

El desarrollo de la educación socioemocional, la prevención y resolución de conflictos en la escuela desde la educación física

The development of socio-emotional education, conflict prevention and resolution in schools from physical education

Claudia Astrid Hernández Pulido¹, Marisol Mahecha Fontecha¹

¹ Universidad UMECIT Panamá, Panamá

claudiapulido.est@umecit.edu.pa
<https://orcid.org/0009-0008-2369-9922>

marisolmahecha.est@umecit.edu.pa
<https://orcid.org/0009-0006-2122-6561>

Correspondencia: claudiapulido.est@umecit.edu.pa

Recibido: 23/12/2024

Aceptado: 14/02/2025

Publicado: 17/03/2025

Resumen

El presente artículo se propuso analizar mediante un análisis documental y bibliográfico, la función de la Educación Física (EF) como instrumento pedagógico para el fomento de la Educación Socioemocional (ESE), así como su capacidad para la prevención y resolución de conflictos en el ámbito escolar. Con un enfoque cualitativo, se llevó a cabo una revisión de diferentes documentos y literatura en la cual se buscaron diversas fuentes que relacionan la EF con la enseñanza de las habilidades socioemocionales y la convivencia escolar. Se recopiló información empírica en documentos que explican que la EF, antiguamente centrada solo en la educación física y el desarrollo motor, ha evolucionado para incluir la formación en empatía, autorregulación emocional, cooperación y asertividad como importantes componentes constructivos del entorno escolar. También se encontraron numerosos obstáculos, como la falta de capacitación docente a nivel básico, insubsistencia de materiales pedagógicos pertinentes y la inexistencia de políticas públicas que incorporen ESE de forma obligatoria en el currículo



de EF. A partir del análisis, se encontró que las actividades físicas proporcionaban un entorno privilegiado para la enseñanza y aprendizaje de habilidades sociales y emocionales, pero la interacción significativa entre los estudiantes era posible. No obstante, la integración del ESE en la EF se implementó de manera parcial y restringida, particularmente en contextos escolares vulnerables. Se llegó a la conclusión de que la EF era un componente esencial en la educación integral del alumnado y, por lo tanto, era necesario definir con claridad conceptos de política pública, de desarrollo profesional docente y de planes de estudios que facilitaran la inclusión de la educación socioemocional como un componente integral en la enseñanza de la educación física.

Palabras clave: Educación Socioemocional (ESE), Educación física (EF), resolución de conflictos, convivencia escolar, habilidades socioemocionales.

Abstract

The present article was proposed to analyze, through a documentary and bibliographical analysis, the role of Physical Education (PE) as a pedagogical instrument for the promotion of Socio-emotional Education (ESE), as well as its ability to prevent and resolve conflicts in the school environment. With a qualitative approach, a review of different documents and literature was carried out in which various sources were searched that relate EF to the teaching of socio-emotional skills and school coexistence. Empirical information was collected in documents that explain that PE, formerly focused only on physical education and motor development, has evolved to include training in empathy, emotional self-regulation, cooperation and assertiveness as important building blocks of the school environment. There were also many obstacles, such as the lack of basic teacher training, the lack of relevant teaching materials and the absence of public policies that make ESS compulsory in the EF curriculum. From the analysis, it was found that physical activities provided a privileged environment for teaching and learning social and emotional skills, but meaningful interaction between students was possible. However, the integration of ESE into EF was implemented in a partial and restricted way, particularly in vulnerable school contexts. It was concluded that EF was an essential component in the integral education of pupils and therefore there was a need to clearly define public policy concepts, of teacher professional development and curricula that facilitate the

inclusion of socio-emotional education as an integral component in physical education teaching.

Keywords: Socio-emotional education (ESE), Physical education (EF), conflict resolution, school life, socioemotional skills.

Introducción

La Educación Socioemocional (ESE) surgió con el aprendizaje holístico de los estudiantes como un aspecto fundamental de la educación. Esto plantea la necesidad de cultivar competencias emocionales y sociales que permitan una convivencia armoniosa y un aprendizaje significativo en los entornos escolares. Dentro del sector educativo, se ha establecido que la incorporación de ESE no solo aumenta el rendimiento académico, sino que también apoya el bienestar de los estudiantes y ayuda a fomentar entornos escolares más positivos y protectores. En este sentido, la EF sirve como un contexto único y potencialmente transformador para desarrollar habilidades socioemocionales y para la prevención y gestión de la violencia escolar.

El objetivo de este artículo es analizar mediante un análisis documental y bibliográfico, la función de la Educación Física como instrumento pedagógico para el fomento de la educación socioemocional, así como su capacidad para la prevención y resolución de conflictos en el ámbito escolar. Para lo cual, se realizó una investigación cualitativa basada en el análisis de documentos relevantes sobre la educación física y su vinculación con la educación socioemocional y el conflicto en las escuelas. Se llevó a cabo una revisión crítica de literatura para determinar y evidenciar el lugar de la educación física en la construcción del desarrollo integral y la convivencia escolar. De esta manera, La Educación Física (EF), a lo largo de los años se ha centrado en el desarrollo físico y motor (Cagigal, 1981, 1983; Parlebas, 2001), ahora se presenta como un espacio privilegiado para el desarrollo de competencias socioemocionales debido a su carácter lúdico, cooperativo y de interacción constante (Pozo Rosado, 2020; Monzonís Martínez, 2019). En este sentido, la EF proporciona un contexto ideal para enseñar comunicación, trabajo en equipo, empatía y autorregulación emocional, contribuyendo así a la prevención de conflictos escolares y mejorando la convivencia escolar (Acosta Acosta & León Hernández, 2016; Zorrilla-Silvestre et al., 2019).



Una variedad de estudios (Durlak et al., 2011; Molina Isaza, 2022) proporcionan evidencia sobre la implementación de ESE en el contexto escolar, mostrando resultados positivos en el rendimiento académico, así como en la salud mental y las relaciones interpersonales. Además, la teoría sociocognitiva de Bandura (1986) señala la relevancia de los modelos sociales y del aprendizaje a través de la observación. Estos son principios fundamentales en las interacciones sociales que ocurren en las clases de educación física, donde el contacto social continuo contribuye a la adopción de comportamientos deseables y a la resolución positiva de conflictos.

En virtud de lo expuesto, la integración de la ESE en la educación física no solo mejora el alcance y la profundidad de esta disciplina, sino que también ayuda a la formación de individuos interpersonales resilientes y empáticos, capaces de enfrentar los desafíos del siglo XXI. A través de esta investigación, se busca proporcionar una explicación más profunda y racional sobre cómo la educación física puede funcionar como una herramienta poderosa para generar cambios positivos en las escuelas al fomentar el desarrollo socioemocional y la resolución efectiva de conflictos.

El concepto teórico de educación socioemocional ha surgido como respuesta a la imperante necesidad de desarrollar estudiantes que no solo sean académicamente competentes, sino que también sean emocional y socialmente competentes. Las habilidades socioemocionales son críticas para el funcionamiento exitoso en la compleja e interconectada sociedad actual. Estas habilidades se extienden más allá de la autorregulación emocional y la empatía, la resolución de problemas y la toma de decisiones responsables, hasta la creación y mantenimiento de relaciones sociales.

Los estudios han demostrado que los programas de ESE bien implementados tienen efectos positivos en una amplia gama de resultados académicos y de comportamiento. En este sentido, la educación física surge como un vehículo excepcional y poderoso para la implementación de la ESE. La EF ofrece un ambiente dinámico y atractivo en el que los estudiantes pueden aprender y practicar habilidades socioemocionales. Es bien sabido que las actividades físicas de los niños, como jugar, practicar deportes o realizar ejercicios individuales, implican interacción, cooperación y resolución de problemas, lo cual es ideal para el fomento de estas habilidades.



Revisión de la literatura

La educación como pilar fundamental del desarrollo humano

La educación es, en términos generales, importante para las personas. Con la educación en particular, la sociedad ha podido avanzar a través del tiempo y mejorar de forma continua los niveles de vida de los habitantes. Como lo indica León (2007) y desde la mirada sociocultural de Vygotsky (1978, 1987), la educación está muy relacionada con el desarrollo que el ser humano logra en sus facultades cognitivas, sociales y emocionales.

Desde este punto de vista, entre una y otra época, generación tras generación, se transmiten los conocimientos más importantes, permitiendo un desarrollo general como seres humanos. Tal como lo sostiene León (2007):

Para establecer su propósito y su definición es necesario considerar la condición y naturaleza del hombre y de la cultura en su conjunto, en su totalidad, para lo cual cada particularidad tiene sentido por su vinculación e interdependencia con las demás y con el conjunto (p. 597).

Es decir, entran a jugar toda una serie de variables que la influyen y pertenecen a su capacidad de trabajo, mismas que le permiten desenvolverse y llevarse a cabo. Desde otra perspectiva, la educación es un proceso en constante evolución que abarca mucho más que la mera transmisión de conocimientos. Desde un panorama de liberación y compromiso social, como la propuesta por Paulo Freire, la educación se convierte en una herramienta para empoderar a los individuos y liberarlos de la opresión intelectual. No se trata solo de recibir información, sino de cuestionar y participar activamente en la construcción del propio conocimiento.

Dentro del concepto general de educación, se encuentra lo que se conoce como educación formal, en la cual ya entran a jugar una serie de reglas y maneras de acceder a ella. Entre los protagonistas de la educación formal, se encuentran ya los partícipes de un equipo de trabajo, construido alrededor de la enseñanza y el aprendizaje, donde se ubican en primera línea los estudiantes y sus maestros, quienes tienen la capacidad y la formación profesional para brindar un conocimiento. En resumen, la educación formal se puede percibir como:



(...) un proceso de enseñanza-aprendizaje sistemático con el fin de certificar que las personas han logrado ciertos aprendizajes previamente propuestos. La formalidad del proceso radica en que se requiere cumplir con horarios, programas de estudios, agrupamiento de estudiantes, grados dentro de una institución que se organiza para llevar a cabo ese proceso (Soto et al., 2023, p. 78).

Con el fin de generar igualdad en torno a la educación, aparece entonces la educación formal que, como bien menciona la autora, tiene una serie de características especiales. Así cada una de las personas que acceden a ella adquiere unas competencias básicas y logran escalar peldaños en torno a los aprendizajes.

En este contexto, la educación formal juega un papel fundamental; a través de instituciones reconocidas y aprobadas por los Ministerios de Educación de cada país, ofrece una estructura académica que brinda a los estudiantes una amplia gama de conocimientos y habilidades especializadas. De acuerdo con la visión de John Dewey, la educación formal debería estar en constante adaptación, conectando el aprendizaje con la vida cotidiana y las necesidades individuales de los estudiantes, para fomentar un aprendizaje significativo y relevante.

Teniendo en cuenta que la educación formal pretende educar a sus diferentes integrantes en todos los sentidos, se vinculan a ella las distintas asignaturas y saberes que tienen su propia forma de trabajar. Estos buscan llenar de una manera distinta a la persona que recibe el conjunto de conocimientos. Una de ellas es la educación física, campo del saber en el cual está cimentada esta investigación y que precisamente impulsa todo lo que se desarrollará a lo largo del mismo.

La Educación Física (EF) es una disciplina encaminada a promover el desarrollo integral de los estudiantes a través de la actividad física, el deporte y el movimiento. En el contexto de la educación formal, la EF juega un papel clave al brindar oportunidades para que los estudiantes desarrollen habilidades motoras, adquieran conocimientos sobre salud y participen en actividades físicas que fomenten el disfrute y la recreación. De ahí que sea cierto lo que se menciona a continuación:

De este modo, la actividad deportiva del ser humano y en especial del estudiante debe ser entendido como la actividad motriz que representa un fundamento y una



condición importante, no sólo para el desarrollo físico, sino también para el desarrollo intelectual y socioafectivo (Rodríguez, 2018, p. 123).

Cuando el ser humano cuenta con una salud estable, podrá desempeñar sus demás actividades con total normalidad y no se verá ofuscado por cualquier situación desagradable de su cuerpo. De ahí que tenga relevancia la actividad física y en especial aquella que está ligada con la educación, porque va más allá del ejercicio corporal para desplegar una participación intelectual del individuo.

Como bien se mencionó anteriormente, la educación formal y, por supuesto, la EF se ofrece a un grupo de personas que pueden acceder a ella, las cuales tienen que convivir día a día en un lugar determinado con una serie de reglas específicas. Esto puede hacer que en algunos momentos surjan problemáticas de convivencia que, por supuesto, al ser en centros educativos, se tiene que resolver de la mejor forma. Aunque habrá algunos problemas que exijan una resolución inmediata, para que estos no se vuelvan a presentar se debe dar una educación preventiva desde la primera infancia y escalonada. De esta educación, hay que recordar que la participación en actividades deportivas y físicas brinda a los estudiantes la oportunidad de experimentar situaciones que requieren la gestión de emociones, la colaboración con otros y la superación de desafíos. Esto contribuye así a su crecimiento personal y social. Es decir que el campo del conocimiento en el cual se está trabajando aquí puede ser el mediador para la solución de problemas y la capacitación social y emocional que se exige en la educación formal; en los siguientes renglones se profundizará más en ello.

Las competencias sociales y emocionales son altamente relevantes en el contexto educativo; se refieren a un conjunto de habilidades y capacidades que integran aspectos sociales y emocionales en el comportamiento y las interacciones de una persona. Estas competencias incluyen la inteligencia emocional, las habilidades sociales y la capacidad de controlar y regular los propios sentimientos. Permiten a las personas reconocer y comprender sus emociones y las de los demás, construir relaciones saludables, trabajar de manera colaborativa, resolver conflictos de manera constructiva y tomar decisiones acertadas en muchos contextos sociales.

Hace cincuenta años, el concepto de inteligencia emocional fue popularizado por autores como Daniel Goleman (1995), quien llamó la atención sobre sus efectos en todas partes, incluso en el entorno escolar. El mismo autor define la inteligencia emocional como la capacidad no solo de entender, sino también de comprender y gestionar las propias emociones y las de otros individuos, así como la habilidad de utilizar esta conciencia emocional para decisiones y acciones. Pueden surgir conflictos potenciales cuando una persona no ha ejercitado o no ha recibido una orientación adecuada en el desarrollo de competencias sociales y emocionales.

Las instituciones educativas se configuran como espacios de relación que posibilitan la interacción de diversos actores que se encuentran inmersos en el proceso educativo. Se constituyen no solo como un lugar para el aprendizaje en torno a contenidos o conocimientos específicos en determinadas áreas del conocimiento, sino como lugares de socialización entre diversidad de estudiantes que conviven de manera habitual. Así, desde la experiencia y los procesos de observación, se evidencia que los conflictos entre los estudiantes son una realidad que hace parte de la cotidianidad de las instituciones educativas. Tal cual se resume en la siguiente entrada:

(...) como institución social donde a diario se relacionan cientos de personas vivir en convivencia resulta con frecuencia un dilema y más aún cuando no se le da la necesaria atención a la transformación de los conflictos, la escuela se puede convertir en un territorio hostil para docentes, directivos, alumnos y padres de familia, por eso, la transformación de conflictos reviste, en la actualidad, una exigencia (Pérez, 2016, p. 164).

Es decir, cada una de las áreas del conocimiento debe buscar la forma de incidir en la mediación asertiva de estos conflictos; en el presente caso es la EF la que entra a mediar este tipo de situaciones. Los retos que implica la convivencia y las dinámicas relacionales propias de la escuela, los modelos educativos adoptados por las diversas instituciones y docentes han venido transformando su perspectiva hacia la observación de fenómenos contextuales y sociales propios del espacio de aprendizaje. Esto ha conllevado darle un lugar de importancia a la educación socioemocional. Esto se evidencia también en la concordancia con las dinámicas propias de la escuela contextualizada a la realidad colombiana del Ministerio de Educación Nacional (MEN), que reconoce la importancia

de la formación no solo desde el saber, sino desde el aprender a ser, hacer y a vivir juntos, a partir del énfasis en la formación de competencias ciudadanas, entre las que se subraya precisamente la resolución pacífica de conflictos y manejo de las emociones a través de procesos comunicativos y dialógicos respaldados desde las diversas áreas del conocimiento (Ministerio de Educación Nacional, 2006).

Sin embargo, a pesar de tener un panorama en el que la pertinencia de los contenidos y aprendizajes apuntan hacia la importancia de una formación integral que reconozca también la relevancia de la educación socioemocional, y aun cuando se encuentra relacionada en los estándares por competencias del MEN. Muchas escuelas carecen de los recursos y programas necesarios para el abordaje consciente de los aspectos convivenciales. Esto hace que se genere toda una ola de problemáticas, ya que esto es uno de los ejes principales para el desarrollo integral de las competencias socioemocionales promovidas desde diversas áreas del conocimiento.

En esa búsqueda de posibilidades, se hace pertinente reconocer la potencialidad de la EF que es asequible para todos los estudiantes y la comunidad educativa sin distinción alguna y que cualquier maestro consciente de la relevancia de su trabajo puede elaborar. Ya que esta puede apoyar el desarrollo de habilidades socioemocionales generando espacios, a través de las dinámicas propias del área, para la resolución asertiva de conflictos.

No obstante, aun reconociendo la necesidad de trabajar en la educación socioemocional y la potencialidad del área de EF para su abordaje, se percibe un vacío en la básica primaria de algunas instituciones educativas. Esto se debe a que muchas escuelas en el sistema educativo colombiano no cuentan con docentes especialistas en el área a este nivel. Esto se puede interpretar como que el país desconoce la importancia del acervo motor frente a diferentes situaciones que se presentan día a día en el contexto. No solo se trabajan las destrezas motoras, sino también las habilidades cognitivas y afectivas. Por ello, es fundamental para la formación integral del ser la educación física. Así mismo, recordando que no se trata sólo de acciones que se propicien y vivencien en las diferentes situaciones en la escuela. Las competencias socioemocionales y la posibilidad de su abordaje desde la EF están vinculadas en todos los aspectos de la vida futura. Este es un componente importante para la toma asertiva de decisiones en todos los campos.

Conflictos y enseñanza de la educación física: un enfoque teórico

La educación socioemocional y su dominio escolar

La inteligencia emocional, tal como la introdujeron Salovey y Mayer (1990) y popularizada por Goleman (1995), ha llegado a ser un tema de enfoque en el contexto educativo. Esta teoría enfatiza la necesidad de entender y gestionar las propias emociones, además de reconocer y reaccionar de manera adecuada a las emociones de los demás. Goleman (1995) define la educación socioemocional como un constructo amplio que se centra en desarrollar las competencias emocionales y sociales de los estudiantes al mismo nivel que se alcanza con el conocimiento académico en el entorno escolar. Goleman (1995) define la inteligencia emocional como la capacidad de apreciar las propias emociones y las emociones de los demás. Esto significa que se espera que los estudiantes posean no solo habilidades académicas, sino también habilidades que les permitan enfrentar los desafíos de la vida real de manera efectiva. Otra figura notable en la educación socioemocional es Rafael Bisquerra, quien argumenta que se debe prestar atención a las competencias emocionales y sociales por separado, en lugar de verlas conjuntamente.

Para Bisquerra (2009), la educación socioemocional se define como los procesos de enseñanza y aprendizaje dirigidos a obtener habilidades emocionales y sociales. En este sentido, la educación emocional se basa en un conjunto de componentes críticos que buscan abordar la inteligencia emocional del individuo, es decir, cómo entender y utilizar las emociones de manera adecuada. Goleman (1995, p. 80) sostiene que la inteligencia emocional “abarca cinco competencias principales: el conocimiento de las propias emociones, la capacidad de controlar las emociones, la capacidad de motivarse a uno mismo, el reconocimiento de las emociones ajenas y el control de las relaciones”.

En los esfuerzos por reducir comportamientos disruptivos y promover entornos escolares saludables, es esencial inculcar estas competencias a una edad temprana, como señalaron tanto Téllez (2021) como Bisquerra (2009).

Pilares de la inteligencia emocional

El autoconocimiento emocional, de acuerdo con Goleman (1995), es el primer pilar de la inteligencia emocional. Es la capacidad de identificar las emociones de uno mismo, y esta habilidad es más compleja que simplemente reconocer sentimientos. El autoconocimiento está relacionado con la profunda pregunta de cómo las emociones influyen en el pensamiento y la acción. Desarrollar esta habilidad a una edad temprana otorga a un individuo una base firme para construir su inteligencia emocional a lo largo de su vida. Bisquerra (2009) amplía esta idea al destacar que el autoconocimiento no solo implica la identificación de emociones, sino que también incluye la contemplación de cómo las emociones impactan en el pensamiento y el comportamiento. Fomentar la autocomprensión desde una etapa temprana prepara a los individuos para manejar sus emociones de manera efectiva a lo largo de sus vidas.

La autorregulación es el segundo elemento más importante de la educación emocional. “La habilidad para hacer una pausa y no actuar por el primer impulso se ha vuelto un aprendizaje crucial en nuestros días” (Goleman, 2009, p. 23). Goleman (1995) la define como la capacidad de controlar y dirigir los propios sentimientos de manera positiva. La autorregulación implica gestionar los impulsos, mantener la compostura en momentos desafiantes y usar la razón en lugar de la emoción al tomar decisiones. Cuando se enseña y se practica, la autorregulación se convierte en una herramienta extremadamente útil para enfrentar los desafíos emocionales de la vida cotidiana.

El tercer componente más importante es la automotivación, que también es discutida por Goleman (1995). Es el poder de orientar los sentimientos hacia tareas y objetivos importantes. Educar a una persona para aprovechar la motivación interna, persistir de manera voluntaria y superar las barreras emocionales es una de las áreas más importantes de la educación emocional. La automotivación no solo ayuda a alcanzar metas personales, sino que también contribuye al bienestar general.

La capacidad de motivarnos a nosotros mismos, perseverar en el empeño a pesar de las posibles frustraciones, controlar los impulsos, diferir las gratificaciones, regular nuestros propios estados de ánimo, evitar que la angustia interfiera en

nuestras facultades racionales, capacidad de empatizar y confiar en los demás (Goleman, 1995, p. 65).

Como dice Goleman, entender las emociones y actuar sobre ellas de manera constructiva implica el cuarto componente crítico llamado empatía. Es la capacidad que tiene una persona para entender y apreciar las emociones en otras personas. Promover la empatía es una cuestión de aprender a ponerse en el lugar del otro y reconocer sus experiencias y sentimientos. La empatía mejora las relaciones interpersonales ya que fomenta la comprensión y el apoyo.

El quinto y último elemento más importante es entender la habilidad social. Goleman (1995) deja claro que las habilidades sociales son indispensables para una vida exitosa. Esta es la capacidad de controlar los propios papeles en las cadenas sociales, hablar como se espera, gestionar disputas y trabajar como miembro del grupo. Enseñar tales habilidades, además de mejorar la interacción social, promueve un clima emocional saludable. Bisquerra (2009) modifica esta perspectiva al añadir la colaboración, la comunicación efectiva y la resolución de conflictos como componentes fundamentales de las habilidades sociales. Incorporar estas habilidades dentro de la educación emocional permite a las personas enfrentar de manera efectiva los desafíos de la interacción social. Integrar estos componentes en la educación emocional ayuda no solo en el desarrollo personal, sino también en el desarrollo de comunidades emocionalmente inteligentes. Como señala Goleman (1995), la inteligencia emocional no es simplemente un asunto individual, sino un medio para una sociedad más compasiva y fuerte.

Disputas en el entorno escolar: prevención y resolución de conflictos

Un conflicto es un fenómeno en el que dos o más partes con ideas opuestas e incompatibles se involucran en una forma de confrontación y lucha hacia un objetivo, lo cual dentro de las instalaciones escolares se traduce en una pelea entre alumnos. De esta manera, los conflictos son inseparables de la vida. Además, tener un entorno lleno de conflictos puede tener un impacto negativo en el proceso de aprendizaje del niño y en las relaciones sociales en general. El término “conflicto” abarca una multitud de disputas que, aunque difieren en gravedad, a menudo resultan en violencia. Al igual que muchas otras disputas, los conflictos pueden surgir o llevar a instancias de violencia que

fundamentalmente terminan afectando a las personas involucradas durante un largo período de tiempo o incluso, dependiendo de la gravedad, por el resto de sus vidas.

La mediación, como teoría educativa, implica transformar una disputa pública conocida (o incluso presunta), que tiende a ser conflictiva, en un proceso constructivo donde se toman en consideración diferentes puntos de vista y se forman nuevas relaciones de trabajo dentro del marco educativo. En este sentido, Martínez Zampa (2005) destaca el enfoque distintivo de la mediación como aquel que va más allá de simplemente resolver una disputa; se ocupa más bien de una reconstitución saludable de las relaciones y de la formación de comunidades educativas solidarias. Martínez sostiene además que la mediación educativa es una forma importante de abordar los conflictos ya que ayuda a evitar sentimientos hostiles y ofrece un enfoque constructivo para la comunicación y la resolución de conflictos, donde se proponen dos formas distintas de mediación educativa en el trabajo con diferentes opciones.

El trabajo de Martínez Zampa (2005) ofrece un análisis contextual del conflicto y destaca su contribución al proporcionar sugerencias procedimentales útiles para el caso. La obra se centra en el desarrollo de las capacidades para resolver problemas que surgen de las interacciones cotidianas en las escuelas y enfatiza la importancia de la propuesta de Resolución Activa de Disputas (RAD).

El trabajo de Martínez Zampa también enfatiza la necesidad de que todos en la comunidad educativa se sometan a una formación constante en mediación de conflictos. Sugiere que la instrucción en resolución de conflictos debería ser parte del desarrollo profesional de cada docente y del crecimiento personal de cada estudiante. Señala que esta formación continua permite a la comunidad educativa enfrentar de manera más efectiva los desafíos rutinarios que enfrenta la comunidad escolar.

Intervenciones desde la perspectiva de la educación física, una inmersión teórica

El diseño de programas de intervención desde la educación física tiene como objetivo promover la educación socio-emocional y la prevención de conflictos en el contexto escolar. Se basa en varias teorías fundamentales y enfoques clave que consideran la importancia de la inteligencia emocional, la vida escolar y la gestión de conflictos. Estas teorías proporcionan un marco conceptual sólido para abordar las necesidades socio-



emocionales de los estudiantes mientras se asegura que se mantenga un ambiente escolar saludable y de apoyo. Algunas de estas teorías y enfoques serán revisadas, justificando la razón para incluirlas en el diseño de programas de intervención.

El trabajo de Durlak et al. (2011) demuestra la utilidad de las intervenciones en educación socio-emocional al mostrar cómo influyen enormemente en el bienestar emocional y el rendimiento académico de los estudiantes. En este caso, se sugiere iniciar programas que busquen habilitar a los estudiantes para dominar habilidades sociales y emocionales a través de lecciones prácticas. Aquí es donde entra en juego la educación física. La parte práctica de la educación física permite la aplicación directa de estos conceptos, proporcionando a los estudiantes posibilidades de experiencias prácticas que facilitan la adquisición de habilidades emocionales.

La convivencia escolar, uno de sus componentes en relación a un ambiente favorable para la educación fue explicada por Roncancio Ariza et al (2017). Esta reflexión aprecia el papel de las interacciones positivas entre los miembros de la comunidad escolar y argumenta la necesidad de fomentar la tolerancia y el respeto mutuo. Las interacciones dentro de la comunidad escolar están intrínsecamente ligadas a la prevención y gestión de conflictos, ya que una de las condiciones básicas que tienden a reducir la incidencia de conflictos es una atmósfera de respeto. Garreton Valdivia (2014) analiza el estado de la convivencia escolar y los enfoques de resolución de conflictos en contextos escolares profundamente vulnerables desde una perspectiva sociológica y este punto de vista es respaldado por él.

La aplicación de programas basados en la resolución de conflictos en el ámbito de la educación física parece ser una estrategia efectiva para promover la convivencia y prevenir situaciones de conflicto. Monzonís Martínez (2019) analiza cómo la educación física puede ser uno de los pilares para la mejora de las competencias sociales y cívicas, ofreciendo un contexto para la prevención y gestión de disputas y conflictos. La implementación del programa mencionado desarrollado por Zorrilla-Silvestre et al. (2019), titulado acertadamente “Siente Jugando,” muestra la importancia fundamental de las estrategias emocionales dentro de la educación física dirigidas a mejorar la convivencia y la interacción social entre los estudiantes.

Además, la importancia de la responsabilidad personal y social en la educación para la vida es igualmente aceptada. Pozo Rosado (2020) aborda la aplicación de un programa de responsabilidad social personal a través de la educación física, concentrándose en actividades de valores y habilidades. Este punto de vista es consistente con la noción de que la educación física no solo contribuye al desarrollo físico de los estudiantes, sino que también hace una contribución importante a su desarrollo integral al nutrir habilidades que son necesarias para la coexistencia pacífica y la resolución de conflictos.

Siguiendo el enfoque de Martínez Zampa (2005) sobre la mediación educativa y la resolución de conflictos, se convierte en una herramienta poderosa para gestionar conflictos dentro del entorno escolar. La aplicación del modelo de mediación educativa ayuda a los alumnos a construir comunicación, empatía y negociación esenciales para la resolución de conflictos. La inclusión de estos enfoques en el programa de intervención desde la educación física permite que los estudiantes afronten problemas emocionales y sociales de manera constructiva.

La combinación de teorías y enfoques importantes en los programas de intervención de educación física emerge como una estrategia integral y efectiva para mejorar la educación socio-emocional, así como para prevenir y abordar conflictos dentro de las escuelas. Todo, desde la inteligencia emocional hasta la convivencia escolar y la teoría de mediación educativa, agrega componentes esenciales para la formación integral de los estudiantes. Al integrar estos puntos de vista en programas prácticos, la educación física surge como un vehículo crítico para inculcar competencias más allá del ámbito académico, ayudando así a cultivar individuos emocional y socialmente inteligentes. La aplicación de tales programas no solo mejorará el clima escolar general, sino que también ayudará a los estudiantes a desarrollar resiliencia al enfrentar los desafíos de la vida y fuertes habilidades socio-emocionales.

Metodología

Esta investigación cualitativa adoptó un enfoque documental-bibliográfico, que consistió en buscar los escritos y documentos disponibles en la literatura sobre educación física y su interacción con la educación socio-emocional, así como la prevención y resolución de conflictos en el contexto escolar. Este diseño se consideró apropiado para el análisis y



comprensión de la literatura ya existente, con el propósito de determinar cómo la educación física podría aportar en el desarrollo holístico de los estudiantes.

La población objetivo de este estudio fueron los documentos académicos y la literatura especializada en educación física, educación socio-emocional y resolución de conflictos. Dado que no se trató de una investigación empírica, no se necesitó un tamaño de muestra particular, solo una selección integral de documentos relevantes que pudiera iluminar el tema. Los criterios de inclusión se centraron en documentos que analizaran la integración de la educación socio-emocional en las clases de educación física y el resultado de tal pedagogía en las relaciones escolares, mientras que los criterios de exclusión tuvieron en cuenta la falta de relevancia directa con la materia o la naturaleza académica de las fuentes.

Los instrumentos para la recolección de datos se centraron principalmente en bases de datos académicas, así como en repositorios de literatura especializada. El análisis incluyó una revisión de la literatura de documentos, buscando establecer un vínculo entre la literatura seleccionada y el desarrollo socio-emocional y la resolución de conflictos, mientras se buscaban patrones y tendencias. Esto se realizó a través de una revisión sistemática de artículos relevantes, libros y estudios de caso, cuyos detalles fueron procesados con el software Mendeley para facilitar el archivo y el análisis.

Este procedimiento comenzó con la identificación de la literatura más relevante mediante búsquedas en bases de datos académicas. Luego, se realizó una evaluación crítica de los documentos para valorar la relevancia de los documentos en el área de estudio. Los resultados de esta revisión se utilizaron para formular un marco conceptual dentro del cual se integraron la literatura existente sobre educación física y la educación socio-emocional y la resolución de conflictos. En conclusión, los hallazgos se sintetizaron en un análisis coherente que enfatiza el papel de la educación física en el desarrollo holístico de los estudiantes dentro del entorno escolar.

Para desarrollar esta investigación, se siguió una metodología sistemática basada en los principios de la investigación cualitativa, tal como lo explican Hernández et al. (2014). Estos autores subrayan la necesidad de un enfoque bien organizado y enfocado en la

investigación documental. Esta estrategia hizo posible garantizar la calidad y validez de los resultados obtenidos.

Resultados y discusión

Los hallazgos de la revisión documental realizada para este estudio revelan que la Educación Física (EF), cuando se aborda desde la perspectiva de la Educación Socioemocional (ESE), es un espacio adecuado para la formación integral de los estudiantes, especialmente en lo que respecta al desarrollo de competencias socioemocionales, la prevención y resolución de conflictos en el entorno escolar.

Uno de los primeros hallazgos relevantes es la verificación de que la EF, que tradicionalmente se había centrado en las actividades físicas y motoras, ha cambiado hacia un enfoque más integrado. Hoy en día, hay una mayor conciencia sobre cómo la EF contribuye a la enseñanza de valores y habilidades sociales como la cooperación, la empatía, la autorregulación emocional y la resolución de conflictos. Esto concuerda con los puntos de vista de Pozo Rosado (2020) y Monzonís Martínez (2019).

La integración real y efectiva de la ESE en la EF presenta diversos tipos de barreras y limitaciones. Una de ellas es el grado de especialización que poseen los profesores en ciertas competencias socioemocionales y no en la educación básica primaria, donde hay un gran número de instituciones que no cuentan con profesores de Educación Física (tal y como se evidencia en los datos del contexto colombiano). Esto cierra las posibilidades de utilizar la Educación Física para la proactiva solución de conflictos escolares.

Se acepta que la convivencia escolar continúa teniendo importantes retos en la gestión del conflicto. Pese a los niveles de competencia ciudadana que el Ministerio de Educación Nacional hizo en relación con las resoluciones de 2006, muchas instituciones educativas no tienen, o carecen, de planes sistemáticos que integren la solución pacífica de conflictos en forma curricular, lo que deja sin atender estas problemáticas (Acosta Acosta & León Hernández, 2016; Roncancio Ariza et al., 2017).

En cuanto a las limitaciones identificadas, también cabe mencionar que, aunque existen tanto modelos teóricos como casos de ESE programáticos exitosos (Durlak et al., 2011; Molina Isaza, 2022), su implementación práctica sobre el terreno sigue siendo muy



limitada y depende principalmente de la motivación personal de ciertos docentes en lugar de una política institucional específica. Esto resulta en una aplicación desigual de estas metodologías en los centros educativos, particularmente en contextos más vulnerables (Garretón Valdivia, 2014).

Los estudiantes que participan en otras clases como la EF (juegos, deportes y otras actividades grupales) están a menudo involucrados en el aprendizaje activo y, como tal, pueden ser provocados para imitar comportamientos que pueden requerir medidas correctivas y, desde una perspectiva pedagógica, esto puede ser gestionado adecuadamente (Zorrilla-Silvestre et al., 2019). Por lo tanto, es necesaria una formación específica para los docentes para asegurar que estas interacciones se vuelvan significativas para el aprendizaje socioemocional.

En resumen, a pesar de que la EF tiene un potencial excepcional para facilitar habilidades socioemocionales y la gestión de conflictos, existen diversas barreras que deben ser abordadas para permitir una integración efectiva de estos elementos en la práctica educativa, tal y como se presenta en la tabla 1 a continuación:

Tabla 1

Desafíos, dificultades y limitaciones actuales en la implementación de la educación socio-emocional y la resolución de conflictos en la educación física

Aspectos evaluados	Descripción
Desafíos pedagógicos	Incluir objetivos de educación socio-emocional en una disciplina tradicionalmente basada en el movimiento. Crear actividades que combinen habilidades sociales y emocionales con habilidades físicas.
Desafíos actuales en el contexto escolar	Presencia de conflictos frecuentes sin medios formales para abordarlos. Programas institucionales débiles de integración socio-emocional en la educación física.
Restricciones en la formación del personal	Falta de formación de profesores de educación física de primaria en integración socio-emocional. Falta de medios pedagógicos específicos para la mediación de conflictos.
Brechas en las políticas públicas y curriculares	Falta de políticas claras para incorporar la educación socio-emocional en la educación física como asignatura obligatoria en el currículo. No existe un monitoreo y evaluación de competencias socio-emocionales.
Barreras institucionales y de recursos	Falta de materiales didácticos y pedagógicos para la educación socio-emocional integrada en la educación física.

Aspectos evaluados	Descripción
Oportunidades informadas	Escuelas altamente vulnerables que carecen de acceso a la formación docente en servicio. La educación física como un entorno natural para la práctica de habilidades sociales (jugar, cooperar, liderar, resolver problemas). Posibilidad de aplicar programas de mediación y responsabilidad social (Martínez Zampa, 2005; Pozo Rosado, 2020).

Los resultados proporcionan evidencia sobre la necesidad de integrar de manera efectiva la Educación Socioemocional dentro de la Educación Física para abordar los crecientes problemas de interacción escolar. Como se ha señalado, la Educación Física es un espacio pedagógico privilegiado que, por su propia naturaleza, permite a los estudiantes interactuar, resolver problemas y aprender a gestionar emociones. Sin embargo, como también indica la literatura revisada, las brechas en la formación docente, la ausencia de recursos institucionales y la limitada integración intercurricular son barreras para este proceso.

Este hallazgo se correlaciona con las reflexiones de Bandura (1986) sobre el aprendizaje social, ya que la Educación Física es una de las áreas donde es posible que los estudiantes se involucren en la modelación de comportamientos positivos, siempre que haya docentes dispuestos a facilitar ese proceso. Los datos muestran que existe una necesidad urgente de crear políticas públicas más claras y a largo plazo que fomenten la educación socioemocional en diferentes esferas, particularmente en la educación física, donde se pueden llevar a cabo la gestión de emociones y conflictos.

Además, se ha verificado que la aplicación de programas exitosos en educación física para la promoción de habilidades socioemocionales es, en el mejor de los casos, una práctica aislada en algunas escuelas. Estos resultados subrayan la necesidad de establecer directrices nacionales claras que identifiquen la educación física como un espacio estratégico para la educación socioemocional, particularmente en el contexto de la prevención y resolución de conflictos.

Posteriormente, con base en estos hallazgos, también es necesario incluir la formación continua del docente como una prioridad y considerar la inclusión de la educación socioemocional dentro del ámbito de la educación física. Esto ayudaría a avanzar hacia

una educación más integral, inclusiva y orientada a la paz, como también indican las directrices del Ministerio de Educación Nacional (2006).

Conclusiones

Esta reflexión sobre la función de la EF en la promoción y desarrollo de la ESE y en la prevención y atención de conflictos de ámbito escolar resalta la necesidad de abordar estos problemas en la formación integral del estudiante. Se ha argumentado que la educación física, que generalmente se centra en el desarrollo corporal, puede contribuir a mejorar el estado emocional y social de los alumnos. Brinda oportunidades propicias para aprender y poner en práctica habilidades socioemocionales.

Gracias a su carácter altamente activo y a su interactividad, la EF brinda un escenario privilegiado para el desarrollo de habilidades socioemocionales. Las actividades deportivas y físicas comprenden un número de situaciones donde se necesita trabajar en equipo, comunicarse y manejar emociones, y resolver conflictos. Estos ingredientes son parte esencial de la ESE que trabaja en competencias como controlar emociones, tener empatía, tomar decisiones responsables, y crear y sostener relaciones interpersonales adecuadas.

El deporte escolar fomenta el aprendizaje profundo y asegura la práctica de las competencias requeridas. Dentro de las actividades, los deportes colectivos permiten a los estudiantes desarrollar habilidades de colaboración y trabajo en equipo, en tanto que los deportes individuales propician el desarrollo de la autodisciplina y autoconfianza. De igual manera, la constante interacción y necesidad de enfrentarse a problemas retadores, permite el desarrollo de la competencia socioemocional en un entorno favorable.

Existen diversos enfoques y fundamentos que integran la ESE y la EF. La ESE como aprendizaje del desarrollo social y emocional sostiene que el estudiante aprende mejor en un entorno que propicia el desarrollo emocional y académico de manera integral. Programas bien estructurados y fundamentados, como ESE, demuestran mejora en rendimiento escolar, conducta, y en el relacionarse con otros. Ellos incluyen metodologías como aprendizaje por cooperación, dramatización o simulación, así como reflexión y retroalimentación que son altamente aplicables en el contexto de la Educación Física.



Como demuestra el artículo, otra característica esencial es la prevención y resolución de conflictos a nivel escolar. La educación y capacitación como un tipo de actividad social con comunicación constante y competencia es un entorno natural para el desarrollo de conflictos interpersonales. Sin embargo, estos conflictos no deberían ser tratados solo como problemas, sino más bien, como oportunidades para instruir y practicar habilidades de resolución de conflictos.

Los maestros de educación física pueden emplear ciertas técnicas dirigidas hacia la resolución constructiva de estos conflictos. Estas técnicas incluyen mediación de disputas, enseñanza de habilidades de comunicación asertiva, y establecimiento de un clima de confianza y colaboración. En moderación, la resolución de conflictos permite a los estudiantes cultivar y perfeccionar habilidades importantes como la negociación y la resolución pacífica de disputas, ambas esenciales en la actualidad.

Hay evidencia empírica que apoya la efectividad de integrar ESE en EF. Los programas que evalúan la educación física con aspectos educativos de ESE integrados han reportado la mejora de diversas facetas del desarrollo del estudiante. Por ejemplo, estudios muestran que los estudiantes inscritos en programas de EF centrados en ESE demuestran mayor autoeficacia, empatía, cooperación, así como una disminución de las incidencias de acoso escolar y una mejora en las relaciones con sus compañeros.

Independientemente de los beneficios observados, la integración de ESE en EF logra un grado de dificultad. Una de las barreras más prevalentes es la formación y desarrollo de los docentes. Una gran proporción de maestros de educación física no ha sido suficientemente capacitada en ESE, lo que limita severamente su capacidad para emplear estas técnicas. Además, la necesidad de cumplir con estándares de rendimiento físico puede forzar a algunos maestros a enfatizar el desarrollo físico a expensas del desarrollo social-emocional.

No obstante, estos desafíos también ofrecen posibilidades de mejora e innovación. La formación continua y el desarrollo profesional pueden proporcionar a los maestros las habilidades y conocimientos necesarios para incorporar efectivamente ESE en sus lecciones. La colaboración entre maestros, administradores escolares y especialistas en ESE puede ayudar a integrar enfoques y estrategias más coherentes y efectivas. Además,



la investigación continua en esta área puede ofrecer nuevas maneras y medios para asistir a los maestros con esta integración.

La educación física, en conjunto con la educación socio-emocional, sirve como una herramienta poderosa para fomentar el desarrollo holístico de los aprendices. Al proporcionar un ambiente activo y práctico, la educación física anima a los estudiantes a desempeñarse y desarrollar habilidades socioemocionales esenciales en contextos auténticos y significativos. Esto no solo apoya su bienestar emocional y social, sino que también mejora su capacidad para resolver conflictos de manera constructiva y efectiva.

La implementación de metodologías pedagógicas de enseñanza efectivas y programas específicos de ESE en la EF podría convertir esta materia en un motor de cambio positivo dentro de las escuelas. Es vital que todas las preocupaciones respecto a la formación de los docentes y la integración curricular se aborden para aprovechar al máximo esta posibilidad. Todos estos fenómenos permiten y requieren colaboración, así como un enfoque interdisciplinario en la educación, para lograr una educación holística y cualitativa, que haría posible que los estudiantes respondieran adecuadamente a los desafíos del siglo XXI de manera socialmente responsable, empática y competente.

Finalmente, la EF no solo amplía el alcance de la educación física integrada, sino que también es uno de los factores clave en el desarrollo de competencias sociales y emocionales. Este documento ha buscado proporcionar una mejor comprensión de hasta qué punto la EE sirve como un medio para el desarrollo socio-emocional y la resolución de conflictos, al mismo tiempo que presenta recomendaciones prácticas y áreas para futuras investigaciones para continuar trabajando en esta dirección.

Referencias

- Acosta Acosta, E., & León Hernández, F. (2016). *Resolución de conflictos en el aula de Educación Física*. Universidad de La Laguna. Recuperado de <https://riull.ull.es/xmlui/handle/915/3365>
- Bandura, A. (1986). *Social foundations of thought and action: A social cognitive theory*. Englewood Cliffs, NJ: Prentice-Hall.

- Bisquerra, R. (2009). *Educación emocional y competencias básicas para la vida*. Barcelona: Octaedro.
- Cagigal, J. M. (1981). *¡Oh deporte! Anatomía de un gigante*. Valladolid: Ediciones Miñón.
- Cagigal, J. M. (1983). El cuerpo y el deporte en la sociedad moderna. *Papers: Revista de Sociología*, (20), 145-156. Recuperado de <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=5153665>
- Durlak, J. A., Weissberg, R. P., Dymnicki, A. B., Taylor, R. D., & Schellinger, K. B. (2011). The impact of enhancing students' social and emotional learning: A meta-analysis of school-based universal interventions. *Child Development*, 82(1), 405-432.
- Garretón Valdivia, P. (2014). *Estado de la convivencia escolar, conflictividad y su forma de abordarla en establecimientos educacionales de alta vulnerabilidad social de la provincia de Concepción, Chile*. Universidad de Córdoba.
- Goleman, D. (1995). *Inteligencia emocional*. Barcelona: Kairós.
- Hernández, R., Fernández, C., & Baptista, P. (2014). *Metodología de la investigación*. México D.F.: McGraw-Hill.
- León, A. (2007). ¿Qué es la educación? *Educere*, 11(39), 595-604.
- Martínez Zampa, D. (2005). *Mediación educativa y resolución de conflictos: Modelos de implementación*. Buenos Aires: Novedades Educativas.
- Ministerio de Educación Nacional. (2006). *Estándares básicos de competencias*. Bogotá: Ministerio de Educación Nacional.
- Molina Isaza, L. (2022). *Modelo de gestión de la convivencia escolar basado en la inteligencia emocional para la resolución de conflictos en instituciones educativas públicas de Montería*. Universidad UMECIT.



- Monzonís Martínez, N. (2019). La educación física como elemento de mejora de la competencia social y ciudadana. Investigación acción en torno a la aplicación de un programa basado en la prevención y resolución de conflictos desde el área de educación física. *Apunts. Educación Física y Deportes*, (135), 138-138.
- Parlebas, P. (2001). *Juegos, deportes y sociedad: Léxico de praxiología motriz*. Barcelona: Paidotribo.
- Pozo Rosado, P. (2020). *Aplicación de un programa de responsabilidad personal y social para educar en valores y habilidades para la vida a través de la Educación Física*. Recuperado de <https://rio.upo.es/xmlui/handle/10433/9432>
- Roncancio Ariza, M. H., Camacho Bonilla, N. M., Ordoñez León, J. C., & Vaca, P. V. (2017). Convivencia escolar y cotidianidad: una mirada desde la inteligencia emocional. *Revista Educación y Desarrollo Social*, 11(1), 24–47. <https://doi.org/10.18359/reds.2649>
- Salovey, P., & Mayer, J. D. (1990). Inteligencia emocional. *Imaginación, Cognición y Personalidad*, 9(3), 185-211.
- Soto Kiewit, L. D., Segura Jiménez, A., Navarro Rojas, Ó., Cedeño Rojas, S., & Medina Díaz, R. (2023). Educación formal, no formal e informal y la innovación: Innovar para educar y educar para innovar. *Innovaciones Educativas*, 25(38), 77–96. <https://doi.org/10.22458/ie.v25i38.4535>
- Téllez, M. (2021). *El desarrollo de la inteligencia emocional como estrategia para manejar los conflictos en el aula de clases* (Tesis de maestría). Corporación Universitaria Minuto de Dios, Bogotá, Colombia.
- Vygotsky, L. S. (1978). *Mind in society: The development of higher psychological processes*. Cambridge, MA: Harvard University Press.
- Vygotsky, L. S. (1987). *El desarrollo de los procesos psicológicos superiores*. Barcelona: Editorial Crítica.

Zorrilla-Silvestre, L., Valverde, T., Carreguí, J., & Gómez, A. (2019). Estrategias emocionales en educación física a través del aprendizaje servicio: aplicación del programa "Siente Jugando" en alumnado de primaria. *Publicaciones*, 49(4), 165–181. <https://doi.org/10.30827/publicaciones.v49i4.11734>

Los autores no tienen conflicto de interés que declarar. La investigación fue financiada por la Universidad en Panamá UMECIT y las autoras.

Copyright (2025) © Claudia Astrid Hernández Pulido, Marisol Mahecha Fontecha

Este texto está protegido bajo una licencia
[Creative Commons de Atribución Internacional 4.0](https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/)

