

El uso pedagógico de los test en la clase de  
educación física: alternativas metodológicas  
Facultad de Cultura Física, Deporte y Recreación  
Universidad Santo Tomás, Bogotá D.C.\*

---

Fernando Guío Gutiérrez\*\*

Recibido: febrero 7 de 2013 • Evaluado: marzo 15 de 2013

Aceptado: abril 26 de 2013

## Resumen

---

El documento presenta algunas reflexiones que surgen de los procesos de investigación y la experiencia del autor como docente de educación física con relación a la pertinencia y el discutido uso de los test en la clase, planteándose su utilidad en una función esencialmente educativa, por esto, Las orientaciones están dirigidas, en especial, a quienes trabajan en el escenario educativo. El taller presenta una fase de fundamentación y contextualización, una fase de aplicación y una fase de reflexión.

**Palabras clave:** educación física, test físicos, medición, pedagogía.

---

\* El artículo presenta algunas reflexiones que surgen de los procesos de investigación y la experiencia del autor como docente de Educación Física con relación a la pertinencia y el discutido uso de los test en la clase de educación física, sin embargo, se plantea su utilidad y sentido en una función esencialmente educativa, por lo tanto las orientaciones expuestas están dirigidas fundamentalmente a quienes trabajan en el escenario educativo.

\*\* Docente investigador Facultad de Cultura Física, Deporte y Recreación, Universidad Santo Tomás, (Colombia). Correo: fernandoguo@usantotomas.edu.co

Pedagogical use of the test in physical education:  
Methodological alternatives Faculty of Physical Culture,  
Sport and Recreation,  
University of Santo Tomas, Bogotá D.C

Abstract

---

The paper presents some reflections that emerge from the research process and the author's experience as a teacher of Physical Education regarding the relevance and use of the test discussed in physical education class, considering the latter in an essentially educational therefore guidelines are primarily aimed at those working in the educational scenario. The workshop presents a rationale and contextualization phase, an implementation phase and a phase of consideration.

**Keywords:** Physical education, physical test, measurement, pedagogy.

## Introducción

Las pruebas físicas o test, son instrumentos o técnicas que permiten obtener datos que informan sobre las aptitudes y condiciones de una persona. También se entienden como procedimientos estandarizados bajo condiciones y criterios específicos para su aplicación (Guío, 2009). El uso de los test en educación física es bastante frecuente, sin embargo, su uso es cuestionado. Tradicionalmente, se han empleado como instrumentos de medición, limitándose a simples descripciones cuantitativas de calificación. En la educación física es frecuente la aplicación de pruebas físicas para determinar el nivel inicial del estudiante (evaluación diagnóstica) y en algunos, en la parte final de la evaluación. Así pues, se encuentra que en la enseñanza son dos las principales funciones tradicionalmente atribuidas a este tipo de instrumentos: de diagnóstico y de calificación (Rodríguez, González y López, 2007). Sin embargo, los test representan aportes significativos en los procesos educativos construidos desde la educación física. Es importante considerar que un test no puede determinar si un estudiante es aprobado o no, de hecho, se puede evaluar sin utilizarlo, porque la evaluación significa procesos que apoyan la toma de decisiones y retroalimenta acciones y resultados a través de diferentes análisis y retroalimentaciones (Rivera, 2001). Por tanto, el uso de los test no se puede limitar a la evaluación, de hecho, se pueden constituir en un importante contenido para la clase.

## Objetivos

- Develar los aportes educativos del uso de los test en la clase de educación física.
- Plantear alternativas metodológicas para el uso pedagógico de los test en educación física.
- Reflexionar sobre las divergencias y convergencias entre medición y evaluación.

## Fundamentos y antecedentes del uso de los test en educación física

La mayoría de los docentes de educación física reconocen la importancia del uso de pruebas o test en sus clases y expresan dificultades que desmotivan su aplicación: el número de estudiantes, los escenarios y materiales limitados, la intensidad horaria, la sistematización de los datos, entre otros (Guío, 2007). Estas afirmaciones sugieren la necesidad de plantear alternativas que posibiliten la inclusión de las pruebas en los contenidos de la educación física de una manera versátil sin afectar sus condiciones de calidad. En este orden de ideas, se proponen ejercicios como la batería Eurofit, que basada en “el principio de deporte para todos, tiene como principal objetivo motivar a los escolares en la participación de actividades físicas y deportivas” (Gálvez, 2010).

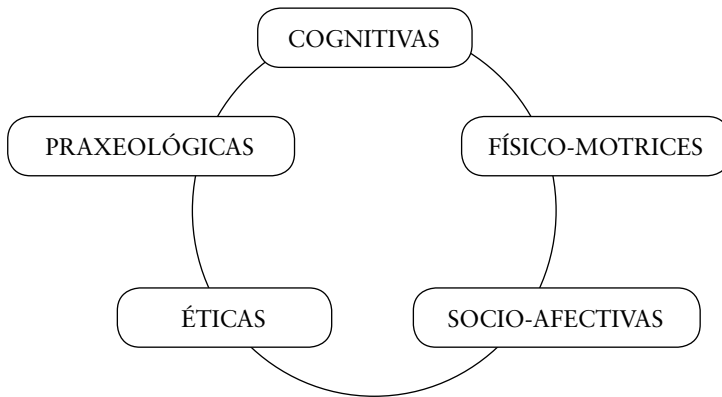
Sin embargo, este tipo de propuestas no siempre son de fácil desarrollo en las instituciones educativas ya que requieren grandes espacios e implementos (pista atlética, campos deportivos, laboratorios) para su aplicación, o sus protocolos son muy complejos. Además, se requiere establecer valores de referencia, correspondientes a las características particulares de los jóvenes medidos, teniendo en cuenta las condiciones sociales, funcionales y geográficas específicas que afectan el desempeño, frente a otros estándares nacionales e internacionales que han sido utilizados tradicionalmente como referentes; esto plantea la necesidad de proponer nuevas alternativas metodológicas. Es fundamental que el docente no sea el único responsable en la aplicación de las pruebas.

## Dimensiones educativas de los test

Todas las acciones desarrolladas en la escuela deben estar construidas en función de los procesos educativos, esto significa, aportar al crecimiento multidimensional del estudiante. Es decir, así como las pruebas promueven adquisiciones en la dimensión físico-motriz, de igual manera sucede en lo cognitivo, socio-afectivo, ético, etc. En este sentido, el propósito del test no es únicamente evaluar al estudiante, sino que cumple con una función educativa. Para lograrlo, el estudiante debe asumir un papel protagonista en

todo el proceso, no siempre debe ser el docente quien proponga, aplique y controle la ejecución de las pruebas; cuando el alumno interviene se alcanzan desarrollos en las competencias que se observan en la figura 1 y que se explicarán más adelante.

**Figura 1.** Dimensiones educativas de los test



**Fuente:** elaboración propia.

**Cognitivas:** Cuando el estudiante registra, organiza, sistematiza, interpreta y analiza datos, y los compara con otros resultados e investiga nuevas alternativas, se supone el trabajo de las competencias cognitivas.

**Praxeológicas:** Cuando el estudiante ejecuta un test debe seguir rigurosamente los procedimientos establecidos en un protocolo que previamente tiene que haber comprendido; hacer un uso apropiado del espacio, de la secuencia y del material. Y contar con las posibilidades de construir nuevos test o de realizar adaptaciones a los establecidos.

**Socio-afectivas:** El ejercicio del test implica una distribución de roles y un trabajo en equipo, siempre hay quien mide, quien registra y quien ejecuta. La actitud, el esfuerzo personal y la determinación para superar retos forman parte de la ejecución de pruebas, donde la reflexión sobre los resultados alcanzados permite el reconocimiento de potencialidades y deficiencias.

Éticas: La honestidad en el registro de datos y el cumplimiento de los protocolos, el cuidado de sí mismo, del entorno, de los recursos y de sus compañeros, también deben ser considerados en la aplicación de pruebas físicas.

## Características básicas de los test

La utilización de test en la educación física permite mejorar notablemente la organización de los contenidos y la programación del trabajo que se va a realizar, por esta razón es importante obtener datos precisos que posibiliten un mejoramiento continuo. Para esto, los test, en general, se constituyen en pruebas estandarizadas que miden determinadas características y capacidades de las personas, ubicando sus resultados dentro de los datos obtenidos por una población específica, creando diferentes procesos de evaluación, evolución y comparación (Guío, 2007). Sin importar el instrumento de medida que se quiera utilizar, se privilegian las condiciones de validez, fiabilidad, objetividad, normalización y estandarización, a esto se agregan las condiciones adicionales que caracterizan un test con criterio pedagógico:

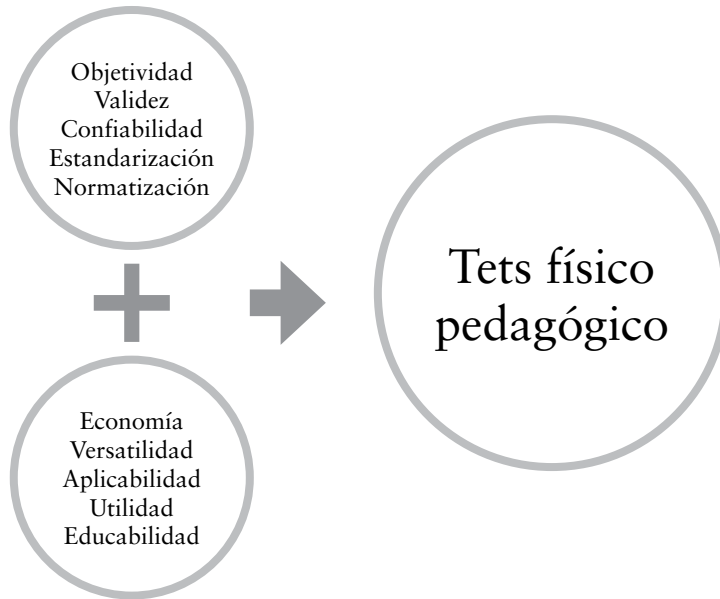
**Economía:** El test debe ser “económico” en términos de tiempo de aplicación, materiales y complejidad.

**Versatilidad:** Debe poder aplicarse y adaptarse con rapidez y facilidad sin detrimento de las condiciones de calidad de cada prueba.

**Aplicabilidad o probabilidad de ejecución:** Las pruebas que se proponen deben de ser factibles de realizar en concordancia con las características y capacidades de los estudiantes

**Utilidad:** Toda aplicación de pruebas o test debe proporcionar la información e interpretación pertinente y oportuna, de tal manera que pueda trascender en la toma de decisiones adecuadas a las necesidades educativas de los estudiantes.

**Figura 2.** Condiciones de calidad de los test físicos en perspectiva de lo pedagógico



Fuente: elaboración propia.

## ¿Para qué utilizar los test en educación física?

Los test contribuyen de manera significativa en los procesos educativos, y de acuerdo a los propósitos de quien los utiliza en la clase pueden tener diferentes utilidades.

### Investigación

Son frecuentes las investigaciones cuyo objeto de estudio son caracterizaciones de las capacidades físicas y antropométricas de los estudiantes, donde la medición de la capacidad motriz, fisiológica, y la cineantropometría, constituyen el objeto fundamental de los proyectos; aquí es indispensable la rigurosidad en la aplicación de las pruebas, por lo tanto, es el docente o el investigador quien se encarga del control del proceso.

## Evaluar

Los test son utilizados frecuentemente en educación física como diagnóstico, verificación y seguimiento. Schnaider (2010) reitera la vigencia de estas prácticas como tradicionales en la evaluación de los aprendizajes en esta clase, sin embargo, es importante reiterar que las pruebas físicas pueden evaluar dimensiones del estudiante diferentes al desempeño físico-motriz.

### *Calificar*

Según Popham (citado por la Fundación Instituto de Ciencias del Hombre, 2008), la calificación se puede entender como una expresión cualitativa (el ser apto o no) o cuantitativa (6.0, 7.0, 8.0, 9.0...) del juicio de valor que se emite sobre la actividad y logros del estudiante. En este juicio se quiere expresar el grado de suficiencia o insuficiencia, en torno a los conocimientos, destrezas y habilidades del estudiante, como resultado de algún tipo de prueba, actividad, examen o proceso.

### *Medir*

La medición hace referencia a la asignación de un valor de acuerdo a la comparación que se realiza del objeto evaluado con respecto a un patrón de referencia o una escala de medida. El propósito fundamental de la medición es la obtención de datos, los cuales se expresan en magnitudes o unidades de medida; para ello, siempre se utilizan instrumentos como las pruebas o test. En el ámbito educativo, Lopa (2000) define la medición como el procedimiento a través del cual se obtiene una descripción cuantitativa con referencia a un patrón determinado del comportamiento de un fenómeno educativo y para evidenciar el nivel o grado en que el estudiante se ha desarrollado en varias dimensiones.



## ¿Cómo utilizar los resultados de un test?

En el ejercicio práctico, con los resultados de los test, los estudiantes pueden realizar gráficas, interpretaciones y descripciones cualitativas que constituyen la base para planificar y poner en práctica los programas personales de ejercicio físico, adaptados a sus necesidades y condiciones, con la perspectiva de mejorar su estado de desarrollo de la condición física y de las habilidades específicas a partir de sus resultados iniciales o de la comparación con baremos establecidos o contruidos con el mismo grupo de clase (ver tabla 1).

**Tabla 1.** Uso de los resultados del test

Percentil	5 MTS seg	5x10 seg	TAPPING seg	SALTO L. cms	LANZ. cms	FLEX. cms	LEGER etapas
90%	1,76	18,35	11,02	147	415	32	6
85%	1,83	18,75	11,63	142	398	30	6
80%	1,89	19,07	12,12	139	384	29	5
75%	1,94	19,35	12,53	136	372	28	5
70%	1,98	19,59	12,9	133	361	27	5
65%	2,02	19,82	13,25	131	351	26	5
60%	2,06	20,03	13,58	129	342	25	5
55%	2,09	20,24	13,85	126	333	24	4
50%	2,13	20,45	14,21	124	324	23	4
45%	2,17	20,65	14,52	122	315	23	4
40%	2,2	20,86	14,84	120	305	22	4
35%	2,24	21,08	15,16	117	296	21	4
30%	2,28	21,31	15,51	115	286	20	4
25%	2,32	21,55	15,88	112	275	19	3
20%	2,37	21,83	16,30	109	263	18	3
15%	2,43	22,15	16,78	106	249	16	3
10%	2,50	22,55	17,39	102	232	15	3
5%	2,60	23,14	18,29	95	206	12	2

**Fuente:** elaboración propia.

Algunas de las ventajas educativas que se encuentran en estas dinámicas son el reconocimiento que adquiere el estudiante de sus posibilidades y limitaciones, y la motivación para superar sus logros y dificultades. Algunos docentes mencionan, como significativas, experiencias de clase donde utilizaron un test, enfatizando en la motivación y la disposición de los estudiantes (Guío y Mejía, 2010); también, en el desarrollo de la autonomía, pues el estudiante es quien asume la responsabilidad de construir su plan de mejoramiento a partir de los resultados de sus pruebas, lo cual implica el uso de aprendizajes y conocimientos diversos, produciendo desarrollo de habilidades investigativas. Aquí se consideran los postulados del aprendizaje significativo donde se afirma que a partir de sus experiencias, el estudiante le encuentra utilidad y sentido a sus aprendizajes.

Entre las dificultades, existe la posibilidad de perder la fiabilidad en algunos resultados por la falta de experiencia de los estudiantes en la aplicación de las pruebas, aun así, esta se adquiere en la medida en que el proceso avanza; la reiteración en la aplicación de las pruebas, en varios periodos escolares, hace que algunos estudiantes no estén en disposición; la selección de protocolos complejos, y el tendiente uso del test como calificación.

## La baremación: cómo construir un baremo para la clase de educación física

El uso de baremos es relevante en la aplicación pedagógica de los test porque permiten al estudiante compararse y tener valores de referencia con los cuales reflexiona sobre su condición y sus posibilidades de trabajo, sin embargo, es frecuente utilizar baremos o referentes contruidos con poblaciones muy diferentes a las evaluadas. En este sentido, el docente tiene dos alternativas, documentarse sobre los baremos validados en poblaciones con características similares a su grupo o construir su propio baremo de clase. Un ejercicio bastante sencillo se plantea a continuación.

**Tabla 2.** Recopilación de los datos de los estudiantes y de los test realizados

APELLIDOS Y NOMBRES	GÉNERO	EST	BAST	BA	VOL
AYALA HERRERA MARÍA ALEJANDRA	F	4	1	1,95	28
BENAVIDES MORALES LUZ ÁNGELA	F	2,8	2	2,81	60
BOHÓRQUEZ RODRÍGUEZ KAREN JOHANNA	F	2,68	1,31	1,47	41
DÍAZ PARDO JULIETH STEFANIA	F	3,5	3,2	4,7	30
GARZÓN FONSECA MARITZA JORLEANNY	F	3	5	4	34
HERRERA RODRÍGUEZ ANGIE DAYANA	F	2,9	2,4	3,3	11,7
MARTÍNEZ CARO NATHALIA CAROLINA	F	3,5	2,1	2	5
PIÑERES HERNÁNDEZ ADRIANA DEL PILAR	F	3,25	3	17,8	6
ROBAYO MARIÑO LAURA	F	3,41	2,75	20	17
VANEGAS ALBA NORA	F	3,25	1	9,34	60
VANEGAS URICOECHEA DIANA ANGÉLICA	F	3	1	7	14,7
ZAMORA HERNÁNDEZ JESSICA	F	2,9	4,4	5,2	19

Fuente: elaboración propia.

1. Se determina el valor de n (n = número de datos), para este caso son 12 estudiantes, entonces  $n = 12$ .
2. Se calcula el logaritmo de n  $\log 12 = 1,079$ .
3. Se calcula el número de grupos o categorías m con la constante
4.  $m = 1 + 3,22 * (\log n)$   $m = 1 + 3,22 * 1,079 = 4,47$
5. Lo cual significa que nuestro baremo tiene 5 categorías.
6. Se calcula el rango  $R = (\text{Mayor valor} - \text{menor valor})$  Para el caso  $R = 60 - 5 = 55$ .
7. Se calcula el intervalo de clase  $= R/m = 55/4,47 = 12,29$ . Este último es el rango de variación de frecuencia.
8. Como se trata de una prueba cuyo criterio es el mayor tiempo posible en el esfuerzo, se toma el menor valor y se suma progresivamente el rango de variación de frecuencia (ver tabla 3):

Tabla 3. Suma de variaciones

Puntaje	Tiempo	Variación frecuencia
5	54,2	
4	41,9	41,9 + 12,29
3	29,6	29,6 + 12,29
2	17,3	17,3 + 12,29
1	5	5 + 12,29

Fuente: elaboración propia.

1. Se tiene el baremo o tabla de valoración (tabla 4).

Tabla 4. Baremo

Puntaje	Tiempo
5	54,2
4	41,9
3	29,6
2	17,3
1	5

Fuente: elaboración propia.








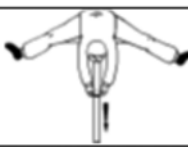



## Organización de las pruebas

Las mayores dificultades en la aplicación de pruebas están en el tiempo disponible para la clase, el número de materiales y la cantidad de pruebas. Este ejercicio, para algunos docentes, significa utilizar tres y hasta más sesiones de clase, sin contar con los problemas de disciplina y organización cuando hay tiempos prolongados de espera y es el docente el único que administra la prueba.

En un proceso pedagógico, es importante otorgarle la responsabilidad al estudiante, así se pierda en principio la calidad en los resultados. Los dividendos, en términos educativos, son generosos. De todas maneras, la experiencia ha señalado mejores resultados y menos “desgaste” cuando son los mismos estudiantes quienes administran sus pruebas, esto implica una fase de fundamentación donde se explican los protocolos, los objetivos de las pruebas y la dinámica de trabajo, de tal forma que en una sesión de clase se pueden realizar varias pruebas de acuerdo con sus propias metas, baterías que miden diferentes capacidades o varias pruebas que miden una misma capacidad. Para ello, es necesaria la construcción de formatos o guías de trabajo individual (ver figura 3).

Otro aspecto interesante es que cuando en el mismo ejercicio de clase se construyen o modifican pruebas que más adelante, en procesos de investigación, son susceptibles de validación, se amplía el espectro de la utilidad de los test en la clase de educación física a la construcción de conocimiento.

Figura 3. Guía test

				<p>Guía de trabajo No. 18 TEST DE FLEXIBILIDAD Fernando Guío Gutiérrez</p>			
<p>Nombre: <input type="text"/></p>		<p>Curso <input type="text"/></p>					
<p>TEST SIT AND REACH (Cajón)</p>		<p>CENTIMETROS:</p> <input type="text"/> <input type="text"/> <input type="text"/>					
<p>FLEXIBILIDAD DEL HOMBRO (Transportador y bastón)</p>		<p>GRADOS:</p> <input type="text"/> <input type="text"/> <input type="text"/>					
<p>SPAGAT (Transportador)</p>		<p>GRADOS:</p> <input type="text"/> <input type="text"/> <input type="text"/>					
<p>FLXIÓN ADELANTE (Cinta métrica)</p>		<p>CENTIMETROS:</p> <input type="text"/> <input type="text"/> <input type="text"/>					
<p>FLEXIÓN PROFUNDA (Cinta métrica)</p>		<p>CENTIMETROS:</p> <input type="text"/> <input type="text"/> <input type="text"/>					
<p>GONIOMETRÍA CODO/MUÑECA (Goniómetro)</p>		<p>GRADOS:</p> <p>CODO: <input type="text"/></p> <p>MUNECA: <input type="text"/></p>					

Fuente: elaboración propia.

## Referencias

- Fundación Instituto de Ciencias del Hombre. (2008). La evaluación educativa: conceptos funciones y tipos. Recuperado de <http://www.oposicionesprofesores.com/biblio/docueduc/LA%20EVALUACION%20EDUCATIVA.pdf>
- Gálvez, G. J. (2010). Medición y evaluación de la condición física: batería Eurofit. Recuperado de <http://www.efdeportes.com/efd141/bateria-de-test-eurofit.htm>
- Guío, G. F. (2007). Medición de las capacidades físicas en escolares bogotanos aplicable en espacios y condiciones limitadas. *Educación física y Deporte*, 26 (1), 34 - 45.
- Guío, G. F. (2009). Fundamentos para la medición y evaluación en la educación física y el deporte. Bogotá: Universidad Santo Tomás.
- Guío, G. F., y Mejía, M. (2010). Experiencias de clase en la enseñanza de la educación física. *Educación Física y Deporte*. 21-31.
- Lopa, E. (2000). Medición, assessment y evaluación en educación física y salud. Recuperado de <http://www.saludmed.com/Prontuar/Prontuar.html>
- Rivera, J. Y. (2001). La evaluación en el proceso de entrenamiento deportivo. Recuperado de <http://www.efdeportes.com/efd30/evalua.htm>
- Rodríguez, J., González P., M., y López P., V. (2007). Los test físicos en secundaria: aproximación a su uso formativo. *efdeportes revista digital*.
- Schnaidler, R. (2010). Las prácticas evaluativas en el marco de la educación física escolar. *Calidad De Vida, Universidad de Flores*, 1(4), 147-164.