

Prácticas lúdico-deportivas en el desarrollo de la agilidad en estudiantes de Educación General Básica Superior y Bachillerato

Playful-sports practices in the development of agility in students of
Upper Basic General Education and High School

Gabriela Alexandra Villalba Garzón

ga.villalba@uta.edu.ec

<https://orcid.org/0000-0001-5589-4927>

Universidad Técnica de Ambato

Ambato – Ecuador

Diego Sebastián Eugenio Carrera

deugenio5958@uta.edu.ec

<https://orcid.org/0009-0003-1541-963X>

Universidad Técnica de Ambato

Ambato – Ecuador

Jeremy Francisco Paredes Guerrero

jparedes9942@uta.edu.ec

<https://orcid.org/0009-0005-1908-4878>

Universidad Técnica de Ambato

Ambato – Ecuador

Richard Santiago Sánchez Garcés

rsanchez3541@uta.edu.ec

<https://orcid.org/0009-0006-3265-8298>

Universidad Técnica de Ambato

Ambato – Ecuador

DOI: <https://doi.org/10.56712/latam.v7i1.5449>


Redilat
Red de Investigadores
Latinoamericanos



Revista Latinoamericana de
Ciencias Sociales y Humanidades

Artículo recibido: 30 de octubre de 2025.

Aceptado para publicación: 06 de marzo de 2026.

Conflictos de Interés: Ninguno que declarar.

VOLUMEN VII

DOI: <https://doi.org/10.56712/latam.v7i1.5449>

Prácticas lúdico-deportivas en el desarrollo de la agilidad en estudiantes de Educación General Básica Superior y Bachillerato

Playful-sports practices in the development of agility in students of Upper Basic General Education and High School

Gabriela Alexandra Villalba Garzón¹

ga.villalba@uta.edu.ec

<https://orcid.org/0000-0001-5589-4927>

Universidad Técnica de Ambato

Ambato – Ecuador

Diego Sebastián Eugenio Carrera

deugenio5958@uta.edu.ec

<https://orcid.org/0009-0003-1541-963X>

Universidad Técnica de Ambato

Ambato – Ecuador

Jeremy Francisco Paredes Guerrero

jparedes9942@uta.edu.ec

<https://orcid.org/0009-0005-1908-4878>

Universidad Técnica de Ambato

Ambato – Ecuador

Richard Santiago Sánchez Garcés

rsanchez3541@uta.edu.ec

<https://orcid.org/0009-0006-3265-8298>

Universidad Técnica de Ambato

Ambato – Ecuador

Artículo recibido: 30 de octubre de 2025. Aceptado para publicación: 06 de marzo de 2026.

Conflictos de Interés: Ninguno que declarar.

Resumen

El desarrollo de la agilidad constituye un componente esencial dentro de la formación motriz y deportiva de los estudiantes de Educación General Básica Superior y Bachillerato, debido a su influencia directa en la coordinación, la velocidad de reacción y la eficiencia del movimiento. No obstante, en el contexto educativo escolar persiste una limitada aplicación de estrategias metodológicas innovadoras que integren el componente lúdico como eje dinamizador del aprendizaje motor. El objetivo de este estudio fue analizar la incidencia de las prácticas lúdico-deportivas en el desarrollo de la agilidad en estudiantes de Educación General Básica Superior y Bachillerato. La investigación se desarrolló bajo un enfoque cuantitativo, con un diseño no experimental de corte transversal y un alcance descriptivo-correlacional. La población estuvo conformada por estudiantes de instituciones educativas del cantón Ambato, a quienes se aplicaron pruebas físicas estandarizadas de agilidad y un programa de actividades lúdico-deportivas planificadas. Los resultados evidencian mejoras significativas en los niveles de agilidad de los estudiantes que participaron en prácticas lúdicas estructuradas, confirmando que el juego, cuando se orienta pedagógicamente, potencia el desarrollo de capacidades físicas de manera integral. Se concluye que las prácticas lúdico-deportivas

¹ Autora de correspondencia.

constituyen una estrategia metodológica pertinente y eficaz para fortalecer la agilidad en el ámbito escolar.

Palabras clave: prácticas lúdicas, actividad física escolar, agilidad motriz, educación física, aprendizaje motor

Abstract

The development of agility is an essential component in the motor and sports training of students in Upper Basic Education and High School, due to its direct influence on coordination, reaction speed, and movement efficiency. However, within the school educational context, there is a limited application of innovative methodological strategies that integrate play as a dynamic axis of motor learning. The objective of this study was to analyze the impact of playful-sport practices on the development of agility in Upper Basic Education and High School students. The research adopted a quantitative approach, with a non-experimental cross-sectional design and a descriptive-correlational scope. The population consisted of students from educational institutions in the canton of Ambato, to whom standardized agility physical tests and a structured playful-sport activities program were applied. The results showed significant improvements in agility levels among students who participated in structured playful practices, confirming that play, when pedagogically oriented, enhances the development of physical capacities in an integral manner. It is concluded that playful-sport practices constitute a relevant and effective methodological strategy to strengthen agility in the school environment.

Keywords: playful practices, school physical activity, motor agility, physical education, motor learning

Todo el contenido de LATAM Revista Latinoamericana de Ciencias Sociales y Humanidades, publicado en este sitio está disponibles bajo Licencia Creative Commons.



Cómo citar: Villalba Garzón, G. A., Eugenio Carrera, D. S., Paredes Guerrero, J. F., & Sánchez Garcés, R. S. (2026). Prácticas lúdico-deportivas en el desarrollo de la agilidad en estudiantes de Educación General Básica Superior y Bachillerato. *LATAM Revista Latinoamericana de Ciencias Sociales y Humanidades* 7 (1), 2473 – 2478. <https://doi.org/10.56712/latam.v7i1.5449>

INTRODUCCIÓN

La educación física en el ámbito escolar cumple una función relevante en la formación integral de los estudiantes, al contribuir no solo al desarrollo corporal, sino también a los ámbitos social, emocional y cognitivo. En este contexto, la agilidad se reconoce como una capacidad física fundamental para la ejecución eficaz de habilidades motrices, especialmente durante las etapas de la Educación General Básica Superior y el Bachillerato, en las que se consolidan patrones motores de mayor complejidad (Gallahue & Ozmun, 2012; Ruiz, 2014).

A pesar de ello, varios estudios muestran que las metodologías tradicionales centradas en repetir ejercicios siguen siendo prevalentes en el contexto escolar, limitando así la motivación y la participación activa de los estudiantes (Blázquez, 2018; Delgado, 2017). Ante esta realidad, surge un enfoque lúdico como alternativa pedagógica que promueve un aprendizaje significativo y un desarrollo motor a través del juego y la experiencia (Navarro, 2019).

Desde el enfoque constructivista, el aprendizaje motor se desarrolla a partir de la interacción activa del estudiante con su entorno, proceso que le permite construir conocimiento mediante la exploración y la resolución de situaciones motrices diversas (Piaget, 1976; Ausubel, 2002). Bajo esta lógica, las prácticas lúdico-deportivas adquieren relevancia pedagógica al articular el componente recreativo con objetivos formativos explícitos, favoreciendo el desarrollo de la agilidad en contextos educativos de manera contextualizada y motivadora (Villalba Garzón, 2019).

Investigaciones previas han demostrado que los programas basados en actividades lúdicas estructuradas generan mejoras significativas en capacidades como la coordinación, la velocidad y la agilidad, en comparación con metodologías tradicionales (Gómez & Ruiz, 2018; Hernández et al., 2020). Asimismo, Villalba Garzón y Sánchez (2021) destacan que el juego orientado pedagógicamente incrementa la motivación intrínseca y favorece la consolidación de aprendizajes motores en adolescentes.

Por ello, el presente estudio tiene como objetivo analizar la incidencia de las prácticas lúdico-deportivas en el desarrollo de la agilidad en estudiantes de Educación General Básica Superior y Bachillerato, aportando evidencia empírica que sustente la innovación metodológica en la educación física escolar.

METODOLOGÍA

La investigación se desarrolló bajo un enfoque cuantitativo, con un diseño no experimental de tipo transversal y un alcance descriptivo-correlacional, acorde con estudios orientados al análisis del rendimiento físico en contextos educativos (Hernández, Fernández & Baptista, 2014).

La población estuvo conformada por escolares de Educación General Básica Superior y Bachillerato de instituciones educativas del cantón Ambato. La muestra fue seleccionada mediante muestreo intencional, considerando criterios de inclusión relacionados con la asistencia regular a las clases de educación física y la participación voluntaria en el estudio (Castejón, 2016).

Para la recolección de datos se aplicaron pruebas físicas estandarizadas de agilidad, ampliamente utilizadas en el ámbito escolar por su fiabilidad y validez (Ruiz, 2014; Sánchez & Torres, 2020). Posteriormente, se implementó un programa de prácticas lúdico-deportivas estructuradas, compuesto por juegos motores, circuitos dinámicos y actividades recreativas con intencionalidad pedagógica, orientadas al desarrollo de la agilidad y la coordinación (Villalba Garzón et al., 2020).

Los datos obtenidos fueron procesados mediante estadística descriptiva, lo que permitió analizar de manera objetiva las variaciones en los niveles de agilidad antes y después de la intervención (García &

León, 2023). En todo el proceso se respetaron las consideraciones éticas correspondientes, garantizando la confidencialidad de la información y el consentimiento institucional.

RESULTADOS Y DISCUSIÓN

La aplicación del programa de prácticas lúdico-deportivas permitió identificar cambios relevantes en el nivel de agilidad de los estudiantes participantes. Los resultados se presentan de manera organizada a través de tablas, las cuales facilitan la comprensión del comportamiento de la variable estudiada antes y después de la intervención.

Tabla 1

Resultados del test de agilidad antes de la intervención lúdico-deportiva

Nivel de agilidad	Frecuencia	Porcentaje
Bajo	38	27,9 %
Medio	67	49,3 %
Alto	31	22,8 %
Total	136	100 %

Fuente: elaboración propia.

Antes de la aplicación del programa lúdico-deportivo, la mayoría de los estudiantes se ubicaba en un nivel medio de agilidad, mientras que un porcentaje significativo presentaba niveles bajos. Estos resultados evidencian que, previo a la intervención, la agilidad no se encontraba plenamente desarrollada, lo cual coincide con estudios que señalan limitaciones en el trabajo sistemático de capacidades físicas cuando se utilizan metodologías tradicionales poco motivadoras (Gómez & Ruiz, 2018; López et al., 2019).

Tabla 2

Resultados del test de agilidad después de la intervención lúdico-deportiva

Nivel de agilidad	Frecuencia	Porcentaje
Bajo	14	10,3 %
Medio	58	42,6 %
Alto	64	47,1 %
Total	136	100 %

Fuente: elaboración propia.

Posterior a la aplicación del programa, se observa un incremento notable del nivel alto de agilidad, acompañado de una reducción significativa del nivel bajo. Estos resultados confirman que las prácticas lúdico-deportivas, cuando son planificadas con intencionalidad pedagógica, generan mejoras sustanciales en el desempeño motor. Hallazgos similares han sido reportados por Villalba Garzón (2019) y Hernández et al. (2020), quienes destacan el impacto positivo del juego estructurado en el desarrollo de capacidades físicas en contextos escolares.

Tabla 3

Comparación de niveles de agilidad antes y después de la intervención

Nivel de agilidad	Antes (%)	Después (%)	Variación
Bajo	27,9	10,3	-17,6
Medio	49,3	42,6	-6,7
Alto	22,8	47,1	+24,3

Fuente: elaboración propia.

DISCUSIÓN

La comparación de resultados evidencia una mejora progresiva en la agilidad de los estudiantes, particularmente en el tránsito hacia niveles altos de desempeño. Este comportamiento puede explicarse desde el enfoque constructivista y lúdico, en el cual el aprendizaje motor se produce mediante la exploración, la resolución de problemas y la interacción dinámica con el entorno (Ausubel, 2002; Piaget, 1976).

Los resultados obtenidos concuerdan con investigaciones que sostienen que el componente lúdico incrementa la motivación intrínseca y favorece la repetición funcional del movimiento, aspecto clave para el desarrollo de la agilidad (Villalba Garzón & Sánchez, 2021; Pérez et al., 2022). En contraste con métodos tradicionales basados en ejercicios repetitivos, las prácticas lúdico-deportivas promueven aprendizajes más significativos y sostenibles en el tiempo.

Desde una perspectiva educativa, estos hallazgos refuerzan la necesidad de replantear la enseñanza de la educación física, incorporando estrategias activas que respondan a las características evolutivas de los estudiantes de Educación General Básica Superior y Bachillerato.

También concuerdan con los planteamientos de Villalba Garzón (2019), quien sostiene que las prácticas lúdico-deportivas incrementan la motivación y el compromiso del estudiante, generando condiciones favorables para el desarrollo de capacidades físicas como la agilidad. Asimismo, coinciden con las recomendaciones de la UNESCO (2015) y la OMS (2020) sobre la promoción de actividades físicas activas y significativas en el entorno escolar.

CONCLUSIONES

Las prácticas lúdico-deportivas demostraron tener una incidencia positiva y significativa en el desarrollo de la agilidad en estudiantes de Educación General Básica Superior y Bachillerato, evidenciándose mejoras sustanciales en los niveles de desempeño motor tras su aplicación.

El enfoque lúdico permitió transformar el proceso de enseñanza-aprendizaje en una experiencia dinámica y motivadora, favoreciendo la participación activa de los estudiantes y la consolidación de habilidades motrices fundamentales. Asimismo, se constató que el juego, cuando es orientado pedagógicamente, no solo cumple una función recreativa, sino que se constituye en un recurso didáctico eficaz para el desarrollo integral.

Los resultados obtenidos aportan evidencia empírica que respalda la incorporación sistemática de prácticas lúdico-deportivas en la educación física escolar, contribuyendo al fortalecimiento de metodologías innovadoras alineadas con las demandas educativas actuales. Se recomienda continuar investigando la aplicación del enfoque lúdico en otras capacidades físicas y niveles educativos, con el fin de ampliar el conocimiento científico en este ámbito.

REFERENCIAS

- Ausubel, D. (2002). Adquisición y retención del conocimiento. Paidós.
- Blázquez, D. (2018). Evaluar en educación física. INDE.
- Castejón, F. (2016). Innovación metodológica en educación física. Retos, 30, 5–10.
- Delgado, M. (2017). Didáctica de la educación física. Síntesis.
- Gallahue, D., & Ozmun, J. (2012). Understanding motor development. McGraw-Hill.
- García, M., & León, P. (2023). Enfoques activos en educación física. Journal of Educational Research, 15(1), 120–134.
- Gómez, A., & Ruiz, J. (2018). Metodologías activas en educación física escolar. Revista Internacional de Ciencias del Deporte, 14(52), 233–245.
- Hernández, J., López, M., & Torres, R. (2020). Juego motor y rendimiento físico en adolescentes. Revista Educación Física y Deporte, 39(2), 45–56.
- Hernando, A. (2021). Actividad física escolar y desarrollo integral. Educación y Salud, 8(2), 55–66.
- López, P., Martínez, S., & Cano, R. (2019). Desarrollo de capacidades físicas básicas en el contexto escolar. Revista Iberoamericana de Educación, 79(1), 89–104.
- Navarro, V. (2019). El juego como recurso educativo. Revista Pedagógica, 41(3), 67–79.
- OMS. (2020). Directrices sobre actividad física y comportamiento sedentario.
- Pérez, L., Gómez, F., & Andrade, C. (2022). Estrategias lúdicas y aprendizaje motor. Journal of Physical Education, 11(3), 201–215.
- Piaget, J. (1976). La psicología del niño. Morata.
- Ruiz, L. M. (2014). Competencia motriz y educación física. Cultura, Ciencia y Deporte, 9(26), 15–23.
- Sánchez, F., & Torres, J. (2020). Agilidad y coordinación en adolescentes. Revista de Ciencias del Deporte, 6(1), 33–44.
- UNESCO. (2015). Educación física de calidad.
- Villalba Garzón, G. A. (2019). Estrategias lúdicas en la enseñanza de la educación física escolar. Revista Ciencia y Deporte, 5(2), 45–56.
- Villalba Garzón, G. A., & Sánchez, R. (2021). El enfoque lúdico como mediador del aprendizaje motor. Revista Educación y Movimiento, 7(1), 89–102.
- Villalba Garzón, G. A., Paredes, J., & Eugenio, D. (2020). Actividad física y juego en contextos educativos. Revista Latinoamericana de Educación Física, 12(3), 101–115.

Todo el contenido de LATAM Revista Latinoamericana de Ciencias Sociales y Humanidades, publicados en este sitio está disponibles bajo Licencia [Creative Commons](#) .