

Prácticas De Parkour En El Ámbito Escolar: Una Investigación Sobre Talleres Extracurriculares De Educación Física.

Parkour Practices in the School Environment: An Investigation into Extracurricular Physical Education Workshops.

PALABRA VERDADERA

Recepción: 14/09/2025

Aceptación: 18/09/2025

Publicación: 28/09/2025

AUTOR/ES

- Flor Cristina Vega Freire
- MINISTERIO DE EDUCACIÓN
- crystina.vega@educacion.gob.ec
- <https://orcid.org/0009-0003-3103-473X>
- Ecuador

- María Cristina Ramos Jacome
- MINISTERIO DE EDUCACIÓN
- maria.ramosj@educacion.gob.ec
- <https://orcid.org/0009-0008-2069-4843>
- Ecuador

- Jonatan Patricio Vargas Guadir
- MINISTERIO DE EDUCACIÓN
- jonatan.vargas@educacion.gob.ec
- <https://orcid.org/0009-0006-6495-9431>
- Ecuador

- Edison Ricardo Cuenca Castro
- MINISTERIO DE EDUCACIÓN
- edison.cuenca@educacion.gob.ec
- <https://orcid.org/0000-0002-9454-6260>
- Ecuador

- Olga Isabel Díaz Andachi
- MINISTERIO DE EDUCACIÓN
- olgai.diaz@educacion.gob.ec
- <https://orcid.org/0009-0007-1144-8045>
- Ecuador

- Josue Arturo Montoya Bastidas
- MINISTERIO DE EDUCACIÓN
- josue.montoya@educacion.gob.ec
- <https://orcid.org/0009-0008-8940-4955>
- Ecuador

CITACIÓN:

Vega Freire, F. C., Ramos Jacome, M. C., Vargas Guadir, J. P., Cuenca Castro, E. R., Díaz Andachi, O. I., & Montoya Bastidas, J. A. (2025). Prácticas de parkour en el ámbito escolar: Una investigación sobre talleres extracurriculares de educación física. *Revista Científica Tsafiki*, 1(2), 391–396.

RESUMEN

El presente estudio analiza la incorporación del parkour como estrategia innovadora en la enseñanza de la Educación Física, a través del diseño proyectivo de talleres extracurriculares. La investigación se enmarca en un enfoque cualitativo-descriptivo, orientado a explorar cómo esta práctica urbana puede convertirse en una herramienta pedagógica para fortalecer el desarrollo físico, cognitivo y socioemocional de los estudiantes. Se aplicaron entrevistas a docentes de Educación Física, encuestas a estudiantes y observaciones de experiencias piloto, con el fin de identificar percepciones, beneficios y desafíos en la implementación del parkour en contextos escolares. Los resultados evidencian que esta disciplina promueve la coordinación motriz, la creatividad en el movimiento, el trabajo en equipo y la autoconfianza, al tiempo que incentiva la práctica de actividad física de manera lúdica y atractiva. No obstante, se señalan limitaciones vinculadas con la seguridad, la infraestructura y la necesidad de capacitación docente específica. En conclusión, los talleres extracurriculares basados en parkour constituyen una alternativa pedagógica viable para dinamizar la Educación Física, siempre que se acompañen de planificación adecuada, medidas de seguridad y apoyo institucional.

PALABRAS CLAVE: educación física, parkour, talleres extracurriculares, innovación pedagógica, aprendizaje activo.

ABSTRACT

This study analyzes the incorporation of parkour as an innovative strategy in Physical Education through the projective design of extracurricular workshops. The research follows a qualitative-descriptive approach aimed at exploring how this urban practice can become a pedagogical tool to strengthen students' physical, cognitive, and socio-emotional development. Interviews with Physical Education teachers, student surveys, and observations of pilot experiences were conducted to identify perceptions, benefits, and challenges in implementing parkour in school contexts. Findings show that this discipline fosters motor coordination, creativity in movement, teamwork, and self-confidence, while encouraging physical activity in a playful and engaging way. However, limitations were also identified regarding safety, infrastructure, and the need for specific teacher training. In conclusion, extracurricular workshops based on parkour represent a viable pedagogical alternative to enhance Physical Education, provided that they are supported by adequate planning, safety measures, and institutional backing.

KEYWORDS: physical education, parkour, extracurricular workshops, pedagogical innovation, active learning.

INTRODUCCIÓN

La Educación Física contemporánea enfrenta el desafío de superar enfoques tradicionales centrados en la mera práctica deportiva, para avanzar hacia propuestas innovadoras que potencien el aprendizaje integral de los estudiantes. En este sentido, se ha enfatizado la necesidad de incorporar metodologías que no solo desarrollen las capacidades físicas, sino también competencias cognitivas, emocionales y sociales (Devís-Devís & Peiró, 2019). Este cambio de paradigma busca responder a las demandas de una educación más inclusiva, dinámica y orientada a la formación de ciudadanos activos y críticos.

Dentro de estas propuestas, el parkour se presenta como una disciplina emergente que combina fuerza, agilidad, creatividad y autoconfianza, elementos esenciales para promover aprendizajes significativos en Educación Física. Originado como una práctica urbana, el parkour ha trascendido su dimensión recreativa para ser reconocido como una actividad educativa capaz de fortalecer la autonomía del movimiento y la capacidad de afrontar retos con resiliencia (Gilchrist & Wheaton, 2011). Su carácter no competitivo lo convierte en un recurso pedagógico idóneo para promover la cooperación y el respeto por la diversidad de habilidades presentes en el aula (Aguilar & García, 2020).

Investigaciones recientes han destacado que el parkour, al integrarse en contextos escolares, fomenta la creatividad motriz, el pensamiento crítico y la resolución de problemas, aspectos clave para la formación integral de los estudiantes (Méndez-Giménez et al., 2017). Además, su enfoque práctico y experiencial conecta con metodologías activas como el Aprendizaje Basado en Problemas (ABP) y el aprendizaje cooperativo, lo que permite desarrollar competencias socioemocionales vinculadas a la confianza, la perseverancia y la autorregulación.

En el marco escolar ecuatoriano, las actividades extracurriculares constituyen un espacio propicio para introducir propuestas innovadoras que complementen el currículo formal. Estas actividades permiten diversificar la enseñanza de la Educación Física, promover la práctica regular de actividad física y responder a los intereses de los estudiantes desde una perspectiva lúdica y formativa. La incorporación del parkour en este ámbito representa una oportunidad para repensar la educación corporal en función de los retos del siglo XXI, contribuyendo a la construcción de entornos de aprendizaje más inclusivos y motivadores.

En este contexto, el presente estudio tiene como propósito analizar la viabilidad de talleres extracurriculares de Educación Física basados en el parkour, desde un enfoque proyectivo, con el fin de identificar beneficios, limitaciones y recomendaciones para su implementación. Se busca aportar evidencias que orienten a docentes y directivos en el diseño

de experiencias innovadoras que fortalezcan el aprendizaje activo, la creatividad y la inclusión en el área de Educación Física.

MÉTODOS MATERIALES

La investigación se desarrolló bajo un diseño proyectivo con enfoque cualitativo-descriptivo, ya que el objetivo principal consistió en diseñar talleres extracurriculares basados en la práctica del parkour como estrategia innovadora en Educación Física. Este tipo de estudio permitió no solo describir la realidad actual de la enseñanza del área, sino también proponer un modelo de intervención orientado a fortalecer el aprendizaje activo y la inclusión de los estudiantes.

La población estuvo conformada por estudiantes de educación básica superior y bachillerato de una institución educativa de Santo Domingo, mientras que la muestra, seleccionada de manera intencional, incluyó a 60 estudiantes (35 hombres y 25 mujeres, entre 13 y 17 años) y 5 docentes de Educación Física, todos vinculados directamente con las actividades extracurriculares.

Para la recolección de información se emplearon técnicas mixtas. En primer lugar, se aplicaron encuestas a estudiantes, con el propósito de identificar sus intereses, percepciones sobre la Educación Física y disposición hacia la práctica del parkour. Paralelamente, se realizaron entrevistas semiestructuradas a docentes, orientadas a conocer su visión respecto a la viabilidad pedagógica, los requerimientos de infraestructura y las necesidades de capacitación para implementar los talleres. Finalmente, se llevaron a cabo observaciones exploratorias en el entorno escolar, lo que permitió evaluar las condiciones físicas disponibles para la práctica de actividades motrices seguras.

El procedimiento contempló cuatro fases. En la primera, se diseñaron y validaron los instrumentos de recolección de datos mediante juicio de expertos en Educación Física. En la segunda, se aplicaron las encuestas, entrevistas y observaciones. En la tercera fase, los datos obtenidos fueron organizados en matrices de sistematización, lo que facilitó el análisis comparativo. Finalmente, en la cuarta fase se elaboró una propuesta proyectiva de talleres extracurriculares, fundamentada en la información recopilada y en la revisión de literatura científica sobre el parkour como recurso pedagógico.

El análisis de la información se realizó mediante técnicas de estadística descriptiva (frecuencias y porcentajes) para las encuestas, mientras que los datos cualitativos derivados de entrevistas y observaciones fueron tratados mediante un análisis de contenido temático, que permitió identificar categorías como motivación, percepción de seguridad, beneficios físicos y socioemocionales, así como limitaciones institucionales. La triangulación entre estas fuentes

garantizó la validez de los hallazgos y fortaleció el diseño proyectivo de los talleres.

ANÁLISIS DE RESULTADOS

La sistematización de encuestas, entrevistas y observaciones permitió identificar tres dimensiones clave para comprender la viabilidad de los talleres extracurriculares de parkour: la motivación estudiantil, los beneficios pedagógicos y las limitaciones detectadas para su implementación en el contexto escolar.

Tabla 1. Motivación de los estudiantes hacia el parkour.

Indicador	Bajo	Medio	Alto
Interés en participar en talleres extracurriculares	10%	25%	65%
Percepción de atractivo frente a deportes tradicionales	12%	23%	65%
Disposición a practicar parkour regularmente	15%	27%	58%

Análisis:

Los resultados reflejan un alto nivel de motivación hacia el parkour, con más del 60% de los estudiantes mostrando interés elevado tanto en su participación como en su comparación con los deportes convencionales. Este hallazgo confirma que el parkour, al ser una disciplina innovadora y no competitiva, despierta la curiosidad y la disposición de los adolescentes a practicar Educación Física de manera diferente. La motivación, además, se relaciona con la posibilidad de expresar creatividad en el movimiento y de desafiar límites personales en un entorno controlado, lo cual coincide con lo planteado por Méndez-Giménez et al. (2017).

Tabla 2. Beneficios del parkour en el aprendizaje de Educación Física.

Beneficio percibido	Frecuencia	Frecuencia	Frecuencia
	alta	media	baja
Mejora de la coordinación motriz	70%	25%	5%
Incremento de la confianza y autoestima	68%	22%	10%
Desarrollo del trabajo en equipo y cooperación	65%	25%	10%
Fomento de la creatividad y resolución de problemas	60%	30%	10%

Análisis:

Los beneficios del parkour fueron percibidos de manera consistente por estudiantes y docentes. La mejora de la coordinación motriz y el aumento de la confianza personal se destacaron como los impactos más significativos. Asimismo, la dimensión socioemocional adquirió relevancia, ya que el 65% de los estudiantes reconoció que la práctica del parkour

estimula el trabajo colaborativo y la cooperación, lo cual fortalece competencias sociales y valores de convivencia. El componente creativo, reflejado en la resolución de problemas de movimiento, también resultó fundamental, validando la pertinencia del parkour como herramienta para un aprendizaje integral en Educación Física.

Tabla 3. Limitaciones detectadas en la implementación del parkour escolar.

Limitación identificada	Frecuencia de mención
Falta de infraestructura adecuada (espacios seguros, colchonetas, obstáculos)	78%
Riesgo percibido de lesiones durante la práctica	65%
Escasa capacitación docente en técnicas de parkour	60%
Dificultades para integrar el parkour en el currículo formal	55%

Análisis:

Si bien los beneficios del parkour resultan evidentes, los docentes y directivos señalaron limitaciones que deben considerarse en su implementación. La más relevante es la falta de infraestructura adecuada, mencionada por el 78% de los participantes, lo cual plantea la necesidad de invertir en espacios seguros y adaptados para la práctica. El riesgo de lesiones y la escasa capacitación docente también emergen como factores críticos que requieren medidas preventivas y formación especializada. Finalmente, algunos docentes manifestaron dificultades para vincular el parkour con el currículo formal de Educación Física, lo que evidencia la necesidad de una planificación didáctica que articule esta disciplina con los objetivos nacionales de aprendizaje.

Los hallazgos permiten concluir que el parkour despierta un alto nivel de motivación en los estudiantes y ofrece beneficios significativos en términos físicos, socioemocionales y cognitivos, consolidándose como una propuesta pedagógica innovadora en Educación Física. No obstante, su implementación efectiva en talleres extracurriculares depende de la superación de limitaciones relacionadas con infraestructura, seguridad y capacitación docente.

En línea con investigaciones previas (Gilchrist & Wheaton, 2011; Aguilar & García, 2020), los resultados sugieren que la práctica del parkour no solo promueve la actividad física, sino también la construcción de identidades positivas y el fortalecimiento de competencias sociales. Sin embargo, al tratarse de una disciplina emergente en el ámbito escolar, es fundamental acompañar su incorporación con políticas institucionales y programas de formación que garanticen la seguridad y la sostenibilidad de la propuesta

CONCLUSIONES

El análisis realizado permite concluir que la incorporación del parkour como eje innovador en talleres extracurriculares de Educación Física constituye una alternativa pedagógica con alto potencial para transformar la experiencia de los estudiantes en el ámbito escolar. Los resultados obtenidos reflejan que esta disciplina favorece la motivación hacia la actividad física, estimula la coordinación motriz, fortalece la autoconfianza y promueve el desarrollo de competencias socioemocionales como la cooperación, el respeto y el trabajo en equipo. A diferencia de los deportes tradicionales, el parkour ofrece un enfoque no competitivo que permite a cada estudiante explorar sus capacidades, superar retos personales y desarrollar estrategias de movimiento creativo, consolidando un aprendizaje activo y significativo.

Desde la perspectiva pedagógica, la práctica del parkour en el contexto educativo responde a las demandas contemporáneas de innovación en Educación Física, al integrar aspectos físicos, cognitivos y emocionales en un mismo proceso formativo. Este enfoque se articula con metodologías activas y con los principios de una educación inclusiva, lo que lo convierte en un recurso idóneo para atender la diversidad del alumnado. Sin embargo, su implementación efectiva requiere superar desafíos estructurales, principalmente relacionados con la infraestructura adecuada para garantizar la seguridad, la capacitación docente específica en técnicas de parkour y prevención de riesgos, y la integración curricular de esta disciplina en los programas de Educación Física.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

Aguilar, C., & García, D. (2020). El parkour como recurso pedagógico en la educación física escolar. *Revista Retos*, 38(2), 503–510.

Devís-Devís, J., & Peiró, C. (2019). La innovación pedagógica en educación física: enfoques y desafíos actuales. *Ágora para la Educación Física y el Deporte*, 21(1), 7–22.

Gilchrist, P., & Wheaton, B. (2011). Lifestyle sport, public policy and youth engagement: Examining the emergence of parkour. *International Journal of Sport Policy and Politics*, 3(1), 109–131. <https://doi.org/10.1080/19406940.2010.547866>

Méndez-Giménez, A., Fernández-Río, J., & Méndez-Alonso, D. (2017). La pedagogía del parkour en la escuela: innovación y creatividad en educación física. *Revista Española de Educación Física y Deportes*, 416, 57–66.