

Estrategias de aprendizaje cooperativo para desarrollar la competencia Asume una vida saludable en el área de educación física

Mtra. Diana Eulogía, Farfán Pimentel¹
diana75_farfan@hotmail.com
<https://orcid.org/0000-0002-1555-1919>
Universidad César Vallejo, Lima-Perú

Lic. Ricardo Raúl, Condori-Escobedo
zweinzsig@hotmail.com
<https://orcid.org/0009-0009-8573-6802>
Universidad César Vallejo, Lima-Perú

Lic. Luis Enrique, Chamorro-Zamudio
luischamorro1972@gmail.com
<https://orcid.org/0009-0007-4542-8288>
Universidad César Vallejo, Lima-Perú

Lic. Jorge Luis, Almeyda-Munayco
jorge0686@hotmail.com
<https://orcid.org/0009-0003-6101-1424>
Universidad César Vallejo, Lima-Perú

Lic. Rosa Fanny Márquez Espinoza
rosa.capri233@gmail.com
<https://orcid.org/0009-0009-0006-709X>
Universidad César Vallejo, Lima-Perú

Dr. Johnny Félix, Farfán-Pimentel
felix13200@hotmail.com
<https://orcid.org/0000-0001-6109-4416>
Universidad César Vallejo, Lima-Perú

RESUMEN

En el contexto actual se hace necesario tomar conciencia del cuidado de la vida y la salud como bienes esenciales en los seres humanos, en tal sentido las acciones que se apliquen deben ser pertinentes y consistentes con los objetivos educacionales sobre la base en la competencia Asume una vida saludable, que implica una forma de actuar y pensar en las situaciones que pongan en riesgo la salud de las personas; es por ello que a través de estrategias cooperativas sustentadas en el Aprendizaje Cooperativo se puedan activar un cambio de actitudes de corte valorativo y generen aprendizajes para la vida en un contexto de naturaleza socioeducativa. Es por ello, que la aplicación de estrategias de aprendizaje cooperativo para desarrollar la competencia Asume una vida saludable en el área de educación física, es una eficaz estrategia que permita fomentar la práctica de la educación física, promoviendo el desarrollo psicomotriz y el trabajo en equipo. El objetivo general: Analizar las estrategias de aprendizaje cooperativo para desarrollar la competencia Asume una vida saludable en el área de educación física en estudiantes de educación secundaria.

Palabras clave: *Aprendizaje cooperativo, estrategia cooperativa, vida saludable, educación física, actitudes.*

¹ Autor Principal

Cooperative learning strategies to develop the Assume a healthy lifestyle competency in the area of physical education

ABSTRACT

In the current context it is necessary to become aware of the care of life and health as essential goods in human beings, in this sense the actions to be applied must be relevant and consistent with the educational objectives based on the competence Assume a healthy life, which implies a way of acting and thinking in situations that put people's health at risk; that is why through cooperative strategies based on Cooperative Learning it is possible to activate a change of attitudes of a value-based nature and generate learning for life in a context of a socio-educational nature. Therefore, the application of cooperative learning strategies to develop the competence Assume a healthy life in the area of physical education is an effective strategy to encourage the practice of physical education, promoting psychomotor development and teamwork. The general objective: To analyze the cooperative learning strategies to develop the competence Assume a healthy life in the area of physical education in high school students.

Key words: Cooperative learning, cooperative strategy, healthy life, physical education, attitudes.

*Artículo recibido 05 Mayo 2023
Aceptado para publicación: 05 Junio 2023*

INTRODUCCIÓN

En el transcurso de la vida se sabe que, el individuo requiere hacer actividades físicas y movimientos corporales, tales como: nadar, correr, saltar, bailar, ente otros. La actividad física ayuda en la prevención de enfermedades como: las afecciones cardíacas, los accidentes cerebrovasculares, la diabetes y varios tipos de cáncer. También contribuye a mantener un peso corporal saludable, en ese sentido, la actividad física es importante para mantener un adecuado bienestar emocional; asimismo, permite conservar un peso apropiado generando una grata satisfacción de estado general. Sin embargo, la gran cantidad de adolescentes prefieren llevar una vida sedentaria, esto se debe al mal uso del tiempo, esto se da por la frecuencia en el consumo de productos relacionados con la tecnología (juegos en línea, apuestas por internet y otras plataformas virtuales), estas actividades no benefician el estado de la salud. A nivel internacional, el 81% de adolescentes no realizan actividades físicas, además se evidencia que en casi la mayoría de los países los adolescentes tienen menos actividad física (Organización Mundial de la Salud, 2020). A nivel nacional, los adolescentes de 15 años reflejan un 36,9 % en sobrepeso; asimismo, los casos de obesidad son del 21 %. Esta realidad se debe a que muchos adolescentes no tienen una práctica adecuada de hábitos alimenticios, ya que prefieren comida con elevados índices de azúcar, harina y grasas, sobrepasando las cantidades que requiere el organismo (Instituto Nacional de estadística Informática,2017). En el contexto local en el distrito de San Juan de Lurigancho se observa que en una institución educativa los estudiantes del nivel secundaria están dejando de lado la relevancia del ejercicio físico, a causa de, la diversión que genera la tecnología, el consumo excesivo de alimentos calóricos y el sedentarismo, esto afecta en el desinterés por realizar la actividad física. Esta problemática se origina porque los estudiantes pasan demasiado tiempo sentados en la computadora sin moverse, es común que destinen varias horas de su tiempo a navegar y chatear. De igual modo comen en exceso productos no saludables; esto traería consecuencias negativas para la salud y de mantenerse esta problemática conllevará a un sobrepeso y desarrollarán enfermedades cardiovasculares, se cansarán más rápido, presentarán niveles inferiores en actividades física como: el equilibrio, la carrera, el salto entre otros, todas estas habilidades motoras serán muy bajas y tendrán un

impacto negativo en el desarrollo físico y social. Por lo expuesto la aplicación de estrategias de aprendizaje cooperativo para desarrollar la competencia Asume una vida saludable en el área de educación física, como una potente estrategia que permita fomentar la práctica de la educación física, promoviendo el desarrollo psicomotriz y el trabajo en equipo. Partiendo de lo expuesto, se plantea como objetivo general: Analizar las estrategias de aprendizaje cooperativo para desarrollar la competencia Asume una vida saludable en el área de educación física en estudiantes de educación secundaria. En el estudio, se realizó la revisión de literatura, en ese sentido se expone los antecedentes internacionales como: Nicolosi y Ancona (2020) en Italia, investigó sobre los efectos del aprendizaje cooperativo en educación física, bajo un enfoque cuasiexperimental. La muestra fue de 128 en adolescentes entre 11 y 14 años. Se aplicó pretest y postest. Siendo los resultados que indican que en autoeficacia física influye significativamente ($p=0,040<0,05$). Concluyeron que el aprendizaje cooperativo mejora las habilidades sociales de los estudiantes en el área de educación física. Así también, Avendaño y Bolaño (2021) en Colombia, estudiaron el aprendizaje cooperativo para la convivencia escolar, bajo un enfoque cualitativo. La muestra fue de 35 estudiantes entre 12 y 13 años. En esta investigación se emplearon instrumentos como la observación, entrevista y encuesta. Concluyeron que el aprendizaje cooperativo contribuye en el óptimo desenvolvimiento de las relaciones interpersonales, para lograr aprendizajes sociales y académicos.

Asimismo, López y Sandoval (2022) en República Dominicana, se efectuaron el estudio sobre, el aprendizaje cooperativo y la educación física, con un enfoque cuasiexperimental. La muestra fue de 258 estudiantes, entre 12 y 14 años. Se aplicó como instrumento un cuestionario de investigación. Los resultados indican que al aplicar el aprendizaje cooperativo se optimiza las clases de educación física. Concluyeron que el aprendizaje cooperativo potencia el trabajo en equipo en los estudiantes desarrollando capacidades y habilidades fundamentales en el ámbito educativo.

Del mismo modo, Martínez et al. (2019) en España, investigaron sobre las necesidades psicológicas en educación física en adolescentes, bajo un enfoque cuantitativo. La muestra fue de 464 estudiantes entre 12 y 18 años de edad. Se concluyó que, las necesidades psicológicas se

relacionan positivamente con la satisfacción con la vida de los estudiantes en educación física.

De la misma manera, Santos et al. (2020) investigó sobre el aprendizaje cooperativo en educación secundaria, bajo un enfoque cuasiexperimental. La muestra fue de 137 estudiantes. Se aplicó un cuestionario (pretest y postest). Concluyendo que, el aprendizaje cooperativo como estrategia genera un efecto positivo en el ambiente educativo y se manifiesta a través conductas proactivas mejorando la calidad de los aprendizajes.

A su vez, Morales et al. (2021) investigaron sobre la educación deportiva y las actitudes en educación física, bajo un enfoque cuasiexperimental. La muestra fue de 53 estudiantes de secundaria. Se aplicó pretest y postest. Los resultados indican que se evidencia una mejora en el nivel de valoración de la educación física. Concluyeron que las actitudes de los estudiantes en educación física son un medio para la formación integral del estudiante.

Además acotaron Muñoz et al. (2020) quienes investigaron sobre los juegos motores y la educación física; bajo un diseño experimental con la participación de 91 estudiantes. Los resultados mostraron efectos positivos del juego motor sobre las emociones de los estudiantes. Concluyeron que el juego motor potencia las competencias socioemocionales.

Por consiguiente, Diloy et al. (2021) investigaron sobre la motivación docente en educación física, bajo un enfoque cuantitativo. La muestra fue de 942 estudiantes. Se aplicó un cuestionario de investigación para el recojo de datos. Los resultados indican el nivel de significancia $p=0,000 < 0,05$. Concluyeron que la motivación que brinda el profesor permite que el alumno fortalezca las relaciones sociales, posibilitando un mejor desenvolvimiento en el área de educación física. Finalmente, Olaya et al. (2020) investigaron sobre los grupos interactivos en educación física, bajo un enfoque cuantitativo. La muestra fue de 113 estudiantes, se aplicó un cuestionario de investigación para el recojo de datos. Concluyeron que se evidenciaron progresos en los conocimientos teóricos, como una mayor satisfacción de las necesidades psicológicas básicas en el ejercicio y motivación intrínseca.

El Aprendizaje Cooperativo

El aprendizaje cooperativo se fundamenta en el constructivismo, en ese aspecto los estudiantes trabajan en conjunto, apoyándose entre todos para alcanzar propósitos, de este modo se

maximiza sus aprendizajes, cabe precisar que el diálogo es un elemento vital para que intercambien ideas y logren una comunicación eficaz. De acuerdo con lo dicho el aprendizaje cooperativo permitirá el desarrollo de la autonomía, en otras palabras, los estudiantes asumirán responsabilidades en sus actividades escolares, alimentando su autoconfianza y autoestima (Santos et al., 2020).

En ese sentido, el aprendizaje cooperativo es el trabajo que se realiza en conjunto, para potenciar las capacidades, habilidades y destrezas del estudiante con la finalidad de lograr la construcción del conocimiento. Cabe señalar la importancia de la formación de grupos, donde se desarrollan actividades de manera organizada; es decir, todos los estudiantes están interrelacionados para lograr metas en el cual cada uno de ellos es responsable de sus logros.

El aprendizaje cooperativo se sustenta esencialmente a través del consenso en la construcción del conocimiento y la interacción como eje clave (Yana, 2020). En ese sentido, es necesario generar estructuras cooperativas de aprendizaje que desarrollen la cooperación como un aspecto esencial para el desarrollo de la competencia social (Sánchez et al., 2019).

En el aprendizaje cooperativo cada estudiante está comprometido en generar buenos resultados en su proceso de aprendizaje como en el de los demás, es importante destacar el apoyo, el empeño y el interés, en el aspecto escolar y personal. De este modo, comparten experiencias de aprendizaje con responsabilidad y orientados a cumplir metas a través de un trabajo en conjunto. Además, es importante la labor del maestro, cuando se aplican estrategias de aprendizaje cooperativo; ya que, debe orientar a los estudiantes en los procesos de cooperación, brindando soporte en las actividades escolares que se realizan; en ese sentido, el maestro tiene que motivar constantemente para que los estudiantes efectúen un trabajo eficaz (Johnson et al., 2008).

Teniendo en cuenta la propuesta de Johnson, se enuncian las dimensiones del constructo con la finalidad de tener un conocimiento sobre la variable en estudio, siendo: (a) La interdependencia positiva, cuando uno de los miembros del grupo depende de todos para lograr el propósito de aprendizaje, es decir todos están estrechamente relacionados para llegar a la meta; (b) La responsabilidad individual y grupal, es el compromiso de todos los miembros del grupo para realizar un buen trabajo; por ello que, cada uno de ellos debe contribuir eficazmente en sus tareas

asignadas y de este modo optimizar sus aprendizajes; (c) La interacción social, es el proceso de comunicación efectiva en la cual se generan dinámicas que promueven el esfuerzo y la participación. Asimismo, permite el desarrollo personal del educando en la elaboración de sus labores educativas a nivel individual y colectiva; (d) Las habilidades interpersonales y grupales, es el conjunto de capacidades y destrezas que le permiten al estudiante realizar una labor grupal, por ello es importante la comunicación, la toma de decisiones, la resolución de conflictos, la organización y el apoyo mutuo, todo esto fortalecerá en el estudiante su formación integral; y (e) La evaluación grupal, es el conjunto de acciones que conlleva a la autorreflexión sobre el trabajo realizado; en ese sentido, se analizan sobre los aportes de cada uno de ellos y toman conciencia en lo que deben optimizar en su aprendizaje (Johnson et al., 2008).

Las Estrategias Cooperativas

La educación física es una de las áreas de trabajo integrador en los estudiantes que tiene como propósito el desarrollo de competencias para la vida sobre la base de actitudes y valores intrínsecas a la persona humana. En tal sentido, el juego cooperativo como estrategia se apoya en reglas en las que el educando a través de un proceso de maduración va desarrollando habilidades sociales y competencias emocionales promoviendo actitudes de sensibilización, cooperación, comunicación y solidaridad (Granados, 2017). Así también, el juego cooperativo es la base para el desarrollo del pensamiento creativo a la vez que posibilita el empleo de herramientas para el abordaje y resolución de problemas, para el disfrute en el desarrollo de movimientos corporales y manejo del comportamiento emocional (Omeñaca y Ruíz, 2005). De esta manera, en el juego cooperativo la participación es esencial y la intervención del docente es determinante en el proceso de realización de las actividades de aprendizaje (Rosón, 2016). Es por ello que, la conducta motora se caracteriza por la vivacidad que se expresa a través de la alegría y posibilita mejorar la concentración para la resolución de situaciones problemáticas en el contexto real logrando un rendimiento óptimo en los educandos (León, 2015).

Es por ello que, las estrategias cooperativas en el campo de la educación física desde la perspectiva del Aprendizaje Cooperativo brindan un aporte en la formación integral de los educandos en la que se promueve la conducción de una vida saludable con énfasis en los ámbitos

cognitivo, social, afectivo y educativo; por ello la consolidación de este proceso formativo es esencial para su integración y vida en sociedad (Sobrado y Castellanos, 2017). Así también, el aprendizaje colaborativo brinda un soporte para el desarrollo integral de los estudiantes en un clima de aula y de convivencia armónica fortaleciendo las capacidades emocionales y generando un bienestar (Salgado, 2021).

La Educación Física

La educación física tiene como finalidad la preparación de los estudiantes, con autodisciplina por ello es indispensable la preparación física, social y emocional, es importante señalar que los movimientos corporales son actividades físicas; esto se fundamenta en el entrenamiento y por consiguiente en la mejora de la salud. De igual forma, en la educación física se experimenta actividades lúdicas donde existe la interacción entre estudiantes de manera óptima, permitiendo establecer un entorno social favorable que generan sentimientos y actitudes positivas (Yang et al., 2021).

En esta perspectiva la motivación en el ámbito de la educación física es el impulso e interés por realizar acciones y el cumplimiento de metas, de ahí la importancia de reconocer los logros de los estudiantes, para que se sientan estimulados en el desarrollo de las actividades físicas (Diloy et al., 2021)

Según Jarrett et al. (2014) sostuvieron que, la actividad física se sustenta en los diversos movimientos del cuerpo, en ese sentido se fortalece la formación integral del estudiante mediante el desarrollo de actividades, donde se preparan en las diversas destrezas como: correr, saltar, lanzar, girar entre otros. En ese sentido, la variable educación física tiene como dimensiones: (a) Las habilidades sociales, son conductas óptimas que permiten una comunicación afectiva y la resolución de situaciones complejas, a través de las relaciones interpersonales; (b) El autoconcepto físico, es el conocerse a sí mismo, es la descripción sobre nuestra apariencia reflejada en el ámbito deportivo; y (c) La autoeficacia física, es la capacidad que tiene la persona para lograr metas, en ese sentido la persona construye sus propias percepciones sobre sus habilidades.

Competencia Asume una vida saludable en el área de educación física

La práctica de actividad física es esencial para el desarrollo mental, psicológico y motor en el ser humano e influye en los procesos de aprendizaje optimizando el logro de la competencia Asume una vida saludable (Paredes, 2022). En tal sentido, la actividad física posibilita que los estudiantes asuman un conjunto de hábitos saludables para un correcto mantenimiento del estado de bienestar físico y mental; es por ello que, los estudiantes deben desarrollar las competencias del área de educación física como son: Se desenvuelve de manera autónoma a través de la movilidad, Interactúa a través de sus habilidades sociomotrices y Asume una vida saludable (Minedu, 2016).

Mediante la competencia Asume una vida saludable, se busca que los estudiantes sean autónomos en la práctica de actividades físicas para gozar de una vida plena y con una adecuada calidad de vida (Paredes, 2022). Así también, la actividad física en los estudiantes mejora significativamente su estado físico, su salud cardiometabólica, sus habilidades cognitivas, su estado emocional y cuidado del incremento del peso corporal (Organización Mundial de la Salud, 2020). Del mismo modo, la promoción de actitudes saludables en las instituciones educativas busca establecer lineamientos básicos hacia el análisis y trabajo armónico en función de objetivos como la conservación de la salud para el fortalecimiento de las capacidades en los estudiantes (Hernández, 2019). De ahí que, la promoción de hábitos saludables genera un proceso catalizador frente a una variedad de factores que afectan la salud de la población en su conjunto (De Alencar et al., 2020). Por consiguiente, el fomento de una vida saludable entraña la modificación de actitudes de riesgo y la práctica de estilos saludables para el beneficio de las personas (Quilla et al., 2019).

METODOLOGÍA

La presente investigación es de tipo básico cuyo propósito es ampliar los conocimientos respecto a una determinada realidad para su mejor comprensión e interpretación social. El diseño de la investigación es no experimental, se basa en la revisión de literatura científica. La información obtenida es esencial en el proceso de construcción del conocimiento científico brindando aportes investigativos para la aplicación de un análisis de tipo crítico y reflexivo para la

obtención de un raciocinio lógico y desde una perspectiva epistemológica e inferencial.

RESULTADOS Y DISCUSIÓN

Nicolosi y Ancona (2020) indicaron que la autoeficacia física influye significativamente ($p=0,040<0,05$) y que el aprendizaje cooperativo mejora las habilidades sociales de los estudiantes en el área de educación física. De acuerdo con Avendaño y Bolaño (2021) señalaron que, el aprendizaje cooperativo contribuye en el óptimo desenvolvimiento de las relaciones interpersonales, para lograr aprendizajes sociales y académicos. Así también, López y Sandoval (2022) sustentaron que, el aprendizaje cooperativo potencia el trabajo en equipo en los estudiantes desarrollando capacidades y habilidades fundamentales en el ámbito educativo. Del mismo modo, Martínez et al. (2019) señalaron que, las necesidades psicológicas se relacionan positivamente con la satisfacción con la vida de los estudiantes en educación física. En ese sentido, Santos et al. (2020) aseveraron que, el aprendizaje cooperativo como estrategia genera un efecto positivo en el ambiente educativo y se manifiesta a través conductas proactivas mejorando la calidad de los aprendizajes. Así también Morales et al. (2021) afirmaron que, las actitudes de los estudiantes en educación física son un medio para la formación integral del estudiante. De dicha manera, Muñoz et al. (2020) infirieron que, el juego motor potencia las competencias socioemocionales. Por consiguiente, Diloy et al. (2021) establecieron que, la motivación que brinda el profesor permite que el alumno fortalezca las relaciones sociales, posibilitando un mejor desenvolvimiento en el área de educación física. Finalmente, Olaya et al. (2020) evidenciaron que, los progresos en los conocimientos teóricos, como una mayor satisfacción de las necesidades psicológicas básicas en el ejercicio y motivación intrínseca. Gálvez (2022) indicó que, es necesario desarrollar en la población comportamientos y competencias sostenibles que posibilite desenvolverse de manera pertinente ante situaciones que implique el riesgo de la vida y la salud de las personas.

CONCLUSIONES

El aprendizaje cooperativo es el trabajo que se realiza en conjunto, para potenciar las capacidades, habilidades y destrezas del estudiante con la finalidad de lograr la construcción del conocimiento. Siendo necesario la formación de grupos, donde se desarrollan actividades de

manera organizada; es decir, todos los estudiantes están interrelacionados para lograr metas en el cual cada uno de ellos es responsable de sus logros. El aprendizaje cooperativo se sustenta esencialmente a través del consenso en la construcción del conocimiento y la interacción como eje clave; en ese sentido, es necesario generar estructuras cooperativas de aprendizaje que desarrollen la cooperación como un aspecto esencial para el desarrollo de la competencia social. A través de las actividades cooperativas los estudiantes toman conciencia del desarrollo de la competencia. Asume una vida saludable, teniendo que mejorar sus actitudes frente a las diversas situaciones que se les presente en el contexto socioeducativo.

LISTA DE REFERENCIAS

- Avendaño- Bolaño, F. J., & Bolaño-García, M. (2021). Elementos del aprendizaje cooperativo para la convivencia escolar: Elements of cooperative learning for school coexistence. *South Florida Journal of Development*, 2(5), 7550-7561. <https://doi.org/10.46932/sfjdv2n5-090>
- Bernal, C. A. (2010). *Metodología de la investigación* (Tercera edición). Pearson.
- De Alencar, O. M., Paiva de Abreu, L. D., Ferreira da Silva, M. R., Miranda Pereira, T., & De Sá Barreto Marinho, M. N. A. (2020). Conocimiento y prácticas de los agentes de salud comunitarios en el contexto de la promoción de la salud: una revisión integradora Saberes e práticas dos agentes comunitários de saúde no contexto da promoção da promoção : an integrative review. *Revista Electrónica Trimestral de Enfermería*, 19(3), 626–641. <https://doi.org/https://doi.org/10.6018/eglobal.411151>
- Diloy-Peña, S., García-González, L., Sevil-Serrano, J., Sanz-Remacha, M., & Abós, Á. (2021). Estilo motivacional docente en educación física: ¿cómo afecta a las experiencias del alumnado? *Apunts Educación Física y Deportes*, 144, 44-51. [https://doi.org/10.5672/apunts.2014-0983.es.\(2021/2\).144.06](https://doi.org/10.5672/apunts.2014-0983.es.(2021/2).144.06)
- Gálvez, G.E. (2022). *Los juegos cooperativos para mejorar la competencia asume una vida saludable en estudiantes de educación secundaria, Yonán 2021*. (Tesis doctoral). Universidad César Vallejo. Trujillo, Perú. <https://repositorio.ucv.edu.pe/handle/20.500.12692/83202>
- Granados, J. (2017). *Estrategias cooperativas para desarrollar logros de aprendizaje de la didáctica aplicada al área de comunicación en las estudiantes de la especialidad de educación*

inicial y ciclo del Instituto de Educación Superior Pedagógico Público -Bagua. (Tesis de maestría). Universidad César Vallejo. Cajamarca, Perú.

https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/16817/Granados_VJ.pdf

Hernández-Sánchez, J., Oviedo-Cáceres, M. P., Rincón-Mendez, A.-Y., HakpietPlata, M.-C., & Mantilla-Urbe, B.-P. (2019). *Tendencias teóricas y prácticas de la promoción de la salud en el ámbito escolar en Latinoamérica. Revista de La Universidad Industrial Santander, Salud.*, 51(2), 155–168.

<https://revistas.uis.edu.co/index.php/revistasaluduis/article/view/9542/9337>

Jarrett, K., Eloi, S., & Harvey, S. (2014). Teaching games for understanding (tgfu) as a positive and versatile approach to teaching adapted games. *European Journal of Adapted Physical Activity*, 7(1), 6-20. <https://doi.org/10.5507/euj.2014.001>

Johnson, D. W., Johnson, R. T., & Holubec, E. J. (2008). *El aprendizaje cooperativo en el aula* (1a ed). Paidós. <https://1626-2019-03-15-JOHNSON%20El%20aprendizaje%20cooperativo%20en%20el%20aula.pdf>

León, J.B. (2015). *El juego cooperativo como estrategia pedagógica para el desarrollo de las habilidades motrices básicas en los estudiantes del grado 401 del Colegio Nydia Quintero De Turbay.* (Tesis de licenciatura). Universidad Libre. Bogotá, Colombia. <https://repository.unilibre.edu.co/bitstream/handle/10901/8528/Proyecto%20de%20grado%20Jos%C3%A9%20Bernardo%20Le%C3%B3n%20Ruiz.pdf?sequence=1>

López Guillén, R. G., & Sandoval, J. T. (2022). *Uso del aprendizaje cooperativo en educación física y su relación con la responsabilidad individual en estudiantes del nivel secundario Use of cooperative learning in physical education and its relationship with individual responsibility in high school students.* 9. <https://doi.org/10.47197/retos.v43i0.82607>

Martínez Rubio, R., Granero-Gallegos, A., & Gómez-López, M. (2019). La satisfacción de las necesidades psicológicas básicas en las clases de Educación Física y su relación con la satisfacción con la vida en los adolescentes. *Revista Complutense de Educación*, 31(1), 45-54. <https://doi.org/10.5209/rced.61750>

Minedu (2016). *Currículo nacional de educación básica.* Lima, Perú: Minedu

<http://www.minedu.gob.pe/curriculo/pdf/curriculo-nacional-de-la-educacionbasica.pdf>

- Morales-Ortiz, E., Burgueño, R., Cueto-Martín, B., Macarro-Moreno, J., & Medina-Casabón, J. (2021). ¿Puede la educación deportiva mejorar las actitudes hacia la educación física en secundaria? *Revista Internacional de Medicina y Ciencias de la Actividad Física y del Deporte*, 21(83), 435-450. <https://doi.org/10.15366/rimcafd2021.83.002>
- Muñoz-Arroyave, V., Lavega-Burgués, P., Costes, A., Damian, S., & Serna, J. (2020). Los juegos motores como recurso pedagógico para favorecer la afectividad desde la educación física (Traditional games: A pedagogical tool to foster affectivity in physical education). *Retos*, 38, 166-172. <https://doi.org/10.47197/retos.v38i38.76556>
- Nicolosi, S., & Ancona, A. (2020). Effects of cooperative learning model on early adolescents' social and affective learning outcomes in Physical Education. *Advances in Physical Education*, 10(04), 378-390. <https://doi.org/10.4236/ape.2020.104031>
- Ñaupas Paitán, H., Novoa Ramirez, E., Villagómez Paucar, A., & Mejía Mejía, E. (2014). *Metodología de la investigación cuantitativa-cualitativa y Redacción de la tesis* (4ta edición). Ediciones de la U.
- Olaya Cuartero, J., García Jaén, M., García Martínez, S., & Ferriz Valero, A. (2020). Los grupos interactivos en educación física: Una experiencia docente en educación secundaria (Interactive groups in physical education: A teaching experience in secondary education). *Retos*, 38, 369-374. <https://doi.org/10.47197/retos.v38i38.74606>
- Omeñaca, R. y Ruiz, J.V. (2005). *Juegos cooperativos y educación física*. Barcelona: Paidotribo.
- Organización Mundial de la Salud. (2020). *Directrices de la OMS sobre actividad física y hábitos sedentarios: De un vistazo*. Organización Mundial de la Salud. <https://apps.who.int/iris/handle/10665/337004>
- Paredes, A.N. (2022). *Estrategias lúdicas para el desarrollo de la competencia: Asume una vida saludable, en estudiantes de Secundaria de Hualgayoc, Cajamarca*. (Tesis de maestría). Universidad César Vallejo, Chiclayo, Perú. https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/94182/Paredes_MAN-SD.pdf?sequence=1

- Pérez, L. N., Farfán, J. F., Delgado, R., & Baylon, R. G. (2021). El aprendizaje cooperativo en la educación básica: una revisión teórica. *Revista Metropolitana de Ciencias Aplicadas*, 5(1), 6-11. <https://remca.umet.edu.ec/index.php/REMCA/article/view/462/478>
- Quilla, R., Maquera, E., & León, D. L. (2016). Eficacia del programa “adolescencia saludable” para mejorar estilo de vida en estudiantes del 4to año de educación secundaria de un colegio privado confesional. *Apuntes Universitarios*, 6(1), 79– 86. <https://doi.org/10.17162/au.v6i1.94>
- Rosón, L. (2016). *El juego cooperativo para la mejora de las relaciones sociales*. España: Universidad de Valladolid. <https://core.ac.uk/download/pdf/250407229.pdf>
- Sánchez, F.J., Parra, M.C., y Peña, B. (2019). Experiences of cooperative work in higher education. Perceptions about its contribution to the development of social competence. *Vivat Academia. RevistadeComunicación*. 147, 87-108. <https://www.vivatacademia.net/index.php/vivat/article/view/1123/1635>
- Santos-Rego, M. Á., Lorenzo Moledo, M., Godás Otero, A., & Sotelino Losada, A. (2020). Aprendizaje cooperativo, autoimagen y percepción del ambiente de aprendizaje en educación secundaria. *Bordón. Revista de Pedagogía*, 72(4), 117-132. <https://doi.org/10.13042/Bordon.2020.77726>
- Sobrado, C. y Castellanos, I. (2017). Cooperative learning in the physical education of the university of the computer sciences. Characteristics of an experience. *OLIMPIA. Revista de la Facultad de Cultura Física de la Universidad de Granma*. 14(43), 2-10. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=6210803>
- Vargas, K., Yana, M., Chura, W., Perez, K., y Alanoca, R. (2020). Collaborative learning: a strategy that humanizes education. *RevistaInnova Educación*, 2(2), 363-379. <https://revistainnovaeducacion.com/index.php/rie/article/view/85/174>
- Yang, C., Chen, R., Chen, X., & Lu, K.-H. (2021). The Efficiency of Cooperative Learning in Physical Education on the Learning of Action Skills and Learning Motivation. *Frontiers in Psychology*, 12, 717528. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2021.717528>