

LA INCLUSIÓN SOCIAL POR MEDIO DE LA ACTIVIDAD FÍSICA EN EL ÁMBITO
EDUCATIVO

JOSE JIMENEZ
HOMERO FLOREZ
NICOLÁS RODRÍGUEZ

TUTOR

Mg. JOSÉ A. GARCÍA GARCÍA

CORPORACIÓN UNIVERSITARIA MINUTO DE DIOS – UNIMINUTO
FÁCULTAD DE EDUCACIÓN
LICENCIATURA EN EDUCACIÓN FÍSICA, RECREACIÓN Y DEPORTE
BOGOTA 2015

PAGINA DE ACEPTACIÓN

Nota de aceptación

Presidente del jurado

Jurado

Jurado

AGRADECIMIENTOS:

Para comenzar nos sentimos orgullosos de lo conseguido con el proyecto, y queremos agradecer a todas y cada una de las personas que hicieron posible esto:

A nuestras mamás por la paciencia

A nuestros hermanos por la tolerancia

A nuestros compañeros por el apoyo

A los jurados por la atención prestada

A nuestro tutor por el gran respaldo que nos brindó

Y sobretodo a la vida por permitirnos alcanzar este logro

DEDICATORIA

Este proyecto, y lo que logramos con él, se lo dedicamos principalmente a nuestras familias, quienes nos han apoyado en este proceso académico incluso desde antes de optar por estudiar la licenciatura en educación física, recreación y deportes, comprendiendo mejor que nadie lo arduo y complejo que ha sido este proceso.

Por otro lado, el éxito de este proyecto se lo debemos en parte a la colaboración de nuestro tutor, el profesor José García, quien nos brindó las herramientas y nos condujo durante todo el proceso, apoyándonos en lo que necesitáramos y haciendo la respectiva retroalimentación.

Por último, dedicarle este logro a la vida, por darnos la salud y la paciencia para realizar el proyecto, y por mantenernos en busca de nuevos conocimientos, con el fin de complementar nuestra formación académica e incluso, personal.

RAE

País: Colombia

Tipo de documento: Tesis

Título del documento:

Autor:

Director: Mg. José Alexander García

Lugar: Bogotá D.C.

Páginas:

Palabras clave:

Descripción:

Fuentes Principales: Organización Mundial de la Salud, Artículos Científicos.

Contenido:

Metodología:

Fases de investigación:

Conclusiones

Lista de Contenido

-
-

Lista de tablas □

TABLA 1. PALABRAS CLAVE

TABLA 2. FRASES COMPUESTAS

TABLA 3. BASES DE DATOS Y BUSCADOR ELECTRÓNICO

TABLA 4. CRITERIOS DE INCLUSIÓN

TABLA 5. CODIFICACIÓN DE LOS ARTÍCULOS

TABLA 6. FRECUENCIA DE PALABRAS CLAVE

TABLA 7. RELACIÓN DE LAS PALABRAS CLAVE, CITAS TEXTUALES □

Abreviaturas

OMS: Organización mundial de la salud.

A.F.: actividad física

N.A.F: niveles de actividad física.

A.F.M.V: actividad física moderada a vigorosa.

E.N.T.: Enfermedades no transmisibles.

REDAF y DH: Red nacional de educación física y desarrollo humano.

O.D.M: Objetivos de desarrollo del milenio.

E.P.T.: Educación para todos.

NIDDK: National Institute of Diabetes and Digestive and Kidney Disease.

NIH: National Institutes of Health

DPP: Diabetes Prevention Program

Introducción:

Cuando se habla de Transformación educativa y cambio social, se evidencia claramente la relación que mantendrá el proyecto de investigación a lo largo del documento con el ámbito educativo; brindando respuestas de manera asertiva a los procesos de inclusión social.

Así mismo, el documento está compuesto en varias fases en donde se da cuenta de todo el proceso realizado para finalmente generar unas conclusiones, así como dar cuenta del estado del arte de la inclusión social por medio de la actividad física en el ámbito educativo; de esta manera y para comprender mejor la temática, partimos de una contextualización, clarificando y definiendo los conceptos o palabras clave sobre las cuales gira la investigación. Lo que prosigue es la descripción de la problemática de una manera minuciosa, plasmando las razones que nos llevaron a la identificación del problema, así como resaltando la importancia del mismo, dentro de la sociedad. Posteriormente se presenta un marco referencial, en donde se aterrizan los conceptos partiendo de una revisión bibliográfica en diferentes universidades con carreras afines a la licenciatura en educación física, recreación y deporte de la Uniminuto, así como de una búsqueda más a fondo de las palabras clave, desde la academia, y teniendo en cuenta toda una variedad de autores.

En el siguiente apartado se describe la metodología de la investigación que utilizamos para el desarrollo del proyecto, teniendo en cuenta todos sus elementos, y dando cuenta de los pasos que se siguieron durante el proceso investigativo; además de esto, a partir de esta instancia se anexan los procesos y sus respectivos resultados, de donde parten las conclusiones del documento. Así mismo se establecen las diferentes conclusiones que surgieron de la revisión bibliográfica sobre la inclusión social por medio de la actividad física en el ámbito educativo, comprendiendo de manera cualitativa la problemática que fue eje de la investigación; por otro lado, se describe la prospectiva de la investigación, aclarando de qué manera se podría continuar con el paso del tiempo, o para qué clase de investigaciones podría servir de sustento científico.

Por último, se presentan las respectivas referencias bibliográficas, así como los anexos correspondientes a cronogramas de la elaboración del documento, entrevistas, herramientas, etc.

1. Contextualización:

La Actividad Física (A.F.), según la Organización Mundial de la Salud, (OMS, 2015) “La define como cualquier movimiento corporal producido por los músculos esqueléticos, con el consiguiente consumo de energía. Ello incluye las actividades realizadas al trabajar, jugar y viajar, las tareas domésticas y las actividades recreativas” (p 1). Por otro lado la inclusión social, definida como un “proceso que asegura que aquellos en riesgo de pobreza y exclusión social, tengan las oportunidades y recursos necesarios para participar completamente en la vida económica, social y cultural disfrutando un nivel de vida y bienestar que se considere normal en la sociedad en la que ellos viven”. (Ivanov, 2008)(p 1).

A nivel mundial, la inclusión social cobra en el contexto escolar tiene una estrecha relación con el acceso a los recursos que deberían tener los estudiantes, población la cual en muchas ocasiones se encuentran en condiciones de exclusión socio-económica, físico-patológico, culturales, discriminación racial/étnica.

En cuanto a la desigualdad en América latina, debe en gran parte su déficit de recursos reales, debido a la mala administración y desviación de estos a terceros, puesto que los procesos y proyectos que buscan afectar positivamente el panorama en cuanto a generación de acciones inclusión educativa; teniendo en cuenta que La connotación de esa desigualdad de acceso a la educación persiste más en las poblaciones rurales por ejemplo y aunque existe una conciencia en cuanto la importancia de la educación primaria, deben suponer una mayor cobertura pero como indica (Guijarro, 2006): “...hay problemas de desigualdad en el acceso que afecta a los niños y niñas de medios socio-económicos más desfavorecidos del sector rural, de pueblos originarios o con discapacidad” (Guijarro, 2006)”.(p 1).

La Actividad Física, a través del tiempo, adquiere gran importancia en la sociedad actual, obteniendo un rol fundamental en el hecho de ser un instrumento clave de integración y reproducción social, todo desde un punto de vista pragmático, permitiendo la unión de la sociedad a partir actividades realizadas en los dominios de la misma (Hogar, transporte, trabajo, tiempo libre y escuela). La implicación la Actividad física en el contexto social, representa un indicador más del cambio cultural y social y señalando lo que se ha denominado como post-modernidad.

Es a partir de la Actividad física, en donde se recrean no sólo espacios de desarrollo motor, o físico, sino que existen también unos procesos de aprendizajes frente a los valores que definen la sociedad postmoderna. El hecho de participar en planes o programas de Actividad Física, proporciona a escolares de cualquier edad, la oportunidad de conocerse y establecer relaciones, de formar parte de un grupo, ayuda a construir amistades duraderas con personas que comparten emociones y sensaciones. Lo anterior contribuye a las relaciones sociales y a una ampliación y resignificación de las redes sociales, que son la base de la creación de capital social.

2. Problemática

2.1 Descripción del problema.

Hoy en día cuando se habla de inclusión social se cuenta con diferentes definiciones o explicaciones, una de ellas es la que plantea la Unión Europea, en donde hace referencia a que las personas que están expuestas a algún tipo de riesgo, como lo es la precariedad económica grave, la preparación laboral insuficiente, el bajo desarrollo psicológico, el alto grado de pasividad e inhibición y por último la carencia de proyectos de futuro (Fernández, 2007), posean oportunidades y recursos para ser partícipes de la vida diaria desde los contextos económicos, sociales y culturales, disfrutando de un bienestar, el cual le permita vivir dentro de la sociedad.

Por ende, teniendo en cuenta el anterior planteamiento; la Educación Física cobra un importante valor ya que se convierte en un modo de concebir la educación y la función social de la educación, como parte de la transformación, adecuando y mejorando la respuesta educativa a la diversidad, reconociéndose y no asimilando. Se hace referencia al ámbito escolar, debido a que después del hogar, es en este sitio en donde el proceso del desarrollo humano asienta sus bases, formando en actitudes y valores, como la disciplina, el respeto, la tolerancia, la autoestima, la fortaleza espiritual por ejemplo.

La Educación Física, debe ser contemplada como un área más, interrelacionada con el resto de áreas y no puede convertirse en una “isla” al margen de las decisiones claustrales, organizativas o curriculares. (Ríos, 2009); la curiosidad y el interés por la influencia de la Educación Física y la práctica del Deporte y la Actividad Física a jóvenes socialmente desfavorecidos o en riesgo de exclusión social, hace que se generen procesos de análisis y reflexión frente a situaciones que se presentan en las Instituciones Educativas.

Frente a lo anterior, se pretende dar una posible respuesta a la problemática del sistema educativo actual, planteando a la Actividad Física como herramienta de intervención, que según Muñoz (2011) sirve para mejorar la cohesión social, las relaciones interculturales, para prevenir la violencia, entre otras. Lo anterior está referenciando los beneficios que conlleva la práctica de la Actividad Física, los cuales son a nivel individual y grupal como lo menciona Santos et al. (citado por Muñoz, 2011). Por otro lado, la Red Nacional de Actividad Física y Desarrollo Humano (REDAFyDH, 2010), plantea otra serie de beneficios como el pleno y equilibrado desarrollo de la potencialidad humana, el logro y preservación de la salud mental y social, el desarrollo y adecuado equilibrio socio-afectivo, la construcción de una buena imagen personal, la autoestima, los beneficios que genera el compartir una actividad con la familia y amigos, la reducción de síntomas depresivos y de ansiedad, el trabajo eficiente y calidad del estudio, el descanso reparador, la tolerancia y el manejo del stress, la reducción de la tensión y la adecuada canalización de la agresividad, la disminución de la delincuencia juvenil, la equidad, inclusión y diversidad, el alejar a niños y adolescentes de la delincuencia y de los grupos agresivos, el disminuir las adicciones, especialmente cigarrillo, alcohol y otras sustancias.

2.2. Formulación del Problema

¿Cuál es la relación entre la Actividad Física y la Inclusión en el contexto educativo?

2.3. Justificación

La Actividad Física es una intención que se manifiesta en forma de movimiento en el ser humano; que relaciona su mente, su cuerpo, sus emociones y sus necesidades de interacción con otros o con el entorno en el que habita. Los movimientos corrientes y voluntarios que se realizan en la vida diaria, como en el trabajo, en el estudio o en el hogar, forman parte de la Actividad Física. El deporte, la recreación, la Actividad Física y la Educación Física, han sido reconocidos globalmente como excelentes alternativas para promover la inclusión y la igualdad, así como para mejorar el bienestar, la salud, la educación y la calidad de vida de las personas, debido a sus significativas contribuciones, que se evidencian en el desarrollo personal, social, económico, turístico, ambiental y cultural que generan en las personas y las sociedades.

La Actividad Física, por su naturaleza es una de las conductas con mayor impacto social, esto atribuido a su alcance y al fenómeno cultural que ella implica; en otras palabras, esta conducta puede ofrecer igualdad de oportunidades a todas las personas independientemente de la edad, el género, la clase social, la religión, la raza, etnia, o nivel de aptitud. Incluye a todos, no importa el nivel socio-económico, todos tienen en la actividad física la oportunidad de obtener los beneficios que esta genera.

Esta revisión se plantea desde la perspectiva de la Actividad Física, teniendo en cuenta que es uno de los campos de acción como licenciados en Educación Física, Recreación y Deporte, por la clara influencia que puede tener en un contexto educativo en donde los diferentes actores enfrentan situaciones de exclusión todo el tiempo, y teniendo en cuenta los beneficios que se han venido planteando, como son los de promover el desarrollo integral del ser humano desde sus diferentes capacidades, tanto físicas como cognitivas, además de fomentar la espontaneidad, la creatividad, el respeto por la vida, y mejorar las relaciones interpersonales y de grupo (Fernández, 2009). Basado en lo anterior surge la necesidad de conocer si la Actividad Física es realmente un agente de inclusión social en el ámbito educativo, partiendo primero del papel que desempeña o puede desempeñar la actividad física dentro del ámbito escolar, esto se logra a través de una revisión documental.

De esta manera se observa que la revisión brinda herramientas conceptuales para el diseño de programas que mejoren los procesos inclusivos en la escuela por medio de la Actividad Física, fortalezcan el desarrollo integral de los escolares, ayude a mejorar los ambientes de aprendizaje, y muy probablemente eleven los estándares educativos de las instituciones, sin mencionar la reducción de los niveles de exclusión, desigualdad e inequidad. Así, una vez estos procesos se trabajen durante la etapa de formación de los escolares, a lo largo de su vida comprenderán la necesidad de aceptar las diferencias, y convivir con los demás, y esto a su vez, generaría un cambio significativo en el desarrollo de la sociedad en general, pues si hay sujetos desarrollados, habrá sociedades desarrolladas.

2.4. Objetivos.

2.4.1. Objetivo General

Establecer la relación entre la Actividad Física e inclusión social en el ámbito educativo.

2.4.2. Objetivos Específicos

- Determinar la producción científica referente a la relación existente entre Actividad Física e inclusión social en el ámbito educativo, a través de una revisión documental.
- Categorizar la información sobre la Actividad Física y la inclusión social en el ámbito educativo.
- Analizar la información documental sobre la Actividad Física y la inclusión social inmersa en el ámbito educativo hallada en la revisión documental.

3. Marco Referencial

3.1. Marco de Antecedentes.

De acuerdo con la indagación por parte investigativa y funcional del estado del arte sobre la actividad física como factor de inclusión en el ámbito educativo, se localiza una minoritaria fuente de investigación considerada veraz y sustentada por parte de las universidades que brindan un programa de énfasis o similitudes investigativas tácito en el contenido y el campo deportivo, la cultura del cuerpo y la educación física, posteriormente se moldea una postura substancial frente a la incluyente propuesta por parte del estado en un ámbito educativo siendo desarrollado y gestado a partir de la actividad física, esto no significa que la actividad física sea una variable más en el momento de la noción del ejercicio educativo y la forma de incluir las diferentes relaciones entre unos y otros, entre metodologías y métodos, modelos y experimentales. Con lo anterior se realiza una búsqueda de proyectos de grado en las universidades: Cenda, Santo Tomás, Universidad Libre, Universidad pedagógica Nacional, y en la Corporación universitaria Minuto de Dios; que arroja un resulta positivo para ubicarnos en un plano correcto a las nuevas expectativas de la actividad física, la inclusión, y el contexto educativo, nos sumergimos en la ubicación temporal de la investigación fomentando al mismo tiempo el aporte de tendencias educativas más sólidas y comprometidas con el esquema de pensamiento de cualquiera, para que este se acomode al sujeto, y no el sujeto a la idea de pensamiento, es decir incluyente que se adentra en la perspectiva más comprometida de la forma de acoger con actividades constantes, repetitivas, monótonas , y de poca funcionalidad .

3.2. Marco Teórico.

3.2.1. Actividad Física

La actividad física, según (García, 2003) “Las definiciones de actividad física coinciden en determinar que es toda acción motriz que ocasiona un gasto calórico. Incluye todo movimiento corporal realizado en la vida cotidiana de cualquier persona, hasta las exigentes sesiones de entrenamiento” (p 1). De hecho, propone que se debe seguir un programa de ejercicios que estimulen las diferentes cualidades físicas de manera sistemática como la mejor manera de obtener resultados ejecutando estas sesiones de manera frecuente; y de hecho se clasifica a dichas actividades según su nivel de intensidad desde el nivel de ligero, pasando por moderado y en el nivel más alto: vigoroso, siendo ligero para quienes empiezan un programa de ejercicios, moderado para quienes desean mantener la condición física y vigoroso para personas con una condición física excelente. El hecho de que sea sistemático busca generar procesos estables y de mejora de la condición física, cuidado de la salud por ejemplo en la prevención de las enfermedades no transmisibles (ENT); entendidas según la (OMS, 2015) como “...enfermedades crónicas, no se transmiten de persona a persona. Son de larga duración y por lo general evolucionan lentamente.” (p 1). Pero aún más importante reciben cuatro clasificaciones principales que las ubican dentro del tipo Cardiovascular, cáncer, respiratorias, y diabetes.

De este modo, (García, 2003) plantea: “*La actividad física para la salud basada en el ejercicio físico sistemático contempla acciones motrices que buscan desarrollar las capacidades aeróbicas, el control de la composición corporal y el fortalecimiento de los diversos grupos musculares*” (p 1). La organización mundial de la salud se refiere al concepto de actividad física del siguiente modo: (OMS, 2015) “*La OMS define la actividad física como cualquier movimiento corporal producido por los músculos esqueléticos, con el consiguiente consumo de energía. Ello incluye las actividades realizadas al trabajar, jugar y viajar, las tareas domésticas y las actividades recreativas*” (p 1). Siguiendo la línea de definición de (García, 2003); la (OMS, 2015), también hace referencia principalmente al gasto calórico a través de acciones motrices. La actividad física (AF) debe diferenciarse del ejercicio físico ya que este, se ve desde una perspectiva planificada y repetitiva que mejora los “componentes” o cualidades físicas (fuerza, flexibilidad, etc...) y hace distinción en el tiempo que cada individuo según su edad debería practicar AF diaria y acumular por semana.

Un aspecto importante son también las razones por las cuales las personas son inactivas, y se encontró que existen “factores tanto externos (inseguridad, violencia, falta de espacios adecuados para la práctica de actividad física)” aunque del mismo modo algunos factores internos, como el *motivacional* son importantes para mantener la frecuencia adecuada de práctica de actividad física, (OMS, 2015).

Para (Sarah Márquez, 2015), la actividad física “*se basa en un gasto calórico para ejercer movimientos*” (p 2). A diferencia de las dos definiciones anteriores, incluye la energía que se utiliza para llevar a cabo las funciones vitales como respiración o la digestión. Estas acciones son categorizadas en el rango de ligeras a vigorosas como se mencionó anteriormente con base al nivel de METS que implique. Los METS, significan una medida para la cuantificación de la actividad física, según (Sarah Márquez, 2015) “*Un MET es igual*

al número de calorías que un cuerpo consume mientras está en reposo. A partir de ese estado, los METS se incrementan según la intensidad de la acción” (p 2). Es decir que a medida que la actividad física se intensifique, también lo harán los METS o cantidad de energía empleada.

La inactividad física según (Navarro, 2011), considerada como la falta de la práctica actividad física, significa un elemento precursor de enfermedades no transmisibles (ENT), y que son de naturaleza comportamental evitable solo con modificar los hábitos nutricionales por ejemplo y de ejercitación física diaria según la edad.

Como punto relevante, se encuentra que a nivel general los procedimientos tanto médicos o farmacológicos deberían ser la última opción y se redirigen los tratamientos en cuanto a este tipo de enfermedades, para ser prevenidas. Este síndrome de inactividad física que se promueve de manera deliberada y se propaga con facilidad dada como justifica (Sarah Márquez, 2015): *“su incidencia ha ido en aumento en la misma medida en que se rebajaban las exigencias de actividad física en la vida laboral y se mejoraban los medios de transporte...” (p 2).* En la que bien sea en el trabajo o el hogar se promueve el uso de dispositivos tecnológicos en gran medida y reduciendo el tiempo y la práctica de actividad física generando estados de desequilibrio entre una dieta que está comúnmente mal racionalizada; pues se consume más energía de la que se necesita (Sarah Márquez, 2015) *“especialmente en los países desarrollados, lo seres humanos se encuentren mal adaptados a un tipo de vida en la que existe una enorme disponibilidad de energía y en la que ya no es necesario un gran esfuerzo físico” (p 1)* y generando estados de malnutrición denominados como indican (Mejía Marín, 2006) *“situaciones en las que hay alteración del estado nutricional tanto por exceso (obesidad), como por déficit (desnutrición)*

(p 99)”. Y de esta manera, se facilita la aparición de enfermedades del tipo Cardiovascular, Diabetes, Cáncer, y Obesidad en donde se consideran los siguientes beneficios a partir de la práctica de actividad física de manera frecuente:

A nivel CARDIOVASCULAR, es decir la relación del corazón y los vasos sanguíneos (venas, arterias...) respecto al aporte sanguíneo a los diversos tejidos o áreas del cuerpo, en donde encontramos como un aumento de la vascularización del miocardio y prevención de Isquemias, entendiéndose según: (INSTITUTE, 2014) como *“...enfermedad en la que se produce una disminución del flujo de sangre rica en oxígeno a una parte del organismo” (p 1).* Y caso tal que si este suceso dura un tiempo prolongado, causa la muerte del tejido u órgano, que para este caso sería el corazón y se denominaría Isquemia Cardíaca.

A nivel del tipo Diabetes, se encontró que el (National Institute of Diabetes and Digestive and Kidney Diseases (NIDDK), National Institutes of Health (NIH), 2013) realizó un estudio (*Diabetes Prevention Program, DPP*) donde aquellas personas que participaron del programa no sólo mejoraron su salud, evitando luego el uso de insulina, sino que además se estableció que si se logra *“...bajar de 5 a 7 por ciento de su peso total, puede retrasar y posiblemente prevenir la diabetes tipo 2... las personas que participaron en el estudio lograron esta meta comiendo saludablemente y haciendo ejercicio” (p 1).* Además de otros beneficios como mejora de la condición física y de acuerdo al tipo de diabetes predominante (tipo 2), las actividades denominadas “aeróbicas” es decir en donde prima el

consumo de oxígeno frente al esfuerzo específico de grandes grupos musculares, resultaron ideales para fomentar dicho programa

3.2.1.1. Obesidad Y Niveles De Actividad Física Escolar

“El sobrepeso y la obesidad se definen como una acumulación anormal o excesiva de grasa que puede ser perjudicial para la salud” (OMS, 2015)(p 1). La obesidad considerada como esa acumulación excesiva de grasa que interviene de manera perjudicial a nivel cardiovascular por ejemplo, formando placas producidas según (MEDLINE PLUS, 2012) si “...la grasa, el colesterol y otras sustancias se acumulan en las paredes arteriales. Las acumulaciones más extensas se llaman ateromas o placas y pueden dañar las paredes arteriales y obstruir el flujo sanguíneo...” (p 1). Y de esta manera produciendo accidentes cardiovasculares como las isquemias. (Como se dijo antes, es la falta de sangre que llega a una zona determinada del cuerpo y esta muere por la falta de ella) es prevenible a través de la práctica de actividad física constante debido a utilización de la grasa como sustrato energético durante actividades aeróbicas donde prima el consumo de oxígeno y se oxidan las grasas, evitando así la acumulación en las paredes de las arterias.

Para el caso del contexto escolar, encontramos que bajo la revisión de estudios como el hecho por (Fajardo Bonilla & Ángel Arango, 2012), en el que participaron 326 niños de 2 colegios de Bogotá y con un rango de edades de 7 a 11 años. Los resultados concluyeron en que el 22.4% tiene sobrepeso y el 15 % aproximadamente, posee obesidad. Dentro de los parámetros a los que se determina este estado de condición antropométrica se encontró que la mayoría de ellos practica actividades sedentarias como ver televisión, uso del ordenador, videojuegos y en concatenación con esta afirmación según las conclusiones de la revisión de estudios hecha por (Abarca - Sos, Zaragoza Casterad, Generelo Lanaspa, & Julián Clemente, 2010) donde se indica que “*El tiempo dedicado a los diferentes comportamientos sedentarios estudiados es elevado*” (p 5). De hecho se establecen parámetros recomendables para ver televisión que no superan las 2 horas por día, pero que llegado el fin de semana se sobrepasa dicha barrera y se limita el tiempo de práctica de actividad física.

3.2.1.2. Importancia De La Educación Temprana En Hábitos Saludables

Respecto al papel de La educación en cuanto a los hábitos de vida saludable, debería ser introducida desde la infancia de acuerdo con (Gema Torres-Luque, 2014), como se citó en (Carrero, et al., 2005); puesto que se busca que “*los agentes de socialización, que tendrán una importancia primordial en la formación de los hábitos de conductas saludables y positivas... tengan continuidad en la vida adulta*” (p3) De esta manera no cabe duda que la clase de educación física se convierte en el pilar principal para conformar lo que llamamos la educación activa de la actividad física; “*es por ello que la educación física en la escuela posee un rol esencial para la promoción de la actividad física (Shen, et al., 2007) citado por (Gema Torres-Luque, 2014)(p 3)*. El ideal sería que esta formación le permita al niño no solo desarrollarse integralmente y cuide de su salud en la escuela, sino que lo haga durante su tiempo libre, y en la jornada extra-escolar.

Siguiendo la misma corriente de pensamiento que ratifica que los hábitos saludables enseñados en la infancia, contrarrestarán en buena medida el porcentaje de adultos con ENT (enfermedades no transmisibles) y se postula que “*por lo tanto, orientar desde la niñez los esfuerzos para la prevención de estos factores de riesgo, a través de programas de intervención eficaces, puede tener un efecto positivo en el estado de salud de la persona en etapas posteriores*”. (Fajardo Bonilla & Ángel Arango, 2012) (p 5).

3.2.1.3. Niveles De Actividad Física En El Contexto Escolar

En un principio para este tipo de población, si bien existen recomendaciones en cuanto al tiempo de práctica de actividad física diaria, según organismos aceptados a nivel internacional como la OMS, la principal fuente de conocimiento acerca del tema, proviene de la aplicación de test de aptitud física a los escolares. Según características del grupo a evaluar, se tienen en cuenta la edad y género primordialmente, observándose que en edades tempranas, ambos géneros son muy activos y a medida que crecen se desvanece el tiempo de práctica de actividad física y las mujeres son quienes abandonan esta práctica en mayor medida frente a los hombres que en su mayor porcentaje se mantienen físicamente activos. (C. Casado Pérez, 2009), (Gema Torres-Luque, 2014).

La clase de educación física por su lado, se convierte en la única alternativa de práctica de la misma en el contexto educativo. De hecho como afirma (Murillo, Julián, García-González, & Abarca-Sos, 2014): “*...El entorno escolar proporciona importantes oportunidades a los niños y adolescentes para ser activos, de manera informal durante los recreos, y de manera formal a través de las clases de Educación Física*” (p 3).

Precisamente el tiempo destinado que generalmente emplean los escolares en la práctica de actividad física, bien sea durante la clase o el recreo, no resulta suficiente, puesto que lo recomendado para los jóvenes escolares va desde 1 hora en adelante según la OMS: *“Los niños y jóvenes de 5 a 17 años inviertan como mínimo 60 minutos diarios en actividades físicas de intensidad moderada a vigorosa...”* (p 1). Pero autores como (Murillo, Julián, García-González, & Abarca-Sos, 2014) proponen que: *“Los niveles de actividad física (NAF) en las clases de EF resultan insuficientes en cuanto al tiempo de AF moderada y vigorosa (AFMV)...un mínimo del 50% del tiempo de clase realizando AFMV...(p 3)”* es lo indicado aunque queda fuera del alcance de esta perspectiva saber el tiempo real que se invierte en dichas clases de Educación física y las veces o frecuencia semanal con que se realicen puesto que una frecuencia de 3 veces por semana sería lo apropiado para generar adaptaciones del organismo a la práctica de actividad física, pero sin olvidar que esta materia como indica (Iradge Ahrabi-Fard, 2005): *“...Sin embargo, esta materia tiene difícil el cumplimentar esta expectativa dado el insuficiente tiempo, recursos, entrenamiento profesional y apoyo curricular y administrativo...”*(p 2).

Respecto de la educación física, como única clase en la escuela encargada de promocionar la práctica de actividad física (AF) en el ámbito escolar, es de considerarse una educación activa de la actividad física en la clase de educación física, a fin de que el escolar practique AF, en su tiempo libre y no solo en el colegio, sino también, a nivel extraescolar. Para autores como (Iradge Ahrabi-Fard, 2005), en fin de promover dicho modelo educativo, específicamente el rol de los profesores de educación física, se torna en profesionales *“como facilitadores y promotores de una educación activa y de una vida saludable”*.

Siendo que, el escolar debe ser educado entorno al cuidado de su salud, el profesorado de educación física como indica (Iradge Ahrabi-Fard, 2005) *“...Su implicación en esta campaña es especialmente necesaria para la introducción de una educación activa en los colegios...”* (p 3). Sobre todo a edades tempranas puesto que según (C. Casado Pérez, 2009) *“todavía lo será más en el niño y el adolescente, ya que puede considerarse como un elemento básico para el desarrollo... Existen evidencias que sugieren que esta actividad durante la adolescencia tiene beneficios para la salud actual y futura”* (p 2).

Dicha promoción de una educación activa de la actividad física, en conclusión; es la única salida para generar lo que se conoce como una cultura de la actividad física definida por varios autores como:... *“como el conjunto de valores y pasiones relativas a la actividad física y a la vida activa.”*; y que busca principalmente, que el escolar sea su propio administrador de actividad física y posea conocimientos básicos para la práctica de AF fuera de la escuela: *“...la capacitación de los alumnos para convertirse en entusiasmados participantes y buscar oportunidades adicionales de acumulación diaria de la adecuada cantidad de actividad física apropiada para su edad”* (Iradge Ahrabi-Fard, 2005)(p 5) De hecho, sólo porque el escolar conozca algunos conceptos para la práctica de AF, no significa que sea todo lo que tiene que saber, puesto que el factor Motivacional, juega un papel destacable y que en este caso se orienta más desde el cuidado de la salud entorno a la prevención de ENT, (enfermedades no transmisibles) principalmente.

3.2.2. Inclusión Social Y Contexto Escolar

En un inicio, el propósito singular de la inclusión, es dar la oportunidad plena para incursionar, debatir, y fomentar la posición en el actuar cotidiano. Esto se torna difícil cuando se presenta un desencadenado incremento poblacional, la migración, la guerra, el hambre y específicamente y específicamente la desescolarización de estudiantes en muchos lugares a nivel mundial. Pueblos de América latina son propensos Significativamente a las desigualdades de nivel socioeconómico, estas, determinan la vulnerabilidad, especialmente en América latina en donde se concibe un problema de desigualdad y particulares rupturas socioculturales y económicas. La estratificación por parte de la población mundial es evidente, y con ella, la particularidad social de tener una jerarquía a nivel conceptual; está ligada con la posibilidad de acceder o no, a la escuela, de tener lugar en la sociedad, o de comprender el mundo bajo la perspectiva de tener un bien común en óptimas condiciones y del acceso a la educación.

La Organización mundial para la educación ciencia y cultura, mediante las diferentes declaraciones a lo largo del último medio siglo, establece los parámetros para que sea implementada la inclusión en las dimensiones de la escolaridad y las aulas, al normalizar las necesidades educativas especiales, y la dignificación de las personas en la plena ejecución de una objetividad educativa. Sin Embargo, la educación inclusiva significa adoptar un planteamiento integral de la reforma de la educación y, con ello, cambiar la manera en que el sistema educativo hace frente a la exclusión. Sin estrategias unificadas y claras que comprendan a todos los educandos, muchos países no lograrán cumplir los Objetivos de la Educación para Todos (EPT) de aquí a 2015, y ello tendrá también incidencias serias en la consecución De los Objetivos de Desarrollo del Milenio (ODM). (Educación, 2009)

La inclusión es un término gestado gracias a la introducción de la “marginación” en todas sus dimensiones. Marginación se considera, también, como toda influencia que no determina y no congrega a la participación o a la introducción de un sujeto o varios, en un grupo social, medio o espacio; dentro del cual es optimizado el proceso de aprendizaje y conocimiento. Junto a esto, se suma una de las principales causas de muerte a nivel mundial y deserción escolar: la pobreza. Sin duda, transforma el accionar de las políticas públicas reincidentes en la población en condición de segregación, o Marginalidad. De estas dependen las garantías para las personas que por su capacidad, o por su discapacidad resultan ser diferentes, es decir quiénes poseen características de tipo conceptual, cognitivo y físico no convencionales o fuera de lo común. Posteriormente, se brinda origen al término inclusión escolar, que tiene otro aspecto de articulación con su relación en la escuela y las aulas, la demanda por categorizar a los alumnos por su condición física, social y cognitiva, o por su capacidad o discapacidad.

La inclusión se ve pues como un proceso que permite tener debidamente en cuenta la diversidad de las necesidades de todos los niños, jóvenes y adultos a través de una mayor participación en el aprendizaje, las actividades culturales y Comunitarias, así como reducir la exclusión de la esfera de la enseñanza y dentro de ésta, y en último término acabar con ella. Entraña cambios y modificaciones de contenidos, enfoques, estructuras y estrategias

basados en una visión Común que abarca a todos los niños en edad escolar y la convicción de que corresponde al sistema educativo ordinario. Educar a todos los niños y niñas educación, 2009)

A partir de las dimensiones humanas se hace necesario conocer la naturaleza misma del ser y su interacción para con el otro y en sintonía con los avances internacionales en este campo, el desarrollo de la integración en el marco de una escuela comprensiva ha producido en los últimos años una evolución conceptual en lo que se entiende por integración; se tiende a abandonar este término y sustituirlo por el de “inclusión”. En la base de esta evolución se hallan razones de naturaleza distinta que van desde las psicológicas y pedagógicas a las más estrictamente sociales y éticas, que luego se examinarán con un poco más de detalle (Giné, 2001).

Es fundamental aclarar el término de inclusión social y sus diferentes manifestaciones en el actuar social, ciertamente se ve reflejado en la definición producida por (Echeita, 2007) allí se menciona “la educación inclusiva”, o la “inclusión” dos factores válidos para aterrizar el concepto. Sin embargo es más extenso su horizonte, dentro de la presentación de una educación más “inclusiva” la inclusión es un proceso, tiene que ver con la tarea de identificar y remover barreras, la presencia, la participación y el rendimiento de todos los alumnos y supone un énfasis particular en los grupos de alumnos que pueden estar en riesgo de marginalización, exclusión o fracaso escolar. Se recomienda, en progreso de una educación más inclusiva redefinir y evaluar; en la manera en que se desarrolla su concepción aplicada, adaptarla a la presencia, la participación y el aprendizaje.

Por otra parte, las restricciones actuales y de campo que permiten a la inclusión ser abordada desde la perspectiva fundamental, son las que tienen que ver con la *calidad de la educación* y con el derecho a la *igualdad de oportunidades*. Y tanto una cosa como la otra están relacionadas — ¡y mucho!— con la *atención a la diversidad*. Por un lado, una educación será de calidad en la medida en que cumpla su función: dar educación a todos los alumnos, atendiendo las necesidades educativas de cada uno de ellos. Así pues, un centro educativo ofrecerá una educación de calidad en la medida en que contemple la diversidad del alumnado. (Pere Pujolás, 2010).

“La educación inclusiva puede ser concebida como un proceso que permite abordar responder a la diversidad de las necesidades de todos los educandos a través de una mayor participación en el aprendizaje, las actividades culturales y comunitarias y reducir la exclusión dentro y fuera del sistema educativo. Lo anterior implica cambios y modificaciones de contenidos, enfoques, estructuras y estrategias basados en una visión común que abarca a todos los niños en edad escolar y la convicción de que es responsabilidad del sistema educativo regular educar a todos los niños y niñas. El objetivo de la inclusión es brindar respuestas apropiadas al amplio espectro de necesidades de aprendizaje tanto en entornos formales como no formales de la educación. La educación inclusiva, más que un tema marginal que trata sobre cómo integrar a ciertos estudiantes a la enseñanza convencional, representa una perspectiva que debe servir para analizar cómo transformar los sistemas educativos y otros entornos de aprendizaje, con el fin de responder a la diversidad de los

estudiantes. El propósito de la educación inclusiva es permitir que los maestros y estudiantes se sientan cómodos ante la diversidad y la perciban no como un problema, sino como un desafío y una oportunidad para enriquecer las formas de enseñar y aprender” (UNESCO, 2005, pág. 14.) (Derecho).

En concordancia con los planteamientos acerca de realizar cambios en el órgano educativo (escuela), autores como (Merche, 2006) afirman que: “supone la inclusión desde diversos planos: el currículum, la propia organización escolar, el desarrollo profesional y la innovación educativa.”(p 1). Suponiendo que este se realiza de forma puntual, a lo que se aspira es a concebir y ver la escuela no sólo como un centro de formación donde todos los estudiantes de las mismas edades se convergen en conocimientos alejados de la idea de integración o inclusión social, lo que se debería encontrar es un valor agregado de la escuela “Nos estamos refiriendo a la escuela inclusiva asociada a una educación de calidad sin excepciones, y una filosofía que contempla la escuela como motor de cambio social y de actitudes, basada en la igualdad y la democracia, donde la diversidad es un valor en alza que cohesionan al grupo y ofrece mayores posibilidades de aprendizaje” (Merche, 2006)(p 2).

Estas consideraciones acerca de la inclusión social en el área de educación física, que como dijimos en un principio se convierte en la única clase donde se generen este tipo de procesos, que para el caso promueven desde valores de compañerismo, respeto a la diversidad de culturas diferencias en y cualidades físicas basadas en la facultad o la falta de ella para ejercer ciertas acciones motrices, encontramos que “todo el alumnado comparte el mismo espacio, sin diferencias, reconsiderando la enseñanza y su organización con el apoyo pedagógico y social que sea necesario, y manteniendo las más altas expectativas para el aprendizaje de todas y todos”.(Merche, 2006)(p 3).

Autores como (Lavega, Planas, & Ruiz, 2014), quienes realizaron un estudio con 40 niños de edades de 8 a 11 años que, 18 de estos niños contaban con discapacidad y 22 de ellos no. Estos niños participaron de un programa que pretendía generar procesos de inclusión social en la escuela a través de Juegos Cooperativos, donde el Profesor de educación física en general atravesó de adaptaciones de orden, de situación, (por ejemplo cambiando las reglas del juego), se proponía generar dichos procesos en su clase. De este modo, durante la realización de los juegos se observaba la conducta de los escolares quienes demuestran diversas respuestas frente a cada juego. De esa observación por ejemplo: (Lavega, Planas, & Ruiz, 2014) “se elaboró un manual de observación, con la descripción de las posibles conductas motrices cooperativas que se podrían protagonizar para cada uno de los juegos cooperativos” (p 9).

A manera de conclusión sobre el estudio, las distintas respuestas fueron catalogadas por aspectos según sus cualidades que generalmente estaban ligadas a lo que se denominó “conductas motrices ajustadas” en donde se modificaba tanto las reglas de juego como la respuesta propia de algún jugador frente al propio juego a fin de que el protagonista de la acción motriz tuviera éxito en ella, y en segundo plano “la conducta motriz desajustada” que básicamente expresa la conducta competitiva y por ende no inclusiva o la mala comunicación entre los integrantes de un equipo, en determinado juego por ejemplo.

La respuesta más destacable frente al tema de inclusión social frente a la realidad de la clase de educación física como generadora de este tipo de experiencias de inclusión es que“...este tipo de estudios ayuda a comprender mejor el potencial pedagógico que ofrecen los juegos cooperativos en intervenciones de inclusión en educación física. Además contribuyen a aportar herramientas aplicadas al contexto real en el que se realizan las clases de educación física”. (p 14).

4. Diseño Metodológico

4.1. Tipo de Investigación

Investigación Documental, según El Manual de Trabajos de Grado, de Especialización y Maestrías y Tesis Doctorales, (Upel, 2006), la define como: “el estudio de problemas con el propósito de ampliar y profundizar el conocimiento de su naturaleza, con apoyo, principalmente, en trabajos previos, información y datos divulgados por medios impresos, audiovisuales o electrónicos”, (p.15).

4.2. Enfoque de la Investigación

El enfoque de la investigación es el cualitativo, que según los autores Blasco & Pérez (2007:25), señalan que la investigación cualitativa estudia la realidad en su contexto natural y cómo sucede, sacando e interpretando fenómenos de acuerdo con las personas implicadas. El objetivo de la investigación cualitativa es tratar de conocer los hechos, procesos, estructuras y personas en su totalidad, y no a través de la medición de algunos de sus elementos. La misma estrategia indica ya el empleo de procedimientos que dan un carácter único a las observaciones.

4.3. Método de Investigación

Método analítico:

La metodología analítica en la presente investigación, se identifica desde lo propuesto por Ramón Ruiz Limón en su libro “Historia y evolución del pensamiento científico” en donde dice que el método analítico corresponde (como su nombre lo indica) a un análisis, partiendo de la “descomposición” de un todo, conceptualizando la información por partes, para facilitar su análisis y así mismo su comprensión, para posteriormente comprender mejor el comportamiento de un fenómeno, e incluso, establecer nuevas teorías. (Ruiz R. 2006).

4.4. Fases de la investigación

1. Localización y consulta de material: Se realiza con el fin de establecer la disponibilidad de la documentación y el tipo de material realmente encontrado, su dispersión y su estado de conservación.
2. Búsqueda y selección de la información: Es el rastreo e inventario de los documentos existentes y disponibles y de las fuentes complementarias.
3. Clasificación y valoración de los documentos: se realiza de acuerdo a la intencionalidad y la temática establecida en la investigación.
4. Análisis de los documentos: Lectura cuidadosa de los documentos, elaboración de tablas de análisis para dar cuenta de patrones, recurrencias, vacíos, tendencias, levantamiento de categorías, lectura cruzada y síntesis comprensiva de la realidad.

4.5. Población y Muestra:

Para este proyecto la población y muestra estará referencia hacia el contexto escolar en general, sin especificar un rango de edad, estrato social, entre otros. Pero para este caso se va a utilizar el muestreo intencional, haciendo referencia a la selección de la información a partir de una serie de criterios establecidos por el grupo de investigación y que serán considerados indispensables para el análisis de los mismos. (Galeano, 2007)

4.6. Técnicas e instrumentos de Recolección de datos

Dentro de las técnicas e instrumentos utilizados en el proyecto se clasificaron en dos, una orientada hacia las técnicas de búsqueda de la información pertinente (Revisión documental) y la otra hacia las técnicas de análisis de la investigación documental (Análisis de contenido)

En primera instancia y respondiendo a las técnicas de búsqueda se encuentra la Revisión Documental, siendo esta una herramienta de investigación social basada en documentos que se dedica a reunir, seleccionar y analizar datos que están en forma de “documentos” producidos por la sociedad para estudiar un fenómeno determinado. (Gómez & Jabbaz, 2013)

Por ende se hace necesario, generar una serie de pasos, los cuales permitan a los investigadores, encontrar la información pertinente de manera estructurada, planteando unas palabras clave, que darán partida a la composición de frases compuestas, que a su vez orientaran la búsqueda de la información en bases de datos y buscadores electrónicos, los cuales contienen información científica.

Tabla 1. Palabras Clave:

PALABRAS CLAVE
Actividad Física
Inclusión Social
Ámbito Educativo

En la tabla 1, se enuncian las palabras clave, no solo del documento, sino de la estructura para la búsqueda de la información en las diferentes bases de datos y buscadores electrónicos; es a partir de las mismas que se genera la construcción de las frases compuestas, fundamentales para el cumplimiento de la Fase 1 del proyecto.

Tabla 2. Frases Compuestas

FRASES COMPUESTAS:	
Actividad Física Inclusión Social Ámbito Educativo	FRASE 1: La actividad física como factor de inclusión social en el contexto educativo.
	FRASE 2: La inclusión social en el contexto educativo a través de la actividad física.
	FRASE 3: La actividad física y la inclusión social en el contexto educativo.
	FRASE 4: La relación entre actividad física e inclusión social en el ámbito educativo.
	FRASE 5: La actividad física y la inclusión social en los escolares.

Una vez se han planteado las palabras clave, guía para la búsqueda de la información se elaboran las frases compuestas, las cuales nacen a partir de la interacción de las palabras clave, tal como se muestra en la tabla 2.

Tabla 3. Bases de datos y buscador electrónico

BASES DE DATOS	BUSCADOR ELECTRÓNICO	FRASES COMPUESTAS					Total	ARTICULOS DESCARGADOS
		FRA SE 1	FRA SE 2	FRA SE 3	FRA SE 4	FRA SE 5		
DIALNET		2	2	4	3	1	12	1
SCIELO		4750	5950	5950	4970	4620	26240	2
	GOOGLE ACADÉMICO	52700	61600	54900	47400	41400	258000	6
TESEO		0	0	0	0	0	0	0
REDALYC		321408	366651	314809	362902	256259	1622029	37
LILAC		0	0	0	0	0	0	0
TOTAL		378860	434203	375663	415275	302280	1906281	46

En la tabla 3, se presentan los resultados de la búsqueda realizada en las bases de datos Dialnet, Scielo, Teseo, Redalyc, Lilac y en el buscador electrónico Google Académico; búsqueda hecha a través de las frases compuestas. Los resultados obtenidos son de 46 artículos que cumplen con una serie de criterios de Inclusión (Tabla 4)

Como se ha mencionado al inicio de este apartado, la segunda técnica utilizada está basada en el Análisis de Contenido, según Galeano (2007) es una técnica elaborada y con un gran valor científico para la observación y análisis de información contenida en los diferentes tipos de documentos existentes; esta técnica permite descubrir la estructura interna de la comunicación y el contexto en el que se produce la información. También permite al investigador conocer y analizar los artículos de manera cuantitativa y cualitativa, estableciendo frecuencias a partir de la codificación y categorización de los datos. A continuación se presentan las tablas en donde se puede evidenciar el proceso llevado a cabo para el análisis de la información de los artículos hallados.

Tabla 4. Criterios de Inclusión

CRITERIO DE INCLUSIÓN	
ESPECTRO DE BÚSQUEDA	Artículos publicados entre 2009 y 2015
TÍTULO	El título debe contener al menos una de las palabras clave (actividad física, inclusión social, contexto educativo o educación)
ABSTRACT O RESUMEN	El resumen o abstract del documento descargado debe estar relacionado con la temática que se va a trabajar en el proyecto.

En la Tabal 4, se presentan los criterios con los cuales se seleccionaron los 46 artículos referenciados en la tabla 3, artículos que son el suministro para el análisis de contenido.

Tabla 5. Codificación de los artículos

Cód.	Título	Base de datos	Revista (volumen y número)	Artículo	Tesis	Año	Autores
1	Actividad física en adolescentes de cinco ciudades colombianas: resultados de la Encuesta Mundial de Salud a Escolares	Redalyc	Revista de Salud Pública, vol. 12, núm. 6, diciembre, 2010, pp. 903-914	x	No aplica	2010	Marion Piñeros y Constanza Pardo
2	ACTIVIDAD FÍSICA EXTRAESCOLAR: RELACIONES CON LA MOTIVACIÓN EDUCATIVA, RENDIMIENTO ACADÉMICO Y CONDUCTAS ASOCIADAS A LA SALUD	Redalyc	Revista Iberoamericana de Psicología del Ejercicio y el Deporte, vol. 9, núm. 1, enero-junio, 2014, pp. 51-65	x	Universidad de Las Palmas de Gran Canaria	2014	González, Juan; Portolés, Al
3	ACTIVIDAD FÍSICA, CONDICIÓN FÍSICA Y ADIPOSIDAD: INMIGRANTES VERSUS ESCOLARES ESPAÑOLES	Redalyc	Revista Internacional de Medicina y Ciencias de la Actividad Física y del Deporte	x	Universidad Autónoma de Madrid	2014	Pardo Arquero, V. P.; Jiménez Pavón, D.; Guillén del Castillo, M.; Benítez Sillero, J. D.

Tabla 5. Codificación de los artículos

Cód	Título	Base de datos	Revista (volumen y numero)	Artículo	Tesis	Año	Autores
5	Análisis de la condición física en escolares extremeños asociada a las recomendaciones de prácticas de actividad física vigentes en España	Redalyc	Cultura, Ciencia y Deporte, vol. 5, núm. 13, 2010, pp. 45-49	x	Universidad Católica San Antonio de Murcia	2010	Cruz Sánchez, Ernesto de la; Pino Ortega, José
6	ANÁLISIS MOTIVACIONAL COMPARATIVO EN TRES CONTEXTOS DE ACTIVIDAD FÍSICA	Redalyc	Journal of Medicine and Science of Physical Activity and Sport, vol. 14, núm. 56, octubre-diciembre, 2014, pp. 665-685	x	Universidad Autónoma de Madrid	2014	Moreno - Murcia, J.A.; Sicilia, A.; Sáenz-López, P.; González-Cutre, D.; Almagro, B.J.; Conde, C
7	Barreras contextuales para la participación de las personas con discapacidad física	Scielo	Rev. Univ. Ind. Santander. Salud vol.45 no.1 Bucaramanga Jan./ Apr. 2013	x	No aplica	2013	Claudia Patricia Serrano Ruíz, Carolina Ramírez Ramírez, Jheidy Patricia Abril Miranda, Lizeth Vivian Ramón Camargo,

							Linda Yulieth Guerra Urquijo ³ , Nathali Clavijo González ³
--	--	--	--	--	--	--	---

Tabla 5. Codificación de los artículos

Cód.	Título	Base de datos	Revista (volumen y numero)	Artículo	Tesis	Año	Autores
9	CREENCIAS Y PERSPECTIVAS DOCENTES SOBRE OBJETIVOS CURRICULARES Y FACTORES DETERMINANTES DE ACTIVIDAD FÍSICA	Google académico	Rev.int.med.cienc.act.fís.deporte-vol. 10 - número 38 - junio 2010 - ISSN: 1577-0354	x	No aplica	2010	Hernández-Álvarez, J. L.; Velázquez-Buendía, R.; Martínez-Gorroño, M.E. y Díaz del Cueto, M.
10	Didáctica de la educación física, desigualdad y transformación social	Google académico	Estud. pedagóg. vol.38 no.especial Valdivia 2012	x	No aplica	2012	Víctor M. López Pastor

11	DIMENSIONES DE LOS MOTIVOS PARA LA PARTICIPACIÓN EN ACTIVIDADES FÍSICAS DE ESCOLARES DE 10-12 AÑOS DE MELILLA. ANÁLISIS DE LAS DIFERENCIAS EN FUNCIÓN DEL GÉNERO Y LA EDAD	Redalyc	Motricidad. European Journal of Human Movement, vol. 27, 2011, pp. 85-99	x	No aplica	2012	Granda, J.; Alemany, I.; Montilla, M.; Mingorance, A.; Barbero, J.C.
12	Educación Física y Comunidades de Aprendizaje	Google académico	Estud. pedagóg. vol.38 no.especial Valdivia 2012	x	No aplica	2012	Marta Capllonch, * * Sara Figueras

Tabla 5. Codificación de los artículos

Cód	Título	Base de datos	Revista (volumen y numero)	Artículo	Tesis	Año	Autores
14	El Desarrollo Positivo a través de la Actividad Física y el Deporte: El Programa de Responsabilidad Personal y Social	Google académico	No aplica	No aplica	universidad de valencia	2011	María Martínez Antón

15	El desarrollo positivo a través de la actividad física y el deporte: el programa de responsabilidad personal y social	Google académico	Revista de psicología general y aplicada 2009. Vol. 62, núm. 1-2, pp. 45-52 ISSN: 0373-2002	x	Universidad de Valencia	2009	AMPARO ESCARTÍ, SOFÍA BUELGA
16	Estado nutricional de escolares según su nivel de actividad física, alimentación y escolaridad de la familia	Redalyc	Revista Cubana de Salud Pública, vol. 39, núm. 4, septiembre-diciembre, 2013, pp. 640-650	x	No aplica	2013	Díaz Martínez, Ximena; Mena Bastías, Carmen; Chavarría Sepúlveda, Pamela; Rodríguez Fernández, Alejandra; Valdivia-Moral, Pedro Ángel
17	Estudio sobre el cambio de actitudes hacia la discapacidad en clases de actividad física	Scielo	CPD vol.12 no.2 Murcia dic. 2012	x	Universidad de Murcia	2012	González Hernández, J. y Baños Audije, L.M.

Tabla 5. Codificación de los artículos

Cód	Título	Base de datos	Revista (volumen y número)	Artículo	Tesis	Año	Autores
19	Frecuencia de práctica y motivos de participación/no participación en actividades físicas en función del género de escolares de 10-12 años de Melilla	Redalyc	RICYDE. Revista Internacional de Ciencias del Deporte, vol. VI, núm. 21, octubre, 2010, pp. 280-296	x	No aplica	2010	Granda Vera, Juan; Montilla Medina, Mariano; Barbero Álvarez, José Carlos; Mingorance Estrada, Ángel; Aleman y Arrebola, Inmaculada
20	Hernández-Álvarez, J. L.; Velázquez-Buendía, R.; Martínez-Gorroño, M.E. y Díaz del Cueto, M.	Dialnet	Hernández-Álvarez, J. L.; Velázquez-Buendía, R.; Martínez-Gorroño, M.E. y Díaz del Cueto, M.	x	Universidad de Barcelona	2009	Merché Ríos Hernández
21	Inclusión educativa de personas con discapacidad	Redalyc	Revista Colombiana de Psiquiatría, vol. 40, núm. 4, diciembre, 2011, pp. 670-699	x	No aplica	2011	Padilla Muñoz, Andrea
22	Influencia del género y de los contenidos sobre la actividad física y la percepción de competencia en Educación Física	Redalyc	RICYDE. Revista Internacional de Ciencias del Deporte, vol. X, núm. 36, abril-junio, 2014, pp. 131-143	x	No aplica	2014	Murillo, B.; J. A., Julián; García-González, L.; Abarca-Sos, A.; Zaragoza, J.

Tabla 5. Codificación de los artículos

Cód	Título	Base de datos	Revista (volumen y numero)	Artículo	Tesis	Año	Autores
24	La educación física como espacio de transformación social y educativa: perspectivas desde los imaginarios sociales y la ciencia de la motricidad humana	Scielo	Estud. pedagóg. vol.38 no.especial Valdivia 2012	x	Universidad autónoma de Chile	2012	Alejandro Almonacid Fierro
25	La educación física en la consecución de la competencia social y ciudadana	Redalyc	RETOS. Nuevas Tendencias en Educación Física, Deporte y Recreación, núm. 25, enero-junio, 2014, pp. 180-185	x	No aplica	2014	Monzonís Martínez, Núria; Capllonch Bujosa, Marta
26	La influencia de las metas de logro y las metas sociales sobre el fair play de estudiantes de Educación Física de Secundaria	Redalyc	Revista de Psicodidáctica, vol. 17, núm. 1, 2012, pp. 73-91	x	Universidad del País Vasco/Euskal Herriko Unibertsitatea	2012	Fernández-Río, Javier; Méndez-Giménez, Antonio; Cecchini, José A.; González de Mesa, Carmen

27	La interacción social en el contexto del aula de Educación Física	Redalyc	Profesorado. Revista de Currículum y Formación de Profesorado, vol. 18, núm. 2, mayo-agosto, 2014, pp. 305-320	x	Universidad de Granada	2014	González Plate, Lylían; Rivera García, Enrique; Trigueros Cervantes, Carm
----	---	---------	--	---	------------------------	------	---

Tabla 5. Codificación de los artículos

Cód	Título	Base de datos	Revista (volumen y número)	Artículo	Tesis	Año	Autores
29	Las niñas también quieren jugar: la participación conjunta de niños y niñas en actividades físicas no organizadas en el contexto escolar	Redalyc	Movimiento, vol. 20, núm. 1, enero-marzo, 2014, pp. 103-124	x	No aplica	2014	Gil-Madrona, Pedro; Cachón-Zagalaz, Javier; Díaz-Suarez, Arturo; Valdivia-Moral, Pedro; Zagalaz-Sánchez, María Luisa
30	Las representaciones sociales. Los docentes de educación básica frente a la inclusión escolar	Redalyc	Perfiles Educativos, vol. XXXIV, núm. 137, 2012, pp. 99-118	x	No aplica	2012	Garnique C., Felicita
31	MOTIVACIÓN SITUACIONAL Y ESTADO AFECTIVO EN CLASES DIRIGIDAS DE ACTIVIDAD FÍSICA	Redalyc	Motricidad. European Journal of Human Movement, vol. 29, 2012, pp. 147-158	x	No aplica	2012	Broo, N.; Ballart, P.; Juan, B.; Valls, A.; Latinjak, A.

32	Niveles de actividad física medido con acelerómetro en alumnos de 3° ciclo de Educación Primaria: actividad física diaria y sesiones de Educación Física	Redalyc	Revista de Psicología del Deporte, vol. 21, núm. 1, 2012, pp. 117-123	x	Universitat de les Illes Balears	2012	Martínez Martínez, Jesús; Contreras Jordán, Onofre Ricardo; Aznar Laín, Susana; Lera Navarro, Ángela
----	--	---------	---	---	----------------------------------	------	--

Tabla 5. Codificación de los artículos

Cód	Título	Base de datos	Revista (volumen y numero)	Artículo	Tesis	Año	Autores
34	Práctica de actividad física, actividades sedentarias y hábitos alimentarios en escolares entre los 5 y 10 años con exceso de peso de un colegio en Bogotá, Colombia	Google académico	Rev. Fac. Med. 2014 Vol. 62 No. 2: 221-228	x	Pontificia Universidad Javeriana. Facultad de Ciencias. Departamento de Nutrición y Bioquímica	2014	Cindy Natalia Sepúlveda-Valbuena ¹ • Liliana Ladino-Meléndez ^{1,2}
35	PREVALENCIA DE SOBREPESO Y OBESIDAD, CONSUMO DE ALIMENTOS Y PATRÓN DE ACTIVIDAD FÍSICA EN UNA POBLACIÓN DE NIÑOS ESCOLARES DE LA CIUDAD DE BOGOTÁ	Redalyc	Revista Med, vol. 20, núm. 1, enero-junio, 2012, pp. 101-116	x	Universidad Militar Nueva Granada	2012	Fajardo Bonilla, Esperanza; Ángel Arango, Luis Alberto

36	Programa educativo afecta positivamente el consumo de grasa, frutas, verduras y actividad física en escolares Mexicanos	Redalyc	Nutrición Hospitalaria, vol. 30, núm. 3, septiembre-, 2014, pp. 552-561	x	No aplica	2014	Quizán-Plata, Trinidad; Villarreal Meneses, Liliana; Esparza Romero, Julián; Bolaños Villar, Adriana V.; Diaz Zavala, R. Giovanni
----	---	---------	---	---	-----------	------	---

Tabla 5. Codificación de los artículos

Cód	Título	Base de datos	Revista (volumen y numero)	Artículo	Tesis	Año	Autores
38	Programas de intervención para la promoción de actividad física en niños escolares: revisión sistemática	Redalyc	Nutrición Hospitalaria, vol. 26, núm. 2, marzo-abril, 2011, pp. 265-270	x	No aplica	2011	Medina-Blanco, R. I.; Jiménez-Cruz, A.; Pérez-Morales, M. E.; Armendáriz-Anguiano, A. L.; Bacardí-Gascón, M.
39	Reflexión y análisis sobre los Programas de Cualificación Profesional Inicial como medida de inclusión social y educativa en Andalucía (España)	Redalyc	REICE. Revista Iberoamericana sobre Calidad, Eficacia y Cambio en Educación, vol. 12, núm. 1, enero-, 2014, pp. 83-102	x	No aplica	2014	Marín Marín, José Antonio; García Carmona, Marina; Sola Reche, José María

40	RELACIÓN ENTRE ACTIVIDAD FÍSICA DIARIA, ACTIVIDAD FÍSICA EN EL PATIO ESCOLAR, EDAD Y SEXO EN ESCOLARES DE EDUCACIÓN PRIMARIA(*)	Redalyc	Revista Española de Salud Pública, vol. 85, núm. 5, septiembre-octubre, 2011, pp. 481-489	x	No aplica	2011	Escalante, Yolanda; Backx, Karianne; Saavedra, José M.; García-Hermoso, Antonio; Domínguez, Ana Escalante, Yolanda; Backx, Karianne; Saavedra, José M.; García-Hermoso, Antonio; Domínguez.
----	---	---------	---	---	-----------	------	---

Tabla 5. Codificación de los artículos

Cód	Título	Base de datos	Revista (volumen y número)	Artículo	Tesis	Año	Autores
42	RETOS. Nuevas Tendencias en Educación Física, Deporte y Recreación, núm. 25, enero-junio, 2014, pp. 17-22	Redalyc	RETOS. Nuevas Tendencias en Educación Física, Deporte y Recreación, núm. 25, enero-junio, 2014, pp. 17-22	x	No aplica	2014	Torres-Luque, Gema; Carpio, Elisabeth; Lara Sánchez, Amador; Zagalaz Sánchez, M ^a Luisa
43	UNA APROXIMACIÓN A LA INTERVENCIÓN EDUCATIVA CON MENORES MIGRANTES NO ACOMPAÑADOS EN ESPAÑA: PARADOJAS DE LA INCLUSIÓN SOCIAL	Redalyc	Avaliação: Revista da Avaliação da Educação Superior, vol. 17, núm. 1, marzo, 2012, pp. 137-153	x	Universidade de Sorocaba	2012	Del-Sol-Flórez, Héctor

44	Validación de un cuestionario para la valoración de la actividad física en escolares adolescentes	Redalyc	Anales de la Facultad de Medicina, vol. 73, núm. 4, 2012, pp. 307-313	x	Universidad Nacional Mayor de San Marcos	2012	Gómez Campos, Rossana; Vilcazán, Elmer; De Arruda, Miguel; Español, Jefferson E; Cossio-Bolaños, Marco Antonio
----	---	---------	---	---	--	------	--

Tabla 5. Codificación de los artículos

Cód	Título	Base de datos	Revista (volumen y numero)	Artículo	Tesis	Año	Autores
46	VALORACIÓN DE LA INCLUSIÓN DE LAS ACTIVIDADES ACUÁTICAS EN EDUCACIÓN FÍSICA	Redalyc	Motricidad. European Journal of Human Movement, vol. 26, junio, 2011, pp. 123-139	x	No aplica	2011	Albarracín, A.; Moreno-Murcia, J.A.

En la Tabla 5 se presentaron las características básicas de los artículos, dándoles un código, estableciendo el título, la base de datos en donde se encontró, la revista y el año de publicación, el tipo de documento, si corresponde a una tesis o a un artículo científico y los autores.

En la tabla 6 se presentan las veces que aparecen las palabras clave dentro de los artículos codificados en la anterior tabla.

Tabla 6. Frecuencia de Palabras Clave

Cód.	Actividad física		Inclusión social		Ámbito o contexto educativo	
	Página	Cantidad	Página	Cantidad	Página	Cantidad
1	1	1	0	0	0	0
	2,9,12	8	0	0	0	0
	3	4	0	0	0	0
	4	7	0	0	0	0
	5,10,13	5	0	0	0	0
	6	2	0	0	0	0
	7	3	0	0	0	0
	8	6	0	0	0	0
	11	10	0	0	0	0
2	1, 3, 5, 7	5	0	0	0	0
	2	3	0	0	0	0
	4, 6, 8	1	0	0	0	0
3	1, 7, 8, 9, 10	1	0	0	11,12	1
	2, 6, 12	2	0	0	0	0
	4, 11	5	0	0	0	0
	5	3	0	0	0	0

Tabla 6. Frecuencia de Palabras Clave

Cód.	Actividad física		Inclusión social		Ámbito o contexto educativo	
	Página	Cantidad	Página	Cantidad	Página	Cantidad
4	1, 7,8,11	3	0	0	5	3
	2, 4	6	0	0	6	1
	3, 9, 13	5	0	0	0	0
	5	9	0	0	0	0
	6	8	0	0	0	0
	10, 14	1	0	0	0	0
	12	2	0	0	0	0
5	1,2,10, 12,13,3 1,33,35 ,37,39, 41,43,4 5,47,49 ,52,53, 55,57,5 9,61,63 ,65,69, 71,73,7 5,77,79 ,81,83, 85, 87,97,9 3,94,95 ,97, 99,101, 103,10 5,107,1 09,111, 113,11 5, 117,11 9, 123,	1	0	0	252	1

125, 127,13 1,132,1 33,135, 136,13 7,139,1 40,141, 143,14 4,145,1 47,149, 151,15 3,155,1 57,159, 161,16 3,165,1 67,169, 171,17 3,175,1 77,179, 181,18 3,185,1 87,189, 191,19 3,195,1 97,199, 201,20 3,205,2 07,209, 211,21 3,215,2 17,219, 221,22 3,225,2 27,229, 231,24 6,258,2 62,263, 265,26 8,270,2 73,274, 275,27 7,279						
4 ,25,51, 66,67,1 29,236, 259	2	0	0	0	0	0

14,23,2 4,54,89 ,114,12 1,238,2 52,253, 254,25 6,257	3	0	0	0	0
15,16,1 7,27,23 3,234,2 37,244, 245,24 7,250,2 51,255	4	0	0	0	0
18,20,2 8,240,2 49	8	0	0	0	0
19	9	0	0	0	0
21	12	0	0	0	0
22,26,2 9,239,2 41,248, 260,26 7	6	0	0	0	0
30,235	5	0	0	0	0
242,24 3	7	0	0	0	0

Tabla 6. Frecuencia de Palabras Clave

Cód.	Actividad física		Inclusión social		Ámbito o contexto educativo	
	Página	Cantidad	Página	Cantidad	Página	Cantidad
6	1,6	1	0	0	0	0
	2	6	0	0	0	0
	3	13	0	0	0	0
	4	11	0	0	0	0
	5	8	0	0	0	0
7	1	3	0	0	4	1
	2	4	0	0	0	0
	5,6,19	1	0	0	0	0
	9,14	2	0	0	0	0
8	0	0	0	0	5,12	1
	0	0	0	0	6,8	2
	0	0	0	0	9	3
9	1,11	1	0	0	1,1	1
	2,6	11	0	0	2,5,6,7	3
	3,1	7	0	0	4	6
	4	10	0	0	8,9	2
	5	9	0	0	0	0
	7	17	0	0	0	0
	8	6	0	0	0	0
	9	12	0	0	0	0

Tabla 6. Frecuencia de Palabras Clave

Cód.	Actividad física		Inclusión social		Ámbito o contexto educativo	
	Página	Cantidad	Página	Cantidad	Página	Cantidad
10	1,5,6,13,14	4	0	0	3	4
	2,17	3	0	0	4	2
	3,11	9	0	0	6	3
	4,19,20	2	0	0	9	1
	7,16,18	5	0	0	10	3
	8,12	6	0	0	18	1
	9,1	10	0	0	0	0
	15	8	0	0	0	0
11	11,3	1	0	0	0	1
	31	2	0	0	0	2
12	2,8,15	1	0	0	5	2
	3,9,10	2	0	0	0	0
	4	4	0	0	0	0
	11	3	0	0	0	0
	12	7	0	0	0	0
	13,14	5	0	0	0	0
	0	0	0	0	1	2
	0	0	0	0	2	3
	0	0	0	0	3	6
	0	0	0	0	4	4

Tabla 6. Frecuencia de Palabras Clave

Cód.	Actividad física		Inclusión social		Ámbito o contexto educativo	
	Página	Cantidad	Página	Cantidad	Página	Cantidad
14	1,4,7	1	0	0	6	1
	2,6	5	0	0	0	0
	5	4	0	0	0	0
	8,1	2	0	0	0	0
	12	3	0	0	0	0
15	1,3	3	0	0	2	4
	4,5	1	0	0	0	0
	7	4	0	0	0	0
	8	2	0	0	0	0
16	1,7,16, 50,53,5 5,56,57 ,59,76, 78,124, 197,20 0,202	1	0	0	0	0
	15,77	3	0	0	0	0
	52,119, 203,20 7	2	0	0	0	0
17	1,6	1	0	0	0	0
	2,5	7	0	0	0	0
	3	13	0	0	0	0
	4	11	0	0	0	0

Tabla 6. Frecuencia de Palabras Clave

Cód.	Actividad física		Inclusión social		Ámbito o contexto educativo		
	Página	Cantidad	Página	Cantidad	Página	Cantidad	

18	1	3	0	0	0	0
	2	4	0	0	0	0
	5,6,19	1	0	0	0	0
	9,14	2	0	0	0	0

19	1,3,4,5	2	0	0	0	0
	12,13	1	0	0	0	0
20	1,11	1	0	0	10,1	1
	2,6	11	0	0	2,5,6,7,	3
	3,1	7	0	0	4	6
	4	10	0	0	8,9	2
	5	9	0	0	0	0
	7	17	0	0	0	0
	8	6	0	0	0	0
	9	12	0	0	0	0
	21	1,5,6,13,	4	0	0	0
2,4,20		2	0	0	0	0
3		9	0	0	0	0
7,14		5	0	0	0	0
8,16		6	0	0	0	0

	10,9	10	0	0	0	0
	11	9	0	0	0	0
	12	7	0	0	0	0
	15	8	0	0	0	0
	17	3	0	0	0	0
	18	5	0	0	0	0
	19	1	0	0	0	0

Tabla 6. Frecuencia de Palabras Clave

Cód.	Actividad física		Inclusión social		Ámbito o contexto educativo	
	Página	Cantidad	Página	Cantidad	Página	Cantidad

22	30,11	1	0	0	0	0
	32	2	0	0	0	0
23	2,8	1	0	0	0	0
	3,9,10	2	0	0	0	0
	4	4	0	0	0	0
	11	3	0	0	0	0
	12	7	0	0	0	0
	13,14	5	0	0	0	0
24	0	0	0	0	0	0
	0	0	0	0	0	0
25	1,4,7	1	0	0	6	1
	2,6	5	0	0	0	0
	10,8	2	0	0	0	0
	5	4	0	0	0	0

	12	3	0	0	0	0
26	1,7,16, 50,53,5 5,56,57 ,59,76, 78,124, 197,20 0,202	1	0	0	0	0
			0	0	0	0
	15	3	0	0	0	0
	52,119, 203,20 7	2	0	0	0	0
77	3	0	0	0	0	

Tabla 6. Frecuencia de Palabras Clave

Cód.	Actividad física		Inclusión social		Ámbito o contexto educativo	
	Página	Cantidad	Página	Cantidad	Página	Cantidad

27	1,3	1	0	0	0	0
	2	7	0	0	0	0
	4,6,10.	4	0	0	0	0
	5,9,11	3	0	0	0	0
	8	8	0	0	0	0
28	1,2,5	1	0	0	0	0
29	2,9,10, 12,15,1 6,19	1	0	0	0	0
30	2,5	4	0	0	0	0
	3	7	0	0	0	0

	4	10	0	0	0	0
	6	1	0	0	0	0
	10,14,17	3	0	0	0	0
	8,9,12,18	2	0	0	0	0
	11,16	5	0	0	0	0
	15	6	0	0	0	0
31	1,15,17,18,19	1	0	0	0	0
	16	4	0	0	0	0
	22	2	0	0	0	0
32	1,6,8,11	1	0	0	0	0
	2,4	3	0	0	0	0
	3	6	0	0	0	0
	5	2	0	0	0	0
	9,10	5	0	0	0	0

Tabla 6. Frecuencia de Palabras Clave

Cód.	Actividad física		Inclusión social		Ámbito o contexto educativo	
	Página	Cantidad	Página	Cantidad	Página	Cantidad
33	1	2	0	0	3	1
	2,6	17	0	0	0	0
	3	15	0	0	0	0
	4	10	0	0	0	0
	5	16	0	0	0	0
	7	12	0	0	0	0
	8	4	0	0	0	0
34	1,7	1	0	0	0	0
	2,5	15	0	0	0	0
	3	8	0	0	0	0
	4	12	0	0	0	0
	6	10	0	0	0	0
35	1	1	0	0	0	0
	2	5	0	0	0	0
	3	14	0	0	0	0
	4	9	0	0	0	0
	5	3	0	0	0	0
	6	6	0	0	0	0
	7	13	0	0	0	0
	8	8	0	0	0	0

Tabla 6. Frecuencia de Palabras Clave

Cód.	Actividad física		Inclusión social		Ámbito o contexto educativo	
	Página	Cantidad	Página	Cantidad	Página	Cantidad
36	1,3,8,9, 12	1	0	0	0	0
	2,15	6	0	0	0	0
	4	2	0	0	0	0
	5,6,7,1 4	4	0	0	0	0
	11,13,1 6,17	3	0	0	0	0
37	1,6,7,8, 11	1	0	0	0	0
	2,3	9	0	0	0	0
	4	12	0	0	0	0
	5	8	0	0	0	0
	9	2	0	0	0	0
	10	7	0	0	0	0
38	1	1	0	0	4	1
	2	16	0	0	0	0
	3	7	0	0	0	0
	4,6	4	0	0	0	0
	5	5	0	0	0	0
39	1,4,7	1	0	0	0	0
	2	7	0	0	0	0

	3,6	3	0	0	0	0
	5	2	0	0	0	0
40	0	0	1,2,4,1 8,19	1	0	0

Tabla 6. Frecuencia de Palabras Clave

Cód.	Actividad física		Inclusión social		Ámbito o contexto educativo	
	Página	Cantidad	Página	Cantidad	Página	Cantidad

41	1	2	0	0	0	0
	2	11	0	0	0	0
	3	10	0	0	0	0
	4	9	0	0	0	0
	5	6	0	0	0	0
	6	7	0	0	0	0
	7	16	0	0	0	0
	8	14	0	0	0	0
	9	1	0	0	0	0
	10	3	0	0	0	0
42	0	0	0	0	1,6,8,12,15,16,18,20	1
	0	0	0	0	2	5
	0	0	0	0	4,14,22,24	2
	0	0	0	0	10	3

	0	0	0	0	26	6
43	0	0	1,3,6,8,10,13,14,16,18	1	0	0
	0	0	2,4	2	0	0
	0	0	12	3	0	0

Tabla 6. Frecuencia de Palabras Clave

Cód.	Actividad física		Inclusión social		Ámbito o contexto educativo		
	Página	Cantidad	Página	Cantidad	Página	Cantidad	
44	1	1	0	0	0	0	
	2,4	5	0	0	0	0	
	3	10	0	0	0	0	
	5	8	0	0	0	0	
	6	3	0	0	0	0	
	7	13	0	0	0	0	
	8	2	0	0	0	0	
45	1,6	1	0	0	0	0	
	2,3	4	0	0	0	0	
	5,8	3	0	0	0	0	
	7	8	0	0	0	0	
46	3,4,15,16,18	1	0	0	2,5,10,13	1	
	0	0	0	0	7	2	

Tabla 7. Relación de las Palabras clave, citas textuales

Cód.	Actividad física		Inclusión social		Ámbito educativo		Relación entre los tres conceptos	
	Cita	Página párrafo	Cita	Página párrafo	Cita	Página párrafo	Cita	Página párrafo
9	física se sustenta como un elemento transversal dentro de un modelo de promoción de calidad de vida	página 4 - párrafo 1	No hay	No hay	El ámbito educativo es un espacio socialmente creado e institucionalizado, que dentro de sus metas consideramos favorable el desarrollo	Página 4 - párrafo 3	Existentes no son reconocidos por todos los sectores. Frente al origen de la oferta de programas de promoción de actividad física en el ámbito educativo son muy pocos los que refieren el cono	Página 8 - párrafo 4

					oll o psi col ógi co y bio lóg ico del ind ivi du o; en co nse cu en cia , soc ial, ést e de be est ar en la bú sq ue da co ntí nu a de est rat egi as qu e le per mit an al gru po ed uc		cer y habe r reali zado un diag nósti co previ o que los gué y que deter mine real ment e lo que se va a ofrec e.	
--	--	--	--	--	--	--	--	--

					ati vo mo dif ica r sus act itu des fre nte a la vid a.			
	la actividad física como un medio, para promover relaciones sociales y dinámicas entre las personas.	Página 5 - tercer párrafo	No hay	No hay	el ámbito educativo se define como "aquellos espacios sociales institucionales que poseen una organi	Página 4 -párrafo 3	Hay ausencia de una política frente a actividad física y al trabajo intersectorial que ésta requiere para su desarrollo dentro del ámbito educativo .	página 9 - párrafo 5

					zación y dinámica propia, y que tienen en la función social de educar a los ciudadanos en las diferentes etapas del ciclo vital”			
12	actividad física como medio de salud y ocupación del tiempo de ocio»	página 11 - párrafo 2	No hay	No hay	No hay	No hay	No hay	No hay

15	En cuanto al medio, el deporte y la actividad física pueden ser escenarios apropiados para enseñar valores y	página 4 - párrafo 1	No hay	No hay	No hay	No hay	No hay	No hay
----	--	----------------------	--------	--------	--------	--------	--------	--------

Tabla 7. Relación de las Palabras clave, citas textuales

Cód.	Actividad física		Inclusión social		Ámbito educativo		Relación entre los tres conceptos	
	Cita	Página párrafo	Cita	Página párrafo	Cita	Página párrafo	Cita	Página párrafo

19	la actividad física orientada a una mejora de la salud realizada por estos escolares en horario escolar, así como el papel de la misma en la prevención del sobrepeso infanto-juvenil.	Página 16 - párrafo 1	No hay	No hay	No hay	No hay	No hay	No hay
29	La justificación de la necesidad de actividad física como	Página 2 - párrafo 1	No hay	No hay	En este caso, estaríamos ante el modelo tradicional	Página 12 - párrafo 3	El concepto o actividad física de	Página 14 - párrafo 1

<p>una forma de garantizar la salud, o de protección contra la enfermedad , está en los inicios de la disciplina conocida en España como Gimnástica Higiénica</p>				<p>l educativo escolar occidental , en el que la educación en valores se encuentra plenamente asentada y se ofrece como un valor entendido en la práctica escolar</p>		<p>ser redefinido en términos diferentes a los que usualmente se le aplican; entiendo que, en este caso, no puede ser referido como método sino como consecuencia de todo el proceso; desde mi punto de vista el concepto o actividad física es el objetivo deseable , obtenido como consecuencia de un exitoso proceso educativo.</p>	
<p>El concepto actividad física ha de ser redefinido en términos diferentes a</p>	<p>Página 14 - párrafo 1</p>	<p>No hay</p>	<p>No hay</p>	<p>No hay</p>	<p>No hay</p>	<p>No hay</p>	<p>No hay</p>

	<p>los que usualmente se le aplican; entiendo que, en este caso, no puede ser referido como método sino como consecuencia de todo el proceso; desde mi punto de vista el concepto actividad física es el objetivo deseable, obtenido como consecuencia de un exitoso proceso educativo.</p>							
31	No hay	No hay	No hay	No hay	No hay	No hay	No hay	No hay

Tabla 7. Relación de las Palabras clave, citas textuales

Cód.	Actividad física		Inclusión social		Ámbito educativo		Relación entre los tres conceptos	
	Cita	Página párrafo	Cita	Página párrafo	Cita	Página párrafo	Cita	Página párrafo
32	El ejercicio físico y la actividad física son elementos condicionantes de la calidad de vida (Biddle, 1993; Paz, 2003), de la salud (Blasco, 1994) y del bienestar.	Página 3 - párrafo 1	No hay	No hay	No hay	No hay	No hay	No hay
33	el término Actividad Física de Moderada a Vigorosa (AFMV) que será el utilizado en toda la literatura específica para hacer referencia al tipo de actividad necesaria para lograr efectos beneficiosos en la salud.	Página 2 - párrafo 2	No hay	No hay	No hay	No hay	No hay	No hay
38	La práctica de la actividad física en esta etapa debe facilitar el conocimiento del propio cuerpo y el de diferentes posibilidades	Página 4 - párrafo 9	No hay	No hay	el centro educativo como promotor de	Página 2 - párrafo 13	el centro educativo como promotor de	Página 2 - párrafo 13

	de movimiento, sentando así las bases para el desarrollo y evolución de la competencia motriz en fases posteriores.				actividad física, actividades encaminadas a los intereses de los jóvenes o apoyo a las corporaciones locales entre otras		actividad física, actividades encaminadas a los intereses de los jóvenes o apoyo a las corporaciones locales entre otras	
45	La actividad física (AF) es una conducta o más apropiadamente una serie de conductas que implican movimientos corporales producidos por los músculos esqueléticos	Página 2 - párrafo 2	No hay	No hay	No hay	No hay	No hay	No hay
46	No hay	No hay	No hay	No hay	si se tiene en cuenta que uno de los objetivos educ	Página 4 - párrafo 2	No hay	No hay

					ativos es abrir el espe ctro de práct icas físic as al ser hum ano para así pode r elegi r segú n sus inter eses (LO E, 2006)			
--	--	--	--	--	---	--	--	--

En la anterior tabla se puede evidenciar la escasa relación que existe entre la Actividad Física y la Inclusión social, plasmada en los artículos seleccionados por medio de los diferentes procesos ya mencionados. De 46 artículos en solo 11 se pudo evidenciar algún tipo de relación entre las palabras clave quienes fueron la columna vertebral de la información obtenida.

5.2. Interpretación de resultados

Teniendo en cuenta el análisis de los resultados propuestos en las tablas presentadas, en su mayoría en la tabla 7, se puede observar que no se establece una relación directa entre la actividad física y la inclusión social dentro de un ámbito educativo, sirviendo esta como herramienta para fomentar los procesos inclusivos escolares; por otro lado, se encontró más bien, que la relación que se suele presentar, dentro de las fuentes consultadas, es la de la actividad física en un ambiente escolar, y de cómo esta se convierte en una herramienta educativa dentro y fuera del aula.

6. Conclusiones

Por medio de la revisión documental se pudo determinar que la búsqueda realizada en las bases de datos (Dialnet, Scielo, Teseo, Redalyc, Lilac) y en el buscador electrónico (Google Académico) se encontraron 46 artículos los cuales cumplieron con los criterios de Inclusión establecidos en la tabla 4. Basándose en las palabras clave se establecieron las categoría de análisis, las cuales arrojaron la información de que en 46 artículos solo 11 evidenciaron algún tipo de relación entre la Actividad Física y el ámbito escolar, pero no con la Inclusión social de manera explícita.

Por tanto, se puede concluir que aunque los tres temas tienen una estrecha relación, las investigaciones realizadas durante los últimos 5 años, evidencian que no hay una producción académica que realmente establezca o plasme la inclusión por medio de la Actividad Física en el contexto educativo, siendo esta uno de los beneficios que trae la práctica regular de la Actividad Física.

7. Prospectiva

Teniendo en cuenta el proyecto realizado, y la poca cantidad de resultados que se encontraron relacionando la actividad física y la inclusión social dentro de un ámbito educativo, se propone realizar investigaciones en donde se evidencien los procesos de actividad física como un generador o agente que fomenta la inclusión social dentro del contexto educativo, así como la posible estructuración o generación de programas de actividad física, cuyos objetivos principales sean beneficiar a la población en calidad de exclusión, evidenciando así los innumerables beneficios que esta y el ejercicio pueden brindar a este grupo de individuos.

Por otra parte, en cuanto al contexto escolar, por medio de la investigación realizada, y apoyados en otra serie de herramientas y mediciones, se podría generar toda una transformación del currículo en el modelo educativo actual, en cuanto a la clase de educación física, entendiéndose como uno de los pocos, o el único espacio en la escuela donde se pueden generar procesos de inclusión utilizando como herramienta principal la actividad física, partiendo de un diagnóstico general, y planteando una serie de objetivos en donde la meta principal sea mejorar los niveles de inclusión en la clase, lo que de una u otra forma, repercutirá en un desarrollo integral de todos los individuos inmersos en el contexto escolar.

Lista de Referencias

Abarca - Sos, A., Zaragoza Casterad, J., Generelo Lanaspá, E., & Julián Clemente, J. (2010). COMPORTAMIENTOS SEDENTARIOS Y PATRONES DE ACTIVIDAD FÍSICA EN ADOLESCENTES. *Revista Internacional de Medicina y Ciencias de la Actividad Física y del Deporte*, 410-427.

Blasco, J. E., Pérez, J. A. (2007). Metodologías de investigación en las ciencias de la actividad

C. Casado Pérez, N. A. (2009). Actividad física en niños españoles. Factores asociados y evolución. 2003-2006. *Revista de Pediatría y Atención Primaria, España*, 1-13.

Fajardo Bonilla, E., & Ángel Arango, L. A. (2012). PREVALENCIA DE SOBREPESO Y OBESIDAD, CONSUMO DE ALIMENTOS Y PATRÓN DE ACTIVIDAD FÍSICA EN UNA POBLACIÓN DE NIÑOS ESCOLARES DE LA CIUDAD DE BOGOTÁ. *Med*, 101-116.

García, A. r. (2003). Actividad física beneficiosa para la salud. *Efdeportes*, 1.

Gema Torres-Luque, E. C. (2014). Niveles de condición física de escolares de educación primaria en relación a su nivel de actividad física y género. *Retos. Nuevas tendencias en Educación Física, Deporte y Recreación*, 17-22.

Galeano. M, (2007) Estrategias de Investigación social Cualitativa “El giro en la mirada”. Medellín. Colombia. La Carreta (pp 122)

INSTITUTE, T. H. (diciembre de 2014). Instituto del corazón de Texas (TEXAS HEART INSTITUTE). Obtenido de http://www.texasheart.org/HIC/Topics_Esp/Cond/silen_sp.cfm

Iradge Ahrabi-Fard, O. A. (2005). PROMOCIÓN DE UNA EDUCACIÓN ACTIVA DE LA ACTIVIDAD FÍSICA ORIENTADA A LA SALUD EN LAS CLASES DE EDUCACION FISICA. *Redalyc*, 163-170.

Mejía Marín, G. I. (2006). LA NUTRICIÓN EN LA ACTIVIDAD FÍSICA. Armenia, Colombia: Kinesis. Recuperado el 19 de 04 de 2015

Murillo, B., Julián, J. A., García-González, L., & Abarca-Sos, A. y. (2014). Influencia del género y de los contenidos sobre la actividad física y la percepción de competencia en Educación Física. *REVISTA INTERNACIONAL DE CIENCIAS DEL DEPORTE*, 131-143.

National Institute of Diabetes and Digestive and Kidney Diseases (NIDDK), National Institutes of Health (NIH). (agosto de 2013). National Institute of Diabetes and Digestive and Kidney Diseases (NIDDK), National Institutes of Health (NIH). (N. I. National Institute of Diabetes and Digestive and Kidney Diseases (NIDDK), Editor) Recuperado el 19 de 04 de 2015, de National Institute of Diabetes and Digestive and Kidney Diseases (NIDDK), National Institutes of Health (NIH): http://diabetes.niddk.nih.gov/spanish/pubs/physical_ez/

Navarro, O. C. (2011). La Actividad física: un aporte para la salud. Dialnet, 11.

OMS. (18 de 04 de 2015) organización mundial de la salud. Obtenido de OMS: <http://www.who.int/mediacentre/factsheets/fs355/es/>

Sarah Marquez, J. R. (19 de 04 de 2015). <http://ocw.um.es>. Obtenido de <http://ocw.um.es>: http://ocw.um.es/gat/contenidos/palopez/afs2011/lecturas/083_012-024ES.pdf

derecho., A. y.-E. (s.f.). Google. Obtenido de https://www.uam.es/personal_pdi/stmaria/sarrio/DOCUMENTOS,%20ARTICULOS,%20PONENCIAS,/Educacion%20inclusiva%20como%20derecho.%20Ainscow%20y%20Echeita.pdf

Echeita, G. (2007). Google Academico. Recuperado el 18 de abril de 2015, de Google Academico: https://books.google.es/books?hl=es&lr=lang_es&id=iim2Ug7GGV8C&oi=fnd&pg=PA11&dq=inclusion&ots=tanSig4svc&sig=2kvMqIPWdUkotAmAUWb_z_Mvh1k#v=onepage&q=inclusion&f=false

Educación, U.-D. s. (2009). Recuperado el 20 de 04 de 2015, de <http://www.google.com.co/url?sa=t&rct=j&q=&esrc=s&source=web&cd=3&cad=rja&uact=8&ved=0CCcQFjAC&url=http%3A%2F%2Funesdoc.unesco.org%2Fimages%2F0017%2F001778%2F177849s.pdf&ei=Ge40VbGZIMWdNsffgdgO&usq=AFQjCNGpc0NXenkWA5iDgYUV58R9jRg9bg&bvm=bv.91071109,d.eXY>

Giné, C. G. (19 de 04 de 2001). Google académico.

Lavega, P., Planas, A., & Ruiz, P. (2014). Juegos Cooperativos en Educación Física. Revista Internacional de Medicina y Ciencias de la Actividad Física y del Deporte, 37- 51.

Merche, R. (2006). Estrategias inclusivas en el área de educación física. Tándem, 1-6.

Pere Pujolás, A. j. (05 de 2010). Google. Recuperado el 20 de 04 de 2015, de https://www.uam.es/personal_pdi/stmaria/sarrio/DOCUMENTOS,%20ARTICULOS,%20PONENCIAS,/Educacion%20inclusiva%20como%20derecho.%20Ainscow%20y%20Echeita.pdf

Gema Torres-Luque, E. C. (2014). Niveles de condición física de escolares de educación primaria en relación a su nivel de actividad física y edad. Redalyc, 7.

Lavega, P., & Planas, A. y. (2014). JUEGOS COOPERATIVOS E INCLUSIÓN EN EDUCACIÓN FÍSICA. Revista Internacional de Medicina y Ciencias de la Actividad Física y del Deporte, 17.

Murillo, B., J. A., J., García-González, L., Abarca-Sos, A., & Zaragoza, J. (2014). Influencia del género y de los contenidos sobre la actividad física y la percepción de competencia en educación física. Redalyc, 14.

Susanna soler prat, A. G., & Grau, M. P. (2012 de 3). LILACS. Obtenido de LILACS: <http://pesquisa.bvsalud.org/portal/resource/es/lil-711465>

Susanne Milcher, A. I. (6 de febrero de 2008). <http://www.revistahumanum.org/revista/inclusion-social-y-desarrollo-humano/>. Obtenido de <http://www.revistahumanum.org/revista/inclusion-social-y-desarrollo-humano/>: <http://www.revistahumanum.org/revista/inclusion-social-y-desarrollo-humano/>

Ivanov, S. M. (6 de febrero de 2008). Inclusión social y desarrollo humano. Revista Humanum, 1. Obtenido de <http://www.revistahumanum.org/revista/inclusion-social-y-desarrollo-humano/>

Guijarro, M. R. (2006). La Equidad y la Inclusión Social. REICE: revista electrónica Iberoamericana sobre calidad, eficacia y cambio en la educación, 1- 15.

Seminario internacional "Inclusión social, Discapacidad y Políticas públicas. (2004). Seminario internacional "Inclusión social, Discapacidad y Políticas públicas. En D. y. Seminario internacional "Inclusión social, Seminario internacional "Inclusión social, Discapacidad y Políticas públicas. (págs. 7- 69). CHILE: Carolina Bañados.

Mendoza, M. A. (1 de 5 de 2000). Revista de ciencias humanas UTP. Recuperado el 06 de 05 de 2015, de <http://www.utp.edu.co/~chumanas/revistas/revistas/rev20/gomez.htm>

Ruiz, R. (2006). Historia y evolución del pensamiento científico. México D.F.: Euler Ruiz.

Socias, M. (2011). La actividad física y el deporte como medio de integración social y transmisión de valores a jóvenes socialmente desfavorecidos. Revista Electrónica de Investigación e innovación educativa y socioeducativa Vol. 2, 19-32.

ESPAÑA, L. I. (2009). Merche Ríos. Ágora para la EF y el Deporte, n.o 9, 83-114.

Fernández, J. (2007). La inclusión social a través del deporte. Escuela Abierta, ISSN 1138-6908, 253-271