

República Dominicana

UNIVERSIDAD TECNOLÓGICA DEL CIBAO ORIENTAL.

(UTECO)

“SEMBRANDO ORO PARA FORJAR EL FUTURO”



FACULTAD DE CIENCIAS Y HUMANIDADES, ESCUELA DE EDUCACIÓN FÍSICA.

TITULO:

ESTRATEGIAS PARA MEJORAR LA DISCIPLINA EN LAS CLASES DE EDUCACIÓN FÍSICA EN EL NIVEL PRIMARIO DE SEGUNDO CICLO (5TO B) EN EL CENTRO EDUCATIVO MANUEL EMILIO ACOSTA REYES, SABANA AL MEDIO, EN EL AÑO 2024-2025, DISTRITO 16-01.

Autores:

Luis Gabriel Díaz Mora 2022-0663

Roniel Cruz Frías 2021-0128


Asesor:

Antonio Alberto Delgado Olivo

Cotuí, Sánchez Ramírez, República Dominicana, Diciembre 2025.

Dedicatoria

Dedico este logro, antes que nada, a Dios, quien ha sido mi guía en cada paso de este camino.

A mi madre, Susana Mora García y a toda mi familia. Su cariño, su constancia y su forma de estar conmigo en lo bueno y en lo difícil me han dado la fuerza para llegar hasta aquí. Cada valor que me enseñaron y cada apoyo que me brindaron están presente en este logro, que también es de ustedes.

Extiendo esta dedicatoria a mis compañeros de estudio Jean Carlos Morales, Roelvis Mota Diaz, Yennauri Elías Martínez Matías, Roniel Cruz Frías, Benjamín Sánchez Vásquez, Josdarlin Misael Liriano Polanco, Rayniel Virgilio García Antigua, Juanyely Castillo Germán y José Alberto Hernández Rosario y a quienes me han acompañado durante todo el proceso. Su compañía, sus palabras y su apoyo hicieron que este proceso fuera más ligero y lleno de buenos recuerdos.

A mi asesor el M.A. Antonio Alberto Delgado Olivo y a mis profesores, Miguel Emilio Ruíz, Roberto Antonio Acosta, Chanel Luis Santana Tavaréz, Antonio Rosario y Carmen Lidia Fabian gracias por su claridad, su paciencia y su compromiso. Sus orientaciones, su exigencia bien intencionada y su pasión por enseñar dejaron una huella que va más allá de este trabajo.

Y a todas las personas que, de una manera u otra, aportaron su tiempo e ideas. En especial a los estudiantes del centro educativo Manuel Emilio Acosta Reyes y al maestro de educación física el Lic. Ernesto Andrés Frías cuya disposición y entusiasmo fueron fundamentales. A cada uno, gracias por ayudarme a dar forma a este trabajo y por ser parte de su construcción.

Con gratitud,

Luis Gabriel Díaz Mora

Dedicatoria

Este gran logro se lo entrego a Dios, quien ha sido mi refugio, mi guía y la fuente de cada una de mis victorias a lo largo de este proceso.

A mis padres, Verónica Frías Díaz y Roberto Cruz Núñez. Mi pareja Lenny Crisbel Rodríguez Almonte y mis hermanos, Bayron Cruz Frías, Brandol Cruz Frías e Irania María Batista, con su amor incondicional, su entrega y su esfuerzo constante, me han dado las bases para construir el camino que hoy transito. Su apoyo firme, en mis momentos de triunfo y también en los días difíciles, ha sido la fuerza que me ha impulsado a seguir adelante. Gracias por cada enseñanza, por su ejemplo de valentía, honestidad y buenos valores. Este logro no solo me pertenece a mí, sino que también es de ustedes.

También dedico este trabajo a todos mis compañeros de estudio, quienes, con su amistad y apoyo mutuo, hicieron de esta experiencia algo inolvidable. A mis compañeros de la infancia que siempre han permanecido conmigo y me han ayudado en mis procesos.

A mi asesor y a mis profesores, quienes con su entrega, claridad y pasión por enseñar han sido pilares esenciales en este proceso. Gracias por orientarme con paciencia, por abrirme nuevas perspectivas y por acompañarme en la construcción de cada idea. Su confianza, sus aportes y su dedicación no solo enriquecieron este trabajo, sino también mi crecimiento personal y académico. Estoy profundamente agradecido por todo lo que aprendí de ustedes.

A todas las personas que, de una u otra forma, aportaron su esfuerzo, sus ideas y su apoyo para hacer posible este trabajo. A los estudiantes del centro educativo Manuel Emilio Acosta Reyes y al maestro de educación física, cuyo entusiasmo y colaboración fueron esenciales en cada etapa del proceso. Gracias por ofrecerme su tiempo, por contribuir a enriquecer mis planteamientos y por ayudarme a ver más allá de lo evidente. Cada uno de ustedes ha sido un eslabón clave en la construcción de este logro, y por ello les expreso mi más profundo agradecimiento.

Finalmente, este trabajo representa no solo un esfuerzo personal, sino el reflejo del amor, el apoyo y las enseñanzas de cada persona que ha formado parte de mi camino. A todos

ustedes, gracias por contribuir a que este sueño hoy sea una realidad. Este logro es un paso más, construido con la huella que cada uno dejó en mí.

Con gratitud y amor,

Roniel Cruz Frías

Agradecimientos

Nuestro agradecimiento nace desde el corazón: a Dios, por darnos la fuerza y la guía para llegar hasta aquí, y a cada persona que puso su granito de arena para que este proyecto hoy sea una realidad. A nuestros padres, cuyo amor y apoyo incondicional nos han dado las herramientas para alcanzar nuestras metas, y a quienes han caminado a nuestro lado durante este proceso, en especial a esas personas que, con su cariño y comprensión, fue un gran apoyo en los momentos más retadores.

A nuestros compañeros de estudio del Grupo 7 de Educación Física, gracias por acompañarnos en este proceso y hacerlo más ligero con sus risas, sus enseñanzas y cada momento especial compartido. Su apoyo y compañerismo fueron esenciales para lograr este resultado. A nuestros maestros especialmente al M.A Antonio Delgado, por su entrega a nuestra enseñanza que han sido crucial en nuestro desarrollo personal y académico.

Queremos agradecer a nuestros estudiantes del centro educativo Manuel Emilio Acosta Reyes, cuyos ánimos y curiosidad despertaron en nosotros el deseo de seguir creciendo y nos ayudaron a comprender mejor el valor de nuestra labor como futuros educadores.

Finalmente, entregamos este trabajo a todos los que luchan constantemente para transformar y guiar la educación por buen camino. A cada uno de ustedes, nuestro agradecimiento por formar parte de este importante trayecto.

Con sincero agradecimiento,

Roniel Cruz Frías y Luis Gabriel Díaz Mora

Introducción

La disciplina juega un rol extremadamente fundamental en el desarrollo integral de los estudiantes, debido a que influye mucho en el proceso enseñanza-aprendizaje. En el contexto educativo, la buena disciplina puede facilitar el desarrollo y aprendizaje de nuevos conocimientos y habilidades esenciales para la vida. Sin embargo, la mala disciplina puede dificultar las clases que el docente quiere realizar e incluso dificultar el propio aprendizaje de los estudiantes ocasionando que no logren desarrollar sus habilidades motrices y capacidades físicas como es debido, lo que puede afectar negativamente su rendimiento académico y la práctica de deportes que deseen experimentar a lo largo de su vida.

Este trabajo está centrado en la investigación realizada en el Centro Educativo del Nivel Primario Manuel Emilio Acosta Reyes Sabana Al Medio, lugar donde se identificaron problemas disciplinarios entre los alumnos de 5to grado. En vista de esta circunstancia, surgió la necesidad de implementar estrategias pedagógicas que mediante las actividades físicas puedan mejorar la disciplina de los estudiantes para mejorar el proceso de enseñanza-aprendizaje.

Los objetivos de este estudio incluyen identificar problemas disciplinarios, implementar y evaluar las estrategias pedagógicas centradas en la mejora de la disciplina de los estudiantes. Este proyecto no solo busca aportar al desarrollo integral de los estudiantes, sino también funcionar como una guía de apoyo que otros educadores puedan utilizar para enfrentar situaciones similares respecto a la disciplina.

Bajo este contexto, el estudio se divide en varios capítulos. Estos abordan desde la aproximación a la realidad del problema hasta la presentación de los resultados y conclusiones, proveyendo un marco profundo sobre la importancia de la disciplina y las estrategias pedagógicas para mejorarlas en el área de la educación física.

Índice

Dedicatoria	2
Dedicatoria	3
Agradecimientos.....	5
Introducción	6
Capítulo No. I. Aproximación a la realidad de investigación.	9
1.1 Descripción del contexto.....	9
1.2 Descripción de la situación problemática.	11
1.3 Justificación	12
1.4 Marco Teórico	12
1.5 Hipótesis de la acción.	19
1.6 Objetivo General.	19
1.6.1 Objetivos específicos.	19
1.7 Plan de Acción	20
Capítulo II. Metodología de la investigación	22
2.1 Enfoque Metodológico.....	22
2.2 Justificación de la Metodología.	22
2.3 Modelo Asumido.....	22
2.4 Justificación del Modelo Asumido.....	23
2.5 Población Intervenida.	24
2.6 Técnicas para la Recolección de Datos.	24
2.7 Recursos o Instrumentos Utilizados.....	24
Capítulo III. Ciclo de la Investigación	26
3.1 Fase de Planificación	26
3.2 Fase de Acción y Observación	26
3.3 Fase de Reflexión.....	32
3.4 Triangulación de Datos (Matriz de Coherencia y Discrepancia)	32
3.5 Triangulación.	33
Capítulo No. IV. Resultados, valoración y conclusiones.....	40
4.1 Propuesta de mejora o innovación para las personas involucradas y para la institución.	40
4.2 Valoración de las experiencias y su impacto sobre en la practicas.	40
4.3 Valoración de los integrantes.....	41

4.4 Conclusiones.	41
4.5 Recomendaciones.....	42
4.6 Referencias Bibliográficas	44
Anexos.....	46

Capítulo No. I. Aproximación a la realidad de investigación.

1.1 Descripción del contexto.

1.1.1 Contexto Externo.

El Centro Educativo Manuel Emilio Acosta Reyes, Sabana Al Medio se encuentra en buenas condiciones. En sus alrededores hay varios comercios, como colmados y pequeños negocios, que contribuyen positivamente a la economía local.

El Centro Educativo está ubicado en Cotuí, en el sector Los Multis, sobre la calle principal, dentro de una zona urbana. La comunidad tiene acceso a servicios básicos como agua potable, electricidad, transporte público e internet. La actividad económica predominante es comercial, y una parte de la población pertenece a un estrato medio, con acceso a tecnología. La mayoría de los habitantes son dominicanos, de estrato medio-bajo, con una fuerte influencia religiosa y una cultura amigable y solidaria.

El Centro Educativo forma parte del Programa de jornada escolar extendida, implementado por el gobierno dominicano, lo que influye en su organización y funcionamiento. Los desastres naturales representan una amenaza para la continuidad de las clases, afectando ocasionalmente el calendario escolar.

1.1.2 Contexto Interno.

Datos institucionales: la institución es pública y solo se imparte nivel Inicial y primario. El centro cuenta con entre 15 y 20 aulas en buen estado, con pizarras funcionales. No dispone de laboratorios, pero tiene una pequeña biblioteca en cada aula y escasos recursos tecnológicos.

1.1.3 Organización académica y administrativa.

- Horario de clases: De 8:00 a.m. a 4:00 p.m.
- Matrícula: 381 estudiantes, 23 docentes, 8 administrativos y 8 apoyos.
- Modelo pedagógico: Basado en el enfoque por competencias.

1.1.4 Clima escolar.

Las relaciones interpersonales entre docentes, estudiantes y familias son positivas, favoreciendo un buen ambiente de aprendizaje. Además, la institución organiza reuniones con los padres para coordinar actividades escolares.

1.1.5 Perfil del alumnado.

- Nivel socioeconómico: Medio-bajo.
- Idioma predominante: Español.
- Homogeneidad cultural: No hay diferencias significativas en la composición cultural del estudiantado.

1.1.6 Contexto del Aula y Condiciones físicas del aula.

1. Condiciones físicas del aula; El centro educativo dispone de una gran cancha deportiva y un amplio patio. Cada aula cuenta con aproximadamente 35 sillas y una pizarra, aunque no dispone de proyectores.
2. Dinámicas pedagógicas: Las estrategias de enseñanza son activas y colaborativas, dejando atrás los métodos tradicionales.
3. Interacción en el aula: Las relaciones entre docentes y estudiantes se caracterizan por el respeto mutuo. Los estudiantes participan activamente en actividades tanto curriculares como extracurriculares.
4. Diversidad del grupo: Cantidad de estudiantes: 34 estudiantes con edades entre 10 y 11 años predominan los varones. La mayoría tiene un buen desempeño académico y no hay estudiantes con NEAE.
5. Recursos y materiales educativos: Existen libros y materiales didácticos, aunque el acceso a herramientas tecnológicas como internet y laptops es limitado (hay pocos).

1.1.7 Misión, Visión y Valores del Centro Educativo.

1. Misión: Brindar a la comunidad una educación de calidad en los niveles inicial y primario, mediante el mejoramiento continuo de la gestión educativa, la planificación estratégica y la participación de todos los actores del proceso enseñanza-aprendizaje.
2. Visión: Ser el centro educativo de mayor prestigio dentro del Distrito Educativo 16-01, destacándose por su compromiso con una educación integral y de calidad, promoviendo la colaboración entre docentes, estudiantes y familias.

3. Valores:

- Responsabilidad: Cumplimiento de deberes y compromisos.
- Comprensión: Capacidad de entender y respetar a los demás.
- Solidaridad: Apoyo mutuo dentro de la comunidad educativa.
- Amor: Compromiso genuino con la enseñanza y el aprendizaje.
- Diálogo: Fomento de la comunicación abierta y efectiva.
- Ética: Conducta basada en principios morales y profesionales.

1.2 Descripción de la situación problemática.

El manejo de la disciplina en las clases de Educación Física suele representar un gran desafío para muchos nuevos docentes e incluso para docentes con años de experiencia, especialmente en el segundo ciclo de educación primaria. A menudo, las dificultades relacionadas con la disciplina, la falta de motivación y el desorden durante las actividades físicas afectan tanto el rendimiento académico como el desarrollo socioemocional de los estudiantes e incluso afecta negativamente el desarrollo de las clases que los docentes tenían planificadas. Estas problemáticas se manifiestan en conductas disruptivas, falta de participación y conflictos interpersonales, lo que puede llegar a interrumpir el flujo de las clases y limitando el aprovechamiento del tiempo destinado al aprendizaje.

Evertson y Emmer (1982, 2001). Sostienen que un manejo del aula eficiente se basa en establecer normas claras, rutinas bien definidas y expectativas consistentes desde el inicio del año escolar. Ellos plantean que cuando el docente no estructura adecuadamente las actividades o no responde de manera apropiada a las conductas inapropiadas, aumenta la probabilidad de desorden, pérdida de tiempo instruccional y conductas disruptivas, afectando el aprendizaje académico y social de los estudiantes.

En el aula 5to B del Centro Educativo Manuel Emilio Acosta Reyes, he identificado que, en ocasiones, no actúo de manera correcta frente a las conductas inadecuadas que presentan los estudiantes durante las clases, impidiéndome impartir los contenidos acorde a como los tenía planificados. Esto me lleva a la necesidad urgente de explorar nuevas estrategias que fomenten una mejora en la disciplina y el ambiente de aprendizaje. El objetivo

es implementar y evaluar un conjunto de estrategias que no solo ayuden a mejorar el comportamiento de los estudiantes, sino que también fortalezcan las relaciones docentes-estudiantes, promoviendo un ambiente de respeto y colaboración, y optimizando el tiempo destinado al aprendizaje.

1.3 Justificación.

El propósito de esta investigación es identificar, implementar y evaluar un conjunto de estrategias efectivas que permitan mejorar la disciplina de los estudiantes en las clases de educación física. En muchas ocasiones, los docentes enfrentan dificultades para mantener el orden en el aula o en la cancha, lo que interfiere con el desarrollo adecuado de las actividades durante las clases. La falta de control sobre el grupo no solo afecta las dinámicas de enseñanza, sino que también limita el aprendizaje de los estudiantes, dificultando su participación y el cumplimiento de los objetivos pedagógicos.

La disciplina es un pilar fundamental en la educación, especialmente en el área de educación física, donde el movimiento y la energía de los estudiantes pueden generar un entorno desafiante para el docente. Al contar con estrategias adecuadas, es posible transformar el espacio de aprendizaje en un ambiente estructurado y motivador, donde los estudiantes no solo respeten las normas, sino que también desarrollen valores como el trabajo en equipo, la responsabilidad y la autodisciplina. Por ello, el investigar y documentar estrategias que contribuyan a fortalecer la disciplina es fundamental.

Además, este estudio busca proporcionar herramientas prácticas para que los docentes de educación física optimicen su desempeño y generen un impacto positivo en la formación integral de los estudiantes. Al conocer y aplicar estrategias efectivas, los docentes podrán gestionar mejor el comportamiento de sus alumnos, favoreciendo un ambiente de aprendizaje dinámico y organizado.

1.4 Marco Teórico

1.4.1 La disciplina.

La disciplina es el conjunto de reglas que determinan la conducta; tiene por función asegurar la regularidad y el orden necesarios para la vida social. Pero es algo más que un

simple aparato de orden. Es la moral la que nos prescribe el deber, y el deber es la regla que nos manda actuar de una manera determinada, (Durkheim, 1922, p. 45).

La disciplina es un arte del cuerpo humano que no busca únicamente el aumento de sus habilidades, ni tampoco hacer más pesada su sujeción, sino la formación de un vínculo que en el mismo mecanismo lo hace tanto más obediente cuanto más útil, y al revés, (Foucault, 1975, p. 141).

1.4.2 La disciplina y el perfil docente.

La disciplina, según el Ministerio de Educación de la República Dominicana (MINERD), es más que un conjunto de técnicas; es un enfoque integral. En su Guía de Entrenamiento para Docentes (2018), el MINERD da a entender que el abordaje efectivo de la disciplina representa el estilo y las pautas con los que las figuras de autoridad se relacionan con quienes están a su cargo.

Este enfoque "implica tomar en cuenta los factores personales del docente, sus creencias, experiencias y conocimiento de las necesidades de los estudiantes, pues estos aspectos son determinantes para desarrollar una mirada positiva y sana de la disciplina" (MINERD, 2018).

Además, en varias revisiones del currículo dominicano, se menciona en el perfil docente que los educadores deben ser competentes, creativos e innovadores para enfrentar las adversidades que se presenten en el aula, y se da a entender que el docente debe ser un modelo para seguir para sus estudiantes (MINERD, 2016).

1.4.3 La disciplina y el manejo del aula en educación física.

Mantener el orden en el aula es esencial para crear un ambiente propicio para el aprendizaje. Esto cobra aún más importancia en la educación física, donde las actividades requieren dinamismo y trabajo en equipo. Según Brophy (2006), la gestión del aula se refiere a un conjunto de acciones orientadas a organizar y regular tanto el espacio físico como las interacciones entre los estudiantes, estableciendo normas y procedimientos que facilitan la atención y la participación. En este contexto, la disciplina se entiende no solo como el control de conductas, sino como un proceso pedagógico que integra valores y habilidades sociales.

1.4.4 Estrategias.

La estrategia es la determinación de los objetivos y metas básicas a largo plazo de una organización, así como la adopción de cursos de acción y la asignación de los recursos necesarios para alcanzarlos, Chandler, (1962).

La estrategia es un conjunto coherente de análisis, conceptos, políticas, argumentos y acciones que responden a un desafío de alto riesgo. Una buena estrategia tiene una estructura lógica básica que consta de tres elementos: un diagnóstico, una política rectora y acciones coherentes, Rumelt, (2011, p. 77).

1.4.5 Estrategias Pedagógicas.

Las estrategias de enseñanza son los procedimientos que el agente de enseñanza utiliza en forma reflexiva y flexible para promover el logro de aprendizajes significativos en los alumnos, Díaz-Barriga & Hernández, (2002, p. 141).

1.4.6 Estrategias para potenciar la disciplina.

Diversas investigaciones han demostrado que la adopción de estrategias específicas puede mejorar notablemente el manejo del aula, especialmente en entornos activos como la educación física. Algunas de las estrategias más utilizadas y recomendadas son:

1. Definir reglas claras.

Marzano, Marzano y Pickering (2003) sostienen que establecer normas precisas y consensuadas entre docentes, estudiantes y familias crea un marco de referencia que reduce las conductas disruptivas.

Richard L. Curwin & Allen N. Mendler. En su modelo Discipline with Dignity promueven que los profesores “expresen sus creencias, demandas y expectativas dentro de un contexto de valores claros para el aprendizaje” y que establezcan consecuencias que enseñen a los estudiantes la relación entre sus acciones y lo que sucede como resultado. También dicen que es fundamental implicar a los estudiantes en la creación de un “contrato social” de clase, para definir reglas de manera compartida y con dignidad.

2. Aplicar refuerzos positivos.

Skinner, B. F. (1953). *Science and Human Behavior*, Macmillan. El refuerzo positivo incrementa la probabilidad de que una conducta deseada vuelva a ocurrir, por lo que resulta una herramienta esencial para moldear el comportamiento y fortalecer la disciplina.”

En *Discipline with Dignity* (1988), Curwin y Mendler establecen una diferencia fundamental entre consecuencias y castigos. Para ellos, las consecuencias deben tener un propósito educativo, ayudar al estudiante a comprender la relación entre sus acciones y los resultados, y nunca deben aplicarse de manera humillante. Señalan que los castigos tradicionales pueden generar resentimiento o desconexión, mientras que las consecuencias bien diseñadas promueven el aprendizaje y el respeto mutuo. Esta visión se alinea con la idea de que la disciplina escolar debe sostener la dignidad del estudiante en todo momento. Los autores también afirman que la gestión efectiva del comportamiento no debe depender de sanciones punitivas, sino de estrategias que promuevan la autorregulación y la responsabilidad personal.

3. Fomentar la motivación y participación.

Deci y Ryan (1985) subrayan la importancia de la motivación intrínseca para que los estudiantes se involucren activamente. En la educación física, actividades lúdicas y el trabajo en equipo contribuyen a desarrollar una disciplina que surge de la participación y el compromiso personal.

Jere Brophy (2004), en su obra *Motivating Students to Learn*, señala que la motivación y la participación estudiantil dependen en gran medida de la manera en que el docente estructura el ambiente de aprendizaje. Según Brophy, los estudiantes se involucran de forma más activa cuando las tareas tienen significado personal, representan un reto adecuado y están diseñadas para despertar curiosidad e interés genuino. El autor enfatiza que la motivación no surge únicamente de recompensas externas, sino del desarrollo de actitudes positivas hacia el aprendizaje y de la percepción de que su esfuerzo tiene un propósito claro dentro de la actividad. En este sentido, destaca la importancia de crear un clima de aula que valore el compromiso, favorezca la autonomía y promueva el esfuerzo sostenido, elementos

que resultan esenciales para incrementar la participación de los estudiantes en cualquier contexto educativo, incluida la educación física.

4. Promover el aprendizaje cooperativo.

Según Hastie y Casey (2014), el trabajo en equipo no solo contribuye al desarrollo de habilidades motoras, sino que también favorece la construcción de relaciones interpersonales más sólidas entre los estudiantes. Los autores explican que, cuando las actividades se estructuran de manera cooperativa, los alumnos aprenden a comunicarse, negociar, tomar decisiones colectivas y asumir responsabilidades compartidas, lo que fortalece su sentido de pertenencia y cohesión grupal. Asimismo, sostienen que estas experiencias colaborativas incrementan la responsabilidad individual dentro del grupo, ya que cada miembro comprende que su aporte es esencial para el logro de los objetivos comunes. En este sentido, Hastie y Casey destacan que el aprendizaje cooperativo no solo mejora el rendimiento físico y social, sino que también promueve un ambiente más organizado, respetuoso y funcional, aspectos imprescindibles para una gestión eficaz del aula, especialmente en el contexto de la educación física.

5. Trabajo cooperativo.

David W. Johnson (1989), junto con su hermano Roger, ha realizado aportes fundamentales a la teoría de la interdependencia social dentro del aprendizaje cooperativo, destacando que cuando los estudiantes dependen unos de otros para alcanzar objetivos comunes lo que denominan “interdependencia positiva” se fortalecen la ayuda mutua y la responsabilidad compartida. Además, Johnson identifica tres tipos de aprendizaje cooperativo estructurado que el docente puede aplicar: el cooperativo formal, el cooperativo informal y los grupos base de larga duración, categorías que resultan especialmente útiles para diseñar actividades en educación física que requieran distintas dinámicas de colaboración y trabajo en equipo.

El aprendizaje cooperativo es un arreglo de enseñanza que se refiere a grupos pequeños y heterogéneos de estudiantes que trabajan juntos para lograr un objetivo común" (Kagan, 1994, p. 4:1).

6. Integración de la música y el ritmo.

En un estudio reciente, Bernabé-Villodre y Martínez-Bello (2024) examinan un programa llamado Movimusi que integra música y movimiento en clases. Señalan que este tipo de intervención (movimiento + música) no solo mejora la coordinación motriz, sino que también puede tener efectos importantes sobre la motivación, el bienestar de los estudiantes y su participación, al ofrecer una experiencia multisensorial donde el ritmo musical guía y enriquece la acción física.

7. Técnicas de relajación.

Manuel J. Castellano Beltrán escribió un artículo titulado “La respiración consciente como factor principal de la relajación en la educación física escolar” (2011), en el que argumenta que la respiración especialmente la diafragmática y consciente es la base para otras técnicas de relajación más complejas. Según él, enseñar a los estudiantes a respirar de manera consciente no solo ayuda a inducir un estado de calma, sino que también puede volverse un hábito saludable para manejar el estrés tanto dentro como fuera de la clase de Educación Física.

8. Escucha activa y Lenguaje positivo.

Carl Rogers (1957/1987), sentó las bases de la escucha activa como un mecanismo de comunicación empática, donde el oyente se esfuerza por comprender no solo las palabras del otro, sino también sus sentimientos y significados subyacentes, respondiendo con genuinidad, aceptación incondicional y reflejo emocional. Esta forma de escuchar permite que los estudiantes se sientan valorados y comprendidos, fortaleciendo la relación docente-alumno.

Thomas Gordon (1970), en su Gordon Model, propone el uso de “I-messages” para expresar de forma asertiva los sentimientos y las consecuencias de las acciones sin acusar ni culpar al estudiante. Este tipo de lenguaje positivo, al centrarse en la comunicación de necesidades propias (“Yo siento..., cuando tú...”) en lugar de reproches, contribuye a un aula más cooperativa, con menor resistencia y mayor responsabilidad compartida.

9. Ubicación estratégica.

Dong y Liu (2021) explican que la proximidad física del docente dentro del espacio de clase es un factor determinante para mejorar la atención y el compromiso de los estudiantes, ya que facilita la retroalimentación inmediata y una supervisión más efectiva del comportamiento. Asimismo, investigaciones cualitativas sobre organización del aula, como Teachers' Goals and Strategies for Classroom Seating Arrangements (2016), evidencian que muchos maestros optan por ubicar a los estudiantes con conductas disruptivas lo más cerca posible del profesor con el fin de intervenir oportunamente y reducir distracciones, mientras que otros colocan a alumnos más vulnerables en áreas centrales para fomentar su integración. En conjunto, estos aportes muestran que la ubicación estratégica tanto del docente como de los estudiantes constituye una herramienta valiosa para promover la convivencia y fortalecer la disciplina en el aula.

1.4.7 El papel del docente como transformador.

El profesor actúa como el motor del cambio en el aula, siendo responsable de diseñar y aplicar estrategias que fortalezcan la disciplina. La reflexión constante sobre la propia práctica educativa es vital para identificar áreas de mejora. Latorre (2003) argumenta que mediante la Investigación-Acción, los docentes pueden evaluar sus métodos, realizar ajustes y observar los resultados de sus intervenciones. Este enfoque, fundamentado en el modelo propuesto por Kemmis y McTaggart (1988), empodera a los educadores para que se conviertan en agentes de transformación en su entorno, adaptando sus estrategias a las necesidades específicas de sus estudiantes.

1.4.8 Fundamentos teóricos en el ámbito de la educación física

La educación física no se limita únicamente a la mejora de las habilidades motoras; también es un espacio ideal para trabajar valores como el respeto, la cooperación y la responsabilidad. Siedentop (2002) destaca que las actividades físicas ofrecen oportunidades únicas para desarrollar tanto aspectos físicos como socioemocionales. Una adecuada gestión del aula en este campo implica la integración de estrategias que no solo optimicen el

rendimiento deportivo, sino que también fortalezcan las relaciones interpersonales y el clima escolar.

1.4.9 Convergencia teórica y aporte a la práctica educativa

La combinación de teorías sobre condicionamiento, motivación intrínseca y aprendizaje cooperativo permite formar un marco teórico sólido que respalde esta investigación. Al basarse en estos fundamentos, se facilita la implementación de estrategias de manejo del aula adaptadas a la realidad del contexto educativo (Brophy, 2006; Deci & Ryan, 1985; Hastie & Casey, 2014). Esta integración teórica resulta esencial para que los docentes investigadores aborden de manera sistemática los desafíos relacionados con la disciplina y contribuyan a la mejora continua de su práctica pedagógica.

1.5 Hipótesis de la acción.

Pregunta: ¿Cómo influye la aplicación de diversas estrategias pedagógicas en la mejora de la disciplina de los estudiantes en Educación Física?

Respuesta de acción: Si se implementa un conjunto variado de estrategias pedagógicas diseñadas para fomentar el orden, la participación y la autorregulación, entonces se mejorará significativamente el ambiente de aprendizaje y se reducirá la incidencia de conductas inadecuadas en los estudiantes.

1.6 Objetivo General.

Mejorar la disciplina y el manejo del aula mediante la implementación y evaluación de estrategias pedagógicas basadas en actividades físicas en las clases de Educación Física del 5to B del Centro Educativo Manuel Emilio Acosta Reyes, Sabana Al Medio durante el año 2025.

1.6.1 Objetivos específicos.

1. **Objetivo Específico 1: Identificar la situación Disciplinaria en las clases de educación física.**

- **Acción:** Identificar los principales desafíos en el manejo del aula, considerando factores como la disciplina, la participación estudiantil y el clima grupal.
- **Temporalidad:** Primeras dos semanas.

2. Objetivo Específico 2: Implementar las Estrategias para la Mejora de la Disciplina de los estudiantes.

- **Acción:** Diseñar e implementar estrategias pedagógicas innovadoras y adaptadas para abordar las dificultades observadas en la gestión del aula, promoviendo un ambiente de aprendizaje efectivo.
- **Temporalidad:** Desde la 1ra semana.

3. Objetivo Específico 3: Evaluar la efectividad de las Estrategias Implementadas para la mejora de la disciplina de los estudiantes.

- **Acción:** Evaluar la efectividad de las estrategias implementadas mediante un enfoque de investigación-acción, analizando su impacto en el comportamiento, la organización y la dinámica grupal.
- **Temporalidad:** Desde la 1ra semana, con evaluaciones continuas.

1.7 Plan de Acción

ACCIÓN	RESPONSABLE	FECHA DE EJECUCIÓN	RECURSOS NECESARIOS	INDICADOR DE ÉXITO
Diagnóstico inicial del grupo y observación directa en el aula.	Docente (Investigador)	Primeras dos semanas	Cuaderno de notas, planilla de observación	Identificación clara de las dificultades en disciplina, participación y clima grupal.
Diseño de estrategias pedagógicas adaptadas a las necesidades del aula.	Docente (Investigador)	Desde la 1ra semana	Materiales interactivos, recursos audiovisuales, guías de actividades.	Estrategias diseñadas y adaptadas para abordar los problemas observados.

Implementación de las estrategias pedagógicas en el aula.	Docente (Investigador)	Desde la 1ra semana	Materiales para actividades físicas, recursos audiovisuales	Aplicación continua de las estrategias, asegurando la participación.
Evaluación continua de las estrategias mediante retroalimentación.	Docente y Estudiantes	A lo largo del periodo escolar	Cuaderno de notas, encuestas de retroalimentación	Mejora en la participación y reducción de conductas inadecuadas.
Fomento de normas y valores compartidos dentro del aula.	Docente (Investigador)	Desde la 1ra semana	Material para dinámicas de grupo, recursos para integración.	Establecimiento de normas claras y valores de respeto, colaboración y responsabilidad.
Ajustes trimestrales en las estrategias implementadas.	Docente (Investigador)	Trimestralmente	Material de reflexión, análisis de resultados.	Ajustes realizados según la evaluación continua de las estrategias implementadas.

Capítulo II. Metodología de la investigación

2.1 Enfoque Metodológico

Esta investigación adopta un enfoque cualitativo, basado en la Investigación-Acción. Este modelo permite analizar y mejorar la gestión de aula en Educación Física a través de la observación, la implementación de estrategias y la evaluación de su impacto en la disciplina de los estudiantes. Según Latorre (2003), la Investigación-Acción es una herramienta efectiva para transformar la realidad educativa a partir de la reflexión y la acción sistemática.

En el contexto de la Educación Física, este enfoque es particularmente útil, ya que permite evaluar directamente el comportamiento y la disciplina de los estudiantes, haciendo ajustes progresivos en las estrategias aplicadas durante el proceso de enseñanza-aprendizaje.

2.2 Justificación de la Metodología.

El uso de la Investigación-Acción responde a la necesidad de abordar la disciplina en las clases de Educación Física desde una perspectiva reflexiva y participativa. Este enfoque permite a los docentes no solo detectar problemas en la gestión del aula, sino también desarrollar soluciones concretas y evaluar su efectividad en la práctica.

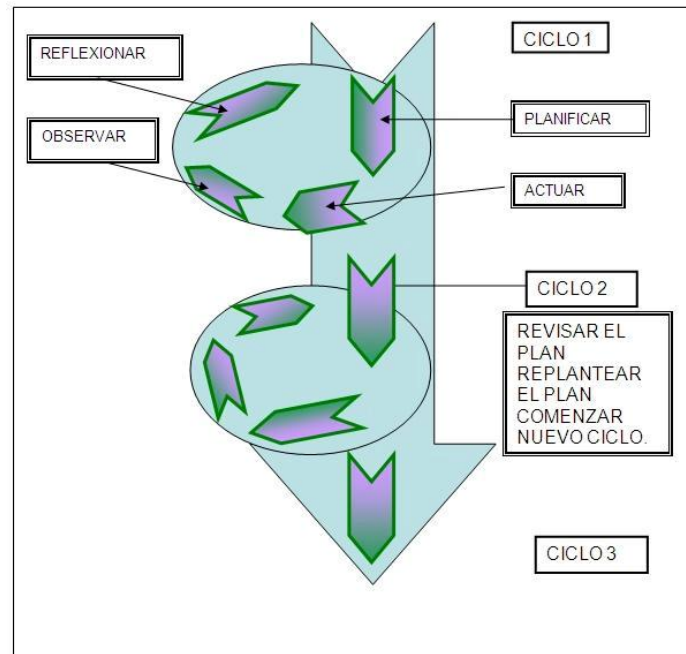
Dado que la Educación Física involucra actividades dinámicas, el manejo de la disciplina requiere estrategias específicas que fomenten la participación y el respeto entre los estudiantes. Con la Investigación-Acción, es posible realizar ajustes en tiempo real para mejorar la interacción en el aula y garantizar un ambiente adecuado para el aprendizaje.

2.3 Modelo Asumido

Para el desarrollo de la investigación, se emplea el modelo de Investigación-Acción en espiral de Kemmis y McTaggart (1988), compuesto por cuatro fases:

1. Planificación: Identificación de los principales problemas de disciplina en educación física y diseño de estrategias para abordarlos.
2. Acción: Implementación de las estrategias en las clases, enfocadas en mejorar la conducta de los estudiantes.

3. Observación: Registro y análisis de los efectos de las estrategias en la dinámica del aula.
4. Reflexión: Evaluación de los resultados y ajustes para optimizar las intervenciones.



Este modelo permite una mejora continua, donde el docente actúa como investigador de su propia práctica, aplicando cambios basados en la experiencia real en el aula.

2.4 Justificación del Modelo Asumido

El modelo de Kemmis y McTaggart es adecuado para esta investigación porque facilita la adaptación progresiva de estrategias para mejorar la disciplina en educación física. Además, fomenta la participación de los estudiantes en el proceso de aprendizaje, promoviendo un ambiente de respeto y colaboración.

Como menciona Latorre (2003), la Investigación-Acción no solo busca recopilar información, sino también transformar la realidad educativa mediante cambios concretos que impacten positivamente en la gestión del aula.

2.5 Población Intervenido.

La investigación se enfoca en 34 (16 varones y 18 hembras) estudiantes de educación primaria, segundo ciclo (5to B) en el centro educativo Sabana al medio. El criterio de selección de la muestra se basa en la accesibilidad y la disposición de los participantes para involucrarse activamente en el proceso de Investigación-Acción (Stake, 1995).

Alumnos/Estudiantes	Cantidad total
Masculinos	16
Femeninos	18
Total de estudiantes	34

2.6 Técnicas para la Recolección de Datos.

Para obtener información detallada sobre el comportamiento y la disciplina en educación física, se emplean diversas técnicas cualitativas:

1. Observación directa: Registro de interacciones, comportamientos y respuestas de los estudiantes durante las clases de educación física.
2. Entrevista: Aplicadas a docentes para conocer sus percepciones sobre la disciplina en el aula.
3. Diarios reflexivos: Los docentes registran experiencias y reflexionan sobre la efectividad de las estrategias implementadas.

2.7 Recursos o Instrumentos Utilizados.

Para garantizar la validez y fiabilidad de los datos, se emplean diversos instrumentos:

1. Guía de observación: Permite documentar las conductas de los estudiantes en la clase.
2. Cuestionario de entrevista con preguntas abiertas: Herramienta para recopilar información sobre la disciplina y el manejo del aula.
3. Portafolio digital (diario reflexivo): Los docentes registran todos los diarios reflexivos, planificaciones, hallazgos y evidencias con un portafolio creado en Google Sites, en el cual están organizadas las intervenciones que realizaron durante el proceso.

Estos instrumentos permiten contrastar y validar la información, asegurando que los resultados reflejen con precisión la realidad del aula.

Capítulo III. Ciclo de la Investigación

3.1 Fase de Planificación

En esta fase, se diseñó una serie de intervenciones para mejorar la disciplina en las clases de educación física en el nivel primario. La planificación incluyó la identificación de los principales problemas de disciplina observados en el aula, así como la selección de estrategias que permitieran fortalecer la gestión del aula y fomentar un ambiente de respeto y cooperación.

Para ello, se realizó un diagnóstico inicial mediante observaciones en el aula y entrevistas a los docentes. Se establecieron objetivos específicos para cada intervención, considerando metodologías activas como el aprendizaje cooperativo (Dyson et al., 2016) y el modelo de instrucción deportiva (Hastie & Casey, 2014).

Cada sesión fue planificada en función de las necesidades del grupo, asegurando una variedad de estrategias y herramientas para optimizar el aprendizaje y la disciplina. Se incluyeron actividades estructuradas, refuerzos positivos, y normas de convivencia claras para mejorar la gestión del comportamiento estudiantil.

3.2 Fase de Acción y Observación

Durante esta fase, se implementaron las estrategias para la mejora de la disciplina en las clases de educación física, evaluando su impacto en la disciplina y el comportamiento de los estudiantes. Se realizó un seguimiento sistemático utilizando la observación y diarios reflexivos.

Las Estrategias aplicadas fueron:

1. Normas y rutinas claras: Se establecieron reglas específicas para la clase de educación física, reforzadas de manera constante.
2. Trabajo en equipo y aprendizaje cooperativo: Se promovió la colaboración entre los estudiantes para fomentar la responsabilidad compartida.
3. Juegos y actividades estructuradas: Se implementaron dinámicas de participación para reducir el tiempo de inactividad y mejorar la concentración.

4. Uso de refuerzos positivos: Se emplearon incentivos simbólicos y elogios para reforzar comportamientos adecuados.
5. Integración de la música y el ritmo: Se incorporaron actividades que favorecieran el autocontrol y la coordinación motriz.
6. Técnicas de relajación: Se realizaron ejercicios de respiración y relajación para mejorar la regulación emocional de los estudiantes.
7. Trabajo cooperativo: se realizaron actividades físicas grupales mezclando los estudiantes durante cada ronda para promover el respeto.
8. Escucha activa: durante las clases se escuchaba atentamente a las inquietudes de los estudiantes.
9. Lenguaje positivo: durante las clases se respondía de manera amigable, respetuosa y calmado a los estudiantes.
10. Ubicación estratégica: En las actividades se dividió a los estudiantes en grupos reducidos y colocados separados a más de 3 metros de distancia.
11. Planificar varias actividades para cada clase: se planificaron varias actividades con variantes que cambian la dificultad de las actividades para mantener la motivación y la atención de los estudiantes durante la clase.

1. Intervención I: 24 de enero de 2025 - Establecimiento de reglas claras y normativas.

En esta primera sesión se establecieron normas de convivencia y orden en el aula con el propósito de mejorar la disciplina de los estudiantes y nuestro manejo del aula. La clase inició con una breve presentación y explicación visual de las reglas, seguida de una socialización sobre las capacidades físicas que realizamos en el aula. Mediante esa socialización, se reforzó activamente el cumplimiento de los turnos y la escucha activa. Para reforzar la atención y el aprendizaje, durante la clase los estudiantes respondieron positivamente, mostrando mayor organización y comprensión de la importancia de cumplir las normas, culminando la sesión con una reflexión grupal sobre la disciplina.

2. Intervención II: 31 de enero de 2025 - Estrategias de Refuerzo Positivo.

En esta segunda intervención se implementaron estrategias basadas en el refuerzo positivo, con el objetivo de fortalecer las conductas adecuadas y aumentar la motivación de

los estudiantes. La sesión inició con un repaso breve de las normas establecidas en la clase anterior, durante el transcurso de la clase se desarrollaron actividades lúdicas en grupos, destacando el trabajo cooperativo, la actividad realizada fue “relevé con aros”, la actividad consistía pisar el centro de cada aro. Solo un estudiante estará pisando los aros y los demás estarán sentados y cuando él que estaba corriendo se siente se levantará el otro y empezará a correr pisando los aros hasta llegar a la línea de meta. . Cada vez que un equipo mostraba disciplina o cooperación, se reconocía públicamente su esfuerzo mediante elogios o gestos simbólicos.

La intervención resultó en un aumento significativo del entusiasmo y una actitud más positiva, evidenciando la influencia directa del reconocimiento verbal en la modificación conductual.

3. Intervención III: 7 de febrero de 2025 - Asignación de roles y Rotación de Liderazgo.

Durante esta sesión se aplicó una estrategia orientada a fortalecer la responsabilidad y el trabajo en equipo mediante la asignación de roles dentro de las actividades. El propósito fue fomentar la cooperación, el sentido de liderazgo y la autorregulación de los estudiantes durante la clase de educación física.

Al inicio, se explicó el funcionamiento de los roles líder de grupo, organizador de materiales, y motivador, aclarando que serían rotativos en cada actividad para ofrecer oportunidades equitativas a todos. Las actividades fueron la cadena humana y el tic-tac-toe, donde cada grupo debía coordinar su participación bajo la guía de su líder.

Se observó una regular mejora en la organización, el respeto por los turnos y la comunicación entre compañeros. Los estudiantes asumieron con sus responsabilidades y mostraron un poco más de compromiso con la dinámica grupal. Aunque surgieron inconvenientes debido a la rotación de liderazgo ya que algunos estudiantes no querían seguir a su líder de grupo.

4. Intervención IV: 7 de marzo de 2025 - Implementación de Juegos de Normativa Estructurada.

En esta intervención se desarrollaron juegos organizados bajo normas claras y objetivos definidos, con la intención de mantener la atención, reducir los conflictos y mejorar la disciplina durante la clase. Las actividades seleccionadas fueron “El conquistador de conos”, juego en el cual si algunos de los estudiantes no respetaban las reglas y procedimientos seria sancionado dándole una vuelta a la cancha.

Antes de iniciar la actividad, se explicaron detalladamente las reglas del juego y se realizaron demostraciones prácticas para asegurar la comprensión. Se enfatizó el cumplimiento de las normas y el respeto a las decisiones del docente. El resultado fue positivo: los estudiantes se mantuvieron atentos, participativos y mostraron mayor autocontrol. Las interrupciones fueron disminuyendo durante el transcurso de la clase debido a las sanciones y el ambiente se caracterizó por la alegría y la competitividad.

5. Intervención V: 14 de marzo de 2025 - Establecimiento de tiempos y turnos en las actividades.

Esta intervención se enfocó en el respeto del tiempo y de los turnos para realizar acciones durante las actividades físicas, con el objetivo de promover el respeto y el orden en la clase. Este día se realizó el juego del semáforo y se les explicó a los estudiantes la importancia de seguir los tiempos asignados y respetar los turnos para evitar desorden y conflictos y poder mantener el orden durante la clase. La clase se realizó utilizando señales auditivas para poder moverse en la cancha, el comportamiento general mejoró notablemente, aunque algunos estudiantes seguían sin respetar las reglas del juego, pero de igual manera se observó una mayor atención por parte del grupo, además los estudiantes aprendieron a esperar su turno y a valorar el tiempo.

6. Intervención VI: 21 de marzo de 2025 - Asignar tiempos específicos para hablar y hacer preguntas y hacer pausas cuando sea necesario.

En esta sexta intervención la clase la desarrollamos en el aula, la clase fue sobre la historia del atletismo la cual se desarrolló de manera escrita en la pizarra y de manera dictada

donde se introdujeron protocolos comunicativos, estableciendo "momentos de diálogo" específicos para intervenir o realizar preguntas, estos momentos de diálogos se podían realizar luego de que el docente concluyera un párrafo de manera escrita o dictada.

Esta estrategia favoreció el control emocional, redujo las interrupciones y fomentó una comunicación más respetuosa y ordenada. La clase fluyó con menos interrupciones y con un pequeño aumento de participaciones de los estudiantes.

7. Intervención VII: 25 de marzo de 2025 - Uso de señales visuales y auditivas para dirigir la clase.

En esta clase se emplearon señales visuales (gestos) y auditivas (silbatos y palmadas) para facilitar la comunicación y el control del grupo durante las actividades. El objetivo fue mejorar la atención y la respuesta inmediata de los estudiantes ante las instrucciones del docente. En esta clase trabajamos los tipos de salidas en el atletismo y para ellos diseñamos un circuito de obstáculos en la cancha que los estudiantes debían de superar, se inició con una explicación de cada señal y su significado, seguida de demostraciones para asegurar su comprensión.

Al inicio los estudiantes no respondieron bien a las señales debido a confusiones, pero durante el transcurso de la clase y algunos ajustes de las reglas los estudiantes fueron respondiendo con mayor rapidez, lo que redujo el tiempo de espera entre turnos favoreciendo a la optimización del tiempo, además se observó un ambiente de disciplina y orden acompañado. La utilización de señales resultó ser una herramienta eficaz para mantener la dinámica del grupo sin necesidad de elevar la voz.

8. Intervención VIII: 28 de marzo de 2025 - Reflexión grupal al final de la clase.

La intervención de este día consistió en una sesión de metacognición grupal mediante un círculo de diálogo. Luego de que realizamos la actividad lúdica la cual fue “el pañuelo estrella” al final de la clase realizamos una reflexión grupal con los estudiantes guiados por preguntas abiertas de los docentes, los estudiantes evaluaron su propio comportamiento, identificaron los logros que habían alcanzado y áreas de mejora, los docentes también

reflexionamos aportando nuestros puntos de vista de cómo se desarrolló la clase, detallando los puntos a mejorar en el comportamiento de los estudiantes.

Esta práctica fomentó la autorreflexión y el compromiso personal de los estudiantes, consolidando los aprendizajes conductuales y valóricos adquiridos a lo largo del proceso de intervención.

9. Intervención IX: 16 de octubre de 2025 — Uso de la escucha activa, lenguaje positivo y trabajo cooperativo utilizando ubicaciones estratégicas.

En nuestra novena intervención realizamos la clase en la cancha, lugar en donde trabajamos las capacidades físicas mediante actividades lúdicas cooperativas, estas actividades fueron “el zigzag-speed” y “conos y relevos” en donde dividimos la clase en grupos para que compitieran entre ellos, durante toda la clase aplicamos las estrategias de Escucha activa, lenguaje positivo y trabajo cooperativo utilizando ubicaciones estratégicas. Durante la clase los docentes atendimos de manera empática y respetuosa las inquietudes y conflictos que tenían los estudiantes para realizar las actividades.

Debido a esas estrategias más la de separar los estudiantes en grupos mixtos y colocarlos en ubicaciones estratégicas para equilibrar la participación. La dinámica redujo conflictos y mejoró la cooperación. Los estudiantes participaban con mayor entusiasmo debido a que se sentían escuchados y valorados. Esto nos hizo comprender que una buena comunicación entre docentes y estudiantes en conjunto con el trabajo en equipo fortalecen la disciplina y la convivencia.

10. Intervención X: 13 de noviembre de 2025 — Planificar varias actividades para cada clase.

En nuestra decima intervención realizamos la clase se llevó en la cancha, en donde trabajamos las capacidades físicas mediante actividades lúdicas cooperativas, estas actividades fueron “el pañuelo esquinas” y “entrar por el aro en grupos” en donde dividimos la clase en 4 grupos para que compitieran entre ellos, además la actividad pasar por el aro tenía algunas variedades de dificultades. Durante la clase y todas las anteriores intervenciones nos dimos cuenta de que al planificar e implementar varias actividades para desarrollar en

las clases es imprescindible para mantener a los estudiantes motivados y enfocados en las durante toda la clase.

Además, esta estrategia nos permitió aprovechar más el tiempo y desarrollar más los contenidos del currículo.

3.3 Fase de Reflexión

Luego de aplicar las estrategias, se llevó a cabo un análisis sobre los estudiantes para evaluar el impacto de las estrategias en la disciplina en el aula. Se identificaron aspectos positivos y áreas de mejora, lo que permitió ajustar las intervenciones para futuras sesiones.

Entre los hallazgos más relevantes se destacaron:

1. Mayor participación y compromiso de los estudiantes en actividades estructuradas.
2. Reducción de conductas disruptivas al implementar rutinas claras y refuerzos positivos.
3. Mayor cooperación y respeto en actividades grupales, favoreciendo el trabajo en equipo.
4. Mayor concentración en las actividades y mejor trabajo en equipo.
5. Mayor desempeño en las actividades por parte de los estudiantes.
6. Mayor facilidad de trabajo para los docentes.

Estos resultados evidencian la importancia de adaptar las estrategias a las características del grupo y seguir evaluando su efectividad a lo largo del tiempo (Carr & Kemmis, 2005).

3.4 Triangulación de Datos (Matriz de Coherencia y Discrepancia)

Para validar los hallazgos, se realizó una triangulación de datos a partir de diversas fuentes:

- Observaciones directas en el aula y en la cancha durante la implementación de las estrategias.
- Análisis de registros en portafolio, imágenes y videos para evaluar la participación y el comportamiento estudiantil.

Se identificó una alta coherencia en la percepción positiva sobre la inclusión de juegos estructurados y refuerzos positivos. Sin embargo, algunos estudiantes manifestaron dificultades para adaptarse a las normas más estrictas en las primeras semanas. Esto permitió realizar ajustes en la planificación para optimizar la disciplina en el aula.

3.5 Triangulación.

Intervención 1, 24-01-2025: Aplicación de reglas claras en la clase.

Observador	Descripción	Concordancia	Discrepancia
Observador 1	Los estudiantes respondieron mejor a las instrucciones cuando se establecieron reglas claras al inicio de la clase. ✓		
Observador 2	Se evidenció mayor organización y menos interrupciones cuando los estudiantes conocían las normas desde el principio. ✓		

Descripción: los observadores coinciden en que establecer reglas claras desde el inicio mejora la disciplina en la clase de educación física.

Intervención 2, 31-01-2025: Uso de refuerzo positivo para fomentar la disciplina.

Observador	Descripción	Concordancia	Discrepancia
Observador 1	Los estudiantes se mostraron más motivados y respetuosos cuando recibieron refuerzos positivos por su buen comportamiento. ✓		
Observador 2	Se observó que, al premiar con palabras de reconocimiento, los estudiantes mejoraron su actitud y compromiso en la clase. ✓		

Descripción: Ambos observadores destacan que el refuerzo positivo es una estrategia efectiva para mejorar la disciplina y la participación de los estudiantes.

Intervención 3, 07-02-2025: Implementación de roles dentro de las actividades y Rotación de los líderes de equipo frecuentemente.

Observador	Descripción	Concordancia	Discrepancia
Observador 1	Al asignar roles específicos dentro del grupo, los estudiantes asumieron mayor responsabilidad en las actividades. ✓		
Observador 2	Se notó que la organización por roles disminuyó el desorden y aumentó la cooperación entre los compañeros. ✓		

Descripción: La distribución de roles con frecuentes cambios de líderes dentro de las actividades ayudó a mejorar la organización y el comportamiento de los estudiantes en clase.

Intervención 4, 07-03-2025: Aplicación de juegos estructurados con normas específicas.

Observador	Descripción	Concordancia	Discrepancia
Observador 1	Los juegos con normas claras redujeron los conflictos y mantuvieron la atención de los estudiantes. ✓		
Observador 2	Se observó que cuando las reglas eran comprendidas desde el inicio, los estudiantes se comportaban de manera más disciplinada. ✓		

Descripción: La implementación de juegos con normas específicas mejoró la disciplina y la convivencia entre los estudiantes.

Intervención 5, 14-03-2025: Establecimiento de tiempos y turnos en las actividades.

Observador	Descripción	Concordancia	Discrepancia
1	Observador Cuando los estudiantes conocían los tiempos y turnos, respetaban mejor la dinámica de la clase.	✓	
2	Observador Se evidenció menos interrupciones y mayor orden al estructurar bien los tiempos de participación.	✓	

Descripción: La planificación de tiempos y turnos dentro de las actividades ayudó a reducir el desorden y mejorar la disciplina.

Intervención 6, 21-03-2025: Asignar tiempos específicos para hablar y hacer preguntas y hacer pausas cuando sea necesario.

Observador	Descripción	Concordancia	Discrepancia
1	Observador Durante la clase, los estudiantes mostraron una actitud prudente cuando se estaba impartiendo la clase en el aula y en la cancha.	✓	
2	Observador Durante las clases los estudiantes tomaran conciencia de sus acciones y notaron que la clase fluyó mejor cuando no se interrumpe por mala disciplina.	✓	

Descripción: Cuando se asignan tiempos específicos para hablar y hacer preguntas, y tomando pausas activas los estudiantes se concentran más en la clase e interrumpen menos a sus compañeros.

Intervención 7, 25-03-2025: Uso de señales visuales y auditivas para dirigir la clase.

Observador	Descripción	Concordancia	Discrepancia
Observador 1	Los estudiantes reaccionaron mejor cuando se usaron silbatos o señales visuales para indicar cambios de actividad. ✓		
Observador 2	Se observó mayor atención y respuesta inmediata cuando se implementaron señales claras para dar instrucciones. ✓		

Descripción: La utilización de señales visuales y auditivas facilitó la comunicación y el control del grupo, favoreciendo la disciplina.

Intervención 8, 28-03-2025: Reflexión grupal al final de la clase.

Observador	Descripción	Concordancia	Discrepancia
Observador 1	Al final de la clase, los estudiantes mostraron una actitud más reflexiva sobre su comportamiento cuando se discutían las conductas observadas. ✓		
Observador 2	Se notó que el diálogo grupal sobre disciplina ayudó a que los estudiantes tomaran conciencia de sus acciones y mejoraran su conducta en sesiones futuras. ✓		

Descripción: La reflexión grupal al final de la clase fomentó la autoconciencia y el compromiso de los estudiantes con el buen comportamiento.

Intervención 9, 16-10-2025: Uso de la escucha activa, lenguaje positivo y trabajo cooperativo utilizando ubicaciones estratégicas.

Observador	Descripción	Concordancia	Discrepancia
1	Al aplicar la escucha activa y atender las inquietudes de los estudiantes, se generó un ambiente de confianza y respeto, permitiendo que los alumnos se sintieran valorados y participaran con mayor disposición. Además, al ubicar estratégicamente a los estudiantes en grupos mixtos, se mejoró la colaboración y se redujeron los conflictos.	✓	
2	Durante la clase se logró observar que al escuchar las opiniones y quejas de los estudiantes utilizando un lenguaje correcto y alentador se redujeron las tensiones y mejoró la comunicación. Las ubicaciones estratégicas facilitaron el trabajo cooperativo, ya que los grupos se mostraron más organizados y colaborativos en las actividades físicas.	✓	

Descripción: Ambos observadores coincidieron en que el uso de la escucha activa, acompañado de un lenguaje positivo, fortaleció la comunicación entre docente y estudiantes, creando un clima de respeto y participación. La distribución estratégica dentro del grupo favoreció el trabajo cooperativo, evidenciándose una disminución de conductas inadecuadas.

Intervención 10, 13-11-2025: Planificar varias actividades para cada clase.

Observador	Descripción	Concordancia	Discrepancia
1	Logré captar que los estudiantes permanecieron con un gran enfoque en cada una de las actividades y se mantuvieron motivados y emocionados en las actividades.	✓	
2	Logre observar que los estudiantes se mantuvieron más motivados cuando se realizan varias actividades diferentes durante las clases, aumentando la concentración de los estudiantes.	✓	

Descripción: Ambos estuvieron de acuerdo en que planificar y aplicar varias actividades durante una misma clase es imprescindible para mantener a los estudiantes motivados y enfocados en las actividades, además ambos concuerdan en que al aplicar varias actividades diferentes durante las clases los estudiantes suelen disminuir las conductas inadecuadas, favoreciendo mucho a la optimización del tiempo para las clases.

La triangulación de las intervenciones ha proporcionado evidencia sólida de que todas las estrategias implementadas fueron efectivas para mejorar la disciplina en las clases de educación física. Las intervenciones basadas en normas claras, refuerzo positivo, organización de roles, y la implementación de juegos estructurados han sido clave para reducir el desorden y aumentar la cooperación y el compromiso de los estudiantes. Además. El uso de señales visuales y auditivas, así como la asignación de tiempos y turnos específicos. Ayudó a mantener el enfoque y minimizar las interrupciones. Finalmente, la reflexión grupal al final de las clases permitió consolidar los aprendizajes sobre disciplina y comportamiento favoreciendo la autoconciencia y el compromiso continuo de los estudiantes.

La combinación de reglas claras, estrategias de motivación y la estructuración adecuada de las actividades resulto ser altamente efectiva para mejorar la disciplina y promover un ambiente de aprendizaje más organizado y colaborativo.

Capítulo No. IV. Resultados, valoración y conclusiones.

4.1 Propuesta de mejora o innovación para las personas involucradas y para la institución.

Para los estudiantes, se propone el desarrollo de un programa de desarrollo personal, que concienticen la buena disciplina, permitiendo optimizar el tiempo dedicado a las clases y favoreciendo un buen proceso enseñanza-aprendizaje. Esto fomentará una mayor concentración en sus estudios, al mismo tiempo que impulsa un buen flujo de las actividades físicas contribuyendo a un mejor desarrollo psicomotor que les será de beneficio para toda su vida.

Para los docentes implicados, se recomienda la implementación de talleres de formación y capacitación continua que contribuyan al desarrollo e implementación de estrategias adaptadas al área de Educación Física que fortalezcan el control de las disciplinas inadecuadas. Esto elevará el nivel de sus competencias profesionales, permitiéndoles tener las capacidades necesarias para enfrentar los problemas disciplinarios que se encuentren durante su trayecto como docentes de Educación física.

A nivel institucional, se recomienda trabajar fortalecer más la disciplina de los estudiantes impartiendo charlas sobre que muestren los beneficios y desventajas que conlleva tener buena o mala disciplina, además se recomienda involucrar más a los padres e involucrarlos en el proceso de mejora disciplinaria de los estudiantes, promoviendo un vínculo más fuerte entre la escuela y la comunidad. Además, sería beneficioso establecer alianzas con otras instituciones educativas para colaborar entre sí y ayudarse compartiendo información de sus estrategias más eficaces. Estas iniciativas no solo mejorarían el aprendizaje de los estudiantes, sino que también posicionarían a la institución como un modelo a seguir en control disciplinario, beneficiando a toda la comunidad escolar.

4.2 Valoración de las experiencias y su impacto sobre en la practicas.

Las intervenciones realizadas en el marco de esta investigación fueron valoradas como una experiencia significativamente gratificante para los estudiantes y también para el

equipo investigador. A través de la implementación de las diversas estrategias, se logró cumplir con los objetivos planteados, generando un impacto positivo tanto en la disciplina de los estudiantes como en el manejo del aula y optimización del tiempo de los docentes.

4.3 Valoración de los integrantes

Roniel Cruz Frías: proyecto de grado fue para mí una experiencia muy importante, porque me ayudó a crecer como docente en mi área, que es Educación Física y a ver cómo, con buenas estrategias utilizadas, puedo lograr cambios reales en mis clases y estudiantes. Cada intervención y cada mejora en la disciplina me mostró que voy por el camino correcto y que mi trabajo está coherente. Más que una investigación, fue un proceso donde aprendí, reflexioné y confirmé mi compromiso con la educación. Sin duda, es un logro que valoro mucho y que marcará mi forma de trabajar de ahora en adelante.

Luis Gabriel Díaz Mora: Desde mi perspectiva todo este proceso fue muy gratificante y nutritivo debido a que logré mejorar uno de mis puntos débiles como futuro docente de Educación Física, esta investigación-acción me será de mucho apoyo para poder enfrentarme a las diversas conductas inadecuadas que se puedan presentar durante mi trayecto como docente, permitiéndome cumplir con mis deberes de impartir clases de calidad y romper esa mala percepción que tienen muchas personas sobre los docentes del área de Educación Física.

4.4 Conclusiones.

Se constató que las principales dificultades disciplinarias estaban relacionadas con la falta de normas claras, la escasa atención de los estudiantes durante las actividades y la limitada autorregulación de los estudiantes. No obstante, también se evidenció un alto nivel de disposición y energía por parte del grupo, debido a esto podíamos planificar e implementar actividades y estrategias disciplinarias más dinámicas y generalizadas, lo que representó una oportunidad para canalizar positivamente dichas conductas mediante estrategias pedagógicas adecuadas. Este diagnóstico inicial nos permitió comprender que la disciplina no depende únicamente del control docente, sino de la creación de un clima de respeto, organización y cooperación.

Las estrategias aplicadas como el establecimiento de reglas claras, el refuerzo positivo, la asignación de roles, el establecimiento de tiempos y turnos en las actividades, los juegos con normas estructuradas, las señales visuales y auditivas, las reflexiones grupales, la escucha activa y el lenguaje positivo, el asignar tiempos específicos para hablar y hacer preguntas y hacer pausas cuando sea necesario y las actividades/juegos cooperativos con ubicaciones estratégicas, demostraron ser efectivas para transformar el ambiente de los estudiantes dentro del aula y en la cancha. La triangulación de observaciones confirmó una notable disminución de las conductas inadecuadas y un aumento de la participación, el respeto, la colaboración entre los estudiantes y el respeto hacia los docentes.

Los resultados de la triangulación reflejaron una alta coherencia entre los distintos observadores en cuanto a la mejora de la disciplina y la actitud estudiantil. Se verificó que las estrategias más influyentes fueron las que combinaron aspectos normativos con elementos motivacionales y cooperativos. Los estudiantes mostraron mayor compromiso, respeto por las reglas y sentido de pertenencia durante las clases. Además, los docentes obtuvieron una considerable mejora en el manejo del aula fortaleciendo sus capacidades para mantener una buena disciplina durante las clases, mejorando la gestión del grupo y en la eficiencia del tiempo destinado al aprendizaje.

4.5 Recomendaciones

- Fortalecer las estrategias de disciplina, promoviendo la combinación de normas sencillas con dinámicas motivacionales y cooperativas que estimulen el respeto, la participación y la autorregulación de los estudiantes.
- Impulsar la capacitación continua de los docentes en el manejo efectivo del aula mediante estrategias pedagógicas para la mejora de la disciplina.
- Añadir espacios de reflexión grupal en cada clase para que los estudiantes analicen su conducta y mejoren la convivencia.
- Utilizar más los recursos visuales y auditivos como apoyo para mantener el orden, orientar las actividades y facilitar la comprensión de las normas dentro del aula y en la cancha.

- Desarrollar y fortalecer la colaboración entre docentes para compartir estrategias eficaces para el desarrollo disciplinario y la gestión del grupo.
- Incorporar el refuerzo positivo como práctica constante, valorando las conductas adecuadas y promoviendo un clima escolar basado en el respeto, la responsabilidad y el sentido de pertenencia.
- Utilizar ubicaciones estratégicas y dividir los estudiantes en grupos durante las actividades físicas para disminuir las conductas disruptivas.
- Escuchar y atender las necesidades e inquietudes de los estudiantes respondiendo de manera pasiva y calmada respetando sus opiniones.
- Diseñar o implementar un sistema de monitoreo y evaluación continua de las estrategias disciplinarias aplicadas, con el fin de identificar su impacto, realizar los ajustes necesarios y garantizar su sostenibilidad en el tiempo.

4.6 Referencias Bibliográficas

- Anguera, M. T. (2003). Observación en la escuela: Aplicaciones y problemas. Barcelona: Graó.
- Bernabé-Villodre y Martínez-Bello. (2024). MoviMusi.
- Brophy, J. E. (2006). History of research in classroom management. En C. M. Evertson & C. S. Weinstein (Eds.), Handbook of classroom management: Research, practice, and contemporary issues (pp. 17-43). Lawrence Erlbaum Associates.
- Carr, W., & Kemmis, S. (1986). Becoming Critical: Education, Knowledge, and Action Research. Falmer Press.
- Cohen, L., Manion, L., & Morrison, K. (2018). Research Methods in Education. Routledge.
- Chandler, A. D. (1962). Strategy and structure: Chapters in the history of the industrial enterprise. Cambridge, MA: MIT Press.
- Curwin y Mendler. (1988). Discipline with Dignity.
- Deci, E. L., & Ryan, R. M. (1985). Intrinsic motivation and self-determination in human behavior. Springer Science & Business Media.
- Denzin, N., & Lincoln, Y. (2018). The SAGE Handbook of Qualitative Research. SAGE Publications.
- Durkheim, É. (1922). Educación y sociología. Editorial Península.
- Díaz-Barriga Arceo, F., & Hernández Rojas, G. (2002). Estrategias docentes para un aprendizaje significativo: Una interpretación constructivista (2.^a ed.). McGraw-Hill.
- Dyson, B., Griffin, L. L., & Hastie, P. A. (2016). Sport Education and Cooperative Learning: Theoretical and Practical Applications. Routledge.
- Evertson, C. M., & Emmer, E. T. (1982). Effective classroom management at the beginning of the school year in junior high classes. Journal of Educational Psychology, 74(3), 485-498.
- Foucault, M. (1975). Vigilar y castigar: Nacimiento de la prisión. Siglo XXI Editores.
- Hastie, P. A., & Casey, A. (2014). The Handbook of Primary Physical Education. Routledge.

- Jere Brophy. (2004). *Motivating Students to Learn*,
- Johnson, D. W., & Johnson, R. T. (1989). *Cooperation and competition: Theory and research*.
- Kemmis, S., & McTaggart, R. (1988). *The Action Research Planner*. Deakin University Press.
- Krueger, R. A., & Casey, M. A. (2014). *Focus Groups: A Practical Guide for Applied Research*. SAGE Publications.
- Kvale, S. (2011). *Doing Interviews*. SAGE Publications.
- Kagan, S. (1994). *Cooperative Learning*. Kagan Cooperative Learning.
- Latorre, A. (2003). *La investigación-acción: Conocer y cambiar la práctica educativa*. Graó.
- Latorre, A. (2003). *La investigación-acción: Conocer y cambiar la práctica educativa*. Graó.
- Latorre, A. (2008). *La investigación-acción en el aula*. Graó.
- Ministerio de Educación de la República Dominicana. (2018). *Disciplina positiva: Guía de entrenamiento para docentes*.
- Ministerio de Educación de la República Dominicana. (2016). <https://share.google/LhAFpB8FoM2LnciuI>
- Manuel J. Castellano Beltrán. (2011). *La respiración consciente como factor principal de la relajación en la educación física escolar*.
- Marzano, R. J., Marzano, J. S., & Pickering, D. J. (2003). *Classroom management that works: Research-based strategies for every teacher*. ASCD.
- Rumelt, R. P. (2011). *Good strategy/Bad strategy: The difference and why it matters*. Crown Business.
- Siedentop, D. (2002). *Introduction to physical education, fitness, and sport*. McGraw-Hill.
- Skinner, B. F. (1953). *Science and human behavior*. Macmillan.
- Thomas Gordon (1970). *Gordon Model*.
- Zhe Dong & Haiyan Liu (2021). *The influence of teacher-student proximity, teacher feedback, and near-seated peer groups on classroom engagement*.

Anexos

1-Portafolios digitales utilizados por el equipo investigador en donde se encuentran las planificaciones y diarios reflexivos de cada día de intervención.

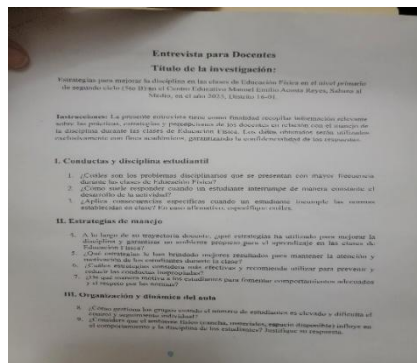
Portafolio de Luis Gabriel Díaz Mora: <https://sites.google.com/isfodosu.edu.do/luisgabriel-2022-0663/datos-personales>

Portafolio de Roniel Cruz Frías: https://sites.google.com/d/12yJ_o38qebSxcvTqaMEFiR-1jTib-zr/p/1BdMGaZjSEr4Z3BOePL982xGoWV3RdKSC/edit?pli=1

2-El equipo investigador realizando la entrevista de preguntas abiertas al docente guía de Educación Física. Esta entrevista fue realizada para recopilar información sobre la disciplina.

Una de las preguntas realizadas fue ¿Qué estrategias ha utilizado el docente para mejorar la disciplina y garantizar un ambiente propicio para el aprendizaje en las clases?

Respuesta del docente: Los primero es el respeto mutuo y la buena comunicación docente-estudiantes y es importante tener reglas de convivencia que todos deben de seguir, además suelo utilizar señales auditivas para captar la atención de los estudiantes.



El Equipo investigador realizando las intervenciones e Implementando las estrategias.
Estas son algunas evidencias del proceso de esta investigación-acción.



En esta imagen se puede apreciar como realizamos las reflexiones grupales al final de las clases.



Así es como se ve la estrategia de asignación de roles, los docentes vamos guiando a los estudiantes para colocar los materiales de la siguiente actividad.



Grupo investigador realizando una clase en el aula sobre la historia y evolución del atletismo, como fue principalmente un dictado asignamos tiempos específicos para que los estudiantes hablen y realicen preguntas. A la derecha esta la planificación de ese día de clases.

Planificación Diaria					
Fecha: 21-03-2025 Grado: 5to B Maestro: Luis Gabriel Díaz Mora, Roniel Cruz					
Área curricular: Educación física Estrategias-técnicas de enseñanza-aprendizaje: Motivar con refuerzos positivos y utilizar la pizarra, el dictado y cuadernos para la enseñanza.					
Intención pedagógica del día: Que los estudiantes conozcan la historia y evolución del atletismo.					
Tiempo: 45m					
Momentos de la clase	Competencias específicas	Contenidos	Actividades/duración	Organización de los estudiantes	Evaluación
Inicio		Atletismo: Historia y evolución del atletismo.	• Saludo. • Pase de lista. • Motivación de la clase. • Lluvia de ideas.		
Desarrollo			1. Los docentes van a escribir y dictar sobre la historia y evolución del atletismo y los estudiantes van a copiar y realizan preguntas a los docentes a ellos.	Señalados en forma U	Formativa
Cierre			• Valoración de la clase. • Tareas.		• Autoevaluación • Coevaluación

Estrategias: Asignar tiempos específicos para hablar y hacer preguntas y hacer pausas activas cuando sea necesario



En esta imagen se puede ver cómo se aplicaban las sanciones a los estudiantes que rompían las reglas y se comportaban mal durante la actividad. Los estudiantes debían de darle 1 vuelta a la cancha cada vez que rompían las reglas o se portaban mal.



Estudiantes tomando descanso de 5 minutos para ir al baño y tomar agua, esto se realizó luego de la primera actividad en cada intervención debido al gran calor que estaba haciendo, además nuestro horario era de 12:45 am a 2:15 pm.



En esta imagen se puede apreciar la actividad de “relevo con aros” en donde iniciamos a aplicar los refuerzos positivos para aumentar la motivación de los estudiantes.



El equipo investigador corrigiendo las tareas, todas las tareas que dejábamos se corregían en el aula antes de ir a la cancha.



Ejemplos de algunas actividades en las que utilizamos la estrategia para mejorar la disciplina de “ubicación estratégica”. Esta estrategia fue muy efectiva ya que nos permitió mantener un buen orden y organización durante las actividades.



Foto del pañuelo estrella el cual esta basado en el juego tradicional el pañuelo.



Imagen de la actividad “el conquistador de conos”

Planificación Diaria

Fecha: 16-10-2025 Grado: 6to B Maestro Luis Gabriel Y Roniel Frías

Área curricular: Educación física Estrategias-técnicas de enseñanza-aprendizaje: Explicativa, demostrada y aplicada.

Intención pedagógica del día: Potenciar las capacidades físicas de velocidad, coordinación y orientación mediante actividades lúdicas que favorezcan la eficacia motora y la participación activa en situaciones de juego. Tiempo: 1h 30m

Momentos de la clase	Competencias específicas	Contenidos	Actividades/duración	Organización de los estudiantes	Recursos	Evaluación
Inicio		Las Capacidades Físicas: Velocidad, coordinación, orientación.	- Saludo. - Pase de lista. - Motivación de la clase. - Lluvia de ideas.			
Desarrollo	Aplica sus habilidades motrices y capacidades físicas en actividades motrices progresivas; a los fines de alcanzar la eficacia motora en situaciones creativas de juego, apoyadas en herramientas tecnológicas de la vida cotidiana.		(Estiramientos). Calentamientos generales y específicos 1- Conos y Relevos: los estudiantes van a competir en equipos de "X" jugadores en donde cada estudiante deberá llevar 1 cono hasta el lugar donde está el siguiente cono y luego regresar y tocar a su compañero para que repita el mismo ciclo hasta llegar a la meta donde tendrán que colocar todos los conos, ganará el equipo más rápido y se realizarán de 4 a 5 repeticiones. 2- El zigzag-speed: Los estudiantes van a colocar los conos ordenados dentro de los aros, los conos estarán ubicados en zigzag, luego de completar la primera fase los estudiantes van a buscar el último cono colocado al extremo de la cancha y colocarlo en la meta, se realizarán 2 a 3 repeticiones.	Filas, columnas y semicírculo.	Silbato, conos y aros.	Formativa
Cierre			- Ejercicio de relajación. - Valoración de la clase.			-Autoevaluación -Coevaluación -Heteroevaluación

Estrategias Aplicadas: Trabajo cooperativo, Escucha activa, Lenguaje positivo, Ubicación estratégica.

Esta imagen es una de nuestras planificaciones que utilizamos durante el proceso. Esta planificación muestra los contenidos a trabajar, las actividades con sus 3 momentos, intención pedagógica, recursos, tipos de evaluación, estrategia enseñanza-aprendizaje y en la parte de abajo están las estrategias utilizadas para mejorar la disciplina.