

# MENTOR

Revista de Investigación Educativa y Deportiva

Volumen 5

Número 13

2026

**Director:** Ph.D. Richar Posso Pacheco

**Email:** [rjposso@revistamentor.ec](mailto:rjposso@revistamentor.ec)

**Web:** <https://revistamentor.ec/>

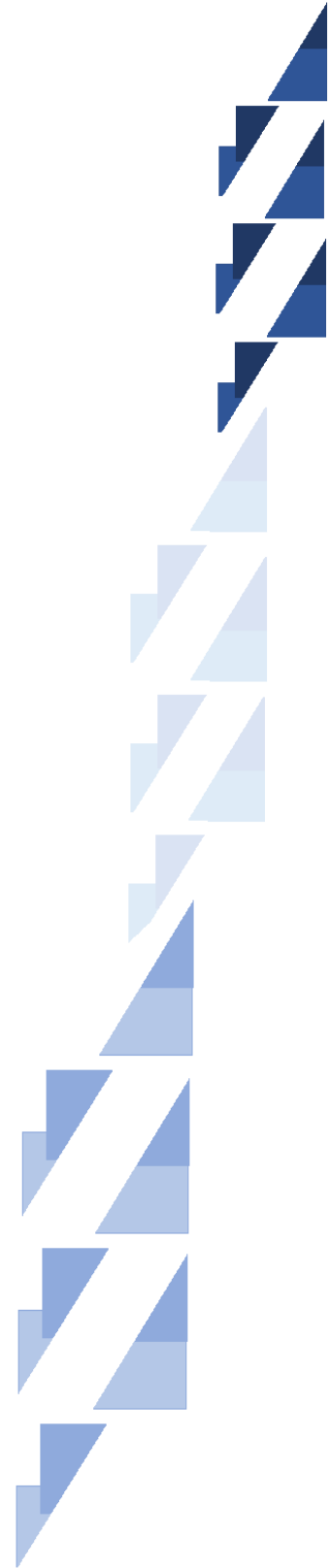
**Editora en Jefe:** Ph.D. Susana Paz Viteri

**Coordinador Editorial:** Ph.D. (c) Josue Marcillo Ñacato

**Coordinadora Comité Científico:** Ph.D. Laura Barba Miranda

**Coordinadora Comité de Editores:** Msc. María Gladys Córdor Chicaiza

**Coordinador del Consejo de Revisores:** PhD. Javier Fernández-Rio



Original

**Exploring alternative sports. Conceptions and perceptions in students of a Colombian university**

**Explorando los deportes alternativos. Concepciones y percepciones en estudiantes de una universidad colombiana**

Katerinne Moreno Rentería<sup>1</sup>

**ORCID:** <https://orcid.org/0009-0006-7716-8671>

Juan José Cuervo Zapata<sup>1</sup>

**ORCID:** <https://orcid.org/0000-0002-8240-0782>

San Buenaventura University, Medellín, Colombia<sup>1</sup>

**Autor de correspondencia**

[juan.cuervoz@tau.usbmed.edu.co](mailto:juan.cuervoz@tau.usbmed.edu.co)

**Recibido:** 23-08-2025

**Aceptado:** 04-11-2025

**Disponible en línea:** 15-01-2026

## **Abstract**

Alternative sports are a methodological alternative in higher education classes, as they motivate students and offer them other possibilities for interaction in learning. The objective of the study was to describe the conceptions and perceptions that students at a university in the municipality of Bello (Colombia) have about alternative sports. A qualitative approach and a single case study methodological design were used, through semi-structured interviews (n=17 students) and three focus groups with participants in the university's emerging Alternative Sports training course. The results showed that students recognize alternative sports as strategies that can transform group classes and community realities into more dynamic, inclusive, and participatory spaces. The study suggests that alternative sports have great potential in educational and work contexts, as they promote motivation and learning. In conclusion, it is important to carry out more interventions and research with alternative sports, so that future teachers and professionals have knowledge about how to energize and recognize the potential of their population through practices that stimulate motor skills, interpersonal relationships, and learning in multiple areas of knowledge.

**Keywords:** physical activity, sports, motivation, learning, quality of life.

## **Resumen**

Los deportes alternativos son una alternativa metodológica en las clases de educación superior, ya que motivan a los estudiantes, y les ofrecen otras posibilidades de interacción para el aprendizaje. El objetivo del estudio fue describir las concepciones y percepciones que los estudiantes de una universidad del municipio de Bello (Colombia) tienen sobre los deportes alternativos. Se utilizó un enfoque cualitativo y un diseño metodológico de estudio de caso único, mediante entrevistas semiestructuradas (n=17 estudiantes), y tres grupos focales con los participantes del curso formativo emergente de Deportes Alternativos de la Universidad. Los resultados evidenciaron que los estudiantes reconocen los deportes alternativos como estrategias que pueden transformar las clases grupales y las realidades comunitarias en espacios más dinámicos, inclusivos y participativos. El estudio sugiere que los deportes alternativos tienen un gran potencial en contextos educativos y laborales, ya que fomentan la motivación y el aprendizaje. En conclusión, es importante llevar a cabo más intervenciones e investigaciones con deportes alternativos, para que los futuros docentes y profesionales tengan conocimientos sobre cómo dinamizar, y reconocer el potencial de su población mediante prácticas que estimulen la motricidad, las relaciones interpersonales y el aprendizaje en múltiples áreas del saber.

**Palabras clave:** actividad física, deportes, motivación, aprendizaje, calidad de vida.

## **Introducción**

Los deportes alternativos (DA) nacen como una estrategia complementaria para enriquecer la alfabetización motriz, la inclusión, la equidad de género y la motivación (González-Coto, Gámez-Calvo, et al., 2022; Morales-Campo et al., 2025), con el propósito de “buscar nuevas alternativas y de renovar los programas escolares de educación física” (Hernández Martínez et al., 2019, p. 348). A su vez se vuelven una buena herramienta de trabajo en el aula de clase, fortaleciendo cada actividad motriz propuesta, teniendo en cuenta que algunos de los estudiantes solo realizan la actividad física en el ámbito escolar establecida por el docente (Robles-Rodríguez & Robles-Rodríguez, 2021), desconociendo otras posibilidades motrices a nivel deportivo que permiten conectar con los estudiantes o los participantes de estas. En el contexto universitario, los estudiantes de la licenciatura en educación física y deporte y otras carreras, al vincularse en el curso formativo de DA pueden vivenciar otras oportunidades para conocer su cuerpo, y a la vez aumentar el disfrute y el bienestar psicológico (Bernate et al., 2020; Diez-Fernández et al., 2024).

Así mismo, Burgos Briones et al. (2019) citando a la UNESCO (2019) establece que “los docentes representan una de las fuerzas más sólidas e influyentes con miras a garantizar la equidad, el acceso y la calidad de la educación” (p. 611). Es por esto, que en la educación superior se requiere instalar otras posibilidades de interacción social, donde los estudiantes puedan aprender de forma cooperativa y crear alianzas estratégicas entre facultades, para consolidar aprendizajes que trascienden del aula, en busca de ideas e iniciativas para el desarrollo sostenible y el bienestar universitario.

Es por ello, que la enseñanza de los deportes alternativos propicia la inclusión, la participación y la motivación de los estudiantes como aporte a la calidad en los escenarios educativos y comunitarios (Calle et al., 2024; Morales-Campo et al., 2025; Puente-Maxera et al., 2023), porque desde su naturaleza busca que los participantes aprendan de manera cooperativa y creen acuerdos para la resolución de problemas que el deporte les va mostrando a medida que vivencian su práctica. Como afirma Diez-Fernández et al. (2024) “la sociedad contemporánea exige la aplicación de metodologías, recursos adecuados, formación... en definitiva, la búsqueda de alternativas para asegurar que el aprendizaje resuene con el alumnado” (p. 2).

Al investigar sobre los deportes alternativos a nivel internacional se logra evidenciar que los registros académicos exponen propuestas atractivas e innovadoras sobre la modificación de deportes convencionales (García-Pérez et al., 2024; Högman et al., 2020) y se llevan a cabo principalmente mediante el modelo de deporte educativo y el modelo centrado en el juego (Tienza-Valverde et al., 2024), donde algunos de los implementos deportivos son autoconstruidos, lo cual, apunta en tres líneas su abordaje: mejorar el comportamiento prosocial, pensar en acciones de cuidado del medio ambiente y fomentar el desarrollo sostenible (Calle et al., 2023).

En la educación superior, son escasos los estudios que abordan la percepción de los deportes alternativos por parte de los estudiantes, por lo que desconocen estas nuevas metodologías

deportivas e inclusivas, lo que reduce su participación. Como afirman Jiménez Lozano y González-Palomares (2023) es importante conocer y explorar los DA, por:

La necesidad de incrementar la formación [...] en las diferentes asignaturas o currículos que conforman los Grados y Másteres de Formación del Profesorado de Educación Física para que el futuro profesorado esté mejor preparado para alcanzar los resultados exigidos por el ODS 5. (p. 595)

La escasa exploración de los DA en la formación del profesorado de educación física, crea una barrera con los estudiantes, lo que evita su masificación tanto teórica como práctica y dificulta que estas alternativas se articulen con los contenidos del área de educación física, de modo que no sientan deseos de conocer o explorar estas nuevas modalidades deportivas como aporte a los escenarios comunitarios. Como mencionan Högman & Augustsson, (2023), la práctica de los DA “puede conducir a una mejor comprensión del mundo circundante y a la capacidad de seguir desarrollándose en un proceso recíproco cada vez más complejo con el entorno” (p. 403).

En Colombia, los DA se acogen para fortalecer los vínculos entre niños, jóvenes y adultos, además, por la versatilidad que tiene en la formulación del reglamento y el disfrute que genera en su práctica. No obstante, según lo expuesto por Ayala Noy (2013) es necesario “dar una mirada a los programas académicos y proyectos distritales, con los deportes alternativos [...] se observa un desconocimiento en la mayoría de los docentes, estudiantes y directores” (p. 101). Así mismo, a nivel curricular en los programas de deporte, licenciatura en educación física o áreas afines, es importante la inclusión de otras manifestaciones motrices que retoman el diálogo y el pensamiento creativo (Gray et al., 2025), como puede ser los DA desde una orientación pedagógica por parte del docente, dado el interés de los estudiantes para complementar su formación personal y profesional, más aún, estas prácticas les pueden “ofrecer herramientas necesarias y actuales que den respuesta a las transformaciones sociales y culturales” (Cardona et al., 2021, p. 157).

Por otro lado, la literatura científica ha reportado que la práctica regular de los DA puede contribuir al componente de salud, puesto que los participantes están fortaleciendo su condición física y por tanto se previene enfermedades no transmisibles (Blásquez Sánchez et al., 2024). Además, los estudiantes universitarios pueden iniciar a adquirir hábitos de vida activos, lo que favorece la salud mental y por lo tanto disfrute por el aprendizaje de su formación disciplinar (Hernández-Beltrán et al., 2023; Soriano-Sánchez et al., 2023).

Por lo tanto, indagar sobre las concepciones y percepciones de los DA en los estudiantes del curso formativo de la universidad permite poner de manifiesto su comprensión de estos deportes y su capacidad para vincularlos a su práctica pedagógica o comunitaria, dado su potencial para mejorar las relaciones interpersonales de los participantes (Caldevilla Calderón & Zapatero Ayuso, 2022), la dimensión lúdica que conllevan, y la flexibilidad en términos de reglamento e inclusión de los participantes (González-Coto et al., 2022), atendiendo al ritmo de aprendizaje de cada estudiante.

En el contexto de una universidad ubicada en el municipio de Bello (Colombia), se han realizado intervenciones con múltiples DA en cursos específicos de los programas: tecnología en entrenamiento deportivo y la licenciatura en educación física y deporte; pero aun así no han causado la masificación, haciendo que el proceso de conocimiento, investigación y de intervenciones sea más lento. Pese a los esfuerzos de docentes y directivos, los aportes a estos no se han explorado teniendo en cuenta la voz de los participantes, por eso el objetivo del estudio fue describir las concepciones y percepciones de los estudiantes de una universidad del municipio de Bello (Colombia) sobre los deportes alternativos, tras participar de un curso formativo de DA en el área de bienestar institucional durante un semestre académico (cuatro meses), para mejorar el acercamiento a estas prácticas deportivas y proponer su inmersión en diferentes contextos comunitarios.

### **Metodología**

El presente estudio adoptó un enfoque cualitativo, debido a que su objetivo fue describir y comprender las percepciones de los estudiantes, ya que “los investigadores se aproximan a un sujeto real, un individuo real, que está presente en el mundo, y que puede, en cierta medida ofrecernos información sobre sus propias experiencias, opiniones, valores” (Monje-Álvarez, 2011, p. 32). Adicionalmente, se retomó el estudio de caso único, donde a través de entrevistas, grupos focales y el curso formativo en DA al interior de la universidad, fue posible identificar las percepciones y concepciones de los estudiantes debido a que permite “abordar la realidad subjetiva e intersubjetiva como objetos legítimos de conocimientos científicos, buscando desde la interioridad de los actores, las lógicas de pensamiento que guían sus acciones” (Chaverra-Fernández et al., 2019, p. 422).

Los participantes fueron 17 estudiantes, de los cuales 6 son mujeres y 11 hombres, pertenecientes a los programas de Ingeniería Ambiental, Ingeniería Industrial, Tecnología en Entrenamiento deportivo y de la Licenciatura en Educación Física y Deporte. Los cuales estaban inscritos y participaron del formativo de DA que abrió convocatoria para el semestre 2024-2. Donde se contó con dos horas de prácticas a la semana dentro de las instalaciones de la universidad.

En cuanto a las técnicas e instrumentos, en primer lugar, se planearon clases teórico-prácticas agrupadas en una unidad didáctica, según la ruta metodológica propuesta por Cuervo Zapata & González Palacio, (2025) enfocada en cada uno de los cuatro DA (Palotroke, Dodgeball, Kin-ball, y fútbol australiano) que se practicaron en el formativo, en donde se realizó un cronograma de actividades por cada uno de ellos (durante cuatro meses con una duración de dos horas a la semana) en la cual se evidenció la intervención que se realizó en cada clase con respecto a la aplicación de las técnicas, tácticas y estrategias de prácticas de los deportes para su aprendizaje.

En segundo lugar, se empleó una entrevista semiestructurada que buscó recopilar información para entender cómo los participantes o grupos construyen su realidad social y cómo expresan sus experiencias a través de la comunicación verbal. Esta se realizó en un aula cercana al coliseo cuando se terminaron todas las sesiones de DA con los participantes, tuvo una duración

entre 15 a 25 minutos, y la guía de preguntas estuvo constituida por dos compontes: (1) concepciones de los DA con cuatro preguntas, por ejemplo, ¿Qué entiendes por deportes alternativos?, ¿Qué te motiva a participar en deportes alternativos?, (2) percepciones frente a los DA con cuatro preguntas, por ejemplo, ¿Cómo crees que los deportes alternativos influyen en tu identidad o estilo de vida?, ¿Qué papel crees que deben jugar los deportes alternativos en la promoción de la actividad física y el bienestar?

De manera complementaria, se empleó el grupo focal (conformado entre 5 a 7 personas) con una duración de 25 a 30 minutos, para conversar acerca de la experiencia, percepciones, beneficios y desafíos que encontraron con la práctica de deportes alternativos. Este fue dirigido por la investigadora y el docente asesor de la investigación con formación posgradual en Ciencias de la Educación, quienes orientaron cinco preguntas de conversación: (1) ¿Qué cambios positivos has notado en tu vida (personal y/o profesional) desde que empezaste a practicar deportes alternativos en la universidad? ¿Podrías compartir alguna anécdota que ilustre estos cambios?, (2) ¿Cuáles consideras que son los principales beneficios de practicar deportes alternativos?, (3) ¿Cómo han mejorado tus habilidades sociales, tu capacidad de trabajo en equipo, tu creatividad, entre otros aspectos luego de la práctica de DA?, (4) ¿Qué barreras crees que se presentan a la hora de prácticas los DA?, (5) ¿Qué esperas del futuro de los deportes alternativos en tu universidad/comunidad?

En el procedimiento bioético, los estudiantes que participaron del grupo focal, entrevista y fotografía diligenciaron el consentimiento informado en donde autorizaron su participación de estas. Se tuvo presente lo establecido en la Resolución 8430 de 1993 que manifiesta el respeto a la integridad de los participantes de la investigación, prevaleciendo el respeto, la confidencialidad y voluntariedad (Colombia. Ministerio de Salud Nacional, 1993). El comité de Bioética de la Universidad de San Buenaventura-Medellín (Colombia) avaló el procedimiento.

#### *Criterios de inclusión*

- Estudiantes matriculados en el curso formativo creado desde Bienestar Institucional.
- Firmar el consentimiento informado.

#### *Criterios de exclusión*

- Estudiantes que no asistieron mínimo al 80% de los encuentros de deportes alternativos.
- Algún estudiante que voluntariamente decidió no participar de la investigación.

Para el análisis de la información, se empleó el software Atlas. Ti versión 9 partiendo de un análisis de contenido de las entrevistas y el grupo focal. En un segundo lugar, los dos investigadores por consenso unificaron los testimonios en categorías de análisis: (1) concepciones y significados que atribuyen a los deportes alternativos, (2) percepciones frente a los beneficios y (3) motivación de participar en los deportes alternativos. En tercer lugar, se crearon redes semánticas en Atlas.Ti versión 9 relacionando los testimonios dados por los estudiantes. Al finalizar, para el respectivo

análisis se planteó en consenso una triangulación de la información que contempló: información de la entrevista, grupo focal y literatura científica para la presentación de cada categoría desde aportes teóricos.

De manera complementaria, se empleó la fotografía en algunos encuentros, y las composiciones escritas de los estudiantes frente a la experiencia de la práctica de deportes alternativos se ilustró mediante las siguientes abreviaciones: entrevista (ENT), seguido del número del participante, por ejemplo: (ENT, 3) y el grupo focal (GF).

## **Resultados**

Se inscribieron en el curso formativo, 6 estudiantes de ingeniería de sistemas, los cuales estaban en el quinto semestre, 1 de ingeniería de sonido que estaba en el décimo semestre, 4 estudiantes de arquitectura de los cuales 1 estaba en el primer semestre, otro en sexto semestre y 2 estaban en el 8 semestre, 2 de la tecnología en entrenamiento deportivo, que estaban en el primer semestre, y 4 estudiantes de la licenciatura en Educación Física y deporte, que estaban en el décimo semestre. El curso formativo se dictaba de 8:00 am a 10:00 am y de 10:00 am a 12:00 pm en el coliseo principal de una universidad ubicada en el municipio de Bello (Antioquia). Según las entrevistas con los participantes y los grupos focales, los deportes alternativos, más allá de los aportes en la motricidad, favorecieron la inclusión de todos en la creación de acuerdos y lazos de amistad por el compromiso con la práctica. A continuación, se presentarán las tres categorías del estudio:

### *Primera categoría: Concepciones de los deportes alternativos*

En el estudio, los estudiantes ven los deportes alternativos como una forma para vincularse a nuevas experiencias en actividad física y deportes y como prácticas emergentes donde aparece la combinación de deportes tradicionales (Figura 1), implicaciones importantes para la enseñanza y el aprendizaje de habilidades comunicativas, destrezas y capacidades físicas (Figura 2). Como se observan en los siguientes testimonios: al realizar la siguiente pregunta: ¿Qué entiendes o crees que son los deportes alternativos?

Figura 1

*Práctica de lateralización en Dodgeball. La cual se evidencia en la imagen 1.*





Fuente: Práctica de Dodgeball [Archivo de los investigadores, 2024]

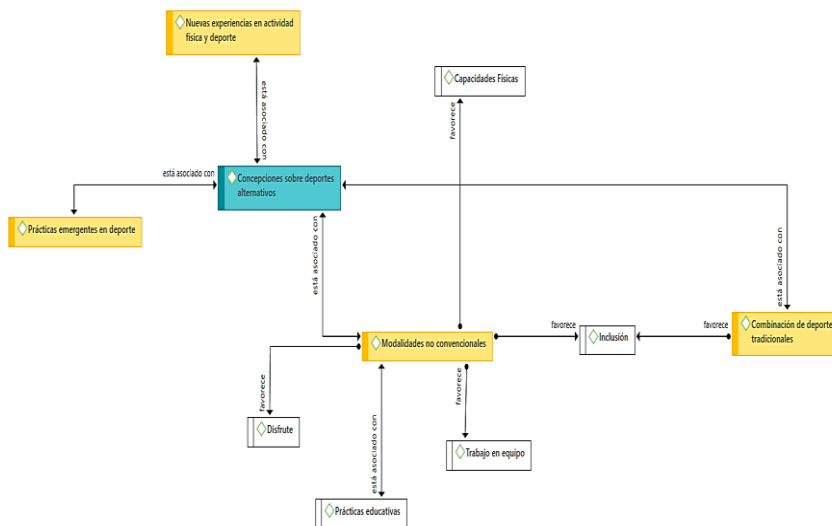
*“Son la transformación o combinación de los deportes más comunes, estos también son muy inclusivos y se desarrollan muchas habilidades” (ENT, 3).*

*“Disciplinas que se alejan de los deportes tradicionales, y son practicados por personas que buscan nuevas experiencias en la actividad física o deporte” (GF,1).*

*“Son prácticas emergentes que surgen de otros deportes, tienen el objetivo de ser inclusivos” (ENT,5).*

Figura 2

*Red semántica sobre las concepciones de los deportes alternativos que expresan los participantes del estudio.*



Fuente: Elaboración propia, realizada en Atlas. Ti v9.

### *Segunda categoría: beneficios de los deportes alternativos*

Del mismo modo los estudiantes expresaron que los DA ofrecen oportunidades para mejorar las habilidades comunicativas, los hábitos saludables, favorecer la inclusión y las posibilidades investigativas desde la práctica de los deportes, puesto que implica el aprendizaje de nuevos códigos de lenguaje, variabilidad en el reglamento, e implementación deportiva ajustada a las necesidades particulares de la población (Figura 3). Se evidencia en los siguientes relatos, cuando se realizó la siguiente pregunta: ¿Qué beneficios crees que ofreció la práctica de deportes alternativos?

*“Según mi condición de ciega, la inclusión y los ajustes para las prácticas deportivas”*  
 (ENT, 11).

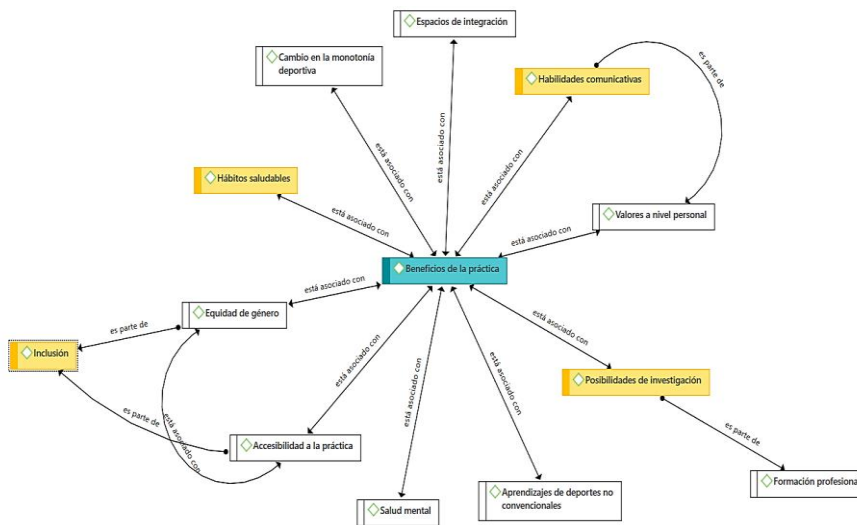
*“Reconocer otras modalidades deportivas, diferentes técnicas, tácticas, estrategias, formas de juego que pueden ser practicadas, y a la vez utilizadas en diferentes contextos sociales a parte de lo deportivo”* (ENT,13).

*“Lo principal es que son muy llamativos, presentan situaciones muy diferentes a lo que ya se está acostumbrado deportivamente, permite aprender cosas nuevas diferentes a las ya vistas en deportes como el fútbol, básquet”* (ENT, 2).

*“Ofrecen un mejor desarrollo como persona ya que debes de pensar siempre por los demás más que por ti y ayuda a fortalecer habilidades como la comunicación, la comprensión”*  
 (GF, 2).

Figura 3

Red semántica sobre los beneficios de los DA que expresan los participantes del estudio.



Fuente: Elaboración propia, realizada en Atlas. Ti v 9.

*Tercera categoría: Motivación de los deportes alternativos*

La motivación fue clave en los deportes, por eso los participantes encontraron ese motivo por el que estar en cada clase, haciendo de cada una un momento importante. Los estudiantes reportaron que al practicar estos deportes fue posible: incrementar la adherencia a la actividad física, como favorece el entretenimiento y la disciplina para aprender un gesto técnico o táctico; la salud mental dada la interacción constante entre los participantes, el disfrute y la atención que requiere por la variación del reglamento y la retroalimentación colectiva para mejorar como grupo (Figura 4); ampliar los aprendizajes para el medio laboral, ya que supone entender el

funcionamiento del deporte para poder extrapolar los saberes en otros escenarios y grupos poblacionales, y la cooperación para ayudar a las personas que pueden presentar alguna discapacidad o dificultad motriz (Figura 5).

En la figura 4, se evidencia la iniciación en la práctica de Kin-Ball, la cual se realizó con el balón pequeño de colores, esta consistió en hacer un reconocimiento y manipulación del balón en juegos predeportivos. Luego se inició la práctica de Kin-Ball con los participantes, lo cual dejó un marcador bastante diferente, no obstante, jugaron con motivación hasta el final del encuentro.

Figura 4

*Práctica de Kin- Ball.*



Fuente: Práctica de Kin-Ball [Archivo de los investigadores, 2024]

Estas opiniones posibilitaron nuevas perspectivas de lo que sienten los estudiantes al practicar los deportes alternativos, como se ve a continuación, con la pregunta: ¿Qué te motivó a participar en el curso formativo en deportes alternativos?

*“Conocer deportes diferentes para ampliar la perspectiva y oportunidades en el medio”*  
(ENT, 14).

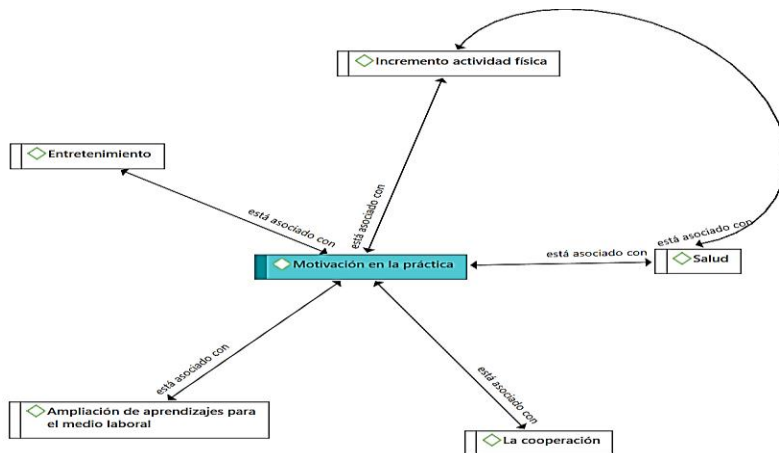
*“Aprender nuevas tendencias en las cuales me puedo desempeñar y ampliar mis conocimientos como futuro licenciado en educación física”* (ENT, 16).

*“La exploración y el nuevo conocimiento y la forma de divertirse en mi parecer es lo que más se destaca”* (ENT,10).

*“Diversión, adaptación a entornos poco comunes, conocimiento, posibilidades de entornos laborales diferentes y de investigación”* (ENT, 13).

Figura 5

Red semántica sobre la motivación de los DA que expresan los participantes del estudio.



Fuente: Elaboración propia, realizada en Atlas. Ti v 9.

Finalmente, los deportes alternativos según relatan los participantes, posibilitan oportunidades de investigación por el impacto en espacios escolares y comunitarios, ya que puede contribuir a la construcción de paz y a la inclusión de los participantes que exploran el deporte (Figura 6). Otro aspecto importante según la perspectiva de profesionales de otras carreras como Ingeniería Ambiental e Industrial los DA les permitió vivenciar una práctica donde el disfrute predomina sobre la competencia, es una pausa necesaria de los aspectos académicos para conocer otras personas y favorecer la salud mental.

Figura 6

Salida de campo práctica de Kin-Ball la Normal Superior de Amagá (Antioquia).



Fuente: Práctica de Kin-Ball [Archivo de los investigadores, 2024]

En la imagen se logra evidenciar la práctica de Kin-Ball realizada en una salida pedagógica, la cual tuvo como escenario la Normal Superior de Amagá (Antioquia).

## Discusión

Los DA como espacios educativos pueden ayudar en los procesos formativos y el aprendizaje motor (Caldevilla Calderón & Zapatero Ayuso, 2022; Sánchez-Pérez et al., 2025), desarrollo de habilidades físicas y comunicativas, mejora la condición física, desarrollo de la inteligencia emocional, y mejora la salud mental (Robles-Rodríguez & Robles-Rodríguez et al., 2021). Los DA favorecen el disfrute de los estudiantes en sus tiempos de ocio, haciendo que estos espacios puedan potencializar valores, además, aportan distintos beneficios que se ven reflejados en la inclusión, ya sea de género o discapacidad (Aparicio Espejo et al., 2024; González-Coto et al., 2023; González-Coto, Gámez-Calvo, et al., 2022; González-Coto, Hernández-Beltrán, et al., 2022; Hernández-Beltrán et al., 2021, 2022, 2024). Por lo tanto, es posible decir que los DA e pueden emplear en la educación superior para incentivar el comportamiento prosocial y la acogida de otras manifestaciones motrices (Hernández Martínez et al., 2019).

En cuanto a los beneficios de practicar los deportivos alternativos en esta investigación, los estudiantes ven como una posibilidad de investigación, con los que puedan extender sus conocimientos y campos laborales. Esto coincide con los aportes realizados por Ibarrola & Sangiao (2024) cuando dicen que se debe seguir investigando sobre los DA y su trascendencia en los contextos socioeconómicos, los cuales representan un sin número de oportunidades laborales y económicas. Por otro lado, Robles-Rodríguez & Robles-Rodríguez (2021) mencionan que los DA logran un mayor disfrute en las personas por encima de los tradicionales, ya que están más motivados al practicar un deporte no tradicional.

En los DA, se pudo evidenciar la importancia de su inclusión para el aprendizaje, los valores, la motivación e inclusión en los espacios educativos (Griggs & Fleet, 2021). En investigaciones se refleja una descripción de los docentes con respecto a los procesos, actividades y connotaciones de ellos frente a los DA (Hernández-Martínez et al., 2019; Hernández-Beltrán et al., 2024), pero, falta evidencia para expresar las concepciones y percepciones de los estudiantes en educación superior, indicando que este estudio es pionero en retomar los aportes de los estudiantes universitarios que exploran la práctica de deportes alternativos.

## Conclusión

Los participantes del curso formativo ven los DA como estrategias que pueden complementar o transformar las clases, dotándolas de dinamismo y entusiasmo. Estos deportes no convencionales proporcionan experiencias deportivas y sociales, y ayudan a modificar las clases, haciéndolas más participativas y activas, favoreciendo la inclusión entre los estudiantes.

Los estudiantes identificaron los deportes alternativos como una forma de socializar e integrar a las personas, lo que les permitió mejorar la comunicación y fortalecer la salud mental, ya que lograron cambios en sus hábitos y compartieron con otras personas sin importar su nivel socioeconómico o su género, lo que los unió y los hizo sentir en armonía con los demás. También identificaron diferentes formas de intervenir en los espacios escolares y sociales, y exploraron cómo los deportes alternativos pueden ampliarse en los espacios laborales dentro y fuera de la universidad. Además, los participantes notaron una mayor adherencia en la actividad física, dado que se hizo de forma más constante la práctica de deportes alternativos con los que se entretenían en su tiempo de bienestar en la universidad.

En conclusión, los deportes alternativos son una alternativa funcional en las clases, ya que motiva a los estudiantes, y los sacan de su zona de confort. Por tanto, se sugiere realizar más intervenciones e investigaciones con DA, para que los futuros docentes y profesionales tengan conocimientos sobre cómo dinamizar, y reconocer el potencial de sus estudiantes mediante prácticas que estimulen la motricidad, las relaciones interpersonales y el aprendizaje en múltiples áreas del saber. También, se recomienda a las instituciones escolares y de educación superior a incorporar los deportes alternativos tanto al interior de sus cursos como en sus áreas de bienestar institucional porque puede mejorar la satisfacción de las necesidades psicológicas básicas, la cohesión grupal y las habilidades socioemocionales y motrices de los estudiantes.

## Referencias

- Aparicio Espejo, R., Sánchez Pérez, A., Cenizo Benjumea, J. M., & Vázquez-Ramos, F. J. (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>
- Ayala Noy, E. (2013). Los deportes alternativos y la importancia que tienen para el profesional de cultura Física, deporte y recreación. *Revista de Investigación: Cuerpo, Cultura y Movimiento*, 2(4), 99–113. <https://doi.org/10.15332/s2248-4418.2012.03-4.06>
- Bernate, J., Fonseca, I., & Betancourt, M. (2020). Impacto de la actividad física y la práctica deportiva en el contexto social de la educación superior. *Retos*, 37, 742–747. <https://doi.org/10.15332/s2248-4418.2012.03-4.06>
- Blásquez Sánchez, S., Rosales-Ronzón, E., Cortés-Sosa, L. G., May-Hernández, D. M., & Campos-Segura, Ó. J. (2024). Actividad física, ejercicio, deporte y sedentarismo en estudiantes y trabajadores de la Universidad Veracruzana. *UVserva*, 18, 28–40. <https://doi.org/10.25009/uvs.vi18.3059>
- Burgos Briones, J., Pico Barreiro, L., & Vélez Zambrano, G. (2019). El maestro y la educación sostenible 2030. *CIENCIAMATRIA*, 6(10), 609-624. <https://doi.org/10.35381/cm.v6i10.241>

- Caldevilla Calderón, P., & Zapatero Ayuso, J. A. (2022). Los deportes alternativos como contenidos para la Educación Física en Educación Secundaria. *Retos*, 46, 1004–1014. <https://doi.org/10.47197/retos.v46.94422>
- Calle, O., Antúnez, A., Ibáñez, S. J., & Feu, S. (2023). Pedagogical Models in Alternative Invasion Team Sports: A Systematic Review. *Sustainability*, 15(18), 13465. <https://doi.org/10.3390/su151813465>
- Calle, O., Antúnez, A., Ibáñez, S. J., & Feu, S. (2024). Analysis of Tactical Knowledge for Learning an Alternative Invasion Sport. *Education Sciences*, 14(10), 1136. <https://doi.org/10.3390/educsci14101136>
- Cardona, L. M., Avendaño, F., & Marín, J. P. (2021). Prácticas emergentes en actividad física y deporte. *Información Tecnológica*, 32(3), 149–158. <https://doi.org/10.4067/s0718-07642021000300149>
- Chaverra Fernández, B. E., Gaviria Cortés, D. F., & González Palacio, E. V. (2019). El estudio de caso como alternativa metodológica en la investigación en educación física, deporte y actividad física. Conceptualización y aplicación. *Retos*, 35, 422-427. <https://doi.org/10.47197/retos.v0i35.60168>
- Colombia. Ministerio de Salud Nacional. (1993). Resolución N° 8430 de 1993, por la cual se establecen las normas científicas, técnicas y administrativas para la investigación en salud. *Ministerio de Salud*, 1–19. <https://acortar.link/QOT2C>
- Cuervo Zapata, J. J., & González Palacio, E. V. (2025). La unidad didáctica como programación en la Educación Física escolar. Una revisión sistemática. *Sportis. Scientific Journal of School Sport, Physical Education and Psychomotricity*, 11(2), 1–35. <https://doi.org/10.17979/sportis.2025.11.2.11162>
- Diez-Fernández, P., Elipe-Lorenzo, P., López-García, S., & Ruibal-Lista, B. (2024). Pinfuvote o Voleibol, ¿qué prefiere el alumnado?: Un estudio sobre la participación en las clases de Educación Física. *Retos*, 60, 61–66. <https://doi.org/10.47197/retos.v60.108760>
- Diez-Fernández, P., Ruibal-Lista, B., Revesado-Carballares, D., Rodríguez-Cayetano, A., & López-García, S. (2024). Cornerball: a new alternative sport proposal for school physical education. *Frontiers in Sports and Active Living*, 6, 1–9. <https://doi.org/10.3389/fspor.2024.1360123>
- García-Pérez, L., Salazar-Ruiz, R., Caracuel-Cáliz, R., A. Ramírez-Granizo, I., & Sanz-Martín, D. (2024). Balonkorf: Un deporte coeducativo y alternativo en el aula de educación física. *SPORT TK-Revista EuroAmericana de Ciencias Del Deporte*, 13(2), 2. <https://doi.org/10.6018/sportk.636031>

- González-Coto, V. A., Gámez-Calvo, L., Hernández-Beltrán, V., & Gamonales, J. M. (2022). RinGol: deporte alternativo e inclusivo en el ámbito educativo. *Viref Revista de Educación Física*, 11(4), 119–131. <https://revistas.udea.edu.co/index.php/viref/article/view/349234/20809886>
- González-Coto, V. A., Gamonales, J. M., Hernández-Beltrán, V., & Feu, S. (2023). El Quidditch como herramienta para la asignatura de Educación Física. Revisión sistemática. *Retos*, 47, 994–1007. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=8724764>
- González-Coto, V. A., Hernández-Beltrán, V., García-Espino, N., & Gamonales, J. M. (2022). Twincon: deporte coeducativo e inclusivo. Twincon: coeducative and inclusive sport. *Logía, Educación Física y Deporte*, 3(1), 28–39. <https://acortar.link/sSbMFA>
- Gray, S., Lambert, K., & Young, L. (2025). What's right with PE: Exploring positive narratives in physical education. *European Physical Education Review*, 1–16. <https://doi.org/10.1177/1356336X251341749>
- Griggs, G., & Fleet, M. (2021). Most People Hate Physical Education and Most Drop Out of Physical Activity: In Search of Credible Curriculum Alternatives. *Education Sciences*, 11(11), 701. <https://doi.org/10.3390/educsci11110701>
- Hernández-Beltrán, V., Barranca-Martínez, J. M., Gámez-Calvo, L., González-Coto, V., Aguilar-Berrocal, M., Espada, M. C., & Gamonales, J. M. (2023). Análisis del Pinfuvote como nuevo deporte alternativo para el área de Educación Física. *Retos*, 48, 178–189. <https://doi.org/10.47197/retos.v48.97006>
- Hernández-Beltrán, V., Espada, M. C., Castelli Correia de Campos, L. F., Ferreira, C. C., Chalapud-Narváez, L. M., & Gamonales, J. M. (2024). Analysis of the benefits of Inclusive Sport in the scope of Physical Education. Systematic review. *Retos*, 56, 128–140. <https://doi.org/10.47197/retos.v56.102933>
- Hernández-Beltrán, V., Gámez-Calvo, L., & Gamonales, J. M. (2021). Unihoc as an alternative sport in education field. *E-Motion*, 16, 105–118. <https://doi.org/10.33776/remo.v0i16.5193>
- Hernández-Beltrán, V., Gámez-Calvo, L., & Gamonales, J. M. (2022). Propuesta de unidad didáctica para educación física: “Goalball como herramienta de inclusión.” *E-Motion: Revista de Educación, Motricidad e Investigación*, 18, 109–125. <https://doi.org/10.33776/remo.vi18.5369>
- Hernández Martínez, A., Martínez Urbanos, I., & Carrión Olivares, S. (2019). El Colpbol como un medio para incrementar la motivación en Educación Primaria. *Retos: Nuevas Tendencias en Educación Física, Deporte y Recreación*, 36, 348-353. <https://doi.org/10.47197/retos.v36i36.70396>



- Högman, J., & Augustsson, C. (2023). Children's experiences of development in alternative sports programmes. *Health Education Journal*, 82(4), 403–414. <https://doi.org/10.1177/00178969231163405>
- Högman, J., Augustsson, C., & Hedström, P. (2020). “Being or becoming physically active”: unpacking conceptions about objectives and methods in partnership-based alternative sports activities. *European Journal for Sport and Society*, 17(4), 301–318. <https://doi.org/10.1080/16138171.2020.1792075>
- Ibarrola, D., & Sangiao, G. (2024). Propuesta de abordaje conceptual para la investigación de nuevas prácticas deportivas. *VIREF Revista de educación*, (13), 50-68. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=7260925>
- Jiménez Lozano, S., & González-Palomares, A. (2023). “ODS 5. Igualdad de género” y Educación Física: propuesta de intervención mediante los deportes alternativos. *Retos*, 49, 595–602. <https://doi.org/10.47197/retos.v49.95791>
- Monje Álvarez, C. A. (2011). *Metodología de la investigación cuantitativa y cualitativa*. Universidad Surcolombiana, Facultad de Ciencias Sociales y Humanas, Programa de Comunicación Social y Periodismo. 1 (14). <https://www.surcolombiana.edu.co>
- Morales-Campo, P. T., Pérez-Muñoz, S., López-García, S., Díez-Fernández, P., & Rodríguez-Cayetano, A. (2025). New alternative proposal in physical education: Touchtennis as a racket sport in schools. *Frontiers in Sports and Active Living*, 7. <https://doi.org/10.3389/fspor.2025.1545994>
- Puente-Maxera, F., Martínez de Ojeda, D., Méndez-Giménez, A., Valverde, J. J., & Jiménez-Martínez, I. (2023). Effects of a Sport Education Season of an Alternative Sport on School Climate, Emotional Intelligence, and Perceived Competence of Elementary School Students in a Culturally Diverse Context. *Retos*, 50, 1019–1028. <https://doi.org/10.47197/retos.v50.99063>
- Robles-Rodríguez, A. & Robles-Rodríguez, J. (2021). La participación en las clases de educación física la ESO y Bachillerato. Un estudio sobre un deporte tradicional (Balonmano) y un deporte alternativo (Tchoukball). *Retos: Nuevas Tendencias en Educación Física, Deporte y Recreación*, (39), 78-83. <https://doi.org/10.47197/retos.v0i39.78129>
- Sánchez-Pérez, A., Aparicio-Espejo, R., Ramírez-Lechuga, J., & Cenizo-Benjumea, J. M. (2025). ¿El Bigflayerball desarrolla las habilidades motrices y sociales del alumnado de Educación Secundaria? *Sportis. Scientific Journal of School Sport, Physical Education and Psychomotricity*, 11(2), 1–27. <https://doi.org/10.17979/sportis.2025.11.2.11316>
- Soriano-Sánchez, J. G., Jiménez-Vázquez, D., & Sastre-Riba, S. (2023). Una revisión sistemática de la importancia del ejercicio físico sobre la autoeficacia y aprendizaje del estudiante. *Retos*, 48, 911–918. <https://doi.org/10.47197/retos.v48.97581>

Tienza-Valverde, A., Hernández- Beltrán, V., Manso-Lorenzo, V., Fraile-García, J., & Gamonales, J. M. (2024). Análisis sobre las potencialidades del Goubak como deporte alternativo. *Revista de Educación Física*, 13(3), 28–36. <https://acortar.link/iWzgmD>

### **Funding**

The authors received no funding for the development of the research.

### **Conflict of Interest**

The authors declare that they have no conflicts of interest.

### **Author Contributions**

The authors contributed to the development of the manuscript.