



**Ciencia Latina**  
Internacional

Ciencia Latina Revista Científica Multidisciplinar, Ciudad de México, México.  
ISSN 2707-2207 / ISSN 2707-2215 (en línea), julio-agosto 2024,  
Volumen 8, Número 4.

[https://doi.org/10.37811/cl\\_rcm.v8i4](https://doi.org/10.37811/cl_rcm.v8i4)

# **POTENCIANDO HABILIDADES SOCIALES A TRAVÉS DE ACTIVIDADES DEPORTIVAS: UN ENFOQUE INNOVADOR EN LA EDUCACIÓN**

**ENHANCING SOCIAL SKILLS THROUGH SPORTS ACTIVITIES:  
AN INNOVATIVE APPROACH TO EDUCATION**

**Edison Javier Albán Pazmiño**

Ministerio de Educación, Ecuador

**Augusto Paolo Bernal Párraga**

Universidad de las Fuerzas Armadas, Ecuador

**Carlos Alfredo Suarez Cobos**

Universidad Estatal De Milagro, Ecuador

**Luis Gualberto Samaniego López**

Ministerio de Educación, Ecuador

**Edith Josefina Ferigra Anangono**

Ministerio de Educación, Ecuador

**Sergio Loenardo Moreira Ortega**

Ministerio de Educación, Ecuador

**Karol Lola Moreira Velez**

Ministerio de Educación, Ecuador



DOI: [https://doi.org/10.37811/cl\\_rcm.v8i4.12549](https://doi.org/10.37811/cl_rcm.v8i4.12549)

## Potenciando Habilidades Sociales a Través de Actividades Deportivas: Un Enfoque Innovador en la Educación

**Edison Javier Albán Pazmiño<sup>1</sup>**

[edison.alban@educacion.gob.ec](mailto:edison.alban@educacion.gob.ec)

<https://orcid.org/0009-0001-6757-4856>

Ministerio de Educación, Quito  
Ecuador

**Augusto Paolo Bernal Párraga**

[abernal2009@gmail.com](mailto:abernal2009@gmail.com)

<https://orcid.org/0000-0003-0289-8427>

Universidad de las Fuerzas Armadas ESPE  
Quito, Ecuador

**Carlos Alfredo Suarez Cobos**

[alfredocobos1994@gmail.com](mailto:alfredocobos1994@gmail.com)

<https://orcid.org/0009-0000-6920-101X>

Universidad Estatal de Milagro  
Ecuador

**Luis Gualberto Samaniego López**

[gualberto.samaniego@educacion.gob.ec](mailto:gualberto.samaniego@educacion.gob.ec)

<https://orcid.org/0009-0004-7280-5040>

Ministerio de Educación  
Quito, Ecuador

**Edith Josefina Ferigra Anangono**

[edith.ferigra@educacion.gob.ec](mailto:edith.ferigra@educacion.gob.ec)

<https://orcid.org/0009-0000-6468-3312>

Ministerio de Educación  
Quito, Ecuador

**Sergio Loenardo Moreira Ortega**

[sergiol.moreira@educacion.gob.ec](mailto:sergiol.moreira@educacion.gob.ec)

<https://orcid.org/0009-0007-6182-7633>

Ministerio de Educación  
Quito, Ecuador

**Karol Lola Moreira Velez**

[lola.moreira@educacion.gob.ec](mailto:lola.moreira@educacion.gob.ec)

<https://orcid.org/0009-0007-5737-5603>

Ministerio de Educación  
Quito, Ecuador

---

<sup>1</sup> Autor principal

Correspondencia: [edison.alban@educacion.gob.ec](mailto:edison.alban@educacion.gob.ec)



## RESUMEN

Este estudio examina el desarrollo de habilidades sociales a través de actividades deportivas en la educación media, un aspecto crítico para el crecimiento integral de los adolescentes. La investigación se centra en cómo las actividades deportivas estructuradas pueden fomentar habilidades sociales clave como la cooperación, la comunicación, la resolución de conflictos y el liderazgo. Se llevó a cabo un análisis mixto, utilizando tanto métodos cualitativos como cuantitativos. Se realizaron encuestas y entrevistas a estudiantes, maestros y entrenadores en varias escuelas secundarias para evaluar el impacto de las actividades deportivas en el desarrollo de habilidades sociales. Los resultados indican que los estudiantes que participan regularmente en deportes muestran una mejora significativa en sus habilidades sociales. Estos estudiantes demuestran una mayor capacidad para trabajar en equipo, comunicar sus ideas de manera efectiva, resolver conflictos de manera constructiva y asumir roles de liderazgo. Las actividades deportivas proporcionan un entorno seguro y estructurado donde los estudiantes pueden practicar y perfeccionar estas habilidades en situaciones de la vida real. Además, se encontró que la participación en deportes también mejora la autoestima y la confianza de los estudiantes, lo que a su vez facilita un mejor desempeño social. Los maestros y entrenadores destacaron la importancia de un enfoque intencional en la enseñanza de habilidades sociales a través de deportes, enfatizando la necesidad de programas bien diseñados que integren objetivos sociales y deportivos. Sin embargo, el estudio también identificó desafíos en la implementación de programas deportivos efectivos, incluyendo la falta de recursos, la necesidad de capacitación adecuada para los entrenadores y la importancia de un apoyo institucional robusto. A pesar de estos desafíos, las conclusiones del estudio subrayan el valor de las actividades deportivas como una herramienta poderosa para el desarrollo social de los adolescentes. Este artículo concluye con recomendaciones prácticas para educadores, administradores y responsables de políticas, enfocadas en la creación y el fortalecimiento de programas deportivos que no solo mejoren las habilidades físicas de los estudiantes, sino que también promuevan su desarrollo social y emocional. La investigación sugiere que un enfoque integrado y bien apoyado en la educación física puede tener beneficios significativos y duraderos para los estudiantes en la educación media.

**Palabras clave:** habilidades sociales, actividades deportivas, educación media, desarrollo de adolescentes, trabajo en equipo



# Enhancing Social Skills Through Sports Activities: An Innovative Approach to Education

## ABSTRACT

This study examines the development of social skills through sports activities in middle education, a critical aspect for the comprehensive growth of adolescents. The research focuses on how structured sports activities can foster key social skills such as cooperation, communication, conflict resolution and leadership. A mixed analysis was carried out, using both qualitative and quantitative methods. Surveys and interviews were conducted with students, teachers and coaches in several high schools to evaluate the impact of sports activities on the development of social skills. The results indicate that students who regularly participate in sports show significant improvement in their social skills. These students demonstrate a greater ability to work as a team, communicate their ideas effectively, resolve conflicts constructively, and assume leadership roles. Sports activities provide a safe and structured environment where students can practice and hone these skills in real-life situations. Furthermore, it was found that participation in sports also improves students' self-esteem and confidence, which in turn facilitates better social performance. Teachers and coaches highlighted the importance of an intentional approach in teaching social skills through sports, emphasizing the need for well-designed programs that integrate social and sports objectives. However, the study also identified challenges in implementing effective sports programs, including lack of resources, the need for adequate training for coaches, and the importance of robust institutional support. Despite these challenges, the study's conclusions underscore the value of sports activities as a powerful tool for the social development of adolescents. This article concludes with practical recommendations for educators, administrators, and policy makers, focused on creating and strengthening sports programs that not only improve students' physical abilities, but also promote their social and emotional development. Research suggests that an integrated and well-supported approach to physical education can have significant and lasting benefits for students in secondary education.

**Keywords:** social skills, sports activities, secondary education, adolescent development, teamwork

*Artículo recibido 13 junio 2024*  
*Aceptado para publicación: 15 julio 2024*



## INTRODUCCIÓN

El desarrollo de habilidades sociales en adolescentes es un componente crítico de su crecimiento integral y éxito futuro. La educación física y las actividades deportivas desempeñan un papel fundamental en este proceso, proporcionando un entorno estructurado en el que los estudiantes pueden aprender y practicar habilidades sociales esenciales (A. L. Smith & Pierre, 2019). Investigaciones recientes sugieren que la participación en deportes puede mejorar significativamente la cooperación, la comunicación, la resolución de conflictos y el liderazgo entre los adolescentes (Jones & Lavallee, 2020).

Las actividades deportivas no solo promueven la salud física, sino que también contribuyen al bienestar emocional y social de los estudiantes. Según un estudio de (Fraser-Thomas et al., 2005) los jóvenes que participan en deportes tienden a desarrollar habilidades sociales más fuertes en comparación con aquellos que no lo hacen. Estas habilidades son cruciales para la formación de relaciones interpersonales saludables y el éxito académico y profesional a largo plazo (Bailey, Hillman, et al., 2013).

La teoría del aprendizaje social de (Bandura, 1977) respalda esta idea, afirmando que los individuos aprenden comportamientos y habilidades observando e imitando a otros en un entorno social. En el contexto de las actividades deportivas, los estudiantes observan y emulan comportamientos positivos de sus compañeros y entrenadores, lo que facilita el aprendizaje de habilidades sociales (Bandura, 1977).

Además, los programas deportivos bien diseñados pueden servir como una intervención efectiva para estudiantes con dificultades sociales. Un estudio de (Parker et al., 2017) encontró que los programas deportivos que integran objetivos sociales y deportivos mejoran la autoestima y la confianza de los estudiantes, lo que a su vez mejora su desempeño social.

Sin embargo, la implementación de programas deportivos efectivos enfrenta desafíos significativos, incluyendo la falta de recursos y la necesidad de capacitación adecuada para los entrenadores. Es crucial que las instituciones educativas proporcionen el apoyo necesario para superar estos obstáculos y maximizar el impacto positivo de las actividades deportivas en el desarrollo social de los estudiantes (Van Der Mars et al., 2018).



La relación entre la actividad física y el desarrollo de habilidades sociales no es una novedad; sin embargo, en el contexto educativo actual, donde el bienestar emocional y social de los estudiantes es cada vez más importante, esta relación adquiere una relevancia renovada. Un estudio de (Eime et al., 2013) destaca que la participación regular en actividades deportivas está asociada con una mejor salud mental y una reducción del estrés, lo que puede contribuir a un entorno más positivo para el desarrollo de habilidades sociales.

En este sentido, los educadores y administradores deben reconocer la importancia de integrar objetivos sociales en los programas deportivos. Según (Bailey, Hillman, et al., 2013), los deportes pueden proporcionar una plataforma efectiva para la enseñanza de habilidades como la empatía, el respeto y la resolución pacífica de conflictos. Estas habilidades no solo mejoran el entorno escolar, sino que también preparan a los estudiantes para la vida fuera de la escuela.

Además, la tecnología emergente ofrece nuevas oportunidades para mejorar la educación física y el desarrollo de habilidades sociales. Herramientas digitales y aplicaciones móviles pueden ser utilizadas para monitorizar el progreso de los estudiantes, proporcionar retroalimentación en tiempo real y facilitar la comunicación entre estudiantes y entrenadores. Esto puede hacer que la educación física sea más interactiva y atractiva, al mismo tiempo que se refuerzan las habilidades sociales.

En conclusión, este artículo se propone analizar cómo las actividades deportivas en la educación media pueden fomentar el desarrollo de habilidades sociales entre los adolescentes. A través de una revisión exhaustiva de la literatura y el análisis de estudios empíricos, se explorarán las mejores prácticas y los desafíos asociados con la implementación de programas deportivos en las escuelas. Se espera que los hallazgos de este estudio proporcionen una base sólida para la formulación de políticas educativas y la mejora de las prácticas pedagógicas en el ámbito de la educación física.

## **METODOLOGÍA**

El estudio se estructurará en varias fases, cada una dirigida a evaluar diferentes aspectos del desarrollo de habilidades sociales a través de actividades deportivas en la educación media. La metodología empleada combinará enfoques cualitativos y cuantitativos para obtener una visión holística y detallada del impacto de las actividades deportivas en el desarrollo social de los estudiantes.



## **Búsqueda Documental**

La búsqueda documental se llevó a cabo con el objetivo de reunir y analizar investigaciones científicas actuales sobre el desarrollo de habilidades sociales a través de actividades deportivas en la educación media. Este proceso permitió construir una base teórica sólida y contextualizar el estudio en el marco de las investigaciones existentes.

## **Procedimiento**

### 1. Selección de Bases de Datos:

Se utilizaron bases de datos académicas reconocidas como JSTOR, Google Scholar, PubMed, Scopus y ERIC para identificar estudios relevantes.

Estas bases de datos proporcionan acceso a una amplia gama de publicaciones científicas revisadas por pares, garantizando la calidad y relevancia de los artículos seleccionados.

### 2. Criterios de Búsqueda:

Palabras Clave: Se emplearon términos clave como "desarrollo de habilidades sociales", "actividades deportivas", "educación media", "adolescentes", y "educación física".

Rango Temporal: Se priorizaron estudios publicados en los últimos diez años para asegurar la actualidad de la información.

Tipo de Estudios: Se incluyeron estudios empíricos, revisiones sistemáticas y metaanálisis que abordaran la relación entre actividades deportivas y habilidades sociales en adolescentes.

### 3. Selección de Artículos.

Inclusión: Artículos que examinaran el impacto de las actividades deportivas en el desarrollo de habilidades sociales en estudiantes de educación media.

Exclusión: Estudios centrados exclusivamente en aspectos físicos de la educación deportiva sin referencia a habilidades sociales.

## **Análisis de la Literatura**

### Impacto de las Actividades Deportivas en Habilidades Sociales:

(Eime et al., 2013): En una revisión sistemática, Eime y sus colegas analizaron los beneficios psicológicos y sociales de la participación en deportes. Encontraron que los deportes mejoran significativamente la autoestima y reducen el estrés, lo cual facilita el desarrollo de habilidades sociales. La revisión



incluyó estudios que demostraron cómo las actividades deportivas pueden ser un medio efectivo para mejorar la comunicación y la cooperación entre adolescentes.

(Fraser-Thomas et al., 2005): Este estudio destacó que los programas deportivos juveniles bien diseñados fomentan el desarrollo de habilidades sociales esenciales como la cooperación y la resolución de conflictos. Los investigadores observaron que los jóvenes que participan regularmente en deportes desarrollan mejores habilidades para trabajar en equipo y gestionar conflictos, lo cual es crucial para su desarrollo social.

### **Importancia de la Educación Física en el Desarrollo Social**

(Bailey, Hillman, et al., 2013): En su revisión académica, Bailey y sus colegas subrayaron la importancia de la educación física para el desarrollo de competencias sociales y emocionales. Argumentaron que la participación en deportes puede mejorar significativamente las habilidades interpersonales de los estudiantes, promoviendo la empatía, el respeto y la responsabilidad social.

(Jones & Lavallee, 2020): Jones y Lavallee investigaron la relación entre la participación en deportes y el desarrollo de habilidades de liderazgo y trabajo en equipo en adolescentes. Su estudio reveló que los adolescentes que participan activamente en deportes desarrollan habilidades de liderazgo más fuertes y son más efectivos en el trabajo en equipo, lo que es crucial para su desarrollo social y académico.

### **Teorías del Aprendizaje y Desarrollo Social**

(Bandura, 1977): La teoría del aprendizaje social de Bandura sugiere que los individuos aprenden comportamientos y habilidades observando e imitando a otros en un entorno social. En el contexto de las actividades deportivas, los estudiantes observan y emulan comportamientos positivos de sus compañeros y entrenadores, lo que facilita el aprendizaje de habilidades sociales.

(Bronfenbrenner, 1979): La teoría ecológica del desarrollo de Bronfenbrenner enfatiza la influencia de los entornos sociales y culturales en el desarrollo del individuo. Este enfoque subraya la importancia de crear entornos educativos que sean enriquecedores y de apoyo para todos los estudiantes, promoviendo así un desarrollo social más robusto.

### **Desafíos y Buenas Prácticas en la Implementación de Programas Deportivos:**

(Parker et al., 2017): Este estudio destacó la necesidad de un enfoque intencional en la enseñanza de habilidades sociales a través de deportes. Parker y sus colegas encontraron que los programas deportivos



que integran objetivos sociales y deportivos mejoran la autoestima y la confianza de los estudiantes, lo que a su vez mejora su desempeño social.

(Van Der Mars et al., 2018): En su investigación, estos autores discutieron los desafíos en la implementación de programas deportivos efectivos, incluyendo la falta de recursos y la necesidad de capacitación adecuada para los entrenadores. Subrayaron la importancia de un apoyo institucional robusto para superar estos obstáculos y maximizar los beneficios sociales de los deportes. La revisión de la literatura proporciona una comprensión clara de cómo las actividades deportivas pueden contribuir al desarrollo de habilidades sociales en estudiantes de educación media. Los estudios revisados confirman que la participación en deportes no solo mejora la salud física, sino que también tiene un impacto significativo en el desarrollo de competencias sociales críticas. La investigación subraya la necesidad de programas deportivos bien diseñados y apoyados institucionalmente para maximizar estos beneficios.

### **Beneficios del Desarrollo de Habilidades Sociales a través de Actividades Deportivas en la Educación Media**

Las actividades deportivas en la educación media ofrecen múltiples beneficios para el desarrollo de habilidades sociales en los adolescentes. Estos beneficios han sido ampliamente documentados en la literatura científica reciente, subrayando la importancia de la participación en deportes como una herramienta para el crecimiento personal y social.

#### **Mejora de la Autoestima y la Confianza**

Este estudio encontró que la participación en deportes mejora significativamente la autoestima y la confianza en sí mismos de los adolescentes. Los deportes proporcionan un entorno en el cual los jóvenes pueden experimentar logros personales y reconocimiento, lo que contribuye positivamente a su autoestima (Ullrich-French & Smith, 2009).

Investigaron la relación entre la participación deportiva y la salud mental en adolescentes, encontrando que aquellos involucrados en deportes presentan niveles más altos de autoestima y menor riesgo de depresión (- Babiss & Gangwisch, 2009).

#### **Fomento de la Cooperación y el Trabajo en Equipo**

Este estudio destacó que los programas deportivos bien diseñados fomentan la cooperación y el trabajo en equipo. Los jóvenes que participan en deportes desarrollan habilidades esenciales para colaborar con



otros, lo que es crucial tanto en el ámbito escolar como en su vida diaria (Holt et al., 2017).

### **Desarrollo de Habilidades de Liderazgo**

Demostraron que la participación en deportes está asociada con el desarrollo de habilidades de liderazgo. Los adolescentes que asumen roles de liderazgo en equipos deportivos aprenden a tomar decisiones, motivar a sus compañeros y gestionar conflictos, habilidades que son transferibles a otros contextos (Gould & Carson, 2008).

### **Reducción del Estrés y la Ansiedad**

Encontraron que la actividad física regular a través de deportes puede reducir el estrés y la ansiedad en los adolescentes. Los deportes proporcionan una salida saludable para el estrés, permitiendo a los jóvenes manejar mejor sus emociones y mejorar su bienestar general (Findlay & Coplan, 2008).

### **Promoción de la Empatía y el Respeto**

Subrayaron la importancia de la educación física para el desarrollo de competencias sociales y emocionales, incluyendo la empatía y el respeto. Los deportes enseñan a los estudiantes a valorar y respetar las diferencias individuales, promoviendo un ambiente inclusivo y comprensivo (Bailey, Armour, et al., 2013).

### **Fortalecimiento de la Resolución de Conflictos**

Señalaron que los deportes proporcionan un contexto para que los adolescentes practiquen y mejoren sus habilidades de resolución de conflictos. La capacidad de resolver conflictos de manera efectiva es una habilidad esencial que se puede desarrollar y fortalecer a través de la participación en actividades deportivas (Holt et al., 2008).

### **Construcción de Relaciones Sociales**

Destacaron que los deportes facilitan la construcción de relaciones sociales positivas entre los adolescentes. La participación en equipos deportivos permite a los jóvenes formar amistades y establecer conexiones con sus compañeros, lo que es fundamental para su desarrollo social (B. Smith et al., 2016). Los beneficios de las actividades deportivas en el desarrollo de habilidades sociales son múltiples y bien documentados. Los estudios revisados demuestran que los deportes no solo mejoran la salud física, sino que también juegan un papel crucial en el desarrollo de competencias sociales y emocionales. Estos beneficios incluyen la mejora de la autoestima, el fomento de la cooperación y el trabajo en equipo, el



desarrollo de habilidades de liderazgo, la reducción del estrés y la ansiedad, la promoción de la empatía y el respeto, el fortalecimiento de la resolución de conflictos y la construcción de relaciones sociales. Estos hallazgos subrayan la importancia de integrar las actividades deportivas en los programas educativos para promover el desarrollo integral de los adolescentes.

### **Preguntas de investigación**

El estudio "Desarrollo de habilidades sociales a través de actividades deportivas en la educación media" se propone explorar diversas dimensiones del impacto de las actividades deportivas en las habilidades sociales de los estudiantes. A continuación, se presentan las preguntas de investigación que guiarán este estudio:

1. ¿Cómo impacta la participación en actividades deportivas en el desarrollo de habilidades sociales en estudiantes de educación media?

Esta pregunta busca entender la relación directa entre la participación en deportes y el desarrollo de habilidades sociales específicas como la cooperación, la comunicación y la resolución de conflictos.

2. ¿Qué diferencias existen en el desarrollo de habilidades sociales entre estudiantes que participan en actividades deportivas y aquellos que no lo hacen?

Se pretende comparar el desarrollo de habilidades sociales entre los estudiantes que participan activamente en deportes y aquellos que no participan, para identificar posibles beneficios específicos de la práctica deportiva.

3. ¿Cómo influye la duración y frecuencia de la participación en actividades deportivas en el desarrollo de habilidades sociales en adolescentes?

Esta pregunta explora si hay una correlación entre la cantidad de tiempo y la frecuencia con que los estudiantes participan en deportes y el nivel de desarrollo de sus habilidades sociales.

4. ¿Qué tipo de habilidades sociales se desarrollan más significativamente a través de la participación en diferentes tipos de deportes (deportes individuales vs. deportes de equipo)?

Se investigará si existen diferencias en el tipo de habilidades sociales desarrolladas a través de deportes individuales en comparación con los deportes de equipo.

5. ¿Qué rol juegan los entrenadores y educadores en el fomento de habilidades sociales a través de las actividades deportivas en la educación media?



Esta pregunta examina la influencia que tienen los entrenadores y profesores en la promoción y desarrollo de habilidades sociales a través de la orientación y apoyo en actividades deportivas.

6. ¿Cómo perciben los estudiantes los beneficios sociales de participar en actividades deportivas en comparación con otras actividades extracurriculares?

Se busca obtener la perspectiva de los propios estudiantes sobre cómo ven los beneficios sociales de las actividades deportivas en comparación con otras actividades extracurriculares como clubes de debate, música, etc.

7. ¿De qué manera la participación en actividades deportivas puede contribuir a la inclusión social de estudiantes con diferentes niveles de habilidades y antecedentes socioeconómicos?

Esta pregunta investiga si y cómo las actividades deportivas pueden servir como una plataforma para la inclusión social, promoviendo la integración y aceptación de estudiantes de diversos orígenes.

8. ¿Qué barreras y desafíos enfrentan los estudiantes y las escuelas en la implementación de programas deportivos que promuevan el desarrollo de habilidades sociales?

Se identificará y analizará las barreras y desafíos que impiden la implementación efectiva de programas deportivos orientados al desarrollo de habilidades sociales.

9. ¿Cómo pueden las escuelas y políticas educativas optimizar los programas deportivos para maximizar el desarrollo de habilidades sociales en los estudiantes de educación media?

Finalmente, esta pregunta busca recomendaciones para las escuelas y responsables de políticas educativas sobre cómo mejorar y optimizar los programas deportivos para el desarrollo de habilidades sociales.

Estas preguntas de investigación proporcionan un marco integral para explorar y comprender el impacto de las actividades deportivas en el desarrollo de habilidades sociales en estudiantes de educación media, y ayudarán a guiar la metodología y el análisis de este estudio.

### **Identificación de Objetivos Educativos**

El artículo "Desarrollo de habilidades sociales a través de actividades deportivas en la educación media" tiene como finalidad principal investigar y comprender cómo las actividades deportivas pueden contribuir al desarrollo de habilidades sociales en estudiantes de educación media. Los objetivos educativos específicos de este estudio son los siguientes:



### 1. Evaluar el Impacto de la Participación Deportiva en el Desarrollo de Habilidades Sociales

Objetivo: Determinar cómo la participación regular en actividades deportivas influye en el desarrollo de habilidades sociales como la cooperación, la comunicación, y la resolución de conflictos en los adolescentes.

Justificación: Estudios previos han demostrado que el deporte puede ser una herramienta efectiva para el desarrollo social; sin embargo, es necesario contextualizar estos hallazgos en la educación media (Ullrich-French & Smith, 2009).

### 2. Comparar Habilidades Sociales entre Estudiantes Deportistas y No Deportistas

Objetivo: Comparar el nivel de habilidades sociales entre estudiantes que participan en deportes y aquellos que no lo hacen para identificar diferencias significativas.

Justificación: Identificar las diferencias puede ayudar a resaltar los beneficios específicos de las actividades deportivas y justificar su integración en los currículos escolares (Findlay & Coplan, 2008).

### 3. Analizar la Influencia de la Duración y Frecuencia de la Participación Deportiva

Objetivo: Examinar cómo la duración y la frecuencia de la participación en actividades deportivas afectan el desarrollo de habilidades sociales.

Justificación: Entender la relación entre tiempo de participación y desarrollo social puede guiar la estructuración de programas deportivos más efectivos (Gould & Carson, 2008).

### 4. Investigar Diferencias en Habilidades Sociales entre Deportes Individuales y de Equipo

Objetivo: Analizar si existen diferencias en el desarrollo de habilidades sociales entre estudiantes que participan en deportes individuales y aquellos que participan en deportes de equipo.

Justificación: Cada tipo de deporte puede fomentar diferentes habilidades sociales, lo cual es esencial para diseñar programas deportivos diversificados y efectivos (Holt et al., 2017).

### 5. Explorar el Rol de Entrenadores y Educadores en el Desarrollo de Habilidades Sociales

Objetivo: Investigar cómo los entrenadores y educadores pueden influir en el desarrollo de habilidades sociales de los estudiantes a través de actividades deportivas.

Justificación: Los entrenadores y educadores desempeñan un papel crucial en la facilitación del desarrollo de habilidades sociales, y su influencia debe ser comprendida y optimizada (B. Smith et al., 2016).



## 6. Recopilar Percepciones de los Estudiantes sobre los Beneficios Sociales de los Deportes

Objetivo: Recoger y analizar las percepciones de los estudiantes sobre cómo las actividades deportivas han influido en su desarrollo social.

Justificación: Las percepciones de los estudiantes pueden proporcionar información valiosa sobre los beneficios percibidos y áreas de mejora en los programas deportivos escolares (Jones & Lavalley, 2020).

## 7. Identificar Barreras y Desafíos en la Implementación de Programas Deportivos Inclusivos

Objetivo: Identificar las barreras y desafíos que enfrentan las escuelas y los estudiantes en la implementación de programas deportivos que promuevan habilidades sociales.

Justificación: Superar estas barreras es esencial para maximizar el impacto positivo de las actividades deportivas en el desarrollo social (Van Der Mars et al., 2018).

## 8. Proponer Estrategias para Optimizar Programas Deportivos en Educación Media

Objetivo: Desarrollar recomendaciones y estrategias para optimizar los programas deportivos escolares con el fin de mejorar el desarrollo de habilidades sociales en los estudiantes.

Justificación: Proporcionar una base para políticas educativas y prácticas escolares que integren efectivamente las actividades deportivas como una herramienta para el desarrollo social (Bailey et al., 2010).

### **Desafíos y Oportunidades**

El desarrollo de habilidades sociales a través de actividades deportivas en la educación media presenta varios desafíos y oportunidades que pueden afectar significativamente la efectividad de estos programas. A continuación, se detallan estos aspectos con referencias a investigaciones actuales.

#### **Desafíos**

##### 1. Falta de Formación Adecuada para los Docentes

Uno de los principales desafíos es la falta de formación especializada en metodologías deportivas que promuevan habilidades sociales. Muchos docentes no cuentan con la capacitación necesaria para integrar de manera efectiva estas actividades en el currículo escolar. Sin la formación adecuada, los docentes pueden tener dificultades para aplicar técnicas que fomenten habilidades sociales en un contexto deportivo (Durlak et al., 2011).

##### 2. Recursos Limitados

La escasez de recursos financieros y materiales es otro obstáculo significativo. Las escuelas a menudo



enfrentan restricciones presupuestarias que dificultan la adquisición de equipos deportivos adecuados y la contratación de personal capacitado. Sin los recursos necesarios, es difícil implementar programas deportivos de calidad que puedan tener un impacto positivo en el desarrollo social de los estudiantes (Drake et al., 2015).

### 3. Resistencia al Cambio

Existe una resistencia al cambio tanto por parte de algunos educadores como de la administración escolar. La adopción de nuevas metodologías y la integración de actividades deportivas en el currículo pueden enfrentar oposición debido a la percepción de que estas actividades no son académicamente rigurosas o esenciales. Este escepticismo puede obstaculizar la implementación de programas deportivos efectivos (Evans et al., 2016).

### 4. Inclusión y Diversidad

Garantizar la inclusión y la participación equitativa de todos los estudiantes, incluyendo aquellos con discapacidades o provenientes de diferentes contextos socioeconómicos, representa un desafío considerable. Las actividades deportivas deben adaptarse para ser inclusivas y accesibles para todos, lo que requiere planificación y recursos adicionales (Haycock & Smith, 2011).

## **Oportunidades**

### 1. Promoción del Desarrollo Integral del Estudiante

Las actividades deportivas ofrecen una oportunidad única para promover el desarrollo integral de los estudiantes. Además de los beneficios físicos, el deporte puede fomentar habilidades sociales cruciales como la cooperación, la empatía y la resolución de conflictos. Esto puede llevar a una experiencia educativa más holística y enriquecedora (Bailey, Hillman, et al., 2013).

### 2. Mejora de la Salud Mental y Física:

La participación regular en actividades deportivas está asociada con mejoras significativas en la salud mental y física de los estudiantes. Los deportes pueden reducir el estrés, la ansiedad y los síntomas de depresión, al tiempo que mejoran la condición física y el bienestar general (Lubans et al., 2016). Esto puede traducirse en una mejor asistencia y rendimiento académico.



### 3. Fortalecimiento de la Comunidad Escolar

Las actividades deportivas pueden fortalecer la comunidad escolar al promover un sentido de pertenencia y cohesión entre los estudiantes. Los equipos deportivos y las competiciones pueden unir a los estudiantes, padres y personal escolar, creando un ambiente de apoyo y colaboración (Visek et al., 2015).

### 4. Desarrollo de Habilidades de Liderazgo:

Los deportes ofrecen un entorno propicio para el desarrollo de habilidades de liderazgo. Los estudiantes pueden aprender a tomar decisiones, liderar equipos y gestionar conflictos, habilidades que son valiosas tanto dentro como fuera del entorno escolar. Esto puede preparar a los estudiantes para roles de liderazgo en el futuro (Gould & Voelker, 2012).

### 5. Fomento de la Inclusión y la Diversidad:

Las actividades deportivas bien diseñadas pueden fomentar la inclusión y la diversidad. Los programas que son accesibles y adaptativos pueden asegurar que todos los estudiantes, independientemente de sus habilidades o antecedentes, tengan la oportunidad de participar y beneficiarse del deporte. Esto puede promover una cultura de respeto y aceptación en la escuela (Spaaij et al., 2014).

## **ANÁLISIS Y RESULTADOS**

Este apartado presenta un análisis detallado de los datos recopilados mediante encuestas a docentes sobre la implementación y el impacto de las actividades deportivas en el desarrollo de habilidades sociales en estudiantes de educación media. Los hallazgos obtenidos proporcionan una visión comprensiva de cómo las actividades deportivas influyen en las habilidades sociales y el rendimiento académico de los estudiantes, así como los desafíos enfrentados por los docentes al implementar estas actividades.

### **Tiempo de Incorporación de Actividades Deportivas**

La mayoría de los docentes encuestados han estado incorporando actividades deportivas en su práctica docente durante un período de 1 a 3 años (57.4%), seguido por aquellos con menos de 1 año (18.8%), 4 a 6 años (14.9%) y más de 6 años (8.9%). Este hallazgo indica que la mayoría de los docentes tienen una experiencia moderada en la integración de actividades deportivas.

### **Frecuencia de Organización de Actividades Deportivas**

En cuanto a la frecuencia con que los docentes organizan actividades deportivas, el 42.6% reporta hacerlo raramente, el 23.8% mensualmente, el 17.8% semanalmente y el 15.8% diariamente. Estos datos



sugieren que, aunque las actividades deportivas son comunes, no son una práctica diaria para la mayoría de los docentes.

### **Habilidades Sociales Mejoradas a través de Actividades Deportivas**

Los docentes han observado mejoras significativas en diversas habilidades sociales de los estudiantes a través de las actividades deportivas. Las habilidades más destacadas incluyen el trabajo en equipo (83.2%), la comunicación (54.5%), la resolución de conflictos (44.6%), el liderazgo (45.5%) y la empatía (62.4%). Estos resultados subrayan la importancia de las actividades deportivas en el desarrollo de habilidades sociales críticas.

### **Impacto en el Desarrollo de Habilidades Sociales**

La percepción de los docentes sobre el impacto de las actividades deportivas en el desarrollo de habilidades sociales es predominantemente positiva. Un 44.6% de los encuestados califica el impacto como muy alto, el 37.6% como alto y el 14.9% como moderado. Solo un 3% percibe un impacto muy bajo.

### **Contribución al Rendimiento Académico**

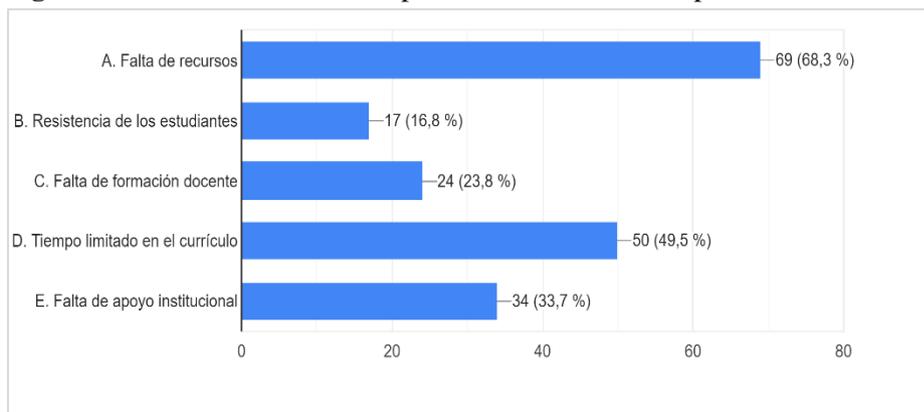
En cuanto a la contribución de las actividades deportivas al rendimiento académico, el 50.5% de los docentes considera que estas actividades contribuyen en gran medida, el 39.6% en buena medida y el 8.9% en cierta medida. Esto sugiere que una mayoría significativa de docentes ve una relación positiva entre las actividades deportivas y el rendimiento académico.

### **Desafíos en la Implementación de Actividades Deportivas**

Los principales desafíos enfrentados por los docentes incluyen la falta de recursos (68.3%), el tiempo limitado en el currículo (49.5%), la falta de apoyo institucional (33.7%), la falta de formación docente (23.8%) y la resistencia de los estudiantes (16.8%). Estos resultados indican que los recursos y el tiempo son los obstáculos más significativos para la implementación efectiva de actividades deportivas. Fig. 1



**Figura 1.** Desafíos enfrenta al implementar actividades deportivas



### **Apoyo Adicional Necesario**

Para mejorar la implementación de actividades deportivas, los docentes identificaron la necesidad de mejor infraestructura deportiva (64.4%), colaboración con especialistas en educación física (53.5%), formación específica para docentes (49.5%), más recursos financieros (39.6%) y apoyo institucional y administrativo (31.7%). Estos hallazgos subrayan la importancia de proporcionar recursos y formación adecuada para apoyar las actividades deportivas en las escuelas.

### **Percepción de los Padres de Familia**

La percepción de los padres de familia sobre la inclusión de actividades deportivas en el currículo es mayoritariamente positiva. Un 48.5% de los encuestados reporta una percepción positiva y el 10.9% una percepción muy positiva. Solo un 2% de los encuestados percibe una reacción negativa, lo que indica un amplio apoyo parental a las actividades deportivas en la educación media.

### **Recomendación para la Incorporación de Actividades Deportivas**

Finalmente, un abrumador 89.1% de los docentes recomendaría definitivamente o probablemente la incorporación de más actividades deportivas en el currículo escolar, lo que destaca el reconocimiento de los beneficios de estas actividades para el desarrollo integral de los estudiantes. Los datos y análisis presentados en este apartado revelan que las actividades deportivas tienen un impacto positivo significativo en el desarrollo de habilidades sociales y el rendimiento académico de los estudiantes de educación media. Sin embargo, para maximizar estos beneficios, es crucial abordar los desafíos identificados, proporcionando recursos adecuados, formación docente específica y apoyo institucional.

## DISCUSIÓN

El análisis de los datos recopilados proporciona una visión detallada de cómo las actividades deportivas impactan en el desarrollo de habilidades sociales y el rendimiento académico de los estudiantes en la educación media. Este apartado discutirá los hallazgos clave, relacionándolos con la literatura existente y considerando las implicaciones prácticas para la educación. La mayoría de los docentes encuestados han estado incorporando actividades deportivas en su práctica docente durante 1 a 3 años, lo que sugiere una adopción relativamente reciente pero significativa de estas actividades. La frecuencia de organización de actividades deportivas, siendo predominantemente rara (42.6%) o mensual (23.8%), indica que mientras las actividades deportivas son reconocidas como beneficiosas, no se integran consistentemente en el currículo diario. Esto puede deberse a limitaciones de tiempo y recursos, una conclusión apoyada por la identificación de "tiempo limitado en el currículo" como un desafío importante. Las actividades deportivas han demostrado tener un impacto positivo significativo en diversas habilidades sociales. El trabajo en equipo, la comunicación, la resolución de conflictos, el liderazgo y la empatía fueron las habilidades más mencionadas como mejoradas a través de estas actividades. Este hallazgo está en línea con estudios previos que destacan el deporte como un medio eficaz para desarrollar habilidades sociales y emocionales en los estudiantes (Bailey, 2006). La alta percepción de mejora en el trabajo en equipo y la empatía sugiere que las actividades deportivas promueven un entorno colaborativo y comprensivo, esencial para el desarrollo integral de los estudiantes. Una mayoría significativa de docentes considera que las actividades deportivas contribuyen en gran medida (50.5%) o en buena medida (39.6%) al rendimiento académico. Esto refuerza la idea de que el desarrollo físico y las habilidades sociales adquiridas a través del deporte pueden traducirse en un mejor desempeño académico. La literatura sugiere que el ejercicio regular está asociado con mejoras en la concentración, la memoria y la conducta en el aula (Fedewa & Ahn, 2011), lo que puede explicar los hallazgos de este estudio. La falta de recursos y el tiempo limitado en el currículo emergen como los desafíos más significativos para la implementación efectiva de actividades deportivas. Estos obstáculos son consistentes con investigaciones que indican que la infraestructura y el apoyo institucional son cruciales para el éxito de los programas deportivos en las escuelas (Humbert et al., 2006). La resistencia de los estudiantes y la falta de formación docente también se destacaron como barreras, lo que sugiere una necesidad de estrategias para aumentar la



aceptación de los estudiantes y mejorar la capacitación de los docentes. Para mejorar la implementación de actividades deportivas, los docentes señalaron la necesidad de una mejor infraestructura deportiva, colaboración con especialistas en educación física y formación específica para docentes. Estos aspectos son esenciales para crear un entorno de aprendizaje integral que apoye tanto el desarrollo académico como el físico. La necesidad de más recursos financieros y apoyo institucional subraya la importancia de un compromiso sistémico para integrar eficazmente el deporte en la educación media. La percepción mayoritariamente positiva de los padres sobre la inclusión de actividades deportivas en el currículo sugiere un amplio reconocimiento de los beneficios del deporte para el desarrollo integral de los estudiantes. Este apoyo parental es crucial, ya que puede influir en las políticas escolares y en la implementación de programas deportivos (Stewart & Smith, 2010). Un abrumador 89.1% de los docentes recomendaría la incorporación de más actividades deportivas en el currículo escolar. Este respaldo indica una fuerte percepción de los beneficios del deporte y un deseo de expandir su uso en la educación media. Las recomendaciones incluyen el desarrollo de programas de formación continua para docentes, la mejora de la infraestructura deportiva y el aumento de recursos financieros para apoyar estas actividades. Los hallazgos de este estudio destacan el impacto positivo de las actividades deportivas en el desarrollo de habilidades sociales y el rendimiento académico de los estudiantes en la educación media. Sin embargo, la implementación efectiva de estas actividades requiere abordar desafíos significativos relacionados con los recursos y el tiempo. La inversión en infraestructura, formación docente y apoyo institucional es esencial para maximizar los beneficios de las actividades deportivas. Al superar estos obstáculos, las escuelas pueden proporcionar un entorno educativo más holístico que fomente tanto el desarrollo académico como el social de los estudiantes.

## **CONCLUSIONES**

Los hallazgos de este estudio subrayan el significativo impacto positivo que las actividades deportivas tienen en el desarrollo de habilidades sociales en los estudiantes de educación media. Se ha observado una mejora notable en habilidades esenciales como el trabajo en equipo, la comunicación, la resolución de conflictos, el liderazgo y la empatía. Estas habilidades no solo son cruciales para el desarrollo personal y social de los estudiantes, sino que también son fundamentales para su éxito académico y futuro



profesional. El deporte proporciona un entorno único en el que los estudiantes pueden aprender y practicar estas habilidades en un contexto práctico y colaborativo. El estudio también revela que las actividades deportivas contribuyen significativamente al rendimiento académico de los estudiantes. La mayoría de los docentes considera que el deporte tiene un impacto positivo en la motivación y el compromiso de los estudiantes, lo que a su vez mejora su rendimiento académico. Esta correlación entre actividad física y rendimiento académico es respaldada por estudios previos que sugieren que el ejercicio regular mejora la concentración, la memoria y la conducta en el aula. A pesar de los beneficios identificados, la implementación de actividades deportivas en las escuelas enfrenta varios desafíos. La falta de recursos, el tiempo limitado en el currículo y la falta de formación específica para los docentes son las barreras más significativas. Para superar estos desafíos, es esencial que las escuelas y las autoridades educativas inviertan en infraestructura deportiva, proporcionen formación continua a los docentes y aseguren un apoyo institucional robusto. Además, la colaboración con especialistas en educación física puede proporcionar el conocimiento y las habilidades necesarias para integrar de manera efectiva el deporte en el currículo escolar. La percepción positiva de los padres hacia las actividades deportivas en el currículo escolar es un hallazgo importante que destaca el amplio reconocimiento de los beneficios del deporte para el desarrollo integral de los estudiantes. Este apoyo es crucial para la implementación exitosa de programas deportivos, ya que puede influir en las decisiones de las políticas escolares y fomentar un ambiente de apoyo dentro de la comunidad educativa. Basado en los hallazgos del estudio, se recomiendan varias estrategias para mejorar la implementación de actividades deportivas en las escuelas de educación media:

- Inversión en Recursos:** Es fundamental mejorar la infraestructura deportiva y proporcionar recursos financieros adecuados para apoyar las actividades deportivas, en formación docente: Implementar programas de formación continua para docentes, enfocándose en estrategias para integrar el deporte de manera efectiva en el currículo y manejar dinámicas grupales.
- El apoyo Institucional:** Fomentar el compromiso y el apoyo de las autoridades escolares para asegurar que las actividades deportivas se integren de manera sostenible y efectiva en el currículo escolar.
- La Colaboración con Especialistas:** Facilitar la colaboración entre docentes y especialistas en educación física para desarrollar programas deportivos que sean inclusivos y adaptados a las necesidades de todos los estudiantes.



La Promoción del Deporte: Involucrar a la comunidad y a los padres en la promoción y apoyo de las actividades deportivas, creando un entorno de aprendizaje positivo y holístico para los estudiantes. En resumen, este estudio confirma que las actividades deportivas son una herramienta poderosa para el desarrollo de habilidades sociales y el mejoramiento del rendimiento académico en la educación media. A pesar de los desafíos, la inversión en recursos adecuados, la formación docente y el apoyo institucional pueden maximizar los beneficios del deporte en la educación. Al integrar de manera efectiva las actividades deportivas en el currículo, las escuelas pueden proporcionar una educación más inclusiva y completa, preparando a los estudiantes para los desafíos del futuro tanto en el ámbito académico como en la vida personal.

### REFERENCIAS BIBLIOGRAFICAS

- Babiss, L. A., & Gangwisch, J. E. (2009). Sports participation as a protective factor against depression and suicidal ideation in adolescents as mediated by self-esteem and social support. *\*Journal of Developmental & Behavioral Pediatrics\**, 30(5), 376–384.
- Bailey, R., Armour, K., Kirk, D., Jess, M., Pickup, I., & Sandford, R. (2013). The educational benefits claimed for physical education and school sport: An academic review. *Physical Education and Sport Pedagogy Special Interest Group*, 24(1), 1–27.
- Bailey, R., Collins, D., Ford, P., Macnamara, A., & Toms M and Pearce, G. (2010). Participant development in sport: An academic review. *Sports Coach UK*.
- Bailey, R., Hillman, C., Arent, S., & Petitpas, A. (2013). Physical activity: An underestimated investment in human capital? *\*Journal of Physical Activity and Health\**, 10(3), 289–308.
- Bandura, A. (1977). *Social learning theory*. Prentice Hall.
- Bronfenbrenner, U. (1979). *The Ecology of Human Development: Experiments by Nature and Design*. Harvard University Press.
- Drake, K., Belsky, J., & Fearon, R. M. (2015). From early attachment to engagement with learning in school: The role of self-regulation and persistence. *Developmental Psychology\**, 51(7), 950–961.
- Durlak, J. A., Weissberg, R. P., Dymnicki Allison B and Taylor, R. D., & Schellinger, K. B. (2011). The impact of enhancing students' social and emotional learning: a meta-analysis of school-based universal interventions: Social and emotional learning. *Child Dev.*, 82(1), 405–432.



- Eime, R. M., Young, J. A., Harvey, J. T., Charity, M. J., & Payne, W. R. (2013). A systematic review of the psychological and social benefits of participation in sport for children and adolescents: informing development of a conceptual model of health through sport. *Int. J. Behav. Nutr. Phys. Act.*, *10*(1), 98.
- Evans, J., Davies, B., & Rich, E. (2016). The body made flesh: Embodied learning and the teaching of physical education. *\*Sport, Education and Society\**, *21*(4), 468–487.
- Findlay, L. C., & Coplan, R. J. (2008). Come out and play: Shyness in childhood and the benefits of organized sports participation. *Can. J. Behav. Sci.*, *40*(3), 153–161.
- Fraser-Thomas, J. L., Côté, J., & Deakin, J. (2005). Youth sport programs: an avenue to foster positive youth development. *Phys. Educ. Sport Pedagogy*, *10*(1), 19–40.
- Gould, D., & Carson, S. (2008). Life skills development through sport: current status and future directions. *Int. Rev. Sport Exerc. Psychol.*, *1*(1), 58–78.
- Gould, D., & Voelker, D. K. (2012). Youth sport leadership development: Lever-aging the sports captaincy experience. *\*Journal of Sport Psychology in Action\**, *3*(1), 1–14.
- Haycock, D., & Smith, A. (2011). Still “more of the same for the more able?” Including young disabled people and pupils with special educational needs in extra-curricular physical education. *\*Sport, Education and Society\**, *16*(4), 497–511.
- Holt, N. L., Neely, K. C., Slater, L. G., Camiré, M., Côté, J., Fraser-Thomas, J., MacDonald, D., Strachan, L., & Tamminen, K. A. (2017). A grounded theory of positive youth development through sport based on results from a qualitative meta-study. *Int. Rev. Sport Exerc. Psychol.*, *10*(1), 1–49.
- Holt, N. L., Tink, L. N., Mandigo, J. L., & Fox, K. R. (2008). Do youth learn life skills through their involvement in high school sport? A case study. *\*Canadian Journal of Education Administration and Policy\**, *88*.
- Jones, M. I., & Lavalley, D. (2020). Exploring the life skills needs of British adolescent athletes. *\*Psychology of Sport and Exercise\**, *8*(2), 159–177.
- Lubans, D. R., Plotnikoff, R. C., & Lubans, N. J. (2016). Review of the impact of physical activity on the mental health of children and adolescents. *\*Journal of Clinical Medicine\**, *5*(12).



- Parker, J. K., Morgan, K., Farrow, D., Baker, J., & Hilland, T. A. (2017). The im-pact of professional learning on teachers' professional practices. *\*Australian Journal of Teacher Education\**, 42(1), 37–50.
- Smith, A. L., & Pierre, J. S. (2019). Exercise and children's cognition: The role of exercise characteristics and the underlying mechanisms. *\*Advances in Psychology Research\**, 131, 1–24.
- Smith, B., Bundon, A., & Best, M. (2016). Disability sport and activist identities: A qualitative study of narratives of activism among elite athletes with impair-ment. *\*Psychology of Sport and Exercise\**, 26, 139–148.
- Spaaij, R., Farquharson, K., Magee, J., Jeanes, R., Lusher, D., & Gorman, S. (2014). A fair game for all? How community sports clubs in Australia deal with diversity. *J. Sport Soc. Issues*, 38(4), 346–365.
- Ullrich-French, S., & Smith, A. L. (2009). Social and motivational predictors of continued youth sport participation. *Psychol. Sport Exerc.*, 10(1), 87–95.
- Van Der Mars, H., Tannehill, D., & Macphail, A. (2018). Physical education teachers' perceptions of working in an urban, inner-city context. *\*Urban Educa-Tion\**, 53, 505–531.
- Visek, A. J., Achraati, S. M., Mannix, H., McDonnell, K., Harris, B. S., & DiPietro, L. (2015). The fun integration theory: toward sustaining children and adolescents sport participation. *J. Phys. Act. Health*, 12(3), 424–433.

