

DESARROLLO DE LAS COMPETENCIAS SOCIOEMOCIONALES EN ESTUDIANTES DE EDUCACIÓN GENERAL BÁSICA DESDE LA EDUCACIÓN FÍSICA. REVISIÓN SISTEMÁTICA

Development of socio-emotional competencies in Basic General Education students from Physical Education. Systematic review

 Helen Yadira Escobar Yela ⁽¹⁾ *
hyescobar@uce.edu.ec

⁽¹⁾ Pedagogía de la Actividad Física y Deporte, Facultad de Cultura Física, Universidad Central del Ecuador, Quito, Ecuador.

Autor de correspondencia:

Correo electrónico: hyescobar@uce.edu.ec

RESUMEN

Introducción: En los últimos años la Educación Física ha surgido como una herramienta clave para fomentar la educación emocional y fortalecer las competencias socioemocionales (CSE), lo que ha generado un aumento en la literatura científica sobre esta temática. **Objetivo:** Analizar la evidencia científica disponible sobre el desarrollo de las competencias socioemocionales desde la Educación Física (EF) en estudiantes de Educación General Básica (EGB). **Metodología:** Se realizó una revisión sistemática siguiendo las directrices PRISMA 2020. La búsqueda incluyó las bases de datos Dialnet, Scielo, Redalyc, PubMed y Google Académico, utilizando palabras clave definidas a través de los tesauros de la UNESCO, DeCS y MeSH, junto con los operadores booleanos ("AND", "OR" y "NOT"). Se incluyeron estudios empíricos y teóricos que examinan la relación entre EF y las competencias socioemocionales en estudiantes de EGB (5-14 años), publicados en la última década, en español, inglés o portugués. **Resultados:** Las 21 investigaciones incluidas evidencian que las metodologías innovadoras y las herramientas presentes en EF promueven experiencias de aprendizaje que favorecen el desarrollo de competencias socioemocionales. Además, los resultados subrayan la importancia de considerar la edad y el género para fomentar adecuadamente estas competencias a través de la EF. **Discusión:** La revisión evidencia que la Educación Física potencia las competencias socioemocionales, aunque se necesitan más estudios sobre su implementación efectiva. **Conclusión:** Existe una relación positiva entre el desarrollo de competencias socioemocionales y la participación en programas de Educación Física, destacando la EF como un medio eficaz para el fortalecimiento de estas habilidades.

Palabras claves: competencias, habilidades sociales, aprendizaje socioemocional, Educación Física, estudiante.

ABSTRACT

Introduction: In recent years, Physical Education has emerged as a key tool to promote emotional education and strengthen socio-emotional skills, which has generated an increase in scientific literature on this topic. **Objective:** To analyze the scientific evidence available on the development of socio-emotional skills from Physical Education (PE) in General Basic Education (EGB) students. **Methodology:** A systematic review was carried out following the PRISMA 2020 guidelines. The search included the Dialnet, Scielo, Redalyc, PubMed and Google Scholar databases, using keywords defined through the UNESCO, DeCS and MeSH thesauri, along with Boolean operators ("AND", "OR" and "NOT"). Empirical and theoretical studies that examine the relationship between PE and socio-emotional skills in EGB students (5-14 years), published in the last decade, in Spanish, English or Portuguese, were included. **Results:** The 21 included studies show that innovative methodologies and tools used in PE promote learning experiences that favor the development of socio-emotional skills. In addition, the results underline the importance of considering age and gender to adequately promote these skills through PE. **Discussion:** The review shows that Physical Education enhances socio-emotional skills, although more studies are needed on its effective implementation. **Conclusion:** There is a positive relationship between the development of socio-emotional skills and participation in Physical Education programs, highlighting PE as an effective means of strengthening these skills.

Keywords: competencies, skills and socio-emotional learning, Physical Education, primary school students, secondary school students.

1. Introducción

Las competencias socioemocionales (CSE) están compuestas por un grupo de conocimientos, capacidades y destrezas indispensables, que permiten exteriorizar, controlar y entender de manera correcta los fenómenos emocionales, facilitando la resolución de conflictos y toma de decisiones (1, 2), es por ello que en la actualidad, la importancia de cultivar en los estudiantes estas competencias se reconoce cada vez más, especialmente en el nivel de Educación General Básica (EGB). En este contexto, la Educación Física (EF) emerge como una asignatura que fomenta el desarrollo de estas competencias, debido a que como menciona la Organización de las Naciones Unidas para la Educación, la Ciencia y la Cultura (UNESCO, 2019) esta asignatura promueve el respeto, la interacción y la cooperación, puesto que ofrece a los educandos la oportunidad de vivir diferentes experiencias que contribuyen al desarrollo de las habilidades emocionales, sociales, comunicativas, cognitivas y motrices, las cuales regulan de forma apropiada su vida cotidiana (3). Es por ello que la relación entre las competencias socioemocionales y la Educación Física en estudiantes de EGB se ha ido investigando cada vez más, razón por la cual nace esta revisión sistemática que tiene el propósito de proporcionar una visión holística y crítica de la evidencia sobre la temática.

La construcción teórica de las competencias socioemocionales (CSE), nació a partir del desarrollo de la inteligencia emocional, la cual Goleman (1995) la define como un conjunto de habilidades que promueven mayores posibilidades de mejora personal, porque fortalece la inteligencia interpersonal e intrapersonal, las cuales permiten tomar conciencia de las emociones, entender los sentimientos de los demás, soportar las presiones y frustraciones, entre otras habilidades más (4). Algunos autores mencionan que la empatía, responsabilidad, cooperación, asertividad y autocontrol son algunas de las dimensiones de las CSE que permiten utilizar las emociones propias y ajenas de forma fácil y regulada (1, 5), esta utilización de las emociones, dan la oportunidad de construir relaciones con los demás y con uno mismo, que permiten crear bienestar en los individuos y la sociedad, razón por la cual las competencias socioemocionales están consideradas entre las habilidades del siglo XXI, las cuales cumplen un papel primordial en el proceso educativo de calidad y formación de los estudiantes (6, 7).

A nivel mundial se reconoce que la Educación Física de calidad (EFC) además de promover las competencias motrices, permite estructurar el desarrollo de la construcción de estas habilidades cognitivas y no cognitivas, debido a que ofrece diferentes contenidos que permiten asimilar la cooperación, convivencia, reglas estructuradas, construcción de valores y el juego limpio, reforzando el comportamiento pro social a través de diferentes experiencias (8). Así mismo en varias investigaciones se reconoce el desarrollo integral de las competencias socioemocionales en estudiantes de EGB mediante diferentes situaciones de aprendizaje en el área de Educación Física, Vila et al. (2023) en su investigación afirman que la asignatura de Educación Física ayuda a adquirir diferentes factores que son primordiales en la vida cotidiana de las personas como son las habilidades sociales, habilidades comunicativas, habilidades de toma de decisiones, conductas de apego, vínculos afectivos y gestión de las emociones (9). Por otra parte, Baquero et al. (2020) aseguran que el juego simbólico y la expresión corporal, como elementos de la Educación Física, son indispensables para mejorar diferentes componentes de las competencias socioemocionales como la autonomía emocional (10). De igual forma a nivel nacional, Moya (2022) en su trabajo de investigación, comprobó que los deportes colectivos son una gran herramienta, para fortalecer y desarrollar la toma de decisiones, los vínculos con las demás personas, y la solución de problemas (11). Estos estudios además de mostrar a nivel mundial y nacional que existe una conexión positiva entre las variables, profundizan acerca de cómo diferentes experiencias de aprendizaje de Educación Física, favorecen el desarrollo de las diferentes dimensiones de las competencias socioemocionales y reconocen la importancia del desarrollo de estas capacidades no cognitivas o habilidades blandas, en la formación de ciudadanos socialmente responsables y con confianza propia.

En búsqueda de sintetizar la diferente literatura existente, este estudio responde a la siguiente pregunta de investigación ¿Cuál es la evidencia científica disponible sobre el desarrollo de competencias socioemocionales desde la Educación Física en estudiantes de Educación General Básica?, la cual se busca responder con esta revisión sistemática, que tiene el objetivo de analizar la evidencia científica disponible sobre el desarrollo de las competencias socioemocionales desde la Educación Física en estudiantes de Educación General Básica (EGB), con el fin de profundizar en la comprensión del tema de

estudio y favorecer la mejora del proceso de enseñanza-aprendizaje.

2. metodología

Este estudio se elaboró mediante una revisión sistemática, la cual se define como un tipo de investigación que selecciona, recopila y aporta un resumen sobre un determinado tema, el cual está orientado a responder una pregunta de investigación (12). En este caso se buscó analizar y resumir la literatura científica disponible sobre la Educación Física y las competencias socioemocionales en estudiantes de Educación General Básica, siguiendo las pautas establecidas en la declaración PRISMA 2020, que permitió sintetizar y recopilar los hallazgos de manera sistemática. Para poder identificar los límites de esta revisión sistemática, primero se estableció los criterios de elegibilidad, los cuales fueron desarrollados acorde a la pregunta de investigación y el objetivo de estudio, estos criterios permitieron establecer que investigaciones serían incluidas o excluidas, debido a que como menciona Khan, et al. (2022) estos criterios permiten tomar decisiones a la hora de elegir o descartar los estudios, razón por la cual deben ser relevantes para la investigación y deben buscar cumplir el objetivo del estudio (13)

En base a esto los criterios de elegibilidad de esta investigación son los siguientes:

2.1. Criterios de Inclusión:

CI1: La investigación contiene al menos una de las variables pero si se relaciona con el objetivo de estudio

CI2: Las investigaciones tienen la población de estudiantes de EGB

CI3: Investigaciones publicadas en español, inglés o portugués

CI4: Estudios realizados en los últimos 10 años

CI5: Estudios con disponibilidad en texto completo

2.2. Criterios de exclusión:

CE1: Investigaciones que aborden exclusivamente el desarrollo de competencias socioemocionales sin involucrar el contexto de la Educación Física.

CE2: Estudios que solo se centren en poblaciones fuera del rango de edad típico de la Educación

General Básica (EGB), como estudiantes de educación secundaria o preescolar.

CE3: Publicaciones que sean revisiones bibliográficas, ensayos, editoriales o resúmenes de congresos.

CE4: Investigaciones que hayan utilizado metodologías poco rigurosas o con limitaciones significativas en la validez interna.

CE5: Estudios en los que no se pueda obtener el texto completo por barreras de acceso, disponibilidad limitada o incompleta.

Para realizar la exploración de la información se empleó búsquedas electrónicas en bases de datos como: Dialnet, Scielo, Pubmed y Redalyc, además se realizó pesquisas manuales en Google académico. Para desarrollar esta búsqueda de información, primero se estableció las palabras clave, es decir sinónimas, términos asociados, genéricos y descriptores, que se definieron a través de los tesauros de la UNESCO, DeCS y MeSH. Conjuntamente se utilizó los operadores booleanos "AND", "OR" y "NOT", en cadenas de búsqueda, las cuales ayudaron a indagar las bases de datos de manera íntegra y eficiente.

Una vez realizada la búsqueda de información, se procedió con la selección de estudios, para lo cual primero se descartó aquellas investigaciones que no tenían fácil acceso o estaban duplicadas, después se realizó una revisión de los temas eliminando aquellos trabajos que no eran relevantes para esta investigación, finalmente se realizó una revisión de los resúmenes y las investigaciones completas, para evaluar si los textos cumplían con los criterios de elegibilidad planteados anteriormente, cabe destacar que este proceso de selección se resume en el diagrama de flujo [Figura 1].

Después de seleccionar los estudios, se continuó con la extracción y síntesis de información, para lo cual, inicialmente se creó de forma independiente un formulario de recogida de datos en Microsoft Excel, puesto que este software permitió gestionar las investigaciones de forma adecuada, además de ayudar a organizar y analizar los datos extraídos de manera eficaz, en este formulario se identificaron los datos más relevantes que ayudaron a cumplir los objetivos de esta revisión, y los cuales son presentados en la tabla 3. Los datos que se incluyeron en este formulario fueron, autor, país, objetivo, enfoque o diseño de la investigación, tamaño de la muestra, edad de los participantes

y principales resultados. Los cuales fueron extraídos y revisados más de una vez de forma independiente.

Finalmente se evaluó el riesgo de sesgo de las investigaciones incluidas, para lo cual se empleó las listas de verificación del programa de habilidades de evaluación Critical Appraisal Skills Programme Español (CASPe) de estudios cuantitativos (Tabla 1) y de estudios de casos y controles (Tabla 2), que fueron adaptadas para poder realizar una evaluación eficaz. Es fundamental mencionar que para poder medir el sesgo de todos los trabajos de manera general, se adaptó las listas de verificación dándole puntajes a sus respuestas, las cuales al final tendrían que obtener un umbral del 70%, en la suma de los puntos, para ser consideradas como bajo riesgo de sesgo. Cabe destacar que las preguntas de las listas de verificación originales de CASPe se responden con “sí”, “no” o “no sé”, los equivalentes que se obtuvieron con cada pregunta son los siguientes: el “sí” equivale a 2 puntos o bajo riesgo de sesgo, el “no” equivale a 0 puntos o alto riesgo de sesgo y el “no sé” equivale a 1 punto o sesgo indefinido. Además es importante mencionar que las listas de verificación CASPe indican que las dos primeras preguntas son de eliminación, por lo tanto si al analizar las investigaciones en las dos primeras preguntas la respuesta es “no”, no será necesario contestar el resto de las preguntas y quedará descartado ese estudio del análisis (14). Los resultados de la evaluación están incluidos en la Tabla 4 en la que se podrá observar, el estudio, el tipo de lista de verificación utilizada y el puntaje final obtenido de cada estudio.

Tabla 1:
Preguntas adaptadas de la lista de verificación CASPe para estudios cuantitativos.

N°	Preguntas
1	¿Los objetivos de la investigación están definidos de forma clara?
2	¿La metodología cualitativa es la adecuada para realizar el estudio?
3	¿Para alcanzar los objetivos se utilizó el método de investigación adecuado?
4	¿Se seleccionó a los participantes acorde a la pregunta de investigación y el método empleado?
5	¿Las técnicas de recogida de datos van acorde con la pregunta de investigación y el método utilizado?
6	¿Se ha considerado la relación entre el investigador y el objeto de investigación?
7	¿Se consideraron los aspectos éticos?
8	¿Se analizó los datos de forma rigurosa?
9	¿Los resultados son mostrados de forma clara?
10	¿Los resultados son aplicables en el entorno?

Nota:
Tomado de Programa de Habilidades en Lectura Crítica Español CASPe (2022).

Tabla 2:
Preguntas adaptadas de la lista de verificación CASPe para estudios de Casos y controles.

N°	Preguntas
1	¿El tema de estudio está claramente definido?
2	¿Se utilizó un método adecuado para responder a la pregunta de investigación o cumplir el objetivo de estudio?
3	¿La población se escogió de forma adecuada?
4	¿Las técnicas de recogida de datos utilizados son congruentes con la pregunta de investigación y el método utilizado?
5	¿Se han considerado los aspectos éticos?
6	¿Se realiza un análisis apropiado para el diseño de estudio?
7	¿El tiempo de seguimiento de la intervención fue lo suficientemente largo y completo?
8	¿Para hacer que los resultados sean creíbles y verídicos, se utilizó un método y diseño apropiado?
9	¿Los resultados se pueden aplicar a tu entorno?
10	¿Los resultados de este estudio se asemejan con otra evidencia disponible?

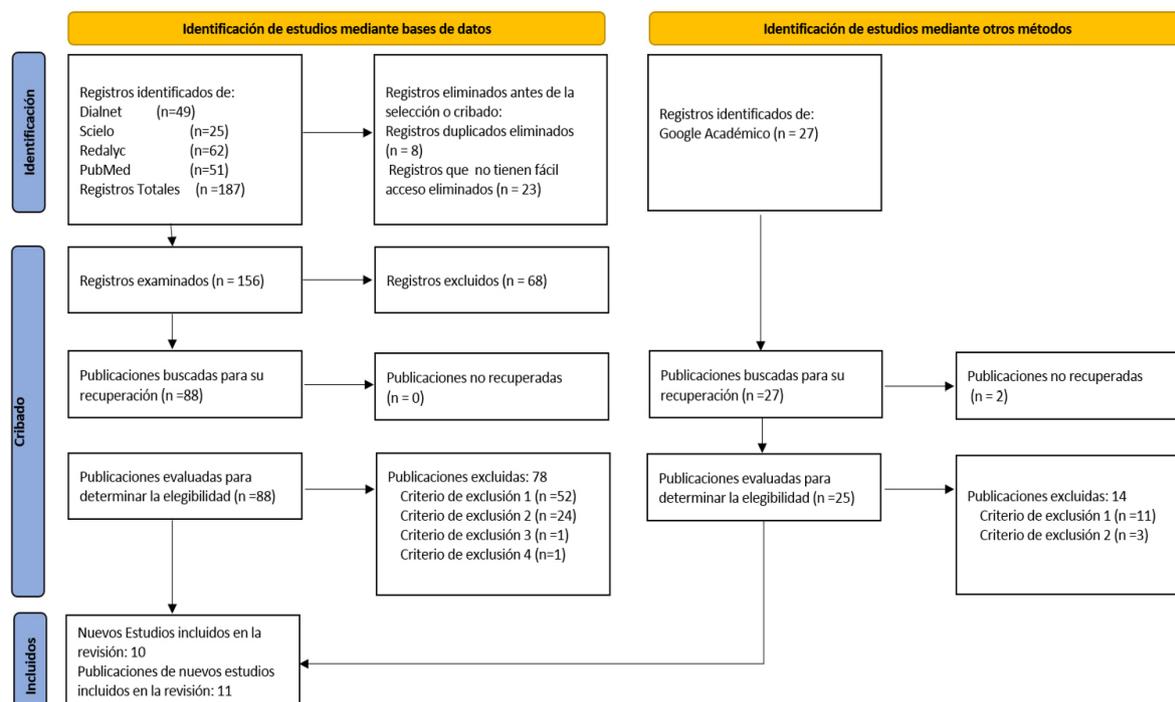
Nota:
Tomado de Programa de Habilidades en Lectura Crítica Español CASPe (2022).

3. Resultados

Como ya se mencionó anteriormente el proceso de selección de estudios siguió un proceso sistemático riguroso que permitió identificar las investigaciones más relevantes para cumplir con los objetivos de esta revisión, a continuación se presenta el diagrama de flujo [Figura 1] en el cual se visualiza este proceso.

En el diagrama de flujo se puede observar que se identificaron los registros de dos formas distintas, la primera en bases de datos y la segunda de forma manual, en el motor de búsqueda Google Académico. Inicialmente las bases de datos arrojaron un total de 187 artículos, Dialnet 49, Scielo 25, Redalyc 62 y PubMed 51, mientras que de forma manual se encontraron 27 investigaciones, lo que dio un total de 214 estudios. De estos, fueron eliminados 31 trabajos, 8 por estar duplicados y 28 por no tener acceso. Después en un segundo barrido se excluyeron 68 investigaciones, las cuales no estaban relacionados con la temática de estudio. Posteriormente se eliminaron 2 trabajos que en la primera revisión sí tenían acceso, pero en una segunda búsqueda, no se los pudo recuperar, finalmente se aplicaron los criterios de elegibilidad para cada artículo, dando como resultado que 63 estudios quedarán eliminados por los criterios de exclusión, quedando así un total de 21 registros incluidos para su revisión a profundidad. De estos 21 estudios se extrajo los datos relevantes mencionados en la metodología los cuales se presentan en la Tabla 3.

Figura 1:
Diagrama de Flujo.



Nota: Tomado de Page et al. (2021).

De los 21 estudios seleccionados, 8 se realizaron en España, mientras que los restantes se llevaron a cabo en países de América Latina, específicamente en Colombia (6 estudios), Ecuador (2), México (2), Brasil (1), Chile (1) y Perú (1). La mayoría de las investigaciones corresponden a los últimos cinco años, con solo una investigación de años anteriores. En cuanto a la distribución del idioma, 18 estudios están escritos en español, 2 en inglés y 1 en portugués.

En lo que respecta a los resultados de los estudios, se observa una homogeneidad notable, con una afirmación generalizada de una relación significativa entre la Educación Física y el desarrollo de competencias socioemocionales en estudiantes de EGB. Dos estudios destacaron que la implementación de programas innovadores en Educación Física favorece el desarrollo de estas competencias. Adicionalmente, 6 estudios señalaron que metodologías, técnicas y estrategias innovadoras en Educación Física, como el trabajo cooperativo, las preguntas guías y diversos tipos de juegos, facilitan el desarrollo de componentes socioemocionales como la empatía, la comunicación asertiva, la resolución de conflictos y el trabajo en equipo. También se destacó la importancia de evaluar estas competencias a través de la Educación Física.

Respecto a las características de los participantes, las muestras varían entre 10 y 279 individuos, con edades comprendidas entre los 4 y los 18 años, la mayoría de los estudios se sitúan en rangos de dos años de diferencia. Cabe mencionar que aunque la Educación General Básica cubre edades de 5 a 14 años, se incluyeron dos estudios con rangos de edad mayores debido a su relevancia para la revisión. La mayoría de los estudios incluyeron ambos géneros.

En términos de características de los estudios, un poco más de la mitad utiliza un enfoque cualitativo, mientras que los otros adoptan enfoques cuantitativos o mixtos. La mayoría de los estudios (17) propone programas de Educación Física dirigidos a grupos de estudiantes para desarrollar sus competencias socioemocionales. Dos estudios se enfocan en analizar la teoría, y otros dos evalúan directamente la relación entre la Educación Física y las competencias socioemocionales.

Todos los estudios fueron evaluados para determinar su validez interna y externa y para descartar el riesgo de sesgo, conforme a la metodología especificada, los estudios debían alcanzar una puntuación mínima de 14 puntos para ser considerados. Ningún estudio fue excluido por riesgo de sesgo.

Tabla 3:
Características de los estudios.

N°	Autor y año	País	Objetivo	Enfoque o Diseño	Tamaño de la muestra	Edades	Resultados	Idioma
1	Vila et al. (2023)	España	Esta investigación está centrada en plantear un instrumento de evaluación de las competencias socioemocionales a partir de una propuesta de actividades enfocada en un baile tradicional y popular catalán "el baile de los bastones", lo que ayuda a poner en práctica y desarrollar las competencias socioemocionales.	Cualitativa/ Investigación-acción	51 estudiantes	9 a 10 años /6° grado	Es importante trabajar y evaluar las competencias socioemocionales del alumnado, para que tengan un desarrollo integral, a través de una intervención educativa eficaz.	Español
2	Aguilar et al. (2021)	España	El objetivo de este estudio fue comprobar la eficacia de una intervención educativa basada en un programa de Expresión corporal en la experiencia emocional de los estudiantes de 5º de Primaria. Demostrar los beneficios educativos y sociales que se pueden obtener a través de la educación emocional en educación primaria y además se plantean diversas estrategias didácticas a partir de la corporeidad.	Cuantitativo/ longitudinal, cuasi experimental	75 estudiantes	10 a 12 años	Los resultados evidenciaron que el programa educativo si contribuyo de manera provechosa al desarrollo de habilidades socioemocionales los estudiantes.	Español
3	Cortés (2018)	España	El objetivo de la investigación fue desarrollar las competencias socioemocionales de los escolares de una escuela secundaria pública de Ciudad Obregón, a través de la danzaterapia, para mejorar el bienestar de los participantes, antes y durante el Covid-19.	Cualitativa/ documental o teórica	N/A	N/A	Se encuentra que la expresión corporal si permite el desarrollo de las competencias socioemocionales y se plantea una propuesta para poder evaluarla.	Español
4	Rojas (2023)	México	El objetivo de la investigación fue desarrollar las competencias socioemocionales de los escolares de una escuela secundaria pública de Ciudad Obregón, a través de la danzaterapia, para mejorar el bienestar de los participantes, antes y durante el Covid-19.	Cualitativa, transversal	150 escolares	90 mujeres y 60 varones de 12 a 15 años.	Las competencias socioemocionales se desarrollaron de mejor manera gracias a las actividades con danza.	Español
5	Luna et al. (2021)	España	Evaluar los efectos sobre las competencias socioemocionales de una intervención de Educación Física (es decir, el programa MooN) basada en el modelo de instrucción conocido como modelo de educación deportiva (SEM), en comparación con una intervención de Educación Física basada sobre el modelo tradicional de instrucción directa (TM-DI) en preadolescentes.	Diseño cuasiexperimental	170 estudiantes	entre 10 y 13 años	Los resultados confirmaron que el programa MooN (intervención SEM) promovió mejoras significativas en las competencias socioemocionales.	Inglés
6	Ramos et al. (2022)	Brasil	Este estudio tuvo por objetivo examinar la conducta socioemocional de estudiantes que participan en un programa de carrera de orientación.	Estudio de casos, con análisis descriptivo de datos	39 estudiantes de secundaria		La carrera de orientación se muestra eficaz en el rendimiento emocional de los alumnos como los perfiles con mayores medias fueron para los perfiles de: Apertura, amabilidad y escrupulosidad.	Portugués
7	Gil-Madróna et al. (2019)	España	El propósito de este estudio fue ver los efectos de un programa de comportamiento apropiado en relación con la mejora de conductas de juego limpio y habilidades sociales de Niños de primaria durante la clase de Educación Física.	Estudio de casos	204 estudiantes de 5to y 6to grado	10 y 13 años	Los participantes mejoraron sus comportamientos con la implementación de la intervención (programa de comportamiento adecuado), generando cambios positivos en las actitudes y Habilidades sociales durante la clase de Educación Física.	Inglés

8	Contreras (2019)	México	El objetivo de esta investigación fue determinar si desarrollar la educación socioemocional, contribuye en la vida cotidiana de los estudiantes y analizar si esto favorece su rendimiento académico y fortalece sus relaciones interpersonales con sus compañeros.	Cualitativa	N/A	8 años	En los resultados de la intervención se pudo observar que a medida que las actividades se iban desarrollando los estudiantes tenían una mejor comunicación y sana convivencia, puesto que era muy raro que entraran en conflicto.	Español
9	Marco (2014)	España	El objetivo de este trabajo fue argumentar cuales eran los beneficios de tener una educación emocional, además al final se presenta una propuesta de programa de Educación Física para tercero de primaria.	Cualitativa/ Investigación teórica y aplicada	N/A	N/A	En esta investigación teórica se enfatiza la importancia de implementar la educación emocional en las clases de Educación Física, puesto que esto dará a los estudiantes estrategias para formarse como ciudadanos maduros y en armonía con su entorno.	Español
10	González (2019)	España	El propósito de este estudio fue constatar de qué manera la Educación Física favorece a la hora de trabajar la educación emocional y social de los estudiantes en la primaria. Implementar la lúdica por medio de una propuesta de educación experiencial, como una herramienta para mejorar la convivencia escolar en los niños del grado quinto del colegio San Carlos.	Investigación aplicada	20 estudiantes: 7 niñas y 13 niños.	De 7 a 8 años.	No existe un desarrollo significativo de las competencias socioemocionales a través de la propuesta.	Español
11	Mejía (2022)	Colombia	El objetivo de este estudio fue Fomentar las competencias socio-emocionales en niños de 8 a 10 años del Colegio Instituto Técnico Industrial Francisco José de Caldas de la ciudad de Bogotá.	Enfoque cualitativo- Investigación en acción	30 estudiantes pertenecientes al grupo 5B	12 y 13 años	La lúdica si permite el desarrollo de las competencias socioemocionales, especialmente el reto competitivo que permite el dialogo y la preguntas guías que permiten la comunicación asertiva	Español
12	Bernal y Contreras (2021)	Colombia	El objetivo de este estudio fue fortalecer el elemento de autonomía emocional desde la expresión corporal y el juego simbólico, en estudiantes de 6 a 8 años de edad.	Cuantitativo	N/A	8 a 10 años	El estudio demuestra que las estrategias lúdicas si permiten el mejor desarrollo de las competencias socioemocionales, ya que a través de ellas se puede favorecer la expresión libre de sus emociones y habilidades	Español
13	Baquero et al. (2020)	Colombia	El objetivo del estudio es implementar una propuesta educativa por medio del juego de roles, para fortalecer las competencias socioemocionales en niños de primero grado.	Diseño cualitativo/ Correlacional	10 escolares	6 a 8 años de edad	Los resultados muestran que una intervención planificada desde el juego simbólico y la expresión corporal favorece y fortalecen de forma significativa el desarrollo de las competencias socioemocionales.	Español
14	Gómez y Peña (2023)	Colombia	Desarrollar las relaciones socioemocionales, a través de una intervención educativas de Educación Física que involucre el juego cooperativo y permite el trabajo en equipo y la convivencia armónica.	Cualitativo	15 estudiantes	5 a 7 años	En este estudio se evidencio que una propuesta educativa mediante el juego de roles permite que los estudiantes puedan desarrollar la empatía, la habilidad de resolución de conflictos y comunicarse de mejor manera tanto de forma verbal como no verbal y mejora habilidades lingüísticas, cognitivas y socioemocionales.	Español
15	Piraban (2023)	Colombia	Proponer una planificación que fomente el desarrollo de habilidades sociales en estudiantes de básica superior desde la Educación Física y a través de los juegos cooperativos.	Cualitativa	20 estudiantes	11 a 14 años.	Los resultados evidencian que los estudiantes presentaron una mejor reflexión crítica, una mayor comunicación asertiva, mejoraron el trabajo en equipo, cooperación y tuvieron una mejor resolución de conflictos, además de ser más conscientes de sus falencias.	Español
16	Benavides, D. (2021)	Ecuador		Cualitativa	Profesores de Educación Física		Las nuevas tendencias educativas de los adolescentes exigen que los docentes de Educación Física además de trabajar los principios motrices y lúdicos, también trabajen las competencias socioemocionales.	Español

17	Zorrilla-Silvestre et al. (2019)	España	El propósito de la siguiente investigación fue examinar que estrategias utilizan los estudiantes para resolver conflictos, después de haber participado en un programa de educación emocional desde la Educación Física y a través del Aprendizaje Servicio.	Cuantitativa/ Diseño cuasi-experimental	93 estudiantes de primaria 50 universitarios	6 a 8 años de edad	Las estrategias de resolución de conflictos aumentaron de manera significativa, después de la intervención.	Español
18	Torrado et al. (2023)	Colombia	Ejecutar estrategias lúdicas que fortalezcan las competencias socioemocionales de los estudiantes de grado de transición.	Cualitativa	25 escolares	4 a 6 años	Los resultados muestran que es importante observar los comportamientos, emociones y sentimientos de los estudiantes cuando ejecutan las diferentes actividades planteadas, puesto que esto permitió integrar actividades que fortalecen las habilidades socioemocionales y personales de los estudiantes.	
19	Moya (2022)	Ecuador	Establecer de qué manera los deportes colectivos en la clase de Educación Física inciden en el desarrollo de las relaciones interpersonales en estudiantes de educación media de Educación General Básica de la institución “Vicente Anda Aguirre”.	Cuantitativo/ diseño cuasiexperimental	31 estudiantes específicamente de 7 año de EGB	11 años de edad	Los resultados del estudio demuestran que si existe una incidencia significativa de los deportes colectivos en el fortalecimiento de las relaciones interpersonales de los estudiantes de educación media.	Español
20	Encalada y Tafur (2022)	Perú	Establecer qué relación existe entre las habilidades socioemocionales y el aprendizaje cooperativo en estudiantes de educación secundaria.	Cuantitativa/ transversal correlacional	106 escolares		Se determinó la relación positiva entre las habilidades socioemocionales y el aprendizaje cooperativo en estudiantes de educación secundaria.	Español
21	Vera et al. (2023)	Chile	El propósito del estudio fue dar a conocer la estimación de los estudiantes de secundaria de Educación Física, respecto a un conjunto de habilidades socioemocionales, analizando el auto concepto físico, la motivación de logro y la actitud en dependencia del sexo.	Cuantitativa/ no experimental, transversal	279 estudiantes	De 11 a 18 años de edad	En las clases de Educación Física las niñas presentaron mayor agobio y ansiedad en las clases por miedo al fracaso y la dificultad, mientras que los niños presentan una mayor motivación, mejor estado físico e interés por aprender.	Español

Nota:

Síntesis de los resultados Elaboración propia

Tabla 4:

Evaluación de la calidad de la evidencia.

N°	Estudio	Lista de verificación usada	Dominio 1	Dominio 2	Dominio 3	Dominio 4	Dominio 5	Dominio 6	Dominio 7	Dominio 8	Dominio 9	Dominio 10	Puntuación total
1	Vila et al. (2023)	Estudios cuantitativos	2	2	0	2	2	0	1	1	2	2	14
2	Aguilar et al. (2021)	Estudios de cohorte	2	2	2	0	2	2	2	2	2	2	18
3	Cortés (2018)	Estudios cuantitativos	2	2	2	1	1	1	1	1	2	2	15
4	Rojas (2023)	Estudios cuantitativos	2	2	2	2	2	0	1	2	2	2	17
5	Luna et al. (2021)	Estudios de cohorte	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	20
6	Ramos et al. (2022)	Estudios de casos-grupo control	2	2	2	2	0	2	2	2	2	2	18

7	Gil-Madrona et al. (2019)	Estudios de casos-grupo control	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	20
8	Contreras (2019)	Estudios cualitativos	2	2	2	1	1	1	1	1	2	2	15
9	Marco (2014)	Estudios cualitativos	2	2	2	0	0	0	2	2	2	2	14
10	González (2019)	Estudios de casos-grupo control	2	2	2	2	0	2	2	2	2	2	18
11	Mejía (2022)	Estudios cualitativos	2	2	2	2	2	0	0	0	2	2	14
12	Bernal y Contreras (2021)	Estudios de casos-grupo control	2	2	2	2	0	2	0	2	2	2	16
13	Baquero et al. (2020)	Estudios cualitativos	2	2	2	2	2	0	2	2	2	2	18
14	Gómez y Peña (2023)	Estudios cualitativos	2	2	2	1	1	1	1	1	2	2	15
15	Piraban (2023)	Estudios cualitativos	2	2	2	2	2	0	1	2	2	2	17
16	Benavides, D. (2021)	Estudios cualitativos	2	2	2	2	2	0	0	2	2	2	16
17	Zorrilla-Silvestre et al. (2019)	Estudios de casos-grupo control	2	2	2	2	0	2	2	2	2	2	18
18	Torrado et al. (2023)	Estudios cualitativos	2	2	2	2	2	0	0	2	2	2	16
19	Moya (2022)	Estudios cualitativos	2	2	2	2	2	0	0	2	2	2	16
20	Encalada y Tafur (2022)	Estudios de casos-grupo control	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	20
21	Vera et al. (2023)	Estudios de casos-grupo control	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	20

Nota:

Esta tabla muestra los resultados de la evaluación de sesgo analizado de cada investigación. Elaboración propia.

»» 4. Discusión

En los resultados se puede observar que el desarrollo de las competencias socioemocionales desde la Educación Física se ha vuelto un tema de interés, dado que, la literatura analizada demuestra que desde el 2019 hasta la actualidad ha existido un incremento por estudiar esta temática, esto se puede deber a que como asegura la UNESCO (2019), la Educación Física de calidad debe desarrollar en los estudiantes aquellas competencias cognitivas y no cognitivas para que puedan crecer como ciudadanos íntegros y equilibrados (3). En relación con lo que menciona la UNESCO se puede argumentar que la Educación Física se convierte en un factor fundamental para la prevención de salud integral.

Por otra parte, en base al análisis realizado de los diferentes estudios, se pudo hallar que si existe una relación positiva entre las dos variables y la población de estudio, en vista de que en los resultados de las investigaciones se halló que aquellos estudiantes que participaban en las clases de Educación Física o en algún programa vinculado a la asignatura llegaron a tener un mejor desarrollo de sus competencias socioemocionales. (10, 11, 17, 19, 20, 24, 29). Demostrando que las diferentes experiencias que ofrece la Educación Física si favorecen de forma eficaz el desarrollo socioemocional (habilidades blandas o no cognitivas). Estos resultados comparten y reafirman la importancia de la Educación Física en el desarrollo de habilidades cognitivas de los estudiantes, debido a que como asevera González et al. (2023)

a través de la Educación Física se pueden promover diversas capacidades y valores, puesto a que esta materia permite que los estudiantes experimenten diferentes interacciones que ayudan a que fortalezcan y desarrollen varias habilidades cognitivas y sociales (34). Lo que confirma la importancia de esta asignatura para el desarrollo integral de los estudiantes.

De igual manera, se pudo observar que un determinado número de resultados de esta revisión proponen que el desarrollo de las competencias socioemocionales en estudiantes de EGB, puede verse mayormente favorecida con la participación en programas innovadores de Educación Física, es así como Ramos et al. (2022) plantea que implementar deportes de aventura como las carreras de orientación son una gran alternativa para desarrollar estas competencias (21). En la misma línea, el estudio realizado por Luna et al. (2021) afirma que un programa de educación deportiva es mucho más beneficioso en el desarrollo de las competencias socioemocionales que los modelos tradicionales de educación (20). Demostrando que además de que la Educación Física es imprescindible en la educación socioemocional, también es necesario implementar propuestas innovadoras que permitan obtener mejores resultados en el desarrollo integral del estudiante.

Además en el análisis de los estudios también se encontró que diferentes técnicas, metodologías y estrategias de aprendizaje de la Educación Física permiten que los estudiantes fortalezcan sus competencias socioemocionales, puesto que actividades lúdicas como el reto competitivo y las preguntas guías, desarrollan en los estudiantes el dialogo y comunicación asertiva, además de favorecer la expresión libre de las emociones y habilidades (25, 26, 31). También se encontró que los diferentes tipos de juegos fortalecen los componentes de estas competencias, porque permiten vivenciar diferentes experiencias que fomentan estas habilidades, un ejemplo es el juego simbólico que permite que los estudiantes creen escenarios imaginarios vinculados a la realidad o a la ficción, a través del uso de símbolos o representaciones, lo que ayuda a que los estudiantes exterioricen sus sentimientos y activen nuevas habilidades reflejadas en el trabajo cooperativo y promueva el componente de autonomía emocional (10). Algo similar ocurre con el juego de roles y el juego cooperativo, que dan la oportunidad a los estudiantes de solucionar problemas, empatizar con sus compañeros, fomentar una comunicación adecuada tanto

verbal como no verbal y crea espacios donde se desarrolle la creatividad y capacidad de trabajar en grupo (27, 29). Por estas razones es indispensable que los docentes implementen estas estrategias que fomentan las habilidades sociales y no solo se enfoquen en los principios motrices.

Además de eso, algunas de las investigaciones analizadas manifiestan la influencia del género en el desarrollo de las competencias socioemocionales, específicamente en la manifestación de las emociones en las clases de Educación Física, Baquero et al. (2020) afirman que no existe una diferencia entre la manifestación de las emociones, a partir del juego simbólico (10). Sin embargo, Vera et al. (2023) mencionan que en la práctica de Educación Física si se observa una diferencia significativa en cuanto al auto concepto físico, motivación y actitudes hacia la Educación Física, entre varones y mujeres, debido a que el género femenino presenta sentimientos de ansiedad y agobio en las clases de Educación Física, mientras que los varones presentan una mejor autoestima y motivación con respecto a la asignatura (33). Esta varianza de resultados se puede deber al tipo de actividades implementadas en las clases de Educación Física y a factores biológicos, por esta razón es importante que en las clases de Educación Física se utilicen metodologías y recursos variados que fortalezcan el desarrollo de las competencias socioemocionales de todo el estudiantado, tomando en cuenta las preferencias, motivaciones y corporalidad de cada género.

En cuanto a la diferencia del desarrollo de las competencias socioemocionales por edades, en los estudios analizados no se encontró una diferencia significativa, puesto que la mayoría de los estudios que trabajaron con diferentes grupos de edades, manifiestan que la Educación Física si ayuda en el desarrollo de las competencias socioemocionales sin importar la edad, sin embargo como manifiesta Baquero et al. (2020) es necesario que se trabajen actividades acordes a las edades de cada nivel y subnivel de educación, para que los estudiantes enfrenten retos y experiencias afines a su edad, las cuales puedan trabajar con libertad, independencia, motivación y seguridad.

4.1. Limitaciones de la investigación

Es imprescindible mencionar ciertas limitaciones que se encontraron en los estudios de esta revisión. En primera instancia existen algunos estudios que solo analizaron las variables teóricas y solo plantearon propuestas de Educación Física

para el desarrollo de competencias socioemocionales pero no las implementaron, lo que limita poder observar la validez de estas propuestas. Además otro factor limitante de algunas intervenciones fue el tiempo en el que se implementan las propuestas, puesto que, al implementar la propuesta en un periodo corto de tiempo no se pudo visualizar una relación significativa entre ambas variables. También se encontró que en algunas investigaciones existe una barrera en lo que respecta a la población y la muestra, ya que realizaron la investigación con una muestra muy pequeña lo que afectó la generalización de los resultados y dio un análisis limitado. Finalmente también se presentaron muy pocas investigaciones que analizaban la influencia del género y la edad en el desarrollo de las competencias socioemocionales, siendo esto importante para determinar mejores actividades.

Deducciones para investigaciones futuras

Referente a las futuras investigaciones deberían enfocarse en realizar más estudios longitudinales o transversales, que permitan visualizar de mejor manera la relación causal entre la Educación Física y el desarrollo de las competencias socioemocionales. De igual forma es necesario que se realicen estudios con muestras de población más amplias, que permitan tener resultados generalizados y un análisis más vasto. También es imprescindible realizar más investigaciones con programas que empleen otros contenidos de la Educación Física como la gimnasia, prácticas corporales, juegos predeportivos, entre otros, que permitan observar de manera más profunda como influyen en el desarrollo de las diferentes competencias socioemocionales, tales como: autoconciencia emocional, regulación emocional, autoestima, empatía, asertividad y resolución de conflictos. Igualmente es importante que se analice el desarrollo de las competencias socioemocionales en las clases de Educación Física, desde el género y sexo, debido a que las diferencias biológicas y fisiológicas pueden ser un factor importante que limite o promueva de forma significativa las habilidades socioemocionales. Finalmente también es importante tomar en cuenta o analizar la eficacia de los programas de Educación Física en el desarrollo de las competencias socioemocionales en diferentes edades, debido a que las diferentes etapas de desarrollo pueden influir en el manejo de las emociones y resolución de conflictos, que pueden inhibir o fortalecer el desarrollo de estas competencias.

5. Conclusiones

A modo de cierre, la evidencia científica disponible demuestra que la Educación Física tiene un impacto positivo y significativo en el desarrollo de competencias socioemocionales en estudiantes de Educación General Básica (EGB). Los resultados indican que la integración de programas innovadores y diversas actividades en EF, como deportes de aventura y juegos cooperativos, contribuye de manera efectiva al fortalecimiento de habilidades como la autoconciencia emocional, la empatía y la regulación emocional. Además, aunque la edad no muestra una diferencia significativa en la eficacia de EF para el desarrollo de estas competencias, es esencial adaptar las actividades a las distintas etapas del desarrollo infantil. Además, las diferencias de género en la manifestación de competencias socioemocionales sugieren que se deben considerar enfoques diferenciados para asegurar que todos los estudiantes se beneficien adecuadamente. En resumen, la evidencia resalta la importancia la Educación Física como una herramienta fundamental para el desarrollo socioemocional, destacando su papel en la formación integral de los estudiantes.

6. Referencias Bibliográficas

1. Mikulic I, Caballero R, Vizioli N, Hurtado G. Estudio de las Competencias Socioemocionales en Diferentes Etapas Vitales. Anuario de Investigaciones de La Facultad de Psicología. [Internet]. 2017 [Consultado el 20 de mayo de 2024]; 3(1): 374–382. Disponible en: <https://revistas.unc.edu.ar/index.php/aifp/article/download/18112/18517>
2. Marco S. El desarrollo de las competencias socioemocionales a través de la Educación Física: un programa para Primaria. [Internet]. [Tesis de grado]. Zaragoza, España: Repositorio Universidad de Zaragoza. Universidad de Zaragoza. 2014. [Consultado 12 de mayo de 2024] Disponible en: <https://zaguan.unizar.es/record/14490/files/TAZ-TFG-2014-631.pdf>
3. Educación Física de Calidad (EFC) [Internet]. Organización de las Naciones Unidas para la Educación, la Ciencia y la Cultura (UNESCO). 2019. [Consultado el 22 de mayo del 2024] Disponible en: https://unesdoc.unesco.org/ark:/48223/pf0000372361_spa/PDF/372361spa.pdf.multi

4. Goleman D. Inteligencia Emocional. Kairós. ; 1995. Disponible en: http://www.cutonala.udg.mx/sites/default/files/adjuntos/inteligencia_emocional_daniel_goleman.pdf
5. Bisquerra R, Pérez N. Las competencias emocionales. Educación XX1 [Internet]. 2007 [Consultado el 25 de mayo del 2024]; 10, 61–82. Disponible en: <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=70601005>
6. Castellanos N, Rojas Y. Competencias del siglo XXI en educación: una revisión sistemática durante el periodo 2014-2023. Ciencia Latina Revista Científica Multidisciplinar [Internet]. 2023 [Consultado el 22 de mayo de 2024]; 7(4), 219–249. Disponible en: https://doi.org/10.37811/cl_rcm.v7i4.6869
7. López G, Delgado M. Habilidades y competencias socioemocionales: una perspectiva interdisciplinar. [Internet]. Universidad Autónoma del Estado de Morelos; 2022 [Consultado el 22 de mayo de 2024]. Disponible en: https://www.evaluacion.gob.ec/wp-content/uploads/downloads/2022/11/Dr.-Germa%CC%81n-Lopez_-Mtra-Mayra-Delgado_Evaluaciones-de-las-competencias.pdf
8. McLennan N, Thompson J. Educación Física de Calidad [Internet]. Organización de las Naciones Unidas para la Educación, la Ciencia y la Cultura; 2015 [Consultado el 27 de mayo de 2024]. Disponible en: <https://unesdoc.unesco.org/ark:/48223/pf0000231340>
9. Vila E, Alguacil M, Sebastiani E. Evaluación de las competencias socioemocionales desde una situación de aprendizaje basada en la danza de baile de bastones en el área de Educación Física. Revista Digital de Educación Física [Internet]. 2023 [Consultado el 19 de enero de 2024];15(85):27–41. Disponible en: <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=9173539>
10. Baquero S, Rodríguez S, Carrillo S. Fortalecimiento del componente de autonomía emocional de las competencias socioemocionales a partir del juego simbólico y la expresión corporal en niños y niñas de 6 a 8 años del Colegio Alemania Unificada I.E.D. [Internet]. [Tesis de maestría]. Bogotá, Colombia; 2020 [Consultado el 19 de enero de 2024]. Disponible en: <https://repository.ucc.edu.co/server/api/core/bitstreams/6bad64fc-2f63-453b-a02d-52bc750da506/content>
11. Moya A. Los Deportes Colectivos en el Desarrollo de las Relaciones Interpersonales en la clase de Educación Física en estudiantes de Educación Media [Internet]. [Tesis de grado]. Ambato, Ecuador; 2022 [Consultado el 24 de febrero de 2024]. Disponible en: <https://repositorio.uta.edu.ec/bitstream/123456789/34379/1/10.%20EST.%20MOYA%20C%c3%93RDOVA%20ALEXANDER%20BLADIMIR%20TESIS.pdf>
12. Aguilera Eguía R. ¿Revisión sistemática, revisión narrativa o metaanálisis? Revista de la Sociedad Española del Dolor [Internet]. 2014 [Consultado el 27 de mayo de 2024]; 21(6):359–60. Disponible en: <https://dx.doi.org/10.4321/S1134-80462014000600010>
13. Khan K, Bueno-Cavanillas A, Zamora J. Revisiones sistemáticas en cinco pasos: II. Cómo identificar los estudios relevantes. Semergen [Internet]. 2022 Sep 1 [Consultado el 24 de mayo de 2024]; 48(6):431–6. Disponible en: <https://www.elsevier.es/es-revista-medicina-familia-semergen-40-pdf-S1138359322000235>
14. Programa Lectura Crítica CASPe. Red CASPe. 2022 [Consultado el 27 de mayo de 2024]. 10 preguntas para ayudarte a entender un estudio cualitativo. Disponible en: <https://redcaspe.org/materiales/>
15. Programa de Lectura Crítica CASPe. Red CASPe. Alicante; 2022 [Consultado el 27 de mayo de 2024]. 11 preguntas para ayudarte a entender un estudio de Casos y Controles. Disponible en: <https://redcaspe.org/materiales/>
16. Page M J, McKenzie JE, Bossuyt PM, Boutron I, Hoffmann T, Mulrow, CD, et al. Declaración PRISMA 2020: una guía actualizada para la publicación de revisiones sistemáticas, Revista Española de Cardiología. [Internet] 2021 [Consultado el 27 de mayo de 2024] (9), 790-799, Disponible en: <https://doi.org/10.1016/j.recesp.2021.06.016>.
17. Aguilar M, García C, Gil del Pino C. Efectividad de un programa educativo en Educación Física para fomentar las habilidades socioafectivas y prevenir la violencia en educación primaria. Retos [Internet]. 2021 [Consultado el 24 de febrero de 2024]; 3(41):492–501. Disponible en: <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=7952366>
18. Cortés E. Desarrollo de Competencias Socio-emocionales a través de la expresión corporal

- en Educación Primaria. Anuario Digital de Investigación Educativa [Internet]. 2018. [Consultado el 28 de mayo de 2024]. 1, 391–407. Disponible en: <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=7015598>
19. Rojas G. Danzaterapia y educación socioemocional antes y durante el Covid-19 con estudiantes de educación secundaria. *Know and Share Psychology* [Internet]. 2023 [Consultado el 29 de enero de 2024]; 4(1). Disponible en: <https://ojs.ual.es/ojs/index.php/KASP/article/view/8828/7652>
20. Luna P, Cejudo J, Piqueras J A, Rodrigo-Ruiz D, Bajo M, Pérez-González J C. Impact of the moon physical education program on the socio-emotional competencies of preadolescents. *International Journal of Environmental Research and Public Health* [Internet]. 2021 [Consultado el 1 de junio de 2024]. 18(15), 1–17. Disponible en: <https://doi.org/10.3390/ijerph18157896>
21. Ramos T, Vieira-Souza L, Triani F, Getirana-Mota M, Lopes J, Aidar F, Costa L. Atividades corporais de aventura na escola: a corrida de orientação como proposta no desenvolvimento das competências socioemocionais. *Educación Física y Ciencia* [Internet]. 2022 [Consultado el 14 de mayo de 2024]; 24(2):e216. Disponible en: <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=8551091>
22. Gil-Madrona P, Gutiérrez-Marín EC, Cupani M, Samalot-Rivera A, Díaz-Suárez A, López-Sánchez GF. The effects of an appropriate behavior program on elementary school children social skills development in physical education. *Frontiers in Psychology* [Internet]. 2019 [consultado el 27 de mayo de 2024]. Disponible en: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/31632310/>
23. Contreras J. La Educación Física como herramienta para fortalecer la Educación Sociemocional [Internet]. [Tesis de grado] San Luis Potosi. México; Benemerita Y Centenaria Escuela Normal Del Estado De San Luis Potosi: 2019 [Consultado el 19 de enero de 2024]. Disponible en: <https://repositorio.beceneslp.edu.mx/jspui/bitstream/20.500.12584/634/1/EPLEF370-153C764e2019.pdf>
24. González, A. Contribución del área de la Educación Física al desarrollo socioemocional del alumno. La asertividad. [Tesis de grado] Valladolid, España. Repositorio UVaDoc. 2019 [Consultado el 20 de enero de 2024]. Disponible en: <https://uvadoc.uva.es/bitstream/handle/10324/36536/TFG-B.1245.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
25. Mejía J. La lúdica como promotor del fortalecimiento de las competencias socioemocionales en niños de grado quinto de primaria en el Colegio San Carlos [Internet]. [Tesis de maestría] Bogotá, Colombia. Fundación Universitaria Los Libertadores; 2022 [Consultado el 19 de enero de 2024]. Disponible en: <https://repository.libertadores.edu.co/handle/11371/5531>
26. Bernal M, Contreras L. Promoción del desarrollo de competencias socio-emocionales en estudiantes de educación primaria desde el aula de clase a través de la lúdica [Internet]. [Tesis de grado] Bogotá, Colombia; 2021 [Consultado el 19 de enero de 2024]. Disponible en: https://repository.libertadores.edu.co/bitstream/handle/11371/4518/Bernal_Contreras_2021.pdf?sequence=1&isAllowed=y
27. Gómez A, Peña S. Fortalecimiento de las competencias socioemocionales a través del juego de roles en los niños de grado primero de la Escuela Rural Pablo VI. [Internet], [Tesis de grado]. Bogotá Colombia: Repositorio Institucional UNAD. 2023 [Consultado el 21 de enero de 2024] <https://repository.unad.edu.co/bitstream/handle/10596/55907/Smpenabe.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
28. Piraban, M. Construcción de relaciones socioemocionales (empatía y comportamiento pro social) desde la Educación Física en el colegio compartir recuerdo (IED). [Internet]. [Tesis de Maestría] Bogotá, Colombia: Repositorio Fundación Universitaria Los Libertadores. 2023. [Consultado el 14 de febrero de 2024]. Disponible en: https://repository.libertadores.edu.co/bitstream/handle/11371/5958/Piraban_Miguel_2023.pdf?sequence=1&isAllowed=y
29. Benavides, D. Propuesta didáctica de juegos cooperativos para la mejora de las habilidades sociales en las clases de Educación Física en estudiantes de básica superior aplicada al currículo ecuatoriano. [Tesis de maestría] Quito, Ecuador; Pontificia Universidad Católica del Ecuador. 2021. [Consultado el 14 de febrero de 2024]. Disponible en: <https://repositorio.puce.edu.ec/server/api/core/bitstreams/f944df34-112e-4dad-aa99-71610f077e11/content>

30. Zorrilla-Silvestre L, Valverde T, Carreguí J, Gómez A. Estrategias emocionales en educación física a través del aprendizaje servicio: aplicación del programa siente jugando en alumnado de primaria. Publicaciones de la Facultad de Educación y Humanidades del Campus de Melilla [Internet]. 2019 [Consultado el 13 de mayo de 2024]; 49(4):165–81. Disponible en: <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=7214180>
31. Torrado M, Galvis N, Vargas M, Bravo E. Estrategia lúdica para fortalecer la competencia socioemocional en los estudiantes de grado transición de la Institución Educativa Politécnico El Pozón de Cartagena - Bolívar. [Internet]. [Tesis de Maestría] Bogotá, Colombia; Fundación Universitaria Los Libertadores. 2023. [Consultado el 13 de mayo de 2024] Disponible en: https://repository.libertadores.edu.co/bitstream/handle/11371/6567/Torrado_Galvis_Vargas_Bravo_2023.pdf?sequence=1&isAllowed=y
32. Encalada E, Tafur N. Habilidades socioemocionales y aprendizaje cooperativo en estudiantes de educación secundaria. REVISTA EDUSER, [Internet]. 2022. [Consultado el 15 de junio de 2024] 9(2), 7–18. Disponible en: <https://doi.org/10.18050/eduser.v9n2a1>
33. Vera A, Urrutia J, Poblete-Valderrama F. Rol del autoconcepto físico, motivación de logro y actitudes hacia la Educación Física en función del sexo. Retos [Internet]. 2023 [Consultado el 24 de mayo de 2024]; 48:461–9. Disponible en: <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=8842069>
34. Gonzales R, Valles B, Manzueto S, Guerra G. Desarrollo de competencias socioemocionales en estudiantes de educación básica regular. Horizontes Revista de Investigación en Ciencias de la Educación [Internet]. 2023 Feb 9 [Consultado el 16 de mayo de 2024]; 7(28):652–9. Disponible en: <http://www.scielo.org/bo/pdf/hrce/v7n28/a9-652-659.pdf>