada por (Torres & Alchundia, 2024), quienes concluyeron que la inteligencia emocional mantiene una relación positiva con la motivación académica y el rendimiento estudiantil. Esta coincidencia puede explicarse porque las estrategias gamificadas favorecen la generación de emociones positivas, fortalecen la confianza, la cooperación y el sentido de pertenencia, aspectos que incrementan el compromiso del estudiante con las actividades propuestas. En consecuencia, la motivación no depende únicamente de estímulos externos, sino también del desarrollo de competencias socioemocionales que favorecen un aprendizaje más significativo y sostenible.

Las evidencias analizadas permiten inferir que las diferencias observadas entre algunos estudios responden principalmente a la diversidad de contextos educativos, niveles de enseñanza, características de los participantes y modalidades implementación de las estrategias metodológicas. No obstante, pese a estas variaciones existe un consenso en que las metodologías activas centradas en el estudiante favorecen mayores niveles de motivación, participación y compromiso durante las clases de Educación Física.

Desde una perspectiva práctica, ese hallazgo tiene importantes simplificaciones para la labor docente, ya que se respaldan la incorporación de estrategias como la gamificación dentro d la planificación curricular, incluso en contextos con limitaciones tecnológicas. Así mismo, los resultados destacan la ansiedad de fortalecer la formación de profesorado en metodologías activas que integren componentes lúdicos, cooperativos y socioemocionales, con el propósito de promover experiencias educativas más inclusivas, significativas y orientadas al desarrollo integral del alumnado.

Conclusión

La revisión sistemática de la literatura, desarrollada conforme a los lineamientos de la declaración PRISMA, permitió identificar que la gamificación, el aprendizaje cooperativo y fortalecimiento de la inteligencia emocional son las estrategias metodológicas con mayor respaldo científico para fortalecer la motivación de los estudiantes durante las clases de Educación Física. La evidencia demuestra que estas estrategias incrementan la motivación intrínseca, favorecen la participación activa y fortalecen el aprendizaje significativo. En consecuencia, se cumple el objetivo de sintetizar evidencias científicas disponibles e identificar las metodologías más efectivas para optimizar los procesos de enseñanza aprendizaje y promover experiencias educativas más dinámicas inclusivas y centradas en el estudiante. No obstante, entre las principales limitaciones del estudio se encuentran la dependencia de investigaciones publicadas en las bases de datos seleccionadas, la heterogeneidad de los contextos educativos analizados y las diferencias metodológicas entre los estudios incluidos, lo que puede limitar la generalización de los resultados. Se recomienda que futuras investigaciones desarrollen estudios experimentales y longitudinales en diversos niveles educativos y contextos socioculturales, con un fin de evaluar el impacto a largo plazo de estas estrategias sin comparar su efectividad cuando se aplican de manera individual o combinada.

Referencias bibliográficas

Cádiz, P., Barrio, A., León, D., Hernández, Á., Milla, M., & Sotomayor, M. (2021). *Motivación contextual desde la autodeterminación en las clases de Educación Física Contextual motivation from self-determination in physical education classes* (Vol. 41). https://www.revistaretos.org/index.php/retos/article/view/80998/62959

Delfa-Delamorena, J., Bores-García, D., Cano-De-La-Cuerda, R., Romero-Parra, N., Palacios-Ceña, D., Fernández-Vázquez, D., Navarro-López, V., & Espada, M. (2024). El uso del sistema PBL a través del estilo de enseñanza de práctica en educación física para aumentar la motivación; propuesta didáctica en educación secundaria. En *Retos* (Vol. 55). https://revistaretos.org/index.php/retos/article/view/104124/77133

Monar Calero, J. M., Méndez Carcelén, R. C., & Francisco Pérez, J. I. (2025). Aprendizaje en educación física: una propuesta pedagógica desde el enfoque cooperativo. *Ciencia Latina Revista Científica Multidisciplinar*, *9*(1), 4160–4178. https://ciencialatina.org/index.php/cienciala/article/view/16139/23050

Munoz, C., Águila, S., Kahn, P., Alarcón-Aguilar, J., De Souza-Lima, J., Yáñez-Sepúlveda, R., Godoy-Cumillaf, A., Duclos-Bastías, D., & Giakoni-Ramírez, F. (2025). Análisis del Conocimiento Didáctico del Contenido (CDC) en profesores de pedagogía en Educación Física en Chile. *Retos*, *75*, 572–582. https://revistaretos.org/index.php/retos/article/view/118052/84594

Prat Lopicich, A., Maureira Cid, F., & Moreno Burgos, I. (2026). Motivación por las clases de Educación Física en una muestra de escolares de educación media de Chile. *Retos*, *74*, 769–780. https://revistaretos.org/index.php/retos/article/view/117988/84534

Sagbaicela, J., & Torres, A. (2024). Influencia de la gamificación en la motivación, basada en las necesidades psicológicas básicas en estudiantes durante las clases de Educación Física. *UCUENCA*, 2–114. https://rest-dspace.ucuenca.edu.ec/server/api/core/bitstreams/294aecff-6136-405d-b082-16c271fb621e/content

Sánchez-Guerrero, J., Mocha-Bonilla, J. A., Hidalgo-Alava, D., & Alexandra Villalba-Garzón, G. (2025). *Gamificación y Realidad Virtual con Oculus Quest en la Educación Física: Un Modelo para la Motivación y el Aprendizaje Activo Gamification and Virtual Reality with Oculus Quest in Physical Education: A Model for Motivation and Active Learning*.

Sánchez, N. (2022). *Universidad Técnica De Ambato Facultad De Ciencias Humanas Y De La Educación*. https://repositorio.uta.edu.ec/handle/123456789/37113

Torres, J., & Alchundia, M. (2024). La Inteligencia Emocional Y La Motivación En Estudiantes De Educación Superior: Revisión Sistemática Emotional Intelligence And Motivation In Higher Education Students: Systematic Review. *Ciencia y Educación*, *5*, 33–48. https://cienciayeducacion.com/index.php/journal/article/view/zenodo.14061042/761

Zamora Loor, L. I., & Pérez Plata, L. J. (2025). Comparación de metodologías tradicionales y activas en Educación Física y su impacto en el rendimiento físico, la motivación y el aprendizaje de los estudiantes. *GADE: Revista Científica*, *5*(2), https://doi.org/10.63549/rg.v5i2.660