

La educación física en las redes sociales: un análisis de contenido

Physical education in social networks: a content analysis

¹Laura Camila Villamarín Romero – Orcid <https://orcid.org/0009-0008-1058-7198>

¹Sebastián Camilo García Bernal – Orcid <https://orcid.org/0009-0001-2510-184X>

¹Leidy Carolina Martin Pinzón – Orcid <https://orcid.org/0009-0004-4233-5877>

¹Anderson David Garzón-Sichaca – Orcid <https://orcid.org/0000-0003-2402-3330>

¹Corporación Universitaria Minuto de Dios – UNIMINUTO

Correspondencia: laura.villamarin@uniminuto.edu.co

Recibido: diciembre 1 de 2024

Aceptado: diciembre 21 de 2024

Palabras clave: Educación física; redes sociales; competencias específicas; análisis de contenido

Key words: Physical education; social media; specific competences; analysis content.

RESUMEN

Las redes sociales han transformado la interacción y el intercambio de información en la actualidad, convirtiéndose en herramientas valiosas para la educación física. Plataformas como TikTok, Instagram, Facebook y YouTube no solo ofrecen entretenimiento, sino que también facilitan el desarrollo de habilidades motrices, expresión corporal y valores axiológicos a través de contenidos interactivos. A pesar de su creciente uso, el impacto específico de estas plataformas en la educación física no ha sido suficientemente explorado. El objetivo de esta investigación fue determinar la relación que tienen las redes sociales de alta difusión que se enfocan en la Educación Física, los Deportes y la Recreación con las competencias específicas de la educación física de Colombia. Para este se desarrollo una

metodología de enfoque cualitativo y alcance descriptivo basado en un diseño de análisis de contenido y abordando técnicas de la metodología PRISMA. Los resultados evidencian que las cuentas de alta difusión en las redes sociales de mayor consumo por parte de los usuarios se publican predominantemente contenidos de Educación Física, Recreación y Deportes asociados a la competencia motriz desde los componentes de actividad física, salud, técnica y táctica deportiva. Así mismo, la competencia expresivo corporal tiene un menor abordaje desde las clases grupales y, finalmente, la competencia axiológica corporal no evidencia reconocimiento por parte de los creadores de contenido digital. Se concluye que las cuentas en redes sociales deben apropiar el concepto de la competencia axiológico corporal como elemento significativo derivado de la Educación Física, la Recreación y los Deportes, toda vez que esta constituye un aspecto fundamental hacia la formación integral.

ABSTRACT

Social networks have transformed the interaction and exchange of information today, becoming valuable tools for physical education. Platforms such as TikTok, Instagram, Facebook and YouTube not only offer entertainment, but also facilitate the development of motor skills, body expression and axiological values through interactive content. Despite their increasing use, the specific impact of these platforms on physical education has not been sufficiently explored. The objective of this research was to determine the relationship that social networks of high diffusion that focus on Physical Education, Sports and Recreation have with the specific competencies of physical education in Colombia. For this purpose, a qualitative and descriptive approach methodology was developed based on a content analysis design and using PRISMA methodology techniques. The results show that the accounts of high diffusion in the social networks of greater consumption by users are predominantly published contents of Physical Education, Recreation and Sports associated to the motor competence from the components of physical activity, health, technique and sports tactics. Likewise, the expressive body competence is less addressed in group classes and, finally, the bodily axiological competence does not show recognition by the creators of digital content. It is concluded that the accounts in social networks should appropriate the concept of bodily axiological competence as a significant element derived from Physical Education, Recreation and Sports, since this constitutes a fundamental aspect towards integral formation.

INTRODUCCIÓN

Las redes sociales han transformado radicalmente la manera en que interactuamos y compartimos información en la era moderna. Plataformas como TikTok, Instagram, Facebook o YouTube, no solo son espacios de entretenimiento, sino que también han emergido como herramientas potentes para la enseñanza y el aprendizaje, especialmente en la educación física. Según Trujillo-Chávez y Cueva-Costales (2023) estas plataformas son esenciales para que las organizaciones deportivas se conecten con su público, utilizando estrategias digitales que incrementan la visibilidad y el entretenimiento de la marca. Así mismo, las redes sociales nos han mostrado las virtudes que presenta la red social Facebook como plataforma virtual permite pensar que es posible planificar, implementar y evaluar una estrategia didáctica con recursos TIC en el campo educativo a fin de abordar contenidos curriculares de Educación Física (Bustos, 2013). Este potencial ha sido contemplado en el ámbito educativo y se han articulado estrategias pedagógicas en función de la promoción de aprendizajes activos a partir de entornos cercanos a la cotidianidad de los estudiantes.

De esta manera, los docentes han empezado a construir ecosistemas de aprendizaje basados en la creación de contenido que se difunde a través de redes sociales, así mismo, “Cada profesor

puede también crear materiales adaptados a las necesidades de cada uno de los alumnos, así como hacerle un seguimiento pormenorizado de sus progresos y también de sus dificultades” (Muñoz, et al., 2013), esto teniendo en cuenta que las herramientas y dispositivos tecnológicos usados como ayudas en el desarrollo de actividades académicas, permiten cambiar la dinámica didáctica y pedagógica porque son elementos que generan empatía con los estudiantes, mejorando los ambientes y el clima de aula, por lo tanto, el proceso formativo (Ramos, 2022) optimizando así el recurso digital en función de las labores pedagógicas enfocadas en potenciar los aprendizajes y desarrollar procesos evaluativos pertinentes y coherentes con la realidad de la sociedad moderna.

No obstante, en el área de la educación física las dinámicas de desarrollo y construcción de conocimiento son diferentes debido a la naturaleza de cuerpo y sujeto en movimiento (Garzón-Sichaca, et al., 2023), en este sentido, esta disciplina busca el desarrollo integral del individuo, abarcando no solo habilidades motrices, sino también aspectos emocionales y sociales. De acuerdo con el Ministerio de Educación Nacional de Colombia (MEN), la Educación Física “es la expresión del cuerpo que tiene relación con la mente. Es el desarrollo y refinamiento de los patrones fundamentales y las destrezas motoras generales, incorporando las experiencias

de exploración, descubrimiento y combinación” y para fortalecer estas expresiones se vale del juego toda vez que esté en la educación física constituye el agente dinamizador de su estructura, es el portador de secretos que la convierten en cultura humana (Piña, 2020).

Teniendo en cuenta lo anterior, las redes sociales en términos de educación física constituyen un medio de transmisión de conocimiento significativo en pro de la expresión corporal y la construcción de motricidad, de hecho, la integración de redes sociales puede facilitar el desarrollo de habilidades motrices, expresión corporal y valores axiológicos a través de contenidos interactivos y motivadores (Mellado-Berenguer et al., 2022). Sin embargo, para el contexto colombiano, estos contenidos digitales distribuidos masivamente a través de cuentas de alta difusión, no han sido aún contrastados con los componentes principales de esta disciplina del conocimiento para reconocer su valor pedagógico.

Mellado-Berenguer et al., (2022) afirma sobre las redes sociales que estas plataformas permiten a los estudiantes visualizar y practicar técnicas nuevas, compartir progresos y conectarse con sus compañeros, lo que mejora su desarrollo motriz y fortalece la cohesión social, de esta manera, las redes sociales, desde la perspectiva de las Tecnologías de la Información y la Comunicación (TIC), representan una oportunidad para innovar en la enseñanza, adaptándose a

las nuevas generaciones de estudiantes (González, 2023). Sin embargo, a pesar del creciente, su impacto específico en el desarrollo de habilidades motrices, la expresión corporal y los valores axiológicos no ha sido suficientemente explorado.

Por esta razón, analizar el contenido de redes sociales en función de la educación física requiere identificar componentes de esta última que posibiliten analizar de manera coherente y objetiva la función e impacto pedagógico, por ello, el MEN plantea las competencias específicas de la educación física, recreación y deporte como procesos de desarrollo y aprendizaje que parten del reconocimiento de los ritmos y estilos propios, así como la comprensión de un sistema en el que se genera un desarrollo integrado y dinámico. Por tanto, las competencias específicas de la EDRD son la motriz, la expresivo corporal y la axiológica corporal.

Las anteriores competencias constituyen el pilar fundamental bajo el cual se reconoce la trascendencia pedagógica de cualquier acción educativa en el ámbito de la educación física, en este sentido, la competencia motriz abarca el desarrollo motor, las técnicas de cuerpo, así como la condición física y la lúdica motriz. De la misma manera, la competencia expresivo corporal comprende el lenguaje corporal, la comunicación e interacción y, las creaciones expresivas de los niños, niñas, adolescentes, jóvenes y adultos. Finalmente, la competencia axiológica

corporal integra el cuidado del sí, del otro y del entorno, así como las capacidades socio – motrices y la ética corporal. (MEN, 2022)

METODOLOGÍA

Esta investigación se llevó a cabo bajo un enfoque mixto, combinando métodos cualitativos y cuantitativos para obtener una comprensión integral del impacto de las redes sociales en la educación física. Se fundamentó en técnicas del análisis de contenido y fases de la revisión sistemática para el desarrollo de su procedimiento. Carriedo et al. (2020) destacan la importancia del análisis de contenido para entender cómo se representa la educación física en las redes sociales y cómo esta representación puede influir en la práctica docente y en el aprendizaje de los estudiantes. Además, se implementó un análisis de redes sociales para explorar las interacciones y conexiones entre los usuarios. Este análisis ayudó a identificar patrones de participación y colaboración entre estudiantes y docentes, así como el impacto de estas interacciones en la motivación y el compromiso con la actividad física (González Benítez, 2023; Moreno-Muciño, 2021). El alcance es descriptivo, toda vez que detalla la manera en que las redes sociales influyen en el desarrollo de habilidades motrices, la expresión corporal y los valores axiológicos.

Instrumentos

Para el desarrollo del proceso investigativo se utilizaron instrumentos de organización y selección de la información cualitativa. Inicialmente, se utilizó la matriz de identificación de cuentas en redes sociales asociadas a las palabras clave definidas para la búsqueda. Esta matriz permitió segmentar y organizar la información en torno a número de seguidores, autor, cantidad de publicaciones entre otros aspectos relevantes para la selección basada en los criterios de inclusión y exclusión.

Un segundo instrumento apropiado para el proceso de análisis fue la ficha de análisis de contenido, la cual es un formato de registro en el que se detallan los elementos observados e interpretados desde los criterios definidos y la triangulación teórica que sustenta cada uno de los ítems construidos. En este instrumento se plasmaron datos cuantitativos y cualitativos asociados a la cantidad de publicaciones, tipo de publicación en términos de texto o vídeo, originalidad de la publicación y, el análisis realizado en torno al enfoque dado a la misma desde las competencias específicas de la Educación Física, la Recreación y los Deportes en el contexto colombiano.

Procedimiento

El proceso inicial se fundamentó en las etapas de búsqueda sistemática de la metodología PRISMA (Page, et al., 2021) para revisiones sistemáticas de literatura.

Para este caso, se siguieron las etapas de identificación, selección, elección e inclusión a partir del establecimiento de unos criterios de inclusión y exclusión asociados a los parámetros de impacto y alta difusión de las redes sociales seleccionadas. De esta manera, se empezó por la normalización de unas palabras clave que orientaron la búsqueda de cuentas asociadas a la educación física en las redes sociales. Estas palabras clave se verificaron a través del tesoro de la UNESCO y se implementaron utilizando elementos como los indicadores boléanos AND y OR, así como las mismas en el idioma inglés. Estas palabras clave fueron educación física, recreación y deportes, las cuales se digitaron inicialmente en las redes sociales Instagram, Facebook, YouTube, X (antes Twitter), Tiktok y Threads.

Seguidamente, se definieron los criterios de inclusión y exclusión que orientaron la fase de selección inicial de las cuentas en redes sociales asociadas a las palabras clave identificadas. A continuación, se describen estos criterios.

Criterios de inclusión

- ✓ Cuentas en redes sociales que evidencien mínimo 4 publicación al mes.
- ✓ Cuentas en redes sociales que sean alta difusión, es decir, mínimo 5000 seguidores.
- ✓ Cuentas en redes sociales que al incluir las palabras clave no

pertenezcan a medios de comunicación o de información organizacional específica.

Criterios de exclusión

- ✓ Cuentas en redes sociales que pertenecen a medios de comunicación público o privado.
- ✓ Cuentas en redes sociales que evidencien inactividad en los últimos 2 años
- ✓ Cuentas en redes sociales que tengan menos de 5000 seguidores

Una vez aplicados los criterios, se eligieron las cuentas que fueron seleccionadas para el análisis de contenido a través de la ficha destinada para ello. En este sentido, se establecieron unidades de análisis entendidas como “contenido de los mensajes escritos, susceptibles posteriormente de ser expresados y desglosados en categorías y subcategorías” (Fernández, 2006). En este sentido, se analizó el contenido de las últimas 30 publicaciones de las cuentas seleccionadas, a partir de las unidades denominadas tipo de contenido, originalidad de la publicación y enfoque de la educación física de la publicación (Motriz, expresivo - corporal, axiológico - corporal). Estas categorías, permitieron reconocer la cantidad y la calidad de las publicaciones en función de su valor pedagógico a la luz de las competencias específicas de la educación física en el contexto colombiano.

RESULTADOS

Con el propósito de determinar la relación que tienen las redes sociales de alta difusión que se enfocan en la educación física, los deportes y la recreación con las competencias específicas de la educación física de Colombia, se desarrolló un proceso de investigación mixto fundamentado en el análisis de contenido. Inicialmente, se buscó identificar las redes

sociales de alta difusión que se enfocan en la educación física, los deportes y la recreación. En este sentido, un hallazgo inicial indica que, de las redes sociales de mayor consumo popular, una no evidencia abordaje de elementos asociados a la Educación Física, la Recreación y los Deportes. La siguiente tabla, describe este resultado.

Tabla 1 Cantidad de cuentas en redes sociales asociadas a la Educación Física, Recreación y Deportes

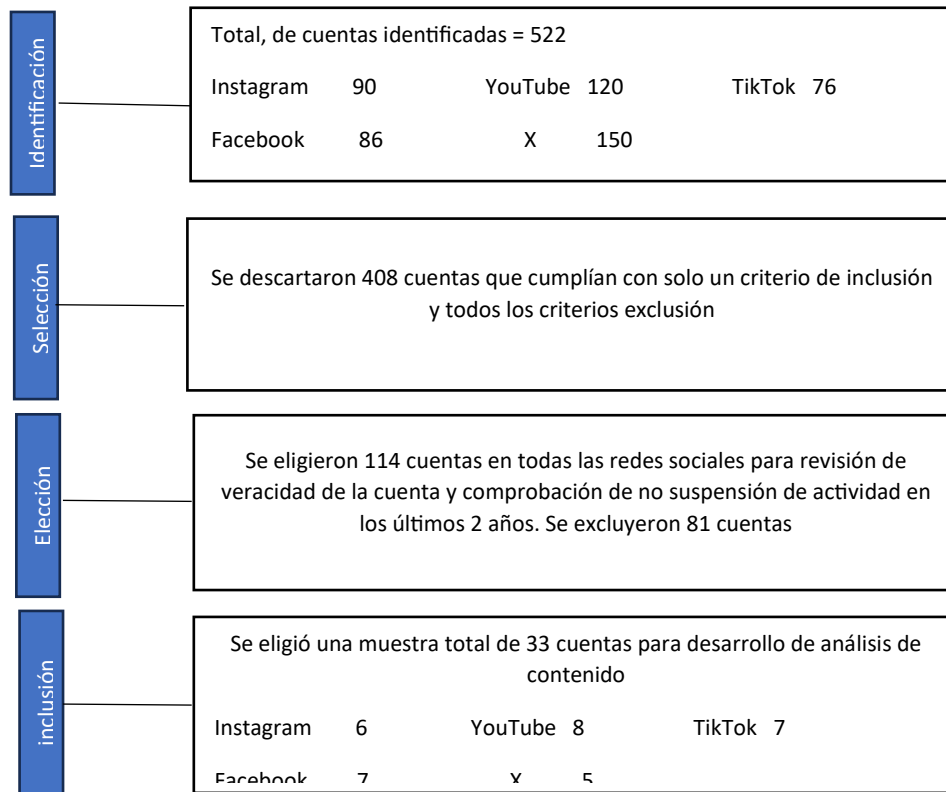
RED SOCIAL	NÚMERO DE CUENTAS ASOCIADAS A EFRD
Instagram	70 +
Facebook	70 +
Youtube	70 +
TikTok	70 +
X (antes twitter)	70 +
Threads	0

Nota. Elaboración propia

La tabla 1 evidencia que, para las redes sociales como Instagram, Facebook, YouTube, TikTok y X, existen más de 70 cuentas que responden a las palabras clave definidas en la búsqueda inicial, no obstante, en la red social Threads, no se encontraron cuentas enfocadas en la educación física, la recreación y los

deportes, por lo cual, se eliminó del proceso de análisis. Seguidamente, se desarrolló el proceso de selección, elección e inclusión de las cuentas por cada red social para proceder con el análisis de contenido. Por consiguiente, la figura 1 describe los hallazgos alcanzados en torno a este proceso.

Figura 1. Esquema PRISMA para la elección de cuentas en redes sociales



Elaboración propia

La figura 1 recopila los hallazgos encontrados en cada una de las fases tomadas de la metodología PRISMA para determinar las cuentas en redes sociales que en las que realizó el análisis de contenido. De esta manera, se identificaron 522 cuentas asociadas a las palabras clave educación física, recreación y deportes; de éstas, 408 fueron excluidas debido a que pertenecían a medios de difusión y comunicación masivos, lo cual omite la pertinencia necesaria para el análisis desde las competencias específicas de la educación física. Otras

razones para su eliminación fueron la no continuidad de publicación en el tiempo con respecto a su año de creación, la diversidad de publicaciones alternando entre temas deportivos y temáticas de otro orden como música o motivación personal, así como ventas online. Seguidamente, se eligieron 114 cuentas en todas las redes sociales para revisión de veracidad de la cuenta y comprobación de no suspensión de actividad en los últimos 2 años. Se excluyeron 81 cuentas que efectivamente durante sus primeros años generaron contenido con frecuencia

definida pero luego evidencian inactividad o intermitencia. Finalmente, se incluyeron una muestra total de 33 cuentas para desarrollo de análisis de contenido.

A partir de la inclusión de las cuentas que cumplieron con los criterios de inclusión y exclusión, se procedió a analizar el

contenido digital que proponen las redes sociales de alta difusión en torno a las competencias específicas de la educación física de Colombia, en este sentido, se diligenciaron las fichas de análisis de contenido y a continuación se presentan los hallazgos en este ítem.

Tabla 2. Análisis de contenido para la red social Instagram

REDES SOCIALES	INSTAGRAM	
Identificación del tipo de contenido (Imágenes, vídeo o texto)	Imágenes	43
	Vídeo	134
	Texto	150
Originalidad de la publicación (creación original o reposteo)	Reposteo	50
	Original	138
Enfoque de la educación física de la publicación (Motriz, expresivo - corporal, axiológico - corporal)	Motriz	145
	Expresivo corporal	112
	Axiológico corporal	50

Elaboración propia

La tabla 2 describe los resultados del análisis en torno a la red social Instagram y las competencias específicas de la educación para el contexto colombiano, se evidencia un uso intensivo del formato audiovisual, con un total de 134 videos y 43 imágenes. Este énfasis en los videos no solo hace las publicaciones más dinámicas y atractivas, sino que también facilita la comprensión visual de actividades prácticas, un recurso valioso en el ámbito educativo y en el aprendizaje físico.

En cuanto al contenido textual, se evidencia una inclinación hacia la originalidad y la creación de valor propio, ya que 138 publicaciones son originales, y solo 50 corresponden a reposteos. Esto refuerza la autenticidad del contenido compartido, dando prioridad a la experiencia personal y a un enfoque pedagógico propio. La mayoría de estas publicaciones, 150 en total, se acompañan de descripciones que contextualizan y explican la finalidad educativa, lo cual enriquece la experiencia de aprendizaje y

facilita la transmisión de los objetivos formativos al público.

Ahora bien, en cuanto al enfoque de las publicaciones con relación a las competencias específicas de la educación física en Colombia, se halla que predominantemente convergen hacia la motricidad, particularmente hacia el desarrollo de habilidades físicas y coordinación. Además, 112 publicaciones están dirigidas a actividades expresivas

corporales, las cuales no solo mejoran la expresión y la comunicación no verbal, sino que también fomentan la creatividad y la conciencia corporal. En contraste, 50 publicaciones abarcan el aspecto axiológico corporal, donde se promueven valores como el respeto, la cooperación, y la disciplina, resaltando el compromiso con una educación física integral que también fomente el desarrollo personal y social.

Tabla 3. Análisis de contenido para la red social TikTok

TIK TOK	
Imágenes	1
Vídeo	209
Texto	180
Reposteo	29
Original	151
Motriz	186
Expresivo corporal	70
Axiológico corporal	128

Elaboración propia

La tabla 3 abarca los relacionamientos realizados en cuanto a la red social TikTok, en esta se analizaron 7 cuentas educativas y, se evidencia el formato de video como un elemento predominante en todas las publicaciones. De estas, 151 son originales, lo cual indica un compromiso activo por ofrecer material educativo genuino y diseñado específicamente, mientras que los reposteos (29 en total) sugieren un enfoque en contenido fresco y propio.

El uso del texto, presente en 180 publicaciones, agrega contexto y facilita la comprensión de los ejercicios y conceptos, un recurso clave para enseñar técnicas y habilidades en el ámbito de la educación física. Predomina el contenido enfocado en el desarrollo motriz con 186 publicaciones, centradas en la mejora de habilidades físicas. Además, 70 publicaciones incluyen actividades de expresión corporal, promoviendo

creatividad y autoexpresión entre los estudiantes.

Por otro lado, 128 publicaciones reflejan un enfoque axiológico corporal, integrando valores esenciales como el respeto, la cooperación y el autocontrol en las actividades. Este aspecto subraya la intención de promover no solo el

desarrollo físico sino también la formación en valores, ofreciendo una educación integral. En conjunto, el análisis de estas cuentas educativas en TikTok destaca el uso del video como herramienta clave para fomentar el aprendizaje motriz, la expresión corporal y el desarrollo axiológico, conectando eficazmente con una audiencia joven y dinámica.

Tabla 4. Análisis de contenido para la red social Facebook

REDES SOCIALES	FACEBOOK	
Identificación del tipo de contenido (Imágenes, vídeo o texto)	Imágenes	51
	Vídeo	119
	Texto	15
Originalidad de la publicación (creación original o reposteo)	Reposteo	145
	Original	27
Enfoque de la educación física de la publicación (Motriz, expresivo - corporal, axiológico - corporal)	Motriz	112
	Expresivo corporal	15
	Axiológico corporal	21

Elaboración propia

La tabla 4 describe el análisis en torno a la red social Facebook, la cual es la plataforma más antigua y difunde diversos contenidos de la educación física. Los resultados evidencian un predominio del contenido visual, con un promedio de 51 imágenes y 119 videos por cuenta, mientras que el contenido textual representa un porcentaje menor, con un promedio de 15 publicaciones. En cuanto a las competencias de la Educación Física en Colombia, el 53.33% de las

publicaciones se centra en la motricidad, abordando aspectos como ejercicios, técnicas deportivas y beneficios para la salud. Un 7.14% adicional se dedica a la expresión corporal y los valores relacionados con la actividad física. Estos resultados indican un enfoque amplio que abarca tanto los aspectos físicos como los socioemocionales de la Educación Física.

Tabla 5. Análisis de contenido para la red social X

REDES SOCIALES	X	
Identificación del tipo de contenido (Imágenes, vídeo o texto)	Imágenes	36
	Vídeo	86
	Texto	66
Originalidad de la publicación (creación original o reposteo)	Reposteo	67
	Original	83
Enfoque de la educación física de la publicación (Motriz, expresivo - corporal, axiológico - corporal)	Motriz	92
	Expresivo corporal	23
	Axiológico corporal	29

Elaboración propia

La tabla 5 presenta los hallazgos en torno a la red social X, donde se evidencia un predominio del contenido visual, con un promedio de 36 imágenes y 86 videos por cuenta y, si bien el número de publicaciones de texto es considerable siendo 66, la tendencia hacia el contenido visual sugiere que los usuarios de X valoran la rapidez y la capacidad de síntesis que ofrecen las imágenes y los videos; en cuanto al análisis de relación con las

competencias específicas de la Educación Física para el contexto colombiano, el 61.3% de las publicaciones se centra en la motricidad, abordando ejercicios, rutinas de entrenamiento y eventos deportivos mientras que un 15,3% adicional se dedica a la expresión corporal y los valores relacionados con la actividad física, de esta manera, la competencia axiológica corporal es omitida en las cuentas de alta difusión en esta red social.

Tabla 6. Análisis de contenido para la red social YouTube

REDES SOCIALES	YOUTUBE	
Identificación del tipo de contenido (Imágenes, vídeo o texto)	Imágenes	0
	Vídeo	240
	Texto	0
	Reposteo	23

Originalidad de la publicación (creación original o reposteo)	Original	217
Enfoque de la educación física de la publicación (Motriz, expresivo - corporal, axiológico - corporal)	Motriz	193
	Expresivo corporal	57
	Axiológico corporal	54

Elaboración propia

La tabla 6 se enfoca en la red social YouTube, la cuál es la plataforma de video más grande del mundo y ofrece un espacio único para la creación y difusión de contenido relacionado con la educación física por medio de tutoriales, demostraciones y documentales para aprender sobre diferentes disciplinas deportivas y mejorar su condición física con los contenidos que la gente ha compartido en cuentas de YouTube dedicadas a este tema con el fin de identificar tendencias y oportunidades para su uso pedagógico.

En el análisis cuantitativo se abordaron 8 cuentas y se evidencia ausencia de imágenes y texto a pesar de ser un sitio web flexible donde esta opción es viable. En torno a las competencias de la Educación Física, el 80.4% de los videos se centra en la motricidad, abordando ejercicios, rutinas de entrenamiento y demostraciones de técnicas deportivas, mientras que un 23.7% adicional se dedica a la expresión corporal y los valores relacionados con la actividad física dándonos como resultado un enfoque amplio que abarca tanto los aspectos físicos como los socioemocionales de la Educación Física.

DISCUSIÓN

Determinar la relación que tienen las redes sociales de alta difusión que se enfocan en la Educación Física, los Deportes y la Recreación con las competencias específicas de la educación física de Colombia, fue el propósito fundamental de este proceso investigativo basado en el análisis de contenido. En este sentido, se encontraron cinco hallazgos

clave que posibilitan identificar necesidades y fortalezas en la creación y generación de contenido educativo que promueva todas las competencias específicas de esta disciplina del conocimiento y que además propendan por generar mayor engagement en los estudiantes.

Inicialmente, se encuentra que en las redes sociales de mayor difusión e

impacto como lo son Instagram, Facebook, TikTok, X y YouTube, existe una predominancia hacia la generación de contenido que aborda la competencia motriz, particularmente enfocándose en propuestas visuales en torno a ejercicios de entrenamiento y acondicionamiento físico, reconocimiento de técnicas deportivas y sesiones de entrenamiento de las capacidades coordinativas, estos resultados se alinean con los de Piedra (2020) donde se resalta que, en el contexto deportivo y de actividad física, plataformas como TikTok, Twitter, e Instagram han facilitado la visibilidad y la interacción de deportistas, clubes, gimnasios y aficionados, sirviendo como herramientas para compartir experiencias, promover eventos y viralizar tendencias relacionadas con el ejercicio físico.

En esta línea, el segundo hallazgo evidencia que la competencia que también tiene un abordaje desde los contenidos en redes sociales es la expresivo corporal, en este sentido las propuestas audiovisuales apuntan por actividades relacionadas con la danza, los aerobicos, la rumba aerobica y las actividades manuales. En este sentido, Carriedo et al. (2020) afirman que la llegada de internet y las redes sociales ha introducido nuevas formas de expresividad corporal y subraya la necesidad de que la Educación Física se adapte para integrar estas nuevas formas de expresión corporal facilitadas por plataformas como TikTok, Instagram,

Facebook, y Twitter. De esta manera, se evidencia una necesidad de promover nuevas tendencias para el movimiento y la expresión corporal en las redes sociales tales como la danzika o el kickboxing.

Ahora bien, un tercer resultado producto de este proceso investigativo esta relacionado con el abordaje de la competencia axiológica corporal, entendida como el enfoque que desde la Educación Física, la Recreación y los Deportes se realiza hacia el cuidado del sí, del otro, del medio ambiente y de los valores ciudadanos. En este orden de ideas, se encontró que los contenidos en las redes sociales Facebook, X y Youtube, no abordan estos conceptos y, por su parte, TikTok e Instagram, expresan algunas ideas con relación a estos elementos importantes para la integralidad del ser humano en formación. Estos resultados dialogan con los de Navarro (2016) quienes afirman que las consecuencias negativas del uso excesivo de dispositivos electrónicos, como el desarrollo de hábitos sedentarios y problemas de salud entre los estudiantes. Aunque se reconoce la importancia de la tecnología, se destaca el excesivo tiempo que los estudiantes dedican a dispositivos electrónicos en detrimento de la actividad física. Por tanto, es determinante que en las redes sociales se incremente el conocimiento de esta competencia como componente de esta disciplina del conocimiento.

El cuarto hallazgo evidenciado en este proceso esta relacionado con el tipo de contenido que se difunde en las redes sociales de mayor consumo por parte de los usuarios, en este sentido, se encontro que para Instagram, TikTok y YouTube, se publican contenidos originales que abordan temas relacionados con la Educación Física, la Recreación y los Deportes, mientras que para Facebook y X, la modalidad de reposteo o difundir contenidos provenientes de otras cuentas, evidencia una tendencia mayor. En este sentido, Bernabé (2019) afirman que Facebook facilita la comunicación y el intercambio de información entre estudiantes, profesores y padres, promoviendo un rol activo y reforzando la comunidad de práctica en la educación física demostrando ser una herramienta eficaz para mejorar la comunicación, fomentar la participación activa y fortalecer los lazos familiares en el proceso educativo pero es esencial que la integración de esta tecnología se realice con un enfoque pedagógico claro para maximizar sus beneficios educativos.

Finalmente, la manera en que la información o el conocimiento es mas recepcionado por los usuarios de redes sociales es a través de contenidos basados en vídeo, para todas las redes sociales analizadas se evidenció un predominio de contenido en torno a la Educación Física, la Recreación y los Deportes, fundamentado en la creación de vídeos acompañados de audio y en algunos casos

algo de texto. Estos resultados concuerdan con los presentados por Semiz (2023) quien afirma que las redes sociales no solo amplían el alcance de la enseñanza más allá de las fronteras físicas, sino que también promueve una mayor interacción y participación entre los profesionales y la comunidad educativa global. Así mismo, el conocimiento sobre los hábitos de uso de redes sociales y la percepción de los estudiantes y muestra una percepción más positiva del uso de redes sociales en el aprendizaje, con una mayor preparación para emplear estas herramientas en metodologías innovadoras Lledó, et al., (2021)

CONCLUSIONES

Las redes sociales constituyen la fuente primaria de información en la sociedad moderna, donde la ciudadanía digital y las dinámicas de interacción social en la modalidad virtual adquieren cada día más relevancia y espacio para el análisis desde su potencial pedagógico; en este contexto, las competencias específicas de la Educación Física para el contexto Colombia, constituyen la base nuclear de conocimiento que todo profesional en esta disciplina debe apropiarse. En este sentido, espacios sociales de interacción con YouTube, Instagram, Facebook, TikTok o X, evidencian un alto grado de publicaciones que impactan el consumo de niños, niñas, adolescentes, adultos y adultos mayores en pro de la ampliación de conceptos y orientaciones para el

desarrollo de la corporalidad y la motricidad.

De esta manera, los contenidos digitales compartidos en las redes sociales de mayor difusión y consumo asociados a las competencias específicas de la Educación Física en Colombia, evidencian un enfoque hacia publicaciones que promueven la motricidad desde la actividad física y el entrenamiento deportivo, en este sentido, las rutinas de entrenamiento de alta intensidad o HIIT, las sesiones de aerobicos, rumba aerobica, así como los elementos de aprendizaje de deportes desde la técnica y táctica, predominan como contenidos de divulgación.

Por otra parte, las redes sociales promueven la competencia expresivo corporal a partir de las practicas deportivas y de actividad física sin profundizar en los elementos asociados a la imagen corporal o el auto concepto, tampoco se evidencian abordajes que resalten la importancia de la canalización de emociones particularmente debido a que se asocia el contenido de la Educación Física a la práctica deportiva, dando mayor importancia al rendimiento deportivo que a la sensibilización de las emociones a través del movimiento. Finalmente, es recomendable que las cuentas en redes sociales apropien el concepto de la competencia axiológico corporal como elemento significativo derivado de la Educación Física, la Recreación y los Deportes, toda vez que esta constituye un

aspecto fundamental hacia la formación integral.

REFERENCIAS

- Bernabé, R. (2019). La red social Facebook como innovación para la ampliación de los procesos educativos del modelo de educación deportiva en Educación Física. Tesis Doctoral, (Universidad de Oviedo, España). Archivo digital. <https://digibuo.uniovi.es/dspace/handle/10651/57176>
- Bustos, D. F. (2013). El uso de la red social Facebook como plataforma virtual para la construcción de contenidos teóricos del espacio curricular de Educación Física [Trabajo final de graduación, Universidad Siglo 21]. <https://repositorio.21.edu.ar/bitstream/handle/ues21/12024/TFGBUSTOS.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Carriedo, A., Méndez-Giménez, J., Fernández-Rio, J. y Cecchini, J. (2020). Nuevas posibilidades y recursos para la enseñanza de la expresión corporal en educación física internet y los retos virales. Retos, 37, 722-730. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=7243342>
- Fernández, F. (2006). El análisis de contenido como ayuda metodológica para la investigación: (ed.). San José, Argentina: Red Revista de Ciencias Sociales. Recuperado de <https://elibro.net/es/ereader/uniminuto/10537?page=6>.

Garzón-Sichaca, A. D., Osorio-Hortua, D. J., Pachón-Meneses, J. J., y Morales-Eraso, N. S. (2023). Juegos, ludicidad y armonía integral en la motricidad escolar. *Estudios Pedagógicos*, 49(Especial), 307–320. <https://doi.org/10.4067/S0718-07052023000300307>

González Benítez, E. (2023). Aplicación de las TIC en las Clases Virtuales de Educación Física en el nivel medio del Colegio Técnico Juan XXIII FROSEP durante la Pandemia del Covid-19 en los años 2020 y 2021. *Estudios Y Perspectivas Revista Científica Y Académica*, 3(2), 156–180. <https://doi.org/10.61384/r.c.a.v3i2.43>

Lledó, G., Lledó, A., Lledó A., Cabrera, E., Antón, N., Fernández, J., Rocamora, A., Pérez, e., Gilabert, A., Baeza, L., Gómez, I., Marín, J., Marín, Moreno, J., Navas-Parejo, M. y Trujillo, J. (2021). El uso de las redes sociales en la docencia dual en el Grado de Maestro en Educación Infantil, Educación Primaria y en Ciencias de la Actividad Física y del deporte. En Menargues, J., Díez, R., Pellín, N. y Satorre, R. (2021), *Memorias del Programa de Redes-13CE de calidad, innovación e investigación en docencia universitaria* (pp. 3279-3286). <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=8264567>

Mellado-Berenguer, J., Aguilera Mata, R., Vanaclocha-Amat, Pepe. y del Val Martín, P. (2022). Impacto de las redes sociales en el desarrollo profesional en Educación Física: usos, motivaciones y oportunidades. *Sportis Scientific Technical*

Journal of School Sport, Physical Education and Psychomotricity. 8. 1-18. [10.17979/sportis.2022.8.1.8757](https://doi.org/10.17979/sportis.2022.8.1.8757).

Ministerio de Educación Nacional de Colombia (s.f). Educación Física. <https://www.mindeporte.gov.co/atencion-servicio-ciudadania/ingrese-consulte-peticiones/glosario-tematico/deporte/educacion-fisica>

Ministerio de Educación Nacional de Colombia (MEN). (2022). Orientaciones curriculares para la educación física, recreación y deportes en educación básica y media. <https://www.mineduccion.gov.co/portal/preescolar-basica-y-media/referentes-de-calidad/411706:orientaciones-curriculares>

Moreno-Muciño, O., Medina, R., Enríquez, M., García, J. y Ceballos, O. (2021). Actividad física y uso de redes sociales en estudiantes de secundaria. *Diferencias por sexo y grado escolar. Retos*, 42, 276-285. [Dialnet-ActividadFisicaYUsoDeRedesSocialesEnEstudiantesDeS-7986313.pdf](https://dialnet-actividadfisicaYUsoDeRedesSocialesEnEstudiantesDeS-7986313.pdf)

Muñoz, M., Fragueiro, M. y Ayuso, M. (2013). la importancia de las redes sociales en el ámbito educativo. *Escuela Abierta*. 16, 91-104. [Vista de La importancia de las redes sociales en el ámbito educativo](https://doi.org/10.1016/j.ea.2013.05.001)

Navarro, A. (2016). LAS REDES SOCIALES Y SU INFLUENCIA EN LA ACTIVIDAD FÍSICA EN LOS ESTUDIANTES DE EDUCACIÓN GENERAL BÁSICA SUPERIOR DE LA UNIDAD

EDUCATIVA JUAN MONTALVO. Tesis de pregrado, (Universidad Técnica de Ambato, Ecuador). Archivo digital. <https://repositorio.uta.edu.ec/items/7d3a5a3c-f4fa-4ecb-a983-3b433bee506b>

Page, M. J., McKenzie, J. E., Bossuyt, P. M., Boutron, I., Hoffmann, T. C., Mulrow, C. D., Shamseer, L., Tetzlaff, J. M., Akl, E. A., Brennan, S. E., Chou, R., Glanville, J., Grimshaw, J. M., Hróbjartsson, A., Lalu, M. M., Li, T., Loder, E. W., Mayo-Wilson, E., McDonald, S., Moher, D. (2021). The PRISMA 2020 statement: An updated guideline for reporting systematic reviews. In The BMJ (Vol. 372). BMJ Publishing Group. <https://doi.org/10.1136/bmj.n71>

Piedra, J. (2020). Redes sociales en tiempos del COVID-19: El caso de la actividad física. Sociología Del Deporte, 1(1), 41–43. <https://doi.org/10.46661/socioldeporte.4998>

Piña, C. (2020). El laberinto de la educación física: jugar la cultura, culturizar a las sociedades, socializar el cuerpo,

corporeizar el lenguaje. En A. Velasco, (Eds). Construcción de un discurso pedagógico en Educación Física (pp. 61 – 84). Editorial Kinesis.

Ramos Ruano, M. (2022). Las aplicaciones móviles como herramienta para el mejoramiento metodológico y didáctico de procesos pedagógicos de enseñanza-aprendizaje en el área de la Educación Física [Trabajo de grado, Universidad de Santander]. Ramos Ruano, M. (2022). Las aplicaciones móviles como herramienta para el mejoramiento metodológico y didáctico de procesos pedagógicos de enseñanza-aprendizaje en el área de la Educación Física [Trabajo de grado, Universidad de Santander].

Trujillo-Chávez, H., y Cueva-Costales, A., (2023). Estrategias Digitales en Redes Sociales para Aumentar el Engagment. Caso: Centro de Educación Física de la ESPOCH. 593 Digital Publisher CEIT, 8(3-1), 377-391 <https://doi.org/10.33386/593dp.2023.3-1.1870>