

# EL CLIMA INSTITUCIONAL POR MEDIO DE LA ACTIVIDAD GIMNASTICA

**Luis ANDONAYRE-MUNAYCO**

Universidad Nacional Mayor de San Marcos

ORCID 0000-0001-9715-5428

handonayrem@unmsm.edu.pe

**Edgar DAMIÁN-NÚÑEZ**

Universidad Nacional Mayor de San Marcos

ORCID 0000-0001-7499-8449

edamiann@unmsm.edu.pe

## RESUMEN

Se realizó un estudio que busca determinar el impacto del desarrollo de actividades gimnásticas grupales de parte de los docentes para mejorar el clima institucional en el conjunto de profesores de una institución educativa estatal de la ciudad de Lima; para lo cual se consideró una investigación donde, basándose en estrategias de trabajo en grupo teniendo como base las actividades gimnásticas se realizó una investigación considerando un grupo control y un grupo experimental. A ambos grupos se les evaluó el clima institucional como pretest, luego de nueve sesiones se tomó un postest a los docentes participantes; los grupos control y experimental, estuvieron conformados por 34 docentes cada uno; los docentes pertenecen a una institución educativa del distrito limeño de Los Olivos. Los resultados mostraron que el grupo experimental tuvo un desarrollo significativo del clima institucional; esto al comparar el pretest y postest; mientras que el grupo control, el clima institucional se mantuvo; el parámetro utilizado para la comparación de los grupos relacionados fue T-Student.

## PALABRAS CLAVE

Gimnasia, clima institucional, actividad grupal, movimientos corporales y comunicación.

## THE INSTITUTIONAL CLIMATE THROUGH OF GYMNASTIC ACTIVITY

## ABSTRACT

A study was carried out that seeks to determine the impact of the development of group gymnastic activities by teachers to improve the institutional climate among the teachers of a state educational institution in the city of Lima, therefore, a research was considered based on group work strategies based on gymnastic activities; An investigation was carried out considering a control group and experimental group. Both groups were evaluated on the

institutional climate as a pretest; after nine sessions, a posttest was taken from the participating teachers; The control and experimental groups were made up of 34 teachers each; The teachers belong to an educational institution in the Lima district of Los Olivos. The results showed that the experimental group had a significant development of the institutional climate; this when comparing the pretest and posttest; while in the control group the institutional climate was maintained; The parameter used to compare for the related groups was T-Student.

## KEY WORDS

Gymnastics, institutional climate, group activity, body movements and communication.

Recibido: 31/08/2024

Aprobado: 4/11/2024

## INTRODUCCIÓN

El clima institucional resulta ser de suma importancia para la actividad de los docentes dentro de una institución educativa. Un buen clima institucional permite que el trabajo con los directivos y con los colegas se desarrolle dentro de un ambiente de respeto mutuo, honestidad y buen trato. Si los directivos establecen un buen nivel de comunicación; este es un ambiente donde todos participan de forma asertiva y constantemente, tanto en reuniones como para la solución de problemas (Rojas *et al.*, 2019).

Lo anteriormente expuesto presenta de manera clara la importancia de las condiciones laborales donde el docente lleva a cabo su labor. Se debe considerar que el clima institucional es un factor determinante en la eficacia de la gestión pedagógica. Además, se debe tomar en cuenta que el grupo de trabajo se condiciona según la forma en que se percibe éste denominado clima institucional, siendo así que una buena percepción de este permite mejorar el desarrollo de la gestión pedagógica redundando así en la mejora de la calidad educativa (Rojas *et al.*, 2019).

El conjunto de actividades para gestionar el clima institucional ayuda a que el docente admita responsabilidad sobre su labor, así como también de sus decisiones. Además, una buena gestión favorece al apoyo mutuo entre colegas de la misma institución, logrando que cada docente se sienta parte de una organización valorando así su trabajo, y que este es reconocido por los estudiantes, colegas y autoridades, forjando un espíritu ameno cuyo impacto se ve reflejado en la consecución de la satisfacción laboral (Morillo *et al.*, 2022). Por tanto, queda claro que es importante mejorar el clima institucional de una manera tal que, logre un nivel altamente significativo y viable para los docentes de una institución educativa, donde puedan trabajar de manera conjunta haciendo actividades que permitan coordinar y compartir experiencias entre todos sus miembros.

Por otro lado, es necesario considerar a las actividades gimnásticas o la gimnasia

en general. Se sabe que la institución educativa, intenta explorar otras formas de desarrollar a su personal docente, estudiantes y administrativos, haciendo uso de métodos que resulten atractivos, entre los cuales se tiene actividades como la gimnasia. Entonces comienza a tener una especial relevancia la consolidación de habilidades blandas. Por tanto, es necesario explorar los beneficios de estas actividades en los ámbitos mencionados (Chávez, 2023). Por lo que se llama la atención sobre los aspectos pedagógicos y el impacto que aporta el desarrollo la gimnasia, las actividades físicas o el deporte.

Aunque la práctica de este llamado arte fuese desacreditada al tildarla de antihigiénica y poco educativa y por la supuesta peligrosidad de los ejercicios, sin hablar de la mala instrucción que existió por el desconocimiento de la disciplina, lo cierto es que su popularidad motivó a un numeroso público, inicialmente jóvenes y niños, aplicando distintos ejercicios concluyendo como algo no tan complicado (Chávez, 2023). Esta nueva forma de ver las actividades físicas permite que tanto personas mayores como adultos y jóvenes practiquen estas actividades, de tal manera que se pueda investigar sus impactos, así como sus efectos en actitudes y comportamiento en particular, como es el presente caso, en los docentes.

El conjunto de conocimientos de la gimnasia se asocia según diversas disciplinas. La gímnica está orientada a regularizar el cuerpo a través de los ejercicios físicos y para el campo educativo la ganancia debe estar relacionada al trabajo en grupo y colaborativo (Napolitano, 2019). Estas prácticas, como parte de los contenidos que son base para la formación de profesionales, considerando prácticas que permitan el desarrollo de la confianza, la comunicación, el respeto en los miembros del equipo de trabajo. Como es evidente, la gimnasia hace suya el carácter disciplinario en la que se internaliza, en particular cuando esta tiene características pedagógicas. Considerando la diversidad de los participantes, se tiene por objetivo favorecer y dirigir el desarrollo tanto moral, como intelectual, sus relaciones interpersonales y el estado físico de los individuos que participan de las actividades (Comité Nacional de Medicina del Deporte Infantojuvenil, 2018). Por tanto, se está frente a una disciplina que considera que el cuerpo es como un organismo conformado a nivel físico (huesos, articulaciones, músculos y sistemas); así también, una estructura mental cognitiva, donde la confluencia de ambos ámbitos es la persona o el ser humano; así el bienestar de un ámbito es el bienestar del otro. En este sentido, se entiende que es necesario ejercer una acción comprometida sobre ambos sistemas para tener una vida saludable; la ganancia, por tanto, es una disciplina que permite el desarrollo personal a nivel físico y cognitivo. Es así que la gimnasia es un buen recurso para el desarrollo de situaciones sociales como es el caso del clima institucional; colaborando en otros ámbitos como el de la salud física de los participantes.

En esta investigación, se buscó confirmar la mejora del clima institucional, considerando una serie de actividades de tipo gimnástico, como la gimnasia rítmica, artística, el yoga, el pilates, el aeróbic, la danza y finalmente, el stretching llegan a afectar el citado clima, ya que la mayoría de los docentes podrán estar compartiendo las actividades antes mencionadas. Dentro de

estas, se privilegian aquellas que tienen un impacto mayor en el trabajo de grupo, el desarrollo de confianza y el manejo de conflictos; con la finalidad de mejorar el clima institucional en docentes de una institución educativa nacional del distritito de Los Olivos.

## MARCO TEÓRICO

La ganancia deriva del término *gymnasium* que es un término que en latín quiere decir ejercicio o actividad física, la que se considera como una disciplina que tiene por objetivo desarrollar, fortalecer y brindar flexibilidad al cuerpo humano por medio de rutinas de actividades físicas. Esta actividad puede realizarse como acciones deportivas, a través de competencias. Paralelamente, Yandún (2024) menciona que el objetivo de la gimnasia tiene que ver con desarrollar la flexibilidad y la fuerza corpórea. Considerando estas dos características físicas, asociada a la destreza, son en conjunto las condiciones esenciales para el desarrollo del cuerpo humano; con ganancia comprobada, teniendo en cuenta, además, el impacto sobre las actitudes y el desarrollo de las emociones (Barbosa y Urrea, 2018). Paralelamente, la gimnasia se puede conceptualizar como aquella disciplina del ámbito deportivo cuya orientación está alineada a la competencia, al igual que muchos otros deportes. Empero pueden contener otros significados donde el perfil básico es la posibilidad de mejorar las capacidades físicas de las personas.

Por su parte, Alonso y Zinola (2017) establecen una definición para la gimnasia, señalándola, como una forma que sistematiza una serie de ejercicios físicos, cuyo diseño está orientado a fines de distinta índole entre ellos destacan los terapéuticos, educativos o mera finalidad competitiva. Cuando la ganancia tiene un fin terapéutico en esta, se realiza una variedad de ejercicios cuya aplicación se orienta a suavizar dolencias musculares o molestias físicas; también puede ser el caso de que estén orientados al restablecimiento de funciones cuando se ha perdido movilidad en algunas partes del cuerpo. En el caso que su orientación sea educativa los ejercicios se dirigen a mejorar la comunicación y trabajo en equipo; en el caso que la gimnasia sea competitiva, se orienta al desarrollo de técnicas artísticas que permiten realizar acrobacias o movimientos de alta belleza y sincronización. A manera de síntesis, se puede afirmar que la gimnasia tiene lugar en la práctica de diferentes modalidades con una gama de finalidades, en especial en la actualidad, donde el estrés, la falta de comunicación, la ansiedad, la depresión, entre otras son muy frecuentes. La gimnasia puede aportar de manera significativa.

La mayoría de los investigadores, manifiestan que la gimnasia presenta múltiples beneficios dentro de los cuales se pueden mencionar el aspecto fisiológico ayudando a mitigar enfermedades o falencias como afecciones respiratorias, osteomusculares y cardiovasculares (Yandún, 2024). Considerando el cuerpo como un sistema, se puede llegar a mejorar de manera significativa la movilidad, incrementando el nivel de elasticidad de los músculos, facilitando la coordinación y mejorar los estímulos para el movimiento y la actividad física. De la misma manera, la ejecución de actividades físicas merma la masa corporal

según sea la activación del metabolismo y que este se regule; las actividades físicas también permiten un mayor soporte ante la presión del estrés laboral, así también contribuye a soportar la fatiga y el estrés (Alonso y Zinola, 2017).

A nivel de la circulación, cuando esta se ve afectada, la actividad física no solo permite un mayor dinamismo de la sangre, sino que además permite la disminución de triglicéridos y la elasticidad de las arterias. La irrigación sanguínea se ve mejorada por la actividad deportiva, dado que se mejora de manera sustantiva la cantidad de oxígeno que llega a los músculos y el buen retorno al sistema circulatorio por medio de las venas. El beneficio de la gimnasia en el sistema respiratorio, es que permite que la capacidad pulmonar se incremente de manera significativa. En el área de la psicología, la gimnasia incrementa el nivel de concentración al momento del desarrollo de las actividades laborales; también, mejora la imagen y estética corporal, de tal manera que fortalece la autoestima y el bienestar consigo mismo y con las personas que lo rodean. El impacto social de la actividad gimnástica es que tiene como principal beneficio la mejora de las relaciones interpersonales. También a nivel social las actividades físicas permiten espacios donde se establece integración y cohesión de grupo, pues algunas actividades requieren de un contacto entre miembros de un grupo social o laboral. A nivel institucional, las actividades físicas permiten la integración institucional generando hábitos saludables de prevención y promoción de la salud, dando otra una mirada complementaria a la institución (Chávez, 2023).

El conjunto de beneficios de la gimnasia en los diferentes niveles, físico, psicológico, social, laboral y a nivel de la salud, genera un conjunto de posibilidades donde pueda ser aplicada, ya que es considerada una muy buena estrategia que incrementa las relaciones interpersonales, constituyéndose en una forma para mejorar el clima institucional dentro de los centros educativos.

## **METODOLOGÍA**

Para el desarrollo de la investigación se siguió un enfoque netamente cuantitativo, con un diseño cuasiexperimental, donde se consideró un grupo control y un grupo experimental; la investigación fue de tipo transversal, llevándose a cabo en un periodo de tres meses, se consideró el pretest, con 9 sesiones de desarrollo de actividades que fueron la puesta en marcha de 3 unidades didácticas de aprendizaje. Cada sesión se llevó a cabo considerando los siguientes momentos: Introducción, desarrollo teórico o explicativo, práctica gimnástica y finalización. Cada grupo, de control o experimental, estuvo conformado por 34 docentes de uno y otro sexo, áreas y turnos. En ambos grupos se aplicó una encuesta para medir el nivel del clima institucional; referida técnica, se aplicó en el pretest y en el postest; ambos instrumentos son diferenciados para evitar sesgos; y fueron conformados por 24 reactivos, los mismo que han sido derivados del análisis operacional que se presenta a continuación.

**Tabla 1**  
*Operacionalización del instrumento para medir el nivel clima institucional*

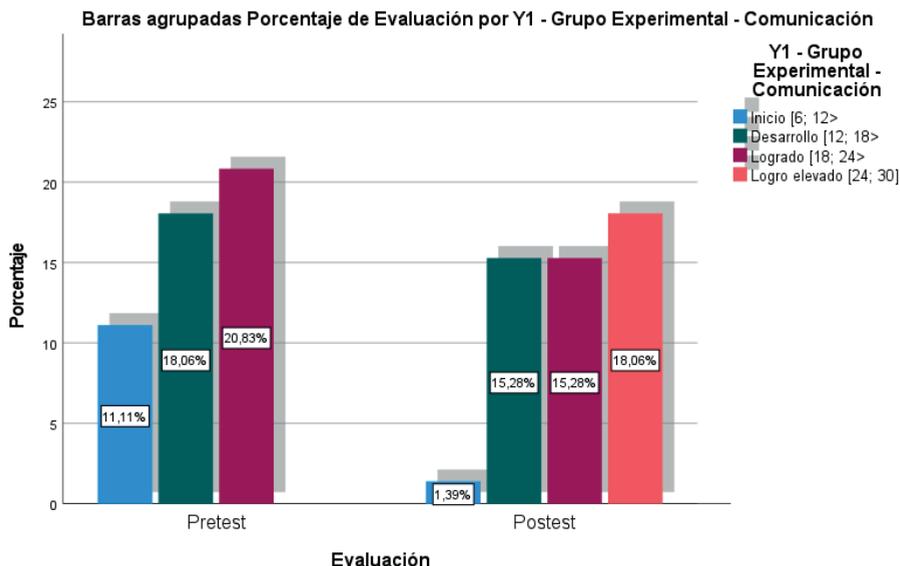
VARIABLE	DEFINICIÓN CONCEPTUAL	DEFINICIÓN OPERACIONAL	DIMENSIÓN	INDICADORES	PRETEST	POSTEST
Clima institucional	Se considera al grado o nivel de percepción a nivel subjetivo y objetivo por los miembros de una organización acerca de su ambiente laboral, interrelaciones, comportamiento, conductas, valores, objetivos, propuestas y otros factores que tiene un impacto sobre el desempeño y comportamiento de los colaboradores de la organización	Se entiende como los aspectos comunicación, confianza, participación y motivación que tienen una influencia sobre la forma de trabajo de los colaboradores de una empresa.	Comunicación	Se expresa con facilidad sobre la necesidad personal en el desarrollo de su trabajo.	1 - 2	1 - 2
				Se comunica en diversos niveles e intercambia información necesaria para el desarrollo de las actividades de la organización.	3 - 4	3 - 4
				Existen normas y formas de comunicar entre los miembros de la institución en los diferentes medios.	5 - 6	5 - 6
			Confianza	Identifica un nivel de confianza entre los docentes de la institución.	7 - 8	7 - 8
				Trabaja en equipo con los miembros de la institución.	9 - 10	9 - 10
				Considera que los directivos de la institución brindan un nivel alto de confianza a los docentes para la realización de las actividades.	11 - 12	11 - 12
			Participación	Participa de forma activa en los diferentes eventos y actividades de la institución.	13 - 14	13 - 14
				Participa de forma activa de las diferentes reuniones colegiadas de la institución.	15 - 16	15 - 16
				Participa de forma constante, en la solución ante las diferentes situaciones problemáticas.	17 - 18	17 - 18
			Motivación	Se muestra motivado para conseguir el desarrollo educativo de sus estudiantes.	19 - 20	19 - 20
				Muestra motivación para el desarrollo de las actividades dentro de la institución.	21 - 22	21 - 22
				Muestra motivación para acudir a la institución y realizar las actividades laborales.	23 - 24	23 - 24

## ANÁLISIS DE RESULTADOS

Los resultados tras el recojo de información en el pretest y postest se pueden apreciar de la siguiente manera:

**Figura 1**

*Pretest y postest del clima institucional*



**Tabla 2**

*Pretest y postest del clima institucional*

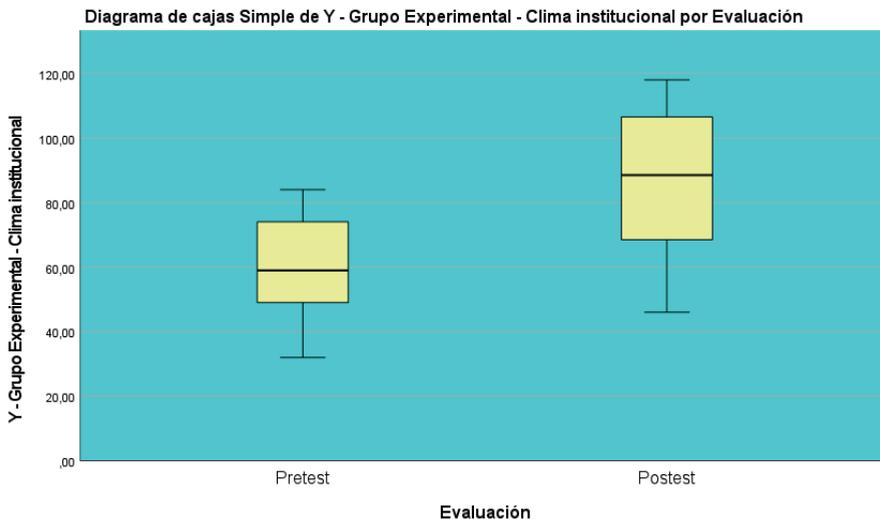
EVALUACIÓN	N	%
Pretest	Inicio [6; 12>	8 22,2%
	Desarrollo [12; 18>	13 36,1%
	Logrado [18; 24>	15 41,7%
Postest	Inicio [6; 12>	1 2,8%
	Desarrollo [12; 18>	11 30,6%
	Logrado [18; 24>	11 30,6%
	Logro elevado [24; 30]	13 36,1%

Se puede apreciar que el desarrollo del clima institucional es diferenciado en ambos momentos; se puede observar que el grupo experimental si ha sufrido

diferencias; donde se puede apreciar que los segmentos Inicio y Desarrollo dieron cuenta de un descenso de 22.2% a 2% y en el caso del inicio de 36% al 30%; mientras que los segmentos Logrado y Logro, han elevado sus valores en el caso del logro elevado de 0% a 36.1%. Esta elevación se debe al experimento aplicado al grupo experimental; es decir a las sesiones de gimnasia que este grupo realizó; por otro lado, el grupo control no mostró ningún cambio en su clima institucional, así los resultados de los docentes mostraron igual situación; estas diferencias se atribuyen al experimento de la investigación. La prueba de la hipótesis se hizo utilizando el coeficiente de t-student, al comparar los resultados del pretest y postest para este grupo.

**Figura 2**

*Diagrama de cajas para el clima institucional en pretest y postest*



**Tabla 3**

*Prueba de t-student para el clima institucional en pretest y postest*

Y – Grupo experimental – Clima instruccional	Sig
T-Student	0.00

Los resultados permiten afirmar que estas diferencias entre el pretest y el postest son relevantes y significativas y afirmar que la mayoría de los docentes fueron influenciados por el experimento de la actividad gimnástica; los resultados en el grupo control fueron diferentes, el coeficiente de significancia t-student muestra un valor mayor a 0.05 indicado que en este grupo no hay cambios significativos. Es de observar también que el caso de pretest tiene una menor dispersión en comparación con el postest; así se

puede decir que, si bien las actividades gimnásticas afectan a los docentes, empero, el desarrollo del clima institucional difiere entre ellos.

## DISCUSIÓN DE RESULTADOS Y CONCLUSIONES

Se puede concluir que la mayoría de los docentes que participaron del experimento, tuvieron un cambio positivo en el clima institucional, lo que ha sido probado, observando una elevación en el segmento etiquetado como Logro elevado de 0% a 36% en el grupo en el que se llevó a cabo el experimento; paralelamente los resultados muestran que el grupo control no sufrió cambios que sean significativos en las dos evaluaciones; por esta razón se dice que el experimento ha sido eficiente; por lo que se puede decir que estas actividades gimnásticas tiene efecto significativo sobre el clima institucional, permitiendo que la comunicación mejore así como la participación, confianza y motivación.

## REFERENCIAS

- Alonso, V., & Zinola, P. (2017). *La gimnasia como contenido escolar: un análisis de los primeros programas oficiales de educación física en Uruguay*. 25, 61–72. <https://doi.org/10.17227/01214128.7022>
- Barbosa, S. H., & Urrea, Á. M. (2018). *Influencia del deporte y la actividad física en el estado de salud físico y mental: una revisión bibliográfica*. KATHARSIS, 141–159. <http://revistas.iue.edu.co/index.php/katharsis>
- Chávez, D. S. (2023). *La gimnasia educativa y su influencia en el desarrollo de las capacidades físicas básicas*. GADe, 3(2). <https://dialnet.unirioja.es/descarga/articulo/8946759.pdf>
- Comité Nacional de Medicina del Deporte Infantojuvenil. (2018). *Entrenamiento de la fuerza en niños y adolescentes: beneficios, riesgos y recomendaciones*. Archivos Argentinos de Pediatría, 116(6). <https://doi.org/10.5546/aap.2018.s82>
- Morillo, J., Villareal, M. C., Alonzo, O. M., & Aveiga, M. V. (2022). *Análisis estadístico de la correlación entre la gestión del clima institucional y el desempeño del personal docente universitario*. Revista Investigación Operacional, 43(3), 382–391. <https://rev-inv-ope.pantheonsorbonne.fr/sites/default/files/inline-files/43322-11.pdf>
- Napolitano, M. E. (2019). *La gimnasia como práctica en la Educación Primaria. Recorridos, avances y revisiones*. Educación Física y Ciencia, 21(3), e091. <https://doi.org/10.24215/23142561e091>
- Rojas, A. R., Salinas, L. F., & Cháves, J. B. (2019). *Clima institucional y gestión pedagógica en educación secundaria, Huánuco. 2017*. Opción, 35(90), 83–99. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=8190017>

Yandún, J. M. (2024). *Gamificación en la enseñanza-aprendizaje de la gimnasia básica en estudiantes de Educación General Básica. Segunda Etapa Año, 21(59), 30–43.* <https://orcid.org/0000-0003-4867->