



Cuerpo, movimiento y lenguaje: La literatura como herramienta de motivación en la educación física y el deporte

Body, movement and language: Literature as a motivational tool in physical education and sport

Autores

Daniel Lucas-Moreira ¹
Leonidas Israel Viejó Mora ²
Josseline Alejandra Sánchez Saquisari

¹ Universidad Estatal de Milagro (Ecuador)

² Universidad Estatal de Milagro (Ecuador)

³ Unidad Educativa Las Américas

Autor de correspondencia:
Daniel Lucas-Moreira
olucasm2@unemi.edu.ec

Cómo citar en APA

Lucas-Moreira, D., Viejó Mora, L. I., & Sánchez Saquisari, J. A. (2025). Cuerpo, movimiento y lenguaje: La literatura como herramienta de motivación en la educación física y el deporte. *Retos*, 68, 388-399.
<https://doi.org/10.47197/retos.v68.114953>

Resumen

Introducción: La motivación y la actitud hacia la lectura representan factores determinantes en el rendimiento académico y la formación integral de los estudiantes.

Objetivo: En este contexto, se evaluó el impacto de una intervención basada en estrategias motivacionales y dinámicas interactivas en la mejora de la motivación y la actitud de los estudiantes hacia la lectura. El objetivo de la investigación fue analizar el impacto de la incorporación de la literatura como herramienta de motivación en las clases de educación física y deporte en instituciones educativas de Ecuador.

Metodología: Se empleó un diseño cuasiexperimental con un grupo experimental y un grupo de control. La muestra estuvo conformada por 120 estudiantes, divididos en ambos grupos de manera equitativa. Se aplicó la Escala de Motivación en Educación Física (EMEF) y un cuestionario sobre actitud hacia la lectura antes y después de la intervención. Para el análisis de los datos, se utilizaron pruebas t para muestras independientes y emparejadas.

Resultados: Los resultados indicaron mejoras significativas en la motivación intrínseca y en la identificación con la lectura en el grupo experimental, mientras que la desmotivación se redujo de manera considerable.

Discusión: Al contrastar estos hallazgos con investigaciones previas, se confirmó que la literatura puede estar enlazada con el deporte y actividades físicas mediante estrategias motivacionales y de superación.

Conclusión: Se concluyó que la implementación de metodologías activas e interdisciplinarias contribuyó a optimizar la motivación y la actitud hacia la lectura, lo que resalta la necesidad de continuar explorando enfoques innovadores en la enseñanza.

Palabras clave

Actitud; educación secundaria; estrategias pedagógicas; lectura; motivación.

Abstract

Introduction: Motivation and attitude toward reading are determining factors in students' academic performance and overall development.

Objective: In this context, the impact of an intervention based on motivational strategies and interactive dynamics was evaluated to improve students' motivation and attitude toward reading. The aim of the research was to analyze the impact of incorporating literature as a motivational tool in physical education and sports classes in educational institutions in Ecuador.

Methodology: A quasi-experimental design was used, including an experimental group and a control group. The sample consisted of 120 students, evenly divided between the two groups. The Physical Education Motivation Scale (EMEF) and a questionnaire on reading attitude were applied before and after the intervention. Independent and paired t-tests were used for data analysis.

Results: The results showed significant improvements in intrinsic motivation and identification with reading in the experimental group, while demotivation decreased considerably.

Discussion: When comparing these findings with previous research, it was confirmed that literature can be connected to sports and physical activities through motivational and self-improvement strategies.

Conclusion: It was concluded that the implementation of active and interdisciplinary methodologies contributed to improving motivation and attitude toward reading, highlighting the need to continue exploring innovative approaches in teaching.

Keywords

Attitude; secondary education; pedagogical strategies; reading; motivation.

Introducción

La intersección entre el cuerpo, el movimiento y el lenguaje ha sido objeto de creciente interés en el ámbito educativo, especialmente en relación con la educación física y el deporte (Valero et al. 2020). La literatura, en sus diversas manifestaciones, se presenta como una herramienta potencialmente poderosa para motivar a los estudiantes en estas áreas, fomentando no solo el desarrollo físico sino también el intelectual y emocional (Peñafiel et al. 2020).

Dentro de este contexto, la motivación es un factor determinante en la práctica de actividades físicas y deportivas (Chancusig, 2023), a lo que Barboza y Gutiérrez (2024) señalan que la motivación puede ser intrínseca, cuando la actividad se realiza por el placer inherente a ella, o extrínseca, cuando se persiguen recompensas externas. Ambos tipos de motivación influyen significativamente en el rendimiento y la adherencia a la práctica deportiva. En este contexto, la literatura puede actuar como un catalizador, proporcionando narrativas que inspiran y modelos a seguir que refuerzan la motivación intrínseca de los estudiantes (Santamaría y Vega, 2022).

Por otro lado, la gamificación, entendida como la aplicación de elementos de juego en contextos no lúdicos, ha demostrado ser una estrategia efectiva para incrementar la motivación en educación física. En este aspecto, Del Río (2021) elaboró una unidad didáctica basada en la saga cinematográfica "Los Vengadores", integrando juegos que trabajan las principales capacidades físicas básicas. Esta propuesta se ajusta a los intereses de los alumnos, con el objetivo de motivarlos, mejorar el aprendizaje, las relaciones interpersonales y el trabajo en equipo. La literatura, al igual que el cine, ofrece un vasto repertorio de historias y personajes que pueden ser incorporados en estrategias gamificadas para enriquecer la experiencia educativa.

Ahora bien, la relación entre la literatura y la educación física no es un concepto nuevo puesto que Miller y Whitcomb (1957) ya proponían la inclusión de libros sobre deportes y actividades de lectura en el currículo de educación física, sugiriendo actividades como narrar, dramatizar y leer historias relacionadas con los juegos practicados por los niños. Por su parte, Guimarães (2017) analizó estas propuestas, destacando su relevancia y vigencia en el contexto educativo actual. La integración de la literatura en la educación física puede fomentar el hábito lector, ampliar el conocimiento sobre diversas disciplinas deportivas y promover valores asociados al deporte.

En el contexto ecuatoriano, la implementación de estrategias que integren la literatura en la educación física podría contribuir significativamente a mejorar la motivación y el rendimiento de los estudiantes. Aunque existen estudios que abordan la motivación en la práctica deportiva, como el de Ordoñez y Heredia (2021), que analizan los niveles de actividad física y motivación en estudiantes de educación física, se observa una carencia de investigaciones que exploren específicamente la intersección entre literatura y educación física en Ecuador.

Ante ello, la presente investigación tiene como objetivo principal analizar el impacto de la incorporación de la literatura como herramienta de motivación en las clases de educación física y deporte en instituciones educativas de Ecuador. Se busca determinar cómo la integración de narrativas literarias puede influir en la actitud, participación y rendimiento de los estudiantes en actividades físicas. Además, se pretende identificar las percepciones de los docentes respecto a la viabilidad y efectividad de esta estrategia pedagógica.

La importancia de este estudio radica en su potencial para ofrecer una alternativa innovadora que enriquezca las metodologías de enseñanza en educación física, promoviendo un aprendizaje más integral que abarque tanto el desarrollo físico como el intelectual y emocional de los estudiantes. Al integrar la literatura en las clases de educación física, se espera fomentar una mayor conexión de los alumnos con los contenidos, incrementar su motivación y, en consecuencia, mejorar su rendimiento y bienestar general.

El alcance de esta investigación comprende instituciones educativas de nivel secundario en diversas regiones de Ecuador, considerando variables como el contexto socioeconómico, la infraestructura disponible y las características demográficas de la población estudiantil. Se espera que los resultados obtenidos puedan ser generalizables y sirvan como base para futuras implementaciones de estrategias similares en otros contextos educativos.

En síntesis, la interrelación entre cuerpo, movimiento y lenguaje a través de la literatura ofrece un campo fértil para innovar en la educación física y el deporte. Este estudio pretende aportar evidencia empírica sobre los beneficios de integrar la literatura como herramienta de motivación en las clases de educación física, contribuyendo así al desarrollo de prácticas pedagógicas más efectivas y enriquecedoras en el contexto educativo ecuatoriano.

Método

Se adoptó un enfoque mixto, caracterizado por la recopilación y análisis de datos tanto cuantitativos como cualitativos. Este enfoque permite obtener una visión integral de la intervención, combinando el análisis estadístico de los datos numéricos con la exploración de percepciones, valoraciones y significados, lo cual enriquece el estudio más allá del solo análisis de grupo experimental y control. Este diseño mixto es particularmente adecuado para explorar no solo los impactos de la intervención educativa, sino también las opiniones y experiencias de los docentes involucrados, lo que aporta una perspectiva holística sobre la efectividad de la estrategia pedagógica (Hernández, Fernández y Baptista, 2014).

El diseño de la investigación fue cuasi-experimental con un grupo experimental y un grupo de control. Este diseño es pertinente cuando la asignación aleatoria de los participantes no es posible, pero se busca establecer relaciones causales entre variables (Cook y Campbell, 1979). En este caso, se implementó un programa que incorporaba literatura en las clases de educación física para el grupo experimental, mientras que el grupo de control continuó con el currículo tradicional. Además, se integraron entrevistas semiestructuradas y cuestionarios para recoger las percepciones de los docentes acerca de la viabilidad y efectividad de esta estrategia pedagógica.

Participantes

La población objetivo estuvo conformada por estudiantes de educación secundaria de instituciones educativas públicas en la provincia de Guayas, Ecuador, así como por los docentes de educación física de estas instituciones. Se seleccionaron dos instituciones con características socioeconómicas similares para garantizar la comparabilidad de los grupos, las cuales se mantendrán anónimas.

La muestra se conformó mediante un muestreo no probabilístico por conveniencia, seleccionando dos grupos de estudiantes de primer año de bachillerato (equivalente a décimo grado) de cada institución, con edades comprendidas entre 15 y 16 años. Cada grupo constaba de 30 estudiantes, sumando un total de 60 participantes.

Asimismo, se incluyó a los docentes de educación física que participaron en el estudio, con el objetivo de obtener sus percepciones sobre la viabilidad y efectividad de la estrategia pedagógica. Los docentes seleccionados fueron aquellos que estuvieron a cargo de las clases en las instituciones elegidas durante el período de intervención. La selección de los docentes fue intencionada para incluir a los principales involucrados en la implementación de la intervención.

Para seleccionar una muestra que fuera concreta y representativa, se aplicaron criterios de inclusión y de exclusión, los cuales se mencionan a continuación:

Criterios de inclusión

- Estudiantes matriculados en primer año de bachillerato en las instituciones seleccionadas.
- Docentes de educación física activos en las instituciones seleccionadas durante el período de estudio.
- Asistencia regular a las clases de educación física durante el período de estudio.
- Consentimiento informado firmado por los padres o tutores legales (para los estudiantes) y por los docentes.

Criterios de exclusión

- Estudiantes con condiciones médicas que impidieran la participación en actividades físicas.
- Ausencia prolongada (más de 20% de las sesiones) durante el período de intervención.



- Falta de consentimiento informado.

La muestra se conformó mediante un muestreo no probabilístico por conveniencia, seleccionando dos grupos de estudiantes de primer año de bachillerato (décimo grado) de cada institución. Cada institución aportó 60 estudiantes (30 en el grupo experimental y 30 en el grupo de control), para un total de 120 participantes en la investigación. Además, se incluyeron 6 docentes de educación física, 3 de cada institución, como parte de la muestra cualitativa. La distribución total de la muestra se detalla en la Tabla 1:

Tabla 1. Muestra de la investigación

Institución	Grupo Experimental	Grupo Control	Total por Institución	Docentes
Institución A	30	30	60	3
Institución B	30	30	60	3
Total	60	60	120	6

Nota. Elaboración propia.

Procedimiento

La intervención se desarrolló durante un período de 12 semanas. El grupo experimental participó en sesiones de educación física que integraban lecturas seleccionadas de literatura relacionada con temas deportivos, historias de atletas y narrativas que enfatizaban valores como la perseverancia, el trabajo en equipo y la superación personal. Estas lecturas se discutieron en clase y se vincularon con las actividades físicas programadas. Además, se realizó un seguimiento de las percepciones de los docentes a través de entrevistas semiestructuradas, en las que se exploraron sus opiniones sobre la viabilidad y efectividad de esta estrategia pedagógica.

Para medir la motivación de los estudiantes hacia la educación física, se utilizó la Escala de Motivación en Educación Física (EMEF), adaptada y validada para contextos hispanohablantes (Moreno-Murcia et al., 2007). La EMEF evalúa diferentes dimensiones de la motivación, incluyendo la motivación intrínseca, la identificación, la introyección y la desmotivación, mediante una escala Likert de 7 puntos. Además, se empleó un cuestionario de actitud hacia la lectura adaptado de la Escala de Actitud hacia la Lectura (Garrett, 2002), que mide el interés y la disposición de los estudiantes hacia la lectura en general y su percepción sobre la relevancia de la literatura en su aprendizaje.

Para capturar las percepciones de los docentes sobre la implementación de la estrategia pedagógica, se diseñó una entrevista semiestructurada que permitió explorar sus valoraciones sobre la efectividad de integrar la literatura en las clases de educación física, así como los desafíos y beneficios que percibieron. Las entrevistas fueron realizadas al final de la intervención, y los datos fueron analizados para identificar patrones comunes en sus respuestas y valorar la viabilidad de la estrategia desde la perspectiva docente.

Instrumentos adicionales

Entrevistas semiestructuradas a los docentes: Con el fin de obtener una visión profunda sobre la implementación de la intervención, se realizaron entrevistas con los 6 docentes de educación física, donde se les preguntó acerca de su experiencia con la integración de literatura en sus clases, la receptividad de los estudiantes, los desafíos percibidos y la percepción general sobre la efectividad de esta metodología en el contexto de la educación física.

Análisis de datos

Los datos recopilados se analizaron utilizando el software estadístico SPSS versión 25. Se realizaron análisis descriptivos para caracterizar a la muestra y se aplicaron pruebas t de muestras independientes para comparar las puntuaciones pre y post intervención entre el grupo experimental y el grupo de control. Asimismo, se calcularon tamaños del efecto para determinar la magnitud de las diferencias observadas.

Se consideró un nivel de significancia de $p < 0.05$ para todas las pruebas estadísticas. Además, se verificaron los supuestos de normalidad y homogeneidad de varianzas mediante las pruebas de Kolmogorov-Smirnov y Levene, respectivamente, para asegurar la validez de los análisis realizados.

El estudio cumplió con los principios éticos establecidos en la Declaración de Helsinki. Se obtuvo la aprobación de los comités de ética de las instituciones participantes y se garantizó la confidencialidad y el anonimato de los datos recopilados. Los participantes y sus tutores legales fueron informados sobre los objetivos del estudio, los procedimientos involucrados y su derecho a retirarse en cualquier momento sin repercusiones.

Resultados

A continuación, se presentan los resultados obtenidos en la investigación, basados en el análisis de los datos recopilados a partir de la Escala de Motivación en Educación Física (EMEF) y el cuestionario de actitud hacia la lectura. Se presentan los hallazgos con el uso de estadísticas descriptivas e inferenciales para comparar los cambios en la motivación hacia la educación física y en la actitud hacia la lectura entre el grupo experimental y el grupo de control.

Para evaluar la motivación hacia la educación física antes y después de la intervención, se calcularon las medias y desviaciones estándar de cada dimensión evaluada en la EMEF. En la Tabla 2 se presentan los resultados obtenidos en la medición pretest y postest.

Tabla 2. Puntuaciones medias en la EMEF antes y después de la intervención

Dimensión	Grupo	Pretest (M ± DE)	Postest (M ± DE)	Diferencia
Motivación intrínseca	Experimental	4.5 ± 1.2	6.8 ± 1.0	+2.3
	Control	4.6 ± 1.1	4.9 ± 1.2	+0.3
Identificación	Experimental	4.2 ± 1.3	6.5 ± 1.1	+2.3
	Control	4.3 ± 1.2	4.5 ± 1.3	+0.2
Introyección	Experimental	3.9 ± 1.5	5.6 ± 1.4	+1.7
	Control	4.0 ± 1.4	4.2 ± 1.5	+0.2
Desmotivación	Experimental	3.5 ± 1.6	2.1 ± 1.3	-1.4
	Control	3.6 ± 1.5	3.4 ± 1.6	-0.2

Nota. Elaboración propia.

Los resultados evidencian un impacto significativo de la intervención basada en la integración de literatura en las sesiones de educación física sobre la motivación de los estudiantes del grupo experimental en comparación con aquellos del grupo control. En términos de motivación intrínseca, el grupo experimental presentó un incremento notable de 2.3 puntos (de 4.5 ± 1.2 a 6.8 ± 1.0), mientras que el grupo control mostró un aumento marginal de 0.3 puntos (de 4.6 ± 1.1 a 4.9 ± 1.2), lo que sugiere que la exposición a narrativas sobre deporte y superación personal fortaleció el interés genuino de los estudiantes hacia la actividad física, haciéndola más placentera y significativa.

En la dimensión de identificación, el grupo experimental también evidenció una mejora sustancial de 2.3 puntos (de 4.2 ± 1.3 a 6.5 ± 1.1), en comparación con un cambio mínimo de 0.2 puntos en el grupo control (de 4.3 ± 1.2 a 4.5 ± 1.3), lo que indica que los estudiantes que participaron en la intervención no solo disfrutaron más la educación física, sino que además la percibieron como una actividad alineada con sus valores y objetivos personales.

Por otro lado, la dimensión de introyección, que mide la motivación basada en la presión interna, también mostró un incremento significativo en el grupo experimental de 1.7 puntos (de 3.9 ± 1.5 a 5.6 ± 1.4), mientras que el grupo control apenas varió 0.2 puntos (de 4.0 ± 1.4 a 4.2 ± 1.5), lo que sugiere que la intervención también pudo haber influido en la autoevaluación y en la percepción del compromiso de los estudiantes con la actividad física.

Finalmente, en lo que respecta a la desmotivación, se observó una disminución considerable de -1.4 puntos en el grupo experimental (de 3.5 ± 1.6 a 2.1 ± 1.3), mientras que en el grupo control apenas se redujo en -0.2 puntos (de 3.6 ± 1.5 a 3.4 ± 1.6), lo que indica que la metodología basada en la literatura no solo aumentó el interés y el compromiso de los estudiantes con la educación física, sino que además contribuyó a reducir el rechazo y la apatía hacia esta materia.

Por otro lado, se realizó una prueba t de muestras independientes para analizar si las diferencias entre los grupos en el postest eran estadísticamente significativas. En la Tabla 3 se presentan los valores obtenidos.



Tabla 3. Comparación de la motivación entre los grupos en el posttest

Dimensión	t (118)	p-valor
Motivación intrínseca	5.32	<0.001
Identificación	4.89	<0.001
Introyección	3.76	<0.01
Desmotivación	-3.52	<0.01

Nota. Elaboración propia.

Los resultados obtenidos reflejan diferencias estadísticamente significativas en todas las dimensiones evaluadas, lo que evidencia el impacto positivo de la intervención basada en la integración de literatura en la educación física. En primer lugar, el análisis estadístico de la motivación intrínseca muestra un valor t de 5.32 con un p-valor < 0.001, lo que indica que el grupo experimental desarrolló una motivación interna significativamente mayor hacia la educación física en comparación con el grupo control. Esto confirma que la estrategia utilizada, al incluir narrativas inspiradoras sobre atletas y valores deportivos, fortaleció el disfrute y el interés genuino de los estudiantes por la actividad física, haciéndola más atractiva y significativa para ellos.

De manera similar, en la dimensión de identificación, se obtuvo un valor t de 4.89 con un p-valor < 0.001, lo que sugiere que los estudiantes del grupo experimental no solo participaron con mayor motivación en la educación física, sino que además establecieron una conexión más profunda con los valores que promueve esta disciplina. La lectura de historias deportivas y su discusión en clase facilitaron que los estudiantes encontraran en la educación física una actividad más alineada con sus intereses personales y su autopercepción, lo que fortaleció su compromiso con la asignatura.

Por otro lado, la introyección, que mide la motivación impulsada por la presión interna y el sentido de obligación, también presentó diferencias significativas entre los grupos, con un valor t de 3.76 y un p-valor < 0.01. Si bien este tipo de motivación no es ideal en términos de autodeterminación, el incremento observado en el grupo experimental sugiere que los estudiantes que participaron en la intervención también desarrollaron una mayor conciencia sobre la importancia de la educación física en su formación, sintiéndose más comprometidos con la asignatura, aunque fuera en parte por razones de autorregulación interna.

Finalmente, la desmotivación fue la única dimensión con un valor t negativo (-3.52) y un p-valor < 0.01, lo que indica que el grupo experimental experimentó una reducción significativa en su falta de interés y apatía hacia la educación física en comparación con el grupo control. Esto sugiere que la metodología aplicada no solo promovió una mayor motivación, sino que también logró minimizar actitudes negativas que podrían haber dificultado la participación de los estudiantes en la asignatura.

Seguidamente, se muestran los resultados del cuestionario de actitud hacia la lectura, donde el interés y la disposición de los estudiantes hacia la lectura también fueron evaluados antes y después de la intervención. En la Tabla 4 se presentan los resultados obtenidos.

Tabla 4. Actitud hacia la lectura antes y después de la intervención

Dimensión	Grupo	Pretest (M ± DE)	Posttest (M ± DE)	Diferencia
Interés por la lectura	Experimental	4.0 ± 1.3	6.2 ± 1.2	+2.2
	Control	4.1 ± 1.2	4.3 ± 1.3	+0.2
Percepción de relevancia	Experimental	3.8 ± 1.4	6.0 ± 1.3	+2.2
	Control	3.9 ± 1.3	4.1 ± 1.4	+0.2

Nota. Elaboración propia.

Los resultados obtenidos evidencian un cambio significativo en el grupo experimental, mientras que en el grupo de control los cambios fueron mínimos. En la dimensión de interés por la lectura, los estudiantes del grupo experimental mostraron un aumento considerable en sus puntuaciones promedio, pasando de 4.0 ± 1.3 en el pretest a 6.2 ± 1.2 en el posttest, lo que representa un incremento de +2.2 puntos. Este resultado sugiere que la inclusión de lecturas seleccionadas relacionadas con el ámbito deportivo generó un mayor entusiasmo por la lectura en los estudiantes que participaron en la intervención. La selección de materiales alineados con sus intereses y la conexión establecida entre la literatura y la ac-

tividad física parecen haber despertado una curiosidad y un placer genuino por leer, algo que tradicionalmente no se asocia con la educación física. En contraste, el grupo de control apenas experimentó una variación en esta dimensión, pasando de 4.1 ± 1.2 a 4.3 ± 1.3 , con un incremento de solo +0.2 puntos, lo que indica que sin una estrategia específica para fomentar el hábito de lectura, el interés de los estudiantes permaneció prácticamente inalterado.

De manera similar, la dimensión de percepción de relevancia de la lectura mostró un patrón comparable. El grupo experimental aumentó sus puntuaciones promedio de 3.8 ± 1.4 en el pretest a 6.0 ± 1.3 en el posttest, lo que representa un incremento de +2.2 puntos, lo que sugiere que la intervención no solo promovió un mayor interés en la lectura, sino que también logró que los estudiantes percibieran la lectura como una herramienta valiosa y significativa dentro de su proceso de aprendizaje. La integración de historias inspiradoras y narrativas relacionadas con el esfuerzo y la superación en el deporte les permitiera reconocer que la lectura puede aportar conocimientos y valores aplicables a su vida cotidiana y desarrollo personal. En contraste, el grupo de control apenas experimentó un aumento de +0.2 puntos, pasando de 3.9 ± 1.3 a 4.1 ± 1.4 , lo que sugiere que sin un enfoque pedagógico que vincule la lectura con los intereses de los estudiantes, su percepción sobre su utilidad y relevancia sigue siendo baja.

Ahora bien, en relación a los hallazgos de las entrevistas semiestructuradas realizadas a los 6 docentes de educación física, estas proporcionaron una perspectiva más profunda sobre la implementación de la estrategia pedagógica. Los resultados de las entrevistas revelaron una variedad de percepciones en cuanto a la viabilidad y efectividad de integrar la literatura en las clases de educación física.

En primer lugar con respecto a la viabilidad de la estrategia pedagógica, la mayoría de los docentes (5 de 6) consideraron que la integración de la literatura deportiva fue viable y enriqueció sus clases. Expresaron que las lecturas proporcionaron un contexto motivador para los estudiantes y facilitaron la vinculación entre el contenido literario y las actividades físicas. Sin embargo, uno de los docentes destacó que la implementación de la estrategia requería tiempo adicional para planificar las actividades y adaptar las lecturas a las necesidades de los estudiantes, lo que podría ser un desafío en horarios más restringidos. Los detalles se muestran en la Tabla 5:

Tabla 5. Viabilidad de la estrategia pedagógica según los docentes

Docente	Percepción sobre la Viabilidad de la Estrategia	Comentarios
Docente 1	Viable, enriqueció las clases.	"Las lecturas ofrecieron un contexto motivador, y la integración fue bastante sencilla de implementar."
Docente 2	Viable, pero requiere tiempo adicional para planificación.	"La implementación requiere más tiempo para adaptarlas a las necesidades del grupo."
Docente 3	Viable, pero con desafíos de adaptación de las lecturas.	"Fue difícil encontrar lecturas adecuadas para el nivel de los estudiantes en un principio."
Docente 4	Viable, integró bien los contenidos literarios.	"Funcionó bien, aunque algunas lecturas necesitaron ajustes para hacerlas más relevantes."
Docente 5	Viable, especialmente en instituciones con recursos adecuados.	"La estrategia es factible si se tiene acceso a materiales adecuados para apoyar las lecturas."
Docente 6	Viable, pero demanda más tiempo para adaptaciones continuas.	"Requiere dedicación, pero puede ser implementado sin problemas si se cuenta con el tiempo necesario."

Nota. Elaboración propia.

En el contexto de la efectividad de la estrategia pedagógica, todos los docentes coincidieron en que la estrategia fue efectiva para fomentar la motivación de los estudiantes hacia la educación física. Resaltaron que los estudiantes mostraron un mayor interés en participar en las actividades físicas cuando estaban vinculadas a narrativas relacionadas con deportes y superación personal. Además, varios docentes mencionaron que los valores de perseverancia, trabajo en equipo y superación personal, que se destacaban en las lecturas, fueron internalizados por los estudiantes durante las sesiones prácticas. Los detalles se muestran en la Tabla 6:

Tabla 6. Efectividad de la estrategia pedagógica según los docentes

Docente	Percepción sobre la Efectividad de la Estrategia	Comentarios
Docente 1	Efectiva para motivar la participación.	"Los estudiantes estaban más motivados a participar cuando se incorporaron las lecturas."
Docente 2	Efectiva para promover la cooperación y el trabajo en equipo.	"Se observó un aumento en la colaboración y el trabajo en equipo entre los estudiantes durante las actividades."



Docente 3	Efectiva para fomentar la motivación en estudiantes con baja participación.	"Especialmente los estudiantes menos interesados en la actividad física se mostraron más comprometidos."
Docente 4	Efectiva para promover valores como la perseverancia y la superación personal.	"Las historias de superación fueron especialmente impactantes para los estudiantes."
Docente 5	Efectiva para vincular los contenidos literarios con las actividades físicas.	"Fue interesante ver cómo los estudiantes aplicaban los valores de las historias en las actividades."
Docente 6	Efectiva, pero los resultados fueron variables según el grupo.	"Aunque la estrategia funcionó bien en su mayoría, algunos grupos tuvieron una respuesta menos positiva."

Nota. Elaboración propia.

A pesar de la efectividad percibida de la estrategia, algunos docentes señalaron desafíos en su implementación. Los principales retos mencionados fueron la dificultad para encontrar lecturas adecuadas que se ajustaran al nivel de los estudiantes y la falta de recursos para hacer de las clases una experiencia más interactiva. Sin embargo, coincidieron en que estos obstáculos eran superables con la capacitación adecuada y la disposición para adaptar los contenidos literarios. Los comentarios se muestran en la Tabla 7:

Tabla 7. Desafíos percibidos por los docentes en la implementación de la estrategia

Docente	Desafío percibido	Comentarios
Docente 1	Tiempo para la adaptación de las lecturas.	"El mayor reto fue encontrar tiempo para adaptar las lecturas a las clases de educación física."
Docente 2	Selección adecuada de lecturas para el nivel de los estudiantes.	"Al principio fue complicado encontrar lecturas que conectaran bien con el nivel de los estudiantes."
Docente 3	Recursos para hacer las clases más interactivas.	"Faltaron recursos para hacer las clases más dinámicas y enriquecer la experiencia de aprendizaje."
Docente 4	Tiempo adicional para planificar las actividades integradas.	"Requiere una planificación más detallada y un poco más de tiempo para integrar la literatura."
Docente 5	Desafíos en el equilibrio entre las actividades físicas y las lecturas.	"A veces las actividades físicas no encajaban tan bien con las lecturas, lo que causaba una desconexión."
Docente 6	Variabilidad en la respuesta de los estudiantes.	"Aunque en su mayoría funcionó bien, algunos estudiantes no mostraron tanto interés por las lecturas."

Nota. Elaboración propia.

Los docentes también fueron preguntados sobre la sostenibilidad de la estrategia a largo plazo. La mayoría expresó que sería viable continuar con la integración de la literatura en el currículo de educación física, siempre y cuando se proporcionara un apoyo continuo en términos de recursos y capacitación. Algunos docentes sugirieron que esta estrategia podría extenderse a otras áreas de la educación física, como la nutrición y el bienestar, con lecturas relacionadas con estos temas. Los comentarios se muestran en la Tabla 8:

Tabla 8. Sostenibilidad de la estrategia pedagógica según los docentes

Docente	Percepción sobre la Sostenibilidad de la Estrategia	Comentarios
Docente 1	Sostenible con apoyo continuo.	"Si se sigue proporcionando apoyo en términos de recursos y capacitación, sería fácil de mantener."
Docente 2	Sostenible, pero requiere tiempo y recursos.	"Es importante que las instituciones inviertan en recursos para que la estrategia continúe."
Docente 3	Sostenible con capacitación continua.	"Capacitar a los docentes para implementar la estrategia de manera efectiva es esencial."
Docente 4	Sostenible, si se cuenta con el respaldo de la dirección.	"La dirección debe estar comprometida en garantizar los recursos y el tiempo necesario."
Docente 5	Sostenible, pero la estrategia debe ajustarse continuamente.	"Debe ajustarse a medida que se avanza, ya que los intereses de los estudiantes pueden cambiar."
Docente 6	Sostenible con el apoyo adecuado.	"Con el apoyo adecuado, podría convertirse en una parte integral del currículo de educación física."

Nota. Elaboración propia.

Ahora bien, los hallazgos de esta investigación indican que la integración de literatura en la educación física tiene un efecto positivo en la motivación de los estudiantes hacia la actividad física y en su actitud hacia la lectura. Los datos sugieren que la lectura de narrativas deportivas y su vinculación con las sesiones de educación física contribuyen al desarrollo de una motivación más autónoma y significativa. Además, los estudiantes en el grupo experimental demostraron un mayor interés por la lectura, lo que resalta el potencial de esta estrategia en el ámbito educativo.

Discusión

Los resultados de este estudio indican que la integración de lecturas seleccionadas en las clases de educación física mejora significativamente la motivación de los estudiantes hacia la actividad física y su actitud hacia la lectura.

En relación con la motivación en educación física, los estudiantes del grupo experimental experimentaron incrementos significativos en todas las dimensiones evaluadas, especialmente en la motivación intrínseca e identificación. La motivación intrínseca, que refleja el disfrute y el interés personal en la actividad, aumentó en 2.3 puntos en el grupo experimental, mientras que en el grupo de control el incremento fue de solo 0.3 puntos. Este resultado sugiere que la inclusión de lecturas relacionadas con el deporte y la superación personal genera un contexto significativo que fortalece la conexión de los estudiantes con la educación física. En relación con ello, Barboza y Gutiérrez (2024) destacan que la motivación es un factor fundamental en la práctica de actividades físicas, influyendo directamente en el rendimiento y la consecución de objetivos.

En las entrevistas, los docentes señalaron que la estrategia fue altamente efectiva para aumentar la motivación de los estudiantes hacia la actividad física. Docente 1 mencionó que las lecturas relacionadas con la superación personal contribuyeron a que los estudiantes se sintieran más interesados en participar activamente en las clases, lo que refleja el aumento en la motivación intrínseca observado en los resultados cuantitativos. Además, Docente 4 destacó que las lecturas fomentaron la reflexión sobre la importancia de la actividad física, lo que motivó a los estudiantes a identificarse más con los beneficios de mantenerse activos, un hallazgo que concuerda con el aumento de la dimensión de identificación en el grupo experimental.

La dimensión de identificación también mostró un aumento de 2.3 puntos en el grupo experimental, indicando que los estudiantes reconocen y valoran más la importancia de la actividad física en su desarrollo personal y académico. Este hallazgo coincide con la afirmación de Molina y Mocha (2024), quienes sostienen que la motivación en la enseñanza de la educación física influye en el éxito educativo de los estudiantes, enfatizando la necesidad de diseñar experiencias de aprendizaje que promuevan el desarrollo físico y el bienestar psicológico.

Los docentes coincidieron en que los estudiantes comenzaron a identificar más claramente los beneficios de la actividad física en su vida cotidiana. Docente 5 señaló que la estrategia ayudó a los estudiantes a entender que la educación física no solo mejora su condición física, sino que también tiene un impacto positivo en su bienestar general. Este punto resalta el aumento en la identificación con la actividad física que se refleja en los resultados cuantitativos.

La introyección, que implica la participación en la actividad por factores internos como la presión personal, también presentó un aumento en el grupo experimental (+1.7 puntos), aunque en menor medida que las otras dimensiones. Esto indica que la intervención no solo incrementa el disfrute de la educación física, sino que también fomenta una mayor autoexigencia positiva para participar activamente. Por otro lado, la desmotivación disminuyó significativamente en el grupo experimental (-1.4 puntos), mientras que en el grupo de control la reducción fue mínima (-0.2 puntos). Este resultado es relevante, ya que sugiere que la estrategia implementada contribuye a reducir la apatía y el desinterés hacia la educación física, aspectos que, según Barboza y Gutiérrez (2024), pueden afectar negativamente la participación y el rendimiento de los estudiantes en esta área.

Los docentes destacaron que, aunque algunos estudiantes inicialmente mostraron resistencia a la integración de las lecturas, pronto comenzaron a mostrar una mayor autoexigencia en sus actividades físicas. Docente 2 mencionó que los estudiantes se volvieron más comprometidos al ver la relación entre las lecturas sobre deporte y superación personal y sus propias metas físicas. Además, Docente 6 destacó que la intervención ayudó a reducir la desmotivación de algunos estudiantes, quienes antes mostraban una actitud pasiva en las clases, un punto que coincide con la disminución significativa de la desmotivación observada en el grupo experimental.

Los hallazgos muestran que la intervención basada en el apoyo a la autonomía del docente mejora significativamente la satisfacción de las necesidades psicológicas básicas y la motivación autónoma en es-

tudiantes de educación física. Estos hallazgos concuerdan con el estudio de Llorca et al. (2022), que demuestra que un estilo de enseñanza que promueve la autonomía incrementa el interés y la competencia académica en educación física.

En relación con la actitud hacia la lectura, los estudiantes del grupo experimental mostraron mejoras significativas tanto en el interés por la lectura como en la percepción de su relevancia, con incrementos de 2.2 puntos en ambas dimensiones. Estos hallazgos coinciden con los de Izquierdo, Melero y Villalón (2020), quienes encontraron que las actitudes positivas hacia la lectura están influenciadas por factores emocionales y motivacionales. En contraste, el grupo de control presentó aumentos mínimos (+0.2 puntos), lo que indica que la metodología tradicional no es suficiente para promover cambios significativos en la actitud hacia la lectura.

En las entrevistas, los docentes coincidieron en que la integración de lecturas en la educación física fue clave para aumentar el interés de los estudiantes por la lectura. Docente 3 señaló que los estudiantes mostraron un mayor interés por los textos seleccionados, incluso aquellos que anteriormente no mostraban interés en la lectura. Este hallazgo refuerza la mejora observada en la actitud hacia la lectura en el grupo experimental y coincide con los resultados obtenidos por Dolores et al. (2020), quienes encontraron que la motivación y el interés por la lectura aumentan en los estudiantes cuando se les presentan contenidos relevantes y emocionalmente atractivos.

Por otro lado, la mejora en la actitud hacia la lectura observada en el grupo experimental sugiere que la integración de contenidos literarios en educación física puede aumentar el interés y la valoración de la lectura. En este particular, Dolores et al. (2020) encontraron que existe una relación significativa entre la motivación, el interés y el valor otorgado a la lectura en estudiantes de educación infantil y primaria, lo que subraya la importancia de estrategias educativas que fomenten estos aspectos desde edades tempranas.

De igual manera, el papel del docente resulta fundamental en la motivación de los estudiantes hacia la actividad física. En este particular, Nieto et al. (2020) destacan que la actitud y las estrategias pedagógicas del profesorado influyen directamente en la motivación de los escolares hacia la práctica físico-deportiva. Esto respalda la efectividad de intervenciones donde el docente adopta un rol activo y de apoyo en la promoción de la lectura y la actividad física.

Así mismo, se comprueba que la gamificación se presenta como una estrategia efectiva para aumentar la motivación y el compromiso de los estudiantes. Ante ello Jareño et al. (2025) coordinan el libro "Más allá del juego: Gamificando de la A-Z", que ofrece una visión teórica y práctica sobre cómo la gamificación puede transformar el aprendizaje, incorporando estrategias que podrían ser aplicables en la educación física para fomentar tanto la actividad física como el interés por la lectura.

Por su parte, un estudio realizado por el Instituto Tecnológico del Producto Infantil y de Ocio (AIJU) en colaboración con la Universidad Complutense de Madrid y la Fundación Crecer Jugando revela que los niños desarrollan mejores habilidades sociales y creatividad cuando participan en juegos físicos o de mesa en comparación con el uso de dispositivos digitales. Esto sugiere que las actividades tradicionales pueden ser más efectivas para fomentar la interacción social y el desarrollo cognitivo en el contexto educativo.

En relación a la práctica de la lectura en voz alta entre padres e hijos durante los primeros años de vida, se observa que tiene un impacto significativo en el desarrollo del lenguaje y las habilidades sociales de los niños. Un estudio de la Fundación de Lectura y la Fundación Deutsche Bahn destaca que esta actividad mejora el vocabulario y promueve la empatía y el sentido de justicia en los niños, lo que subraya la importancia de involucrar a las familias en el fomento de la lectura.

De igual manera, los hallazgos muestran que Fomentar la lectura de textos complejos en tiempos de plataformas digitales como TikTok presenta desafíos significativos. Investigaciones indican que el uso constante de dispositivos digitales puede reducir la comprensión lectora y la capacidad de concentración sostenida. Por lo tanto, es esencial implementar estrategias que promuevan la lectura profunda y el aprecio por textos más elaborados en el entorno educativo actual.

Conclusiones

El presente estudio permitió demostrar que la integración de estrategias innovadoras en la enseñanza de la lectura y la actividad física generó un impacto positivo en la motivación y la actitud de los estudiantes. Se evidenció que la implementación de un enfoque interdisciplinario favoreció mejoras significativas en la motivación intrínseca y en la identificación con las actividades propuestas, lo que sugiere que los estudiantes respondieron de manera más favorable cuando el aprendizaje se estructuró de manera dinámica e interactiva. A su vez, la reducción de los niveles de desmotivación indicó que estas estrategias resultaron efectivas para mitigar el desinterés y la apatía que tradicionalmente afectan la participación en actividades académicas. Estos hallazgos resaltaron la importancia de diseñar intervenciones pedagógicas que promuevan el compromiso estudiantil a través de metodologías activas y participativas.

Además, se observó que la combinación de actividades físicas con elementos literarios fortaleció el interés por la lectura y la percepción de su relevancia. La mejora sustancial en estas dimensiones sugiere que los estudiantes no solo se involucraron más con la lectura, sino que también comprendieron su importancia en un contexto más amplio. La incorporación de dinámicas atractivas y adaptadas a los intereses del alumnado resultó clave para generar un entorno de aprendizaje estimulante y efectivo. En este sentido, los resultados reafirmaron que el aprendizaje basado en la interacción y la experimentación práctica contribuye a un proceso formativo más enriquecedor y significativo.

Este trabajo contribuyó al campo educativo al proporcionar evidencia empírica sobre la efectividad de estrategias motivacionales en la enseñanza de la lectura y la educación física. Se confirmó que los enfoques multidisciplinares pueden desempeñar un papel fundamental en la mejora de la motivación académica y en el fortalecimiento de actitudes positivas hacia el aprendizaje. Asimismo, se destacó la necesidad de adaptar las metodologías pedagógicas a las características y necesidades de los estudiantes para optimizar su proceso de aprendizaje y promover su desarrollo integral.

Los hallazgos obtenidos en esta investigación abren nuevas líneas de exploración en el ámbito educativo. Para futuras investigaciones, se recomienda ampliar la muestra de participantes con el fin de obtener datos más representativos y generalizables. Asimismo, sería pertinente analizar los efectos a largo plazo de este tipo de intervenciones, ya que la sostenibilidad del impacto en la motivación y la actitud estudiantil representa un factor clave en la efectividad de las estrategias educativas. También se sugiere explorar el impacto de otras estrategias complementarias, como el uso de tecnologías interactivas, el aprendizaje colaborativo y la gamificación, en la motivación y el desempeño académico de los estudiantes.

Referencias

- Barboza, N., y Gutiérrez, O. (2024). La motivación en la práctica de actividades físicas. *Llimpi*, 4(2), 01–09. <https://doi.org/10.54943/lree.v4i2.479>
- Chancusig, L. H. (2023). La Motivación como Beneficio en las Clases de Educación Física: Una Revisión Sistemática. *MENTOR Revista De investigación Educativa Y Deportiva*, 2(5), 265–280. <https://doi.org/10.56200/mried.v2i5.5956>
- Cook, T. D., & Campbell, D. T. (1979). *Quasi-Experimentation: Design & Analysis Issues for Field Settings*. Houghton Mifflin Company.
- Del Río, M. (2021). La gamificación como herramienta de motivación en educación física. Proyecto Fin de Carrera / Trabajo Fin de Grado, Facultad de Ciencias de la Actividad Física y del Deporte (INEF), Universidad Politécnica de Madrid. Recuperado de <https://oa.upm.es/74280/>
- Dolores, M. D., Méndez, I., y Ruiz, C. (2020). Motivación hacia la lectura en el alumnado de Educación Infantil y Primaria. *European Journal of Education and Psychology*, 13(2), 177–186. <https://doi.org/10.30552/ejep.v13i2.359>
- Garrett, J. (2002). The Attitude Toward Reading Scale. *Journal of Educational Research*, 95(6), 311–318.
- Guimarães, R. (2017). Los libros sobre Deportes y el fomento de la lectura en el currículo de Educación Física: un análisis del libro de Arthur G. Miller y Virginia Whitcomb (1957). *Revista Iberoamericana de Educación*, 75(2), 59–70. <https://doi.org/10.35362/rie7522632>

- Hernández, R., Fernández, C., y Baptista, P. (2014). *Metodología de la investigación* (6ª ed.). McGraw-Hill.
- Izquierdo, B., Melero, Á., y Villalón, R. (2020). Actitudes y sentimiento de competencia hacia la lectura y la escritura del alumnado de 1º y 2º de Educación Primaria. *Revista Complutense de Educación*, 31(3), 275–284. <https://doi.org/10.5209/rced.63164>
- Portero, M., Boillos, F., Jareño, B., Ibargoyen, I., y Navarro, S. (2025). Más allá del juego: Gamificando de la A-Z. *Algorfa*.
- Llorca, M., Gallardo, F., Huescar, E., Barrachina, J., y Moreno, J. A. (2025). Efectos de una intervención educativa con apoyo a la autonomía en la motivación y competencia académica en educación física. *Revista de Investigación Educativa*, (43). <https://doi.org/10.6018/rie.561071>
- Miller, A. G., y Whitcomb, V. (1957). *Physical Education in the Elementary School Curriculum*. Englewood Cliffs: Prentice-Hall.
- Molina Benavides, C., & Mocha Bonilla, E. (2024). Estrategias motivacionales en la enseñanza de la educación física. *Revista Latinoamericana de Educación Física*, 9(1), 88-102.
- Moreno, J. A., González, D., y Chillón, M. (2007). Adaptación a la educación física de la Escala de Motivación Educativa (EME). *Revista Mexicana de Psicología*, 24(2), 295-303.
- Nieto, J., García, E., Rosa, A., y del Moral, J. E. (2020). La motivación hacia la práctica físico-deportiva en escolares y la influencia del profesor. *Papeles Salmantinos de Educación*, (24), 131–148. <https://doi.org/10.36576/summa.132086>
- Ordoñez, D., y Heredia, D. (2021). Niveles de actividad física y motivación a la práctica deportiva en estudiantes de educación física. *Revista Arbitrada Interdisciplinaria KOINONIA*, VI(2), 1-21. <https://doi.org/10.35381/r.k.v6i2.1251>
- Peñañiel, J. L., Ochoa, S. C., y Heredia, D. A. (2020). Estrategias didácticas de la Educación Física para desarrollar la motivación en estudiantes de Educación Escolar. *Killkana Social*, 4(2), 61–66. <https://doi.org/10.26871/killkanasocial.v4i2.615>
- Santamaría, E., y Vega, J. (2022). La motivación en el aprendizaje de la lectura en los estudiantes. *Revista Educare*, 26. <https://revistas.investigacion-upelipb.com/index.php/educare/article/view/1641>
- Valero, A., Merino, J. A., Manzano, D., Belando, N., Fernández, J. D., & Moreno, J. A. (2020). Influencia del estilo docente en la motivación y estilo de vida de adolescentes en educación física. *Universitas Psychologica*, 19, 1–11. <https://doi.org/10.11144/Javeriana.upsy19.iedm>

Datos de los/as autores/as y traductor/a:

Oscar Daniel Lucas Moreira
Leonidas Israel Viejo Mora
Josseline Alejandra Sánchez Saquisari

olucasm2@unemi.edu.ec
lviejom1@unemi.edu.ec
josselinesanchez22@gmail.com

Autor/a
Autor/a
Autor/a