



Cohesión grupal en educación física de estudiantes: Revisión sistemática

Group cohesion in student physical education: Systematic review

Coesão de grupo na educação física estudantil: Revisão sistemática

ARTÍCULO DE REVISIÓN



Efraín Málaga Mamani¹ 
emalaga@ucvvirtual.edu.pe

Rene Málaga Mamani² 
malagamr07@gmail.com

Salvador Mamani Mamani² 
smamani@unap.edu.pe

Roger Machaca Gonzá³ 
romagoalfe@gmail.com

Escanea en tu dispositivo móvil
o revisa este artículo en:

<https://doi.org/10.33996/revistahorizontes.v9i38.1055>

¹Universidad César Vallejo. Lima, Perú

²Universidad Nacional Del Altiplano. Puno, Perú

³Universidad Andina Néstor Cáceres Velásquez. Juliaca, Perú

Artículo recibido 5 de febrero 2025 | Aceptado 17 de marzo 2025 | Publicado 1 de abril 2025

RESUMEN

La cohesión grupal en el contexto de la educación física estudiantil se ha identificado como un factor determinante en el desarrollo integral de los jóvenes. El objetivo del estudio fue identificar las implicancias de la cohesión de grupo de educación física en estudiantes de Perú. Se empleó el método de revisión sistemática de la literatura siguiendo directrices de la declaración PRISMA. Para la recuperación de información, se tomó en cuenta los criterios de inclusión, se seleccionaron artículos publicados del 2021 al 2025, se incluyeron 22 artículos. Los resultados revelan que la cohesión grupal desempeña un papel fundamental en la educación física, influyendo en diversos aspectos del desarrollo de los estudiantes. Concluyendo que la cohesión de grupo presenta impacto positivo en estudiantes, favorece la integración social y el desarrollo personal, fomenta valores sociales esenciales como la igualdad de género y la colaboración, reforzando el papel de la educación física en la formación integral de los estudiantes.

Palabras clave: Cohesión; Educación; Estrategias; Física; Grupal

ABSTRACT

Group cohesion in the context of student physical education has been identified as a determining factor in the integral development of young people. The aim of the study was to identify the implications of physical education group cohesion in Peruvian students. The systematic literature review method was used following the guidelines of the PRISMA statement. For information retrieval, the inclusion criteria were taken into account, articles published from 2021 to 2025 were selected, 22 articles were included. The results reveal that group cohesion plays a fundamental role in physical education, influencing various aspects of student development. Concluding that group cohesion has a positive impact on students, favors social integration and personal development, promotes essential social values such as gender equality and collaboration, reinforcing the role of physical education in the integral formation of students.

Key words: Cohesion; Education; Strategies; Physical Education; Group

RESUMO

Group cohesion in the context of student physical education has been identified as a determining factor in the integral development of young people. The aim of the study was to identify the implications of physical education group cohesion in Peruvian students. The systematic literature review method was used following the guidelines of the PRISMA statement. For information retrieval, the inclusion criteria were taken into account, articles published from 2021 to 2025 were selected, 22 articles were included. The results reveal that group cohesion plays a fundamental role in physical education, influencing various aspects of student development. Concluding that group cohesion has a positive impact on students, favors social integration and personal development, promotes essential social values such as gender equality and collaboration, reinforcing the role of physical education in the integral formation of students.

Key words: Cohesion; Education; Strategies; Physical Education; Group

INTRODUCCIÓN

Se ha reconocido que la cohesión grupal en el ámbito de la educación física juvenil ejerce un papel fundamental en el desarrollo integral de los estudiantes. En este sentido, diversas investigaciones sugieren que un nivel elevado de cohesión en los grupos se vincula positivamente con mejoras notables en el desempeño académico, la motivación intrínseca y el bienestar psicológico de los alumnos (Carron y Brawley, 2012). Asimismo, se ha constatado que la participación en actividades físicas colectivas promueve el avance de habilidades socioemocionales cruciales, tales como la comunicación eficaz, la cooperación constructiva y el respeto mutuo (Bray y Widmeyer, 2000). En consecuencia, analizar los factores determinantes de la cohesión grupal en este entorno resulta indispensable para diseñar intervenciones pedagógicas que resulten efectivas.

Sin embargo, la creciente prevalencia de inactividad y sedentarismo física entre los jóvenes representa un desafío significativo para la salud pública global (Organización Mundial de la Salud [OMS], 2022). En este contexto, la educación física emerge como un espacio fundamental para fundamentar hábitos orientados a la actividad física desde de vida activa desde edades tempranas. Además, la cohesión del grupo y la satisfacción o frustración derivada de la incorporación de nuevos contenidos en esta disciplina podrían afectar su desarrollo (Galán et al., 2025).

Cuando realizan actividades y los procesos de integración son deficientes generan una comunicación dividida y sin claridad entre los integrantes de los grupos produciendo errores en las comunicaciones de información importante. Ocasionalmente que los participantes no logran sincronizar de forma adecuada y trabajan de forma aislada, lo que dificultan la coordinación de sus actividades. En la falta de sinergia no se aprovecha todas las bondades de los equipos, evitando el logro de los propósitos (Cortes et al., 2024).

Por otro lado, estudios recientes como el de Wang et al., (2024) encontraron que la cohesión del equipo tiene un impacto positivo significativo en el compromiso de los atletas o jugadores de baloncesto. En ese sentido se requiere la mejora de la cohesión del equipo, porque representa un método eficaz para incrementar el compromiso de los jugadores. Se recomienda que los docentes de educación física o entrenadores no adopten enfoques autoritarios de control y degradante y, en su lugar, realicen prácticas de liderazgo ético, buscando la mejora de sus propias habilidades y virtudes para servir como modelos. Del mismo modo, se encontró que la integración durante el trabajo en equipo resulta una estrategia favorable para lograr la cohesión de los grupos (Cortes et al., 2024).

Cabe resaltar que, la educación física está referida al conocimiento en la práctica, representando a los conocimientos adquiridos

a través de las participaciones activas en las prácticas sociales y se establece la asociación de la importancia de la educación física y la cohesión grupal en estudiantes (Rojo-Ramos et al., 2024). Es una asignatura de importancia puesto que establece como sus principales propósitos que los estudiantes interioricen y adquieran autonomía para seguir conductas de vida saludable que permitan un mejor desarrollo personal, social y adquieran hábitos saludables para la vida futura (Pangrazi y Beighle, 2019).

Considerando la importancia de la cohesión grupal dentro de la educación física, la presente revisión sistemática tiene como propósito examinar la literatura científica existente en torno a esta temática.

En ese sentido, el objetivo del estudio es identificar las implicancias de la cohesión de grupo de educación física de estudiantes, específicamente abordando interrogantes como: ¿Cuáles son los factores que influyen en la cohesión grupal dentro del contexto de la educación física estudiantil? ¿Qué estrategias pedagógicas son más efectivas para promover la cohesión grupal en la educación física? y ¿Cuál es el impacto de la cohesión grupal en el rendimiento académico, la motivación y el bienestar psicológico de los estudiantes de educación física?

MÉTODO

Se empleó el método de revisión sistemática de la literatura científica, siguiendo las directrices

de la metodología PRISMA 2020, con el objetivo de analizar las implicancias de la cohesión grupal en la educación física estudiantil. La estrategia de búsqueda se diseñó para identificar artículos relevantes publicados del 2021 al 2025, utilizando las bases de datos reconocidas como Scopus y Web of Science (WoS). Los términos de búsquedas empleados como palabras clave: "group cohesion" and "physical education", "teamwork" and "physical education" combinados con operadores booleanos.

Por otro lado, los criterios de inclusión abarcaron artículos originales, abordando la relación entre la cohesión grupal y educación física en estudiantes, mientras que, los criterios de exclusión descartaron artículos publicados antes de 2021, con acceso restringido, libros, actas de conferencias y tesis. El proceso de selección se documentó de manera detallada mediante un diagrama de flujo PRISMA 2020 (Figura 1), que ilustra las fases de identificación, cribado y selección de estudios.

La selección final incluyó 22 artículos, de los cuales 18 fueron recuperados de Scopus y 4 de WoS. La Tabla 1, resume la estrategia de búsqueda y los resultados obtenidos en cada base de datos. La Figura 1, muestra la distribución de los artículos seleccionados por base de datos, destacando la predominancia de estudios provenientes de Scopus.

Tabla 1. Cadena de búsquedas en artículos de bases de datos.

Base de datos	Término de búsqueda	Resultados	Seleccionados
Scopus	"group cohesion" and "physical education"	11	10
	"teamwork" and "physical education"	60	8
Wos	"group cohesion" and "physical education"	12	4
Total		83	22

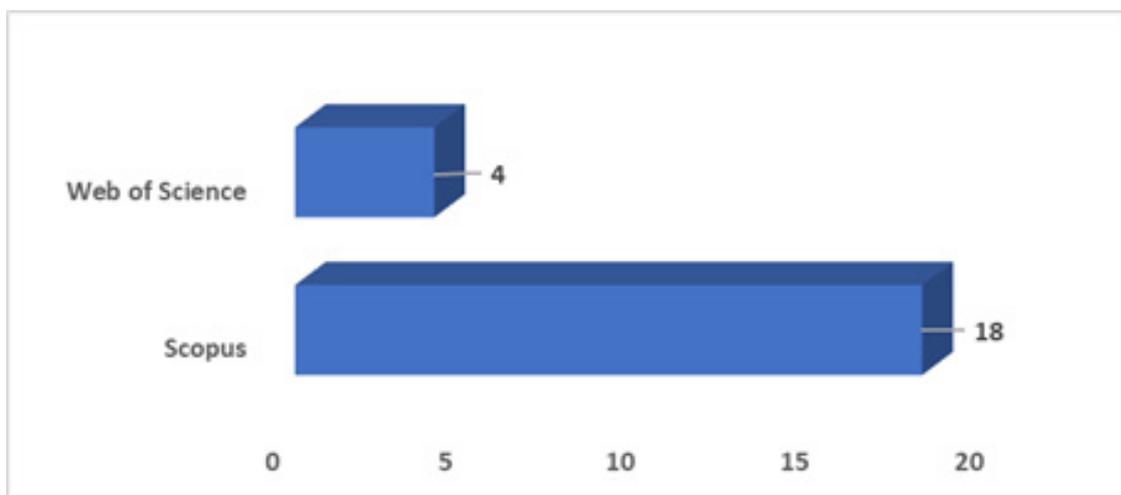


Figura 1. Artículos por base de datos de publicación.

En la Figura 2, se evidencian las publicaciones de bases de datos sobre el estudio de cohesión de grupo de educación física en estudiantes y se obtuvieron 18 artículos Scopus y 4 artículos Wos.

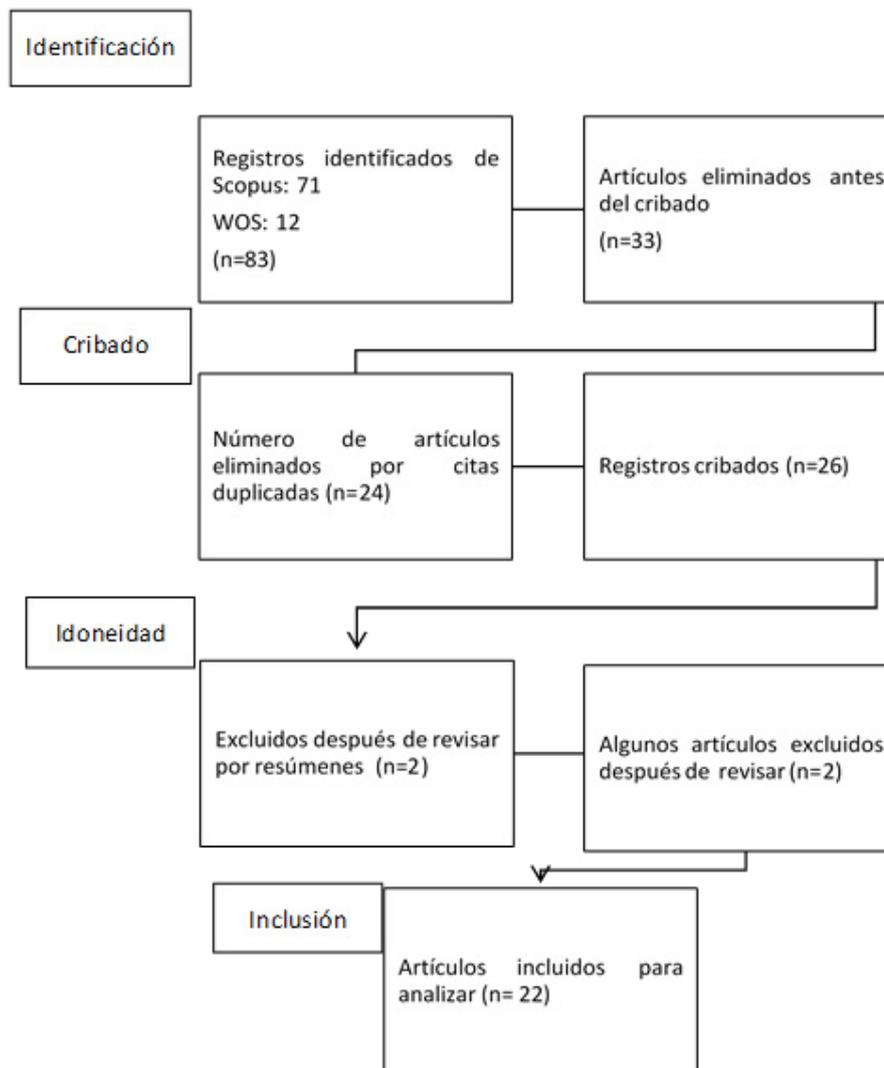


Figura 2. Diagrama de flujo PRISMA.

DESARROLLO Y DISCUSIÓN

A continuación, se presentan los resultados de la revisión sistemática basada en la metodología PRISMA 2020, a través del análisis de 22 estudios

relevantes se identificaron patrones y tendencias que ofrecen una visión integral de cómo la cohesión grupal influye en diversos aspectos del desarrollo de los estudiantes.

Tabla 2. Consolidado de resultados de revisión sistemática sobre cohesión de grupo de educación física.

N	Autor(es)	Método	Categorías Principales	Implicancias de la Cohesión de Grupo de Educación Física
1	Galán-Arroyo et al. (2025)	Estudio descriptivo transversal	Estrategias de intervención, actitud hacia la actividad física	Fortalecer la cohesión grupal mejora la experiencia educativa y fomenta una actitud positiva hacia la actividad física.
2	Bessa et al. (2024)	Estudio mixto	Dinámica grupal, herramientas de evaluación (YSEQ)	El uso de YSEQ facilita la identificación de dificultades en la dinámica grupal y el diseño de estrategias para mejorar la cohesión.
3	Descamps et al. (2024)	Estudio cualitativo	Inclusión, estrategias específicas	La inclusión fortalece la cohesión grupal, pero requiere estrategias específicas para minimizar desafíos.
4	Dransmann et al. (2024)	Estudio cuantitativo longitudinal	Satisfacción, rendimiento, integración social, desarrollo personal	La cohesión grupal mejora la satisfacción, el rendimiento, la integración social y el desarrollo personal.
5	Espejo et al. (2024)	Estudio mixto	Estrategias innovadoras, valores sociales (igualdad de género, colaboración)	Las estrategias innovadoras mejoran la cohesión grupal y fomentan valores sociales esenciales.
6	Rojo-Ramos et al. (2024)	Estudio descriptivo transversal	Factores individuales (percepción, motivación), ambiente inclusivo	La cohesión grupal está influenciada por factores individuales, lo que requiere estrategias inclusivas.
7	He et al. (2023)	Estudio cuantitativo	Dinámica social, entorno escolar, estrategias basadas en SEPS	La cohesión grupal mejora la dinámica social y el entorno escolar.
8	Melentiev et al. (2022)	Revisión teórica	Trabajo en equipo, motivación, rendimiento	Se necesita más investigación sobre cómo fortalecer el trabajo en equipo en la educación física.
9	Liao et al. (2023)	Estudio cuantitativo	Colaboración, participación activa, motivación, estilo de vida	Las estrategias que fomentan la colaboración mejoran la motivación y el estilo de vida.
10	Martín y Jiménez (2021)	Estudio descriptivo	Estrategias cooperativas, dinámica de aprendizaje, inclusión	Las estrategias cooperativas mejoran la cohesión grupal y la dinámica de aprendizaje.
11	Arias et al. (2021)	Estudio cualitativo	Modelos coeducativos, deportes de equipo, convivencia, respeto mutuo	Los modelos coeducativos mejoran la cohesión grupal, la convivencia y el respeto mutuo.

N	Autor(es)	Método	Categorías Principales	Implicancias de la Cohesión de Grupo de Educación Física
12	Haugen et al. (2021)	Estudio cuantitativo	Herramientas de medición, integración social, desempeño colectivo	La validación de herramientas de medición permite diseñar estrategias educativas más efectivas.
13	Mallén-Lacambra et al. (2024)	Estudio experimental	Juegos motores cooperativos, barreras sociales, inclusión	Los juegos motores cooperativos fortalecen la cohesión grupal y reducen barreras sociales.
14	Shen et al. (2024)	Estudio cuantitativo	Cooperación, competición controlada, participación, formación ciudadana	La integración de cooperación y competición mejora la participación y la formación ciudadana.
15	Boned-Gómez et al. (2024)	Estudio mixto	Estrategias colaborativas, habilidades motrices, conciencia social	Las estrategias colaborativas fomentan la cooperación y la conciencia social.
16	Xu et al. (2025)	Estudio cuantitativo	Trabajo en equipo, bienestar emocional y social, metodologías innovadoras	El trabajo en equipo mejora el bienestar emocional y social.
17	Solera-Alfonso et al. (2025)	Estudio cualitativo	Aprendizaje cooperativo, competencias sociales, formación docente	El aprendizaje cooperativo mejora las competencias sociales en la formación docente.
18	Niu et al. (2025)	Estudio cuantitativo	Actividades grupales, tecnologías innovadoras, socialización	Las actividades grupales y tecnologías innovadoras mejoran la socialización.
19	Novak et al. (2025)	Estudio cuantitativo	Actividades físicas grupales, sentido de comunidad, cooperación	Las actividades físicas grupales fortalecen el sentido de comunidad y la cooperación.
20	Tagare et al. (2025)	Estudio cualitativo	Trabajo en equipo, habilidades sociales, generación Z, entornos rurales	El trabajo en equipo fomenta habilidades sociales en la Generación Z en entornos rurales.
21	Longakit et al. (2024)	Estudio mixto	Metodologías innovadoras, trabajo en equipo, habilidades motrices, socialización	Las metodologías innovadoras desarrollan el trabajo en equipo y la socialización.
22	Silva et al. (2024)	Estudio cuantitativo	Trabajo en equipo, competencia motriz, autonomía, planificación	El trabajo en equipo mejora la competencia motriz, la autonomía y la planificación.

Importancia de la cohesión de grupo de educación física

Fortalecer la cohesión grupal en educación física (EF) podría mejorar la experiencia educativa y fomentar una actitud positiva hacia la actividad física, lo que resalta la necesidad de diseñar estrategias de intervención específicas (Galán-Arroyo, et al., 2025). En este sentido, el uso de herramientas como el entorno deportivo juvenil (yseq) permite identificar dificultades en la dinámica grupal y desarrollar estrategias para mejorar la cohesión en el aula. Esto contribuye a un ambiente más participativo y motivador, favoreciendo tanto el aprendizaje como la adherencia a la actividad física (Bessa et al., 2024).

Uno de los enfoques clave para fortalecer la cohesión grupal en educación física es la inclusión, aunque su implementación efectiva requiere estrategias específicas para minimizar los desafíos y garantizar un impacto positivo en todos los participantes (Descamps et al., 2024). La cohesión grupal no solo mejora la satisfacción y el rendimiento en entornos de EF, sino que también favorece la integración social y el desarrollo personal.

En este contexto, es fundamental reconocer que la cohesión grupal está influenciada por factores individuales, como la percepción de la materia y la motivación personal. Comprender estas diferencias resulta clave para diseñar estrategias que promuevan un ambiente inclusivo y equitativo

en la enseñanza de la educación física (Rojo-Ramos et al., 2024).

La cohesión de grupo en educación física no solo impacta el rendimiento individual, sino que también mejora la dinámica social y el entorno escolar en su conjunto. Implementar estrategias basadas en prácticas exitosas podría ser clave para fortalecer estos aspectos (He, et al., 2023). Aunque la cohesión de grupo es un factor determinante en el deporte, su estudio en educación física sigue siendo limitado. Es necesario profundizar en investigaciones que analicen cómo fortalecer el trabajo en equipo en contextos escolares, dado que esto puede impactar positivamente en la motivación y el rendimiento de los estudiantes (Melentiev et al., 2022).

Estrategias para desarrollar la cohesión de grupo de educación física

El fortalecimiento de la cohesión grupal en educación física requiere la implementación de estrategias que fomenten la colaboración y la participación activa de los estudiantes. Los modelos de enseñanza que priorizan estos aspectos han demostrado generar impactos positivos en la motivación y el estilo de vida de los alumnos, lo que resalta la necesidad de innovar en las estrategias docentes para optimizar los beneficios sociales y educativos de la educación física (Liao et al., 2023).

Una de las estrategias más efectivas en este sentido es la enseñanza cooperativa, ya que

favorece la cohesión grupal y mejora la dinámica de aprendizaje. Un enfoque estructurado facilita la integración del aprendizaje cooperativo en todas las áreas motrices, promoviendo un entorno educativo más inclusivo y colaborativo (Martín y Jiménez, 2021). En particular, el uso de modelos coeducativos en deportes de equipo dentro de la educación física no solo potencia las habilidades deportivas, sino que también fortalece la cohesión del grupo, fomentando la convivencia y el respeto mutuo entre los estudiantes (Arias et al., 2021).

La cohesión de grupo es un factor clave en el deporte juvenil, ya que influye en la integración social y el desempeño colectivo. Para potenciar su impacto en la educación física, es fundamental validar herramientas que permitan medirla con precisión y diseñar estrategias educativas más efectivas (Haugen et al., 2021). En este contexto, el uso de juegos motores cooperativos no competitivos se presenta como una estrategia eficaz para fortalecer la cohesión grupal, reducir barreras sociales y fomentar un ambiente de respeto e inclusión dentro del aula (Mallén-Lacambra et al., 2024).

Impacto de la cohesión grupal en el rendimiento académico, la motivación y el bienestar psicológico de los estudiantes de educación física

El trabajo en equipo en educación física es un componente esencial para el desarrollo de habilidades colaborativas, autonomía y liderazgo,

con aplicaciones tanto en el ámbito educativo como profesional. La implementación de programas que integren la cooperación y la competición controlada no solo mejora la participación y el aprendizaje de los estudiantes, sino que también contribuye a la formación de ciudadanos socialmente responsables y preparados para trabajar en equipo en diversos contextos (Shen et al., 2024). En este sentido, la educación física cuando se orienta hacia estrategias colaborativas, no solo fortalece las habilidades motrices, sino que también fomenta la cooperación, el compromiso, la cohesión de grupo y la conciencia social. La implementación de deportes cooperativos y metodologías activas en los programas escolares podría potenciar el aprendizaje social y la sostenibilidad en los estudiantes, convirtiéndose en una herramienta clave para su desarrollo integral (Boned-Gómez et al., 2024).

Además, el trabajo en equipo en educación física no solo fortalece la cooperación y la confianza entre los estudiantes, sino que también contribuye a su bienestar emocional y social. Las metodologías innovadoras, como el aprendizaje cooperativo y la integración del movimiento con la expresión creativa, pueden ser herramientas clave para mejorar la enseñanza en educación física y maximizar los beneficios del trabajo en equipo (Xu et al., 2025).

En el contexto de la educación superior, el aprendizaje cooperativo en educación física es una

herramienta clave para mejorar las competencias sociales y el trabajo en equipo en estudiantes de formación docente. A pesar de las dificultades organizativas, fomenta la cooperación, el aprendizaje mutuo y la especialización, elementos fundamentales para el éxito en entornos educativos y profesionales (Solera-Alfonso et al., 2025).

La evidencia respalda la importancia de integrar actividades grupales y tecnologías innovadoras en la educación física para mejorar la socialización y el trabajo en equipo. Estas estrategias no solo fortalecen la cohesión social y la comunicación entre los estudiantes, sino que también promueven habilidades fundamentales para su vida académica y profesional. (Niu et al., 2025). Integrar actividades físicas grupales en los programas académicos puede fortalecer el sentido de comunidad y la cooperación, lo que tiene implicaciones importantes para el desarrollo de políticas educativas (Novak et al., 2025).

El trabajo en equipo en educación física es esencial para fomentar habilidades sociales en la generación Z, especialmente en entornos rurales. La adaptabilidad y cooperación pueden potenciarse mediante estrategias que consideren su bienestar emocional y mental, garantizando un aprendizaje integral (Tagare et al., 2025). Por otra parte, el uso de metodologías innovadoras en educación física contribuye significativamente al desarrollo del trabajo en equipo, fortaleciendo habilidades motrices y promoviendo la socialización. La

integración de estrategias cooperativas y el aprendizaje basado en juegos generan entornos de aprendizaje dinámicos y favorecen la participación activa de los estudiantes, consolidando competencias clave para su desarrollo personal y profesional (Longakit et al., 2024).

Finalmente, el trabajo en equipo en educación física no solo mejora la competencia motriz y la socialización, sino que también fomenta el compromiso, la autonomía y la capacidad de planificar actividades físicas a largo plazo. Integrar metodologías innovadoras y modelos estructurados de actividad física en el currículo educativo fortalece la cohesión grupal y la preparación de los estudiantes para mantener un estilo de vida activo en el futuro (Silva et al., 2024).

Discusión

El análisis de este estudio permitió revelar que la cohesión grupal desempeña un papel fundamental en la educación física, influyendo en diversos aspectos del desarrollo de los estudiantes. Se ha evidenciado que las estrategias pedagógicas innovadoras, como el aprendizaje cooperativo y los juegos motores cooperativos, fortalecen la cohesión grupal y fomentan habilidades socioemocionales esenciales, como la comunicación, la colaboración y el respeto mutuo. Estos hallazgos concuerdan con (Espejo et al., 2024; Martín y Jiménez, 2021) quienes aseguran que, el uso de estrategias innovadoras en

EF no solo impacta la cohesión del grupo, sino que también fomenta valores sociales esenciales como la igualdad de género y la colaboración, reforzando el papel de la educación física en la formación integral de los estudiantes.

Además, se ha observado que la cohesión grupal tiene un impacto positivo en la motivación, el rendimiento y la integración social de los estudiantes en la educación física. Estos resultados respaldan la teoría de Bandura, (1997) acerca de la autoeficacia colectiva, que sugiere que la percepción de un grupo de su capacidad para lograr metas comunes influye en la motivación y el rendimiento de sus miembros). Además, Dransman et al., (2024) subraya la importancia de aplicar metodologías que fortalezcan el sentido de pertenencia en los estudiantes.

Sin embargo, también se ha identificado que la relación entre la cohesión grupal y el aprendizaje en la educación física está modulada por factores individuales, como la percepción que tienen los estudiantes acerca de la materia y la motivación personal (Rojo-Ramos et al., 2024). Esto sugiere que las estrategias pedagógicas deben adaptarse a las características y necesidades de los estudiantes, con el fin de garantizar un ambiente inclusivo y equitativo. Esto se alinea a lo expuesto por Haugen, et al., 2021) quien señala la importancia de utilizar herramientas y metodologías efectivas para medir y fortalecer la cohesión grupal en entornos de educación física.

En definitiva, la presente revisión sistemática proporciona una evidencia sólida sobre la importancia de la cohesión grupal en la asignatura Educación física y resalta la necesidad de implementar estrategias pedagógicas que fomenten este aspecto.

CONCLUSIÓN

El estudio ha evidenciado que, la cohesión de grupal ejerce un impacto positivo en estudiantes, favorece la integración social y el desarrollo personal y fomenta valores sociales esenciales como la igualdad de género y la colaboración, reforzando el papel de la educación física en la formación integral de los estudiantes. Estos hallazgos reafirman el papel fundamental de la educación física en la formación integral de los estudiantes, lo que destaca la necesidad de implementar estrategias pedagógicas que fomenten la cohesión grupal.

En este sentido, se han identificado estrategias para desarrollar la cohesión grupal en educación física, tales como la enseñanza cooperativa, ya que favorece la cohesión grupal y mejora la dinámica de aprendizaje; el uso de modelos coeducativos en deportes de equipo dentro de la educación física; el uso de juegos motores cooperativos no competitivos se presenta como una estrategia eficaz para fortalecer la cohesión grupal. Estas estrategias promueven la colaboración, la participación activa y el aprendizaje significativo,

mejorando la dinámica de aprendizaje y creando un ambiente inclusivo y equitativo.

Asimismo, para garantizar la cohesión de grupo se debe realizar estrategias de trabajo en equipo. La implementación de estrategias colaborativas, no solo fortalece las habilidades motrices, sino que también fomenta la cooperación, el compromiso cohesión de grupo y la conciencia social.

Se concluye que la revisión sistemática realizada, proporciona evidencia sólida sobre la importancia de la cohesión grupal en la educación física y destaca la necesidad de implementar estrategias pedagógicas que la fomenten.

CONFLICTO DE INTERESES. Los autores declaran que no existe conflicto de intereses para la publicación del presente artículo científico.

REFERENCIAS

- Arias, a. R., Soto, D., y Ferreira, C. (2021). A systematic review of co-educational models in school handball. *International journal of environmental research and public health*, 18(21), article 11438. <https://doi.org/10.3390/ijerph182111438>
- Bessa, C., Mesquita Da Silva, S., Farias, C. y Mesquita, I. (2024). Portuguese validation of the youth sport environment questionnaire (yseq) for the physical education context. *Education sciences*, 14(12), 1276. <https://doi.org/10.3390/educsci14121276>
- Boned-Gómez, S., Ferriz-Valero, A., Egido, J. M. G., y Baena-Morales, S. (2024). Influence of the sociomotor component of sports practice on adolescent sustainability awareness. *Journal of physical activity and health*, 21(12), 1401-1411. <https://doi.org/10.1123/jpah.2024-0144>
- Bray, R., y Widmeyer, N. (2000). Athletes' perceptions of coaching behaviors and their influence on performance and satisfaction. *Journal of Sport Behavior*, 23(1), 1-15. https://www.researchgate.net/publication/232587523_Athletes'_perceptions_of_coaching_behaviors_and_their_influence_on_performance_and_satisfaction
- Carron, V., y Brawley, R. (2012). Cohesion: Conceptual and measurement issues. *Small Group Research*, 43(6), 730-743. doi: <https://doi.org/10.1177/1046496412454641>
- Cortes, S., Gómez, O., Castrejón, V. y Meza, M. (2024). El impacto de la integración grupal en la cohesión de grupo. *Transdigital*, 5(9), e336. <https://doi.org/10.56162/transdigital336>
- Descamps, G., Massart, A., Rizzo, T., Oblak, V. P., y Campos, M. (2024). Behavioral beliefs and attitudes of judo teachers regarding inclusion of participants with intellectual developmental disorders: insights from qualitative interviews. *Retos*, 59, 1103-1115. <https://doi.org/10.47197/retos.v59.107380>
- Dransmann, M., Meier, C., Gröben, B., y Wicker, P. (2024). Unlocking potential? The impact of a soccer intervention on social-educational outcomes in a german prison. *Cogent social sciences*, 10(1), 2365980. <https://doi.org/10.1080/23311886.2024.2365980>
- Espejo, R. A., Sánchez, A., Benjumea, M. y Vázquez-Ramos, F. (2024). The bigball-x through a hybridization of models to contribute to sdg 5 and sdg 17 in physical education. *Retos*, 56, 216-227. <https://doi.org/10.47197/retos.v56.102504>
- Galán, C., García, M., Castillo, A., Rojo, J. (2025). Importancia de la cohesión grupal en relación con la satisfacción y frustración respecto a la novedad de los contenidos en educación física. *Revista técnico-científica del deporte escolar, educación física y psicomotricidad*, 11(1). <https://doi.org/10.17979/sportis.2025.11.1.11200>
- Haugen, T., Peters, M., Ommundsen, Y., Martin, J., Stenling, A., y Hoigaard, R. (2021). Psychometric evaluation of the norwegian versions of the

- modified group environment questionnaire and the youth sport environment questionnaire. *Measurement in physical education and exercise science*, 25(4), 365-378. <https://doi.org/10.1080/1091367x.2021.1917414>
- He, J., Yu, H., Jiang, M., y Bialas, M. (2023). A research synthesis on successful educational practices and student outcomes for physical education in schools. *Frontiers in psychology*, 14, 1280871. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2023.1280871>
- Liao, C.-C., Hsu, C.-H., Kuo, K.-P., Luo, Y.-J., y Kao, C.-C. (2023). Ability of the sport education model to promote healthy lifestyles in university students: a randomized controlled trial. *International journal of environmental research and public health*, 20(3), 2174. <https://doi.org/10.3390/ijerph20032174>
- Longakit, J., Lobo, J., Tagare, R., Aliser, J., Colobio-Englatiera, B., Panganiban, T., Aquino, M., Rodriguez, D., Gazali, N., y Kurnaz, M. (2024). Investigating the effect of a 12-week game skill-based activity in physical education to enhance movement competence of students: a randomized trial. *Pedagogy of physical culture and sports*, 28(6), 525-533. <https://doi.org/10.15561/26649837.2024.0607>
- Mallén-Lacambra, C., Pic, M., Lavega-Burgués, P., y Ben-Chaabane, Z. (2024). Educating gender equity through non-competitive cooperative motor games: transforming stereotypes and socio-affective dynamics. *Retos: nuevas tendencias en educación física, deporte y recreación*, 60, 498-508. <https://doi.org/10.47197/retos.v60.107364>
- Martín, G. y Jiménez, P. (2021). Methodological proposal to implement cooperative learning in physical education classes based on motor action domains. *Retos-nuevas tendencias en educación física, deporte y recreación*, 42, 524-534. <https://doi.org/10.47197/retos.v42i0.87860>
- Melentiev, N., Rakovetsky, I., Nikitchenko, S. U., y Frolovin, A. (2022). Categories of "team building" in the construction of tools for content analysis of the information array on physical culture and sport. *Teoriya i praktika fizicheskoy kultury*, 11, 30-32. <http://www.teoriya.ru/ru/node/16323>
- Novak, D., Petrušič, T., Čule, M., Milinović, I., Kim, J., Kim, R., y Subramanian, V. (2025). Building social capital in university students: a physical education intervention program. *Journal of physical activity and health*, 22(2), 270-280. <https://doi.org/10.1123/jpah.2024-0258>
- Niu, Y., Dong, Y., Zhang, J., Zhang, S., y Cao, Y. (2025). The value of athletics class with the use of virtual reality games for better communication and socialization of students. *Education and information technologies*, 30(1), 693-714. <https://doi.org/10.1007/s10639-024-13206-9>
- Organización Mundial de la Salud (OMS). (2022). *Physical activity*. <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/de-tail/physical-activity>
- Pangrazi, P., y Beighle, A. (2019). *Dynamic physical education for elementary school children*. https://books.google.com.pe/books/about/dynamic_physical_education_for_elementar.html?id=cfy8dwaaqbaj&redir_esc=y
- Rojo-Ramos, J., Polo-Campos, I. y Gomez-Paniagua, S. (2024). Associations between the perceived importance of physical education and group cohesion in secondary school students. *Retos*, 51, 1502-1509. <https://dialnet.unirioja.es/descarga/articulo/9214436.pdf>
- Shen, Z., Zeng, X., Li, J., Zheng, M., Guo, J., Yang, Y., Liu, G., y Cao, c. (2024). Does participation in sports competitions enhance interprofessional teamwork among medical students? Evidence from a medical school curriculum experiment. *Bmc medical education*, 24(1), 821. <https://doi.org/10.1186/s12909-024-05807-2>
- Silva, A. M., Estriga, M. L., Graça, A., Macphail, A., y Batista, P. (2024). Enhancing high school students' engagement in physical activity through a fitness education model in physical education. *Journal of physical education and sport*, 24(12), 2048-2059. <https://doi.org/10.7752/jpes.2024.12303>

- Solera-Alfonso, A., Delfa-De-La-Morena, M., Marconnot, R., Mijarra-Murillo, J., García-González, M., Romero-Parra, N., y Bores-García, D. (2025). University students' perception of the application of a cooperative methodology in the initial training of physical education teachers: a qualitative study. *Retos*, 63, 306-316. <https://doi.org/10.47197/retos.v63.108012>
- Tagare, R., Saroca, D., y Aguinaldo, J. (2025). Investigating the local culture and characteristics of gen zs in rural communities: insights in improving students' physical education experience. *Physical culture and sport, studies and research*, 107(1), 48-59. <https://doi.org/10.2478/pcssr-2025-0005>
- Xu, Y., Qi, X., y He, Z. (2025). Embodied learning in physical education: making space for aesthetic cultivation in yoga pedagogy. *Physical education and sport pedagogy*, 25. <https://doi.org/10.1080/17408989.2025.2462029>
- Wang, L., Xu, J. y Liu, Y. (2024). The impact of team cohesion on athlete engagement in collegiate basketball leagues: the moderating role of paternalistic leadership. *Front. Psychol.*, 15. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2024.1473506>

ACERCA DE LOS AUTORES

Efraín Málaga Maman. Licenciado en educación física. Magíster en docencia y gestión educativa, segunda especialidad en administración y gestión educativa, Perú.

Salvador Mamani Mamani. Licenciado en educación física, Universidad Nacional del Altiplano, Perú. Magíster en docencia universitaria e investigación pedagógica, Universidad San Pedro, Perú. Doctor en educación con mención en gestión y ciencias de la educación, Universidad San Pedro, Perú.

Rene Málaga Mamani. Licenciado en educación física, Universidad Nacional del Altiplano, Perú.

Roger Machaca Gonza. Licenciado en educación física, Universidad Nacional del Altiplano, Perú.