

## Evaluación de los estilos de aprendizaje en alumnos de la licenciatura en educación física del BINE

**María de Lourdes Guadalupe Galindo Ramírez**

Benemérito Instituto Normal del Estado “Gral. Juan Crisóstomo Bonilla”

[lulu\\_galindo@hotmail.com](mailto:lulu_galindo@hotmail.com)

**Raymundo Murrieta Ortega**

Benemérito Instituto Normal del Estado “Gral. Juan Crisóstomo Bonilla”

[raypuebla.upaep@hotmail.com](mailto:raypuebla.upaep@hotmail.com)

### Resumen

El estudio se realizó en la Licenciatura en Educación Física del Benemérito Instituto Normal del Estado (BINE) “Gral. Juan Crisóstomo Bonilla”, institución ubicada en la ciudad de Puebla, México con el propósito de evaluar los estilos de aprendizaje de un grupo de estudiantes de tercer semestre del ciclo escolar 2012-2013. El análisis se realiza desde el modelo de la Programación Neurolingüística (PNL) propuesto por Bandler y Grinder. La investigación es cuantitativa de tipo exploratorio, la población en estudio está conformada por 35 alumnos, 13 mujeres y 22 hombres. El instrumento utilizado es un cuestionario sobre estilos de aprendizaje visual – auditivo – kinestésico (VAK) con 12 ítems para cada estilo, dando un total de 36 preguntas con escala tipo likert. Los resultados encontrados reflejan que en el grupo estudiado predomina el uso del sistema de representación kinestésico, que concuerda con su elección profesional. Por lo tanto, se concluye que es necesario incentivar la práctica docente con metodologías educativas que atiendan los estilos de aprendizaje del grupo de alumnos estudiados para contribuir en el logro académico.

**Palabras clave:** estilos de aprendizaje, modelo PNL y sistema de representación kinestésico.

## Introducción

El desempeño académico de los estudiantes es un aspecto del proceso de enseñanza-aprendizaje considerado para determinar la calidad y eficacia de la educación. Sin embargo, en los espacios académicos predomina la enseñanza tradicional y en consecuencia el rol pasivo del estudiante, la reproducción de estereotipos, la masificación en la construcción del conocimiento y la falta de reconocimiento de que no todos los alumnos aprenden igual. Esta falta o poca atención a la diversidad de formas de aprender y a los recursos que utiliza el estudiante cuando se enfrenta al aprendizaje, denominado estilos de aprendizaje, repercute en forma negativa en el desempeño académico de aquellos educandos que no se amoldan a la metodología tradicional del profesor.

Los estilos de aprendizaje se manifiestan, en la forma preferida del estudiante de progresar en el aprendizaje, así como de captar, organizar y procesar la información; es importante que el maestro lo tome en consideración para adecuar su práctica pedagógica a las características individuales de aprendizaje de sus alumnos para hacer más efectivo el proceso de enseñanza-aprendizaje.

No obstante, su desconocimiento u omisión por parte de los docentes en el Programa Educativo de la Licenciatura en Educación Física del Benemérito Instituto Normal del Estado “Gral. Juan Crisóstomo Bonilla” ha propiciado la falta de ajuste de las estrategias de enseñanza a las diferencias individuales de los alumnos para abordar el aprendizaje y en consecuencia, se restringe la formación de profesionales autónomos en su desempeño académico.

Por lo tanto, la investigación estuvo dirigida a responder a la siguiente interrogante ¿Cuáles son los estilos de aprendizaje que emplean estudiantes del tercer semestre de la Licenciatura en Educación Física del BINE? Por consiguiente, con el presente trabajo se propuso investigar acerca de los estilos de aprendizaje como factor central de relación para afrontar los procesos de enseñanza-aprendizaje, con el fin de facilitar a los profesores que imparten asignaturas en el tercer semestre grupo “A”, información que les permita establecer mecanismos para el desarrollo de una práctica pedagógica contextualizada que

tenga en cuenta las diferencias individuales de los estudiantes y así promover aprendizajes significativos y mejorar su rendimiento académico.

### **Objetivos**

General:

- Evaluar los estilos de aprendizaje, desde el modelo de la Programación Neurolingüística (PNL), de los estudiantes del tercer semestre grupo "A" ciclo escolar 2012-2013 de la Licenciatura en Educación Física del Benemérito Instituto Normal del Estado "Gral. Juan Crisóstomo Bonilla"

Objetivos específicos:

- Compartir los resultados de la investigación con la academia de tercer semestre para atender las necesidades académicas del grupo de estudio.
- Comparar los estilos de aprendizaje según el género de los estudiantes del 3er semestre grupo A de la Licenciatura en Educación Física.

### **Hipótesis**

La falta de identificación de los estilos de aprendizaje de los estudiantes afecta la adquisición del conocimiento de manera efectiva.

### **Marco teórico**

Las últimas investigaciones en la neurofisiología y en la psicología han dado como resultado un nuevo enfoque sobre cómo los seres humanos aprendemos: no existe una sola forma de aprender, cada persona tiene una forma o estilo particular de establecer relación con el mundo y por lo tanto para aprender.

Con la reforma curricular desde el 2002, se da un replanteamiento del enfoque psicopedagógico, el cual ha implicado la inserción del enfoque educativo centrado en el aprendizaje, mediante el cual el docente promueve el desarrollo de los principios señalados por la UNESCO (Delors, 1996) que conforman la visión educativa contemporánea, orientada hacia los pilares de la educación, que se concretan en cuatro tipos de

aprendizajes, estos son: aprender a conocer, aprender a hacer, aprender a convivir y aprender a ser. A estos conceptos se les ha enriquecido con el aprender a innovar, el aprender a aprender y con la perspectiva del aprendizaje a lo largo de la vida.

Por tanto, cabe resaltar que los estilos de aprendizaje (Bahamón et.al. 2013) son susceptibles de mejorarse y cuando a los alumnos se les enseña según su propio estilo de aprendizaje, aprenden con más efectividad. Esta situación, puede garantizar procesos de enseñanza-aprendizaje de alta calidad.

### **El concepto de estilo de aprendizaje**

Es posible definir el concepto de estilo de aprendizaje con una caracterización de Keefe (1988, citado por Alonso et al, 1994, p. 104): “los estilos de aprendizaje son los rasgos cognitivos, afectivos y fisiológicos que sirven como indicadores relativamente estables, de cómo los alumnos perciben interacciones y responden a sus ambientes de aprendizaje”. Por tanto, los rasgos cognitivos tienen que ver con la forma en que los estudiantes estructuran los contenidos, forman y utilizan conceptos, interpretan la información, resuelven los problemas, seleccionan medios de representación (visual, auditivo, kinestésico), etc. Los rasgos afectivos se vinculan con las motivaciones y expectativas que influyen en el aprendizaje, mientras que los rasgos fisiológicos están relacionados con el biotipo y el biorritmo del estudiante.

El término ‘estilo de aprendizaje’ se refiere al hecho de que cada persona utiliza su propio método o estrategias a la hora de aprender. Aunque las estrategias varían según lo que se quiera aprender, cada uno tiende a desarrollar ciertas preferencias o tendencias globales, tendencias que definen un estilo de aprendizaje. Se habla de una tendencia general, puesto que, por ejemplo, alguien que casi siempre es auditivo puede en ciertos casos utilizar estrategias visuales.

Cada persona aprende de manera distinta a las demás: utiliza diferentes estrategias, aprende con diferentes velocidades e incluso con mayor o menor eficacia, incluso aunque tengan las mismas motivaciones, el mismo nivel de instrucción, la misma edad o estén estudiando el mismo tema. Revilla (1998) destaca, finalmente, algunas características de los estilos de aprendizaje: son relativamente estables, aunque pueden cambiar; pueden ser diferentes en

situaciones diferentes; son susceptibles de mejorarse; y cuando a los alumnos se les enseña según su propio estilo de aprendizaje, aprenden con más efectividad.

En general (Woolfolk, 1996, p. 126), los educadores prefieren hablar de “estilos de aprendizaje”, y los psicólogos de “estilos cognoscitivos”. Otros autores, sugieren hablar de ‘preferencias de estilos de aprendizaje’ más que de “estilos de aprendizaje”. Para Woolfolk (1996, p. 128), las preferencias son una clasificación más precisa, y se definen como las maneras preferidas de estudiar y aprender, tales como utilizar imágenes en vez de texto, trabajar solo o con otras personas, aprender en situaciones estructuradas o no estructuradas y demás condiciones pertinentes como un ambiente con o sin música, el tipo de silla utilizado, etc. La preferencia de un estilo particular tal vez no siempre garantice que la utilización de ese estilo será efectiva. De allí que en estos casos ciertos alumnos pueden beneficiarse desarrollando nuevas formas de aprender.

### **Modelo de la Programación Neurolingüística de Bandler y Grinder**

Este modelo, también llamado visual-auditivo-kinestésico (VAK), toma en cuenta que tenemos tres grandes sistemas para representar mentalmente la información, el visual, el auditivo y el kinestésico. Utilizamos el sistema de representación visual siempre que recordamos imágenes abstractas (como letras y números) y concretas. El sistema de representación auditivo es el que nos permite oír en nuestra mente voces, sonidos y música. Cuando recordamos una melodía o una conversación, o cuando reconocemos la voz de la persona que nos habla por teléfono estamos utilizando el sistema de representación auditivo. Por último, cuando recordamos el sabor de nuestra comida favorita, o lo que sentimos al escuchar una canción estamos utilizando el sistema de representación kinestésico. Por tanto, a continuación se especifican las características de cada uno de estos tres sistemas:

Sistema de representación visual.- Los alumnos visuales aprenden mejor cuando leen o ven la información de alguna manera. En una conferencia, por ejemplo, preferirán leer las fotocopias o transparencias a seguir la explicación oral, o, en su defecto, tomarán notas para poder tener algo que leer. Cuando pensamos en imágenes (por ejemplo, cuando “vemos” en nuestra mente la página del libro de texto con la información que necesitamos) podemos

traer a la mente mucha información a la vez. Por eso la gente que utiliza el sistema de representación visual tiene más facilidad para absorber grandes cantidades de información con rapidez. Visualizar nos ayuda a demás a establecer relaciones entre distintas ideas y conceptos. Cuando un alumno tiene problemas para relacionar conceptos muchas veces se debe a que está procesando la información de forma auditiva o kinestésica. La capacidad de abstracción y la capacidad de planificar están directamente relacionadas con la capacidad de visualizar.

**Sistema de representación auditivo.-** Cuando recordamos utilizando el sistema de representación auditivo lo hacemos de manera secuencial y ordenada. Los alumnos auditivos aprenden mejor cuando reciben las explicaciones oralmente y cuando pueden hablar y explicar esa información a otra persona. El alumno auditivo necesita escuchar su grabación mental paso a paso. Los alumnos que memorizan de forma auditiva no pueden olvidarse ni una palabra, porque no saben seguir. El sistema auditivo no permite relacionar conceptos o elaborar conceptos abstractos con la misma facilidad que el sistema visual y no es tan rápido. Es, sin embargo, fundamental en el aprendizaje de los idiomas, y naturalmente, de la música.

**Sistema de representación kinestésico.-** Cuando procesamos la información asociándola a nuestras sensaciones y movimientos, a nuestro cuerpo, estamos utilizando el sistema de representación kinestésico. Utilizamos este sistema, naturalmente, cuando aprendemos un deporte, pero también para muchas otras actividades. Aprender utilizando el sistema kinestésico es lento, mucho más lento que con cualquiera de los otros dos sistemas, el visual y el auditivo. El aprendizaje kinestésico también es profundo. Una vez que sabemos algo con nuestro cuerpo, que lo hemos aprendido con la memoria muscular, es muy difícil que se nos olvide. Los alumnos que utilizan preferentemente el sistema kinestésico necesitan, por tanto, más tiempo que los demás. Decimos de ellos que son lentos. Esa lentitud no tiene nada que ver con la falta de inteligencia, sino con su distinta manera de aprender.

Los alumnos kinestésicos aprenden cuando hacen cosas como, por ejemplo, experimentos de laboratorio o proyectos. El alumno kinestésico necesita moverse. Cuando estudian muchas veces pasean o se balancean para satisfacer esa necesidad de movimiento. En el

aula buscarán cualquier excusa para levantarse o moverse. Se estima que un 40% de las personas es visual, un 30% auditiva y un 30% kinestésica.

	<b>VISUAL</b>	<b>AUDITIVO</b>	<b>KINESTÉSICO</b>
<b>Conducta</b>	Organizado, ordenado, observador y tranquilo. Preocupado por su aspecto. Voz aguda, barbilla levantada. Se le ven las emociones en la cara.	Habla solo, se distrae fácilmente. Mueve los labios al leer. Facilidad de palabra, no le preocupa aspecto. Monopoliza la conversación. Le gusta la música. Modula el tono y timbre de voz. Expresa sus Emociones verbalmente.	Responde a las muestras físicas de cariño, le gusta tocarlo todo, se mueve y gesticula mucho. Sale bien arreglado de casa, pero en seguida se arruga porque no para. Tono de voz más bajo, porque habla alto con la barbilla hacia abajo. Expresa sus emociones con movimientos.
<b>Aprendizaje</b>	Aprende lo que ve. Necesita una visión detallada y saber a dónde va. Le cuesta recordar lo que oye.	Aprende lo que oye, a base de repetirse a sí mismo paso a paso todo el proceso. Si se olvida de un solo paso se pierde. No tiene una visión global.	Aprende lo que experimenta directamente, aquello que involucre movimiento. Le cuesta comprender lo que no puede poner en práctica.

El siguiente cuadro muestra algunos ejemplos de actividades adaptadas a cada estilo.

<b>VISUAL</b>	<b>AUDITIVO</b>	<b>KINESTÉSICO</b>
Ver, mirar, imaginar, leer, películas, dibujos, videos, mapas, carteles, diagramas, fotos, caricaturas, diapositivas, pinturas, exposiciones, tarjetas, telescopios, microscopios, bocetos.	Escuchar, oír, cantar, ritmo, debates, discusiones, cintas audio, lecturas, hablar en público, telefonar, grupos pequeños, entrevistas.	Tocar, mover, sentir, trabajo de campo, pintar, dibujar, bailar, laboratorio, hacer cosas, mostrar, reparar cosas.

### **Metodología**

La Investigación es cuantitativa con enfoque descriptivo, la población estuvo conformada por 35 estudiantes (22 hombres y 13 mujeres) del tercer semestre grupo A de la licenciatura en educación física del Benemérito Instituto Normal del Estado “Gral. Juan Crisóstomo Bonilla”. El instrumento para determinar los estilos de aprendizaje fue el Cuestionario Estilos de Aprendizaje VAK, se compone de tres partes: aprendizaje visual, aprendizaje auditivo y aprendizaje kinestésico con 12 preguntas, que se responde con arreglo a una escala tipo Likert de tres puntos: 0 = Muy rara vez, 1 = Algunas veces y 2 = Siempre

Análisis de la información: Para evaluar los puntajes obtenidos por los alumnos según fueran visuales, auditivos o kinestésicos, se otorgó un puntaje a cada uno de los estilos, es decir V=12 puntos A=12 puntos K=12 puntos, considerando que los sistemas de representación pueden ser utilizados de igual manera. Los resultados de cada estudiante deberían idealmente llegar a 12 puntos en cada uno de los sistemas de representación, lo que sumado es de 36 puntos. Los alumnos con puntajes mayores a 12 presentarían un predominio de alguno de los sistemas, lo que no implica que sea bueno o malo. Pueden coexistir dos sistemas con puntajes mayores a 12, lo que origina visual-auditivo, visual-

kinestésico y auditivo-kinestésico. Otra alternativa es que los tres sistemas tengan puntajes mayores de 12.

**Resultados**

TABLA 1. Puntajes obtenidos por los estudiantes del 3er semestre grupo A.

	Estilos de Aprendizaje		
	VISUAL	AUDITIVO	KINESTESICO
1	17	16	17
2	6	5	9
3	14	17	18
4	14	17	16
5	17	15	19
6	16	14	16
7	15	13	19
8	14	13	17
9	12	13	15
10	17	21	21
11	17	18	14
12	15	18	16
13	13	15	18
14	12	15	18
15	14	15	13
16	19	18	15
17	14	13	12
18	18	18	16
19	14	16	16
20	14	16	17
21	14	15	16
22	14	12	14
23	19	14	17
24	16	12	16
25	12	13	11
26	13	19	17
27	11	20	14
28	17	14	16
29	16	16	13
30	18	19	19
31	11	15	14
32	15	12	17
33	17	15	14
34	18	17	17
35	15	12	20

Gráfica 1. Se observa el perfil de los estilos de aprendizaje VAK de cada estudiante.

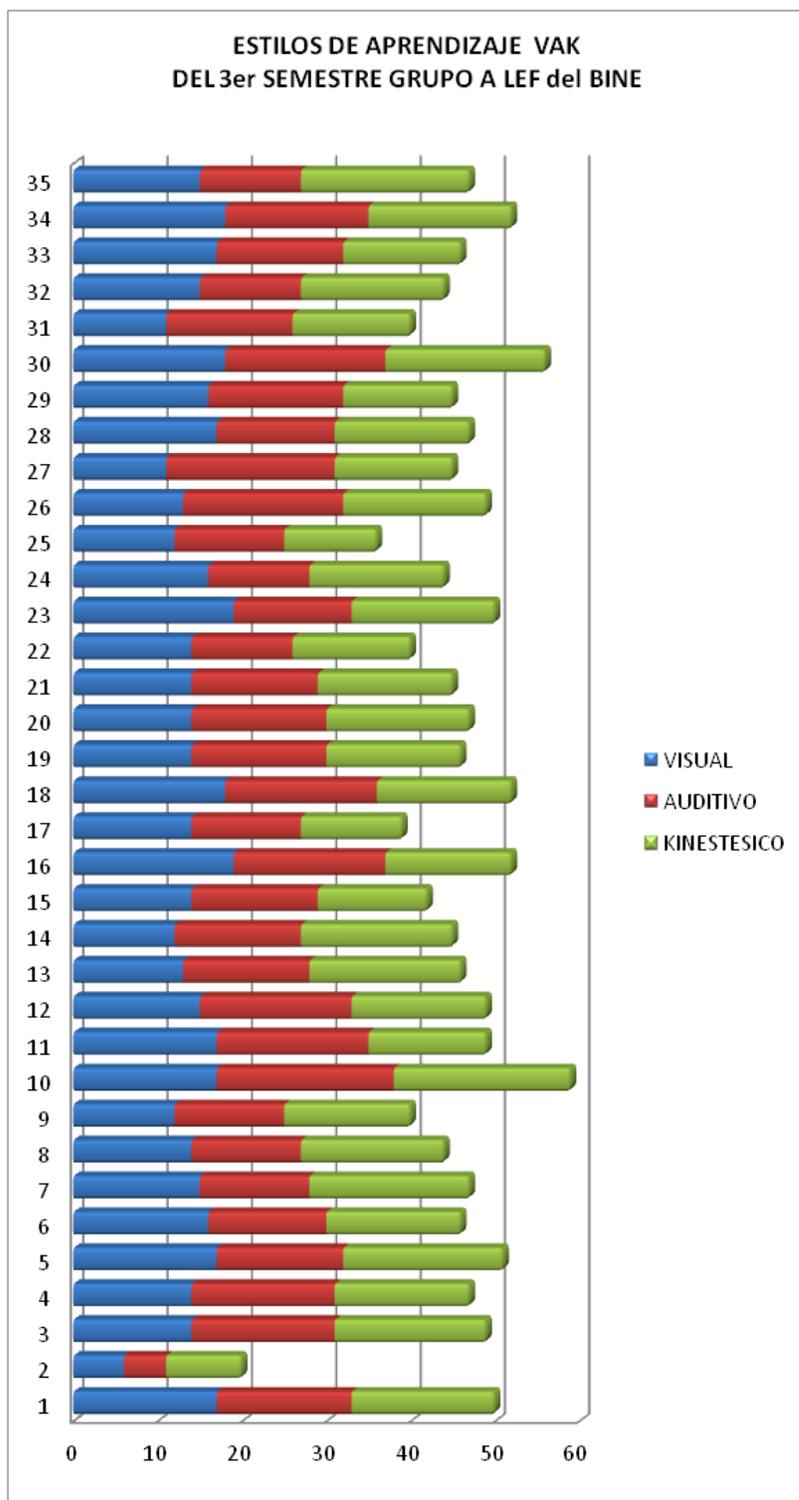
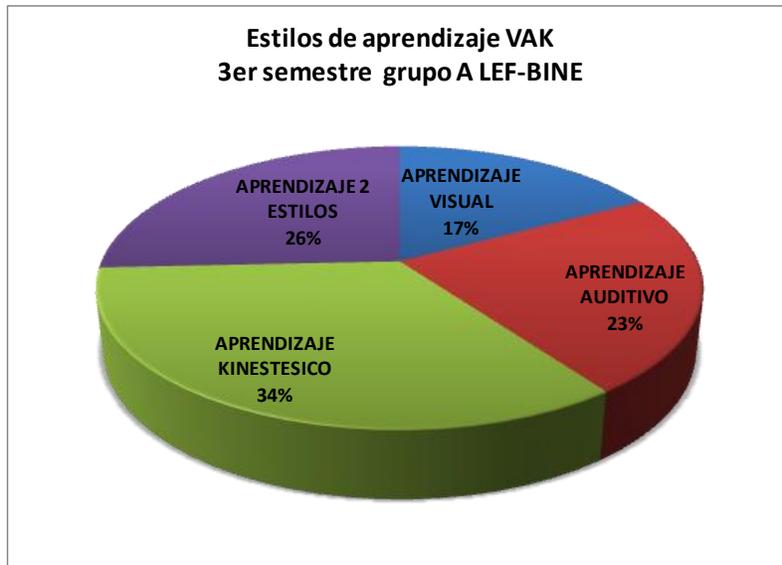


TABLA 2 Se identifica la existencia de dos sistemas de estilos de aprendizaje en nueve estudiantes y cuáles son las combinaciones

Estilos de Aprendizaje						
	VISUAL	AUDITIVO	KINESTESICO	2 ESTILOS	VISUAL/ KINESTESICO	AUDITIVO/ KINESTESICO
1	17	16	17			
2	6	5	9			
3	14	17	18			
4	14	17	16			
5	17	15	19			
6	16	14	16			
7	15	13	19			
8	14	13	17			
9	12	13	15			
10	17	21	21			
11	17	18	14			
12	15	18	16			
13	13	15	18			
14	12	15	18			
15	14	15	13			
16	19	18	15			
17	14	13	12			
18	18	18	16			
19	14	16	16			
20	14	16	17			
21	14	15	16			
26						
22	14	12	14			
23	19	14	17			
24	16	12	16			
25	12	13	11			
26	13	19	17			
27	11	20	14			
28	17	14	16			
29	16	16	13			
30	18	19	19			
31	11	15	14			
32	15	12	17			
33	17	15	14			
34	18	17	17			
35	15	12	20			

GRÁFICA 2. De los 35 estudiantes el 17% presenta aprendizaje visual, el 23% aprendizaje auditivo, el 34% aprendizaje kinestésico y el 26% dos sistemas de estilos de aprendizaje



GRÁFICA 3

Se identifica que el 14% de los estudiantes muestran la combinación visual-kinestésico y el 12% auditivo-kinestésico

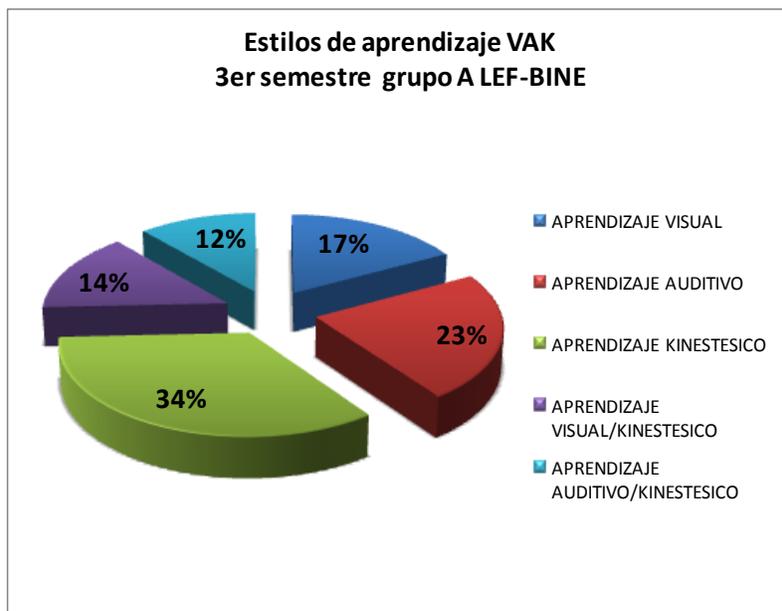
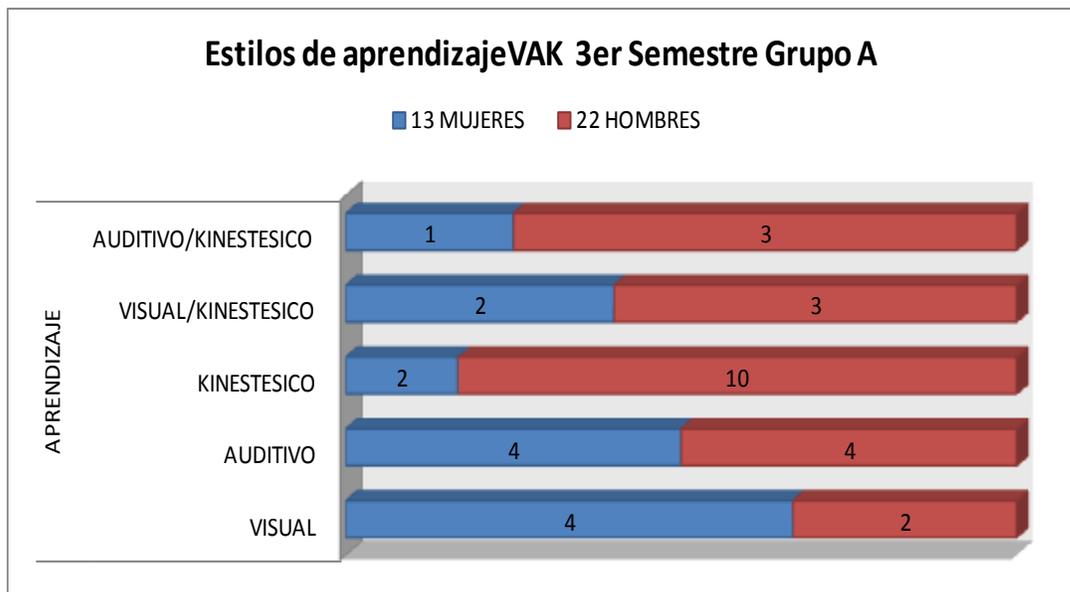


TABLA 3. Se identifican por sexo los estilos de aprendizaje de los 35 estudiantes del 3er semestre grupo A.

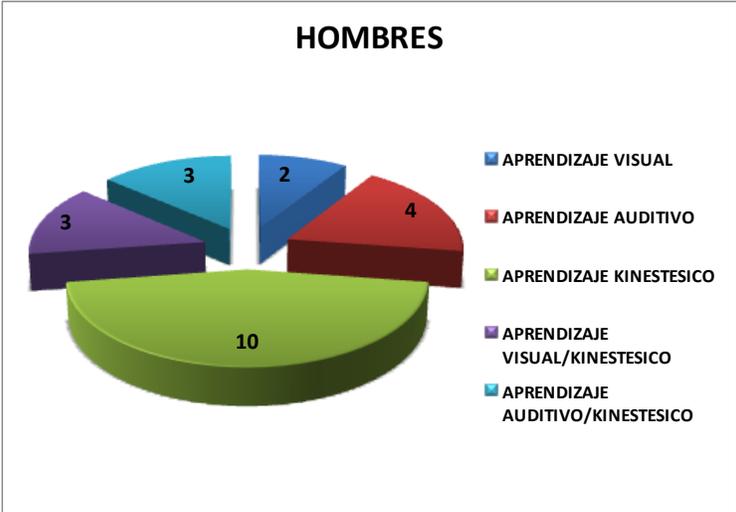
		Estilos de Aprendizaje				
		VISUAL	AUDITIVO	KINESTESICO	VISUAL/ KINESTESICO	AUDITIVO/ KINESTESICO
13	<b>MUJERES</b>	4	4	2	2	1
22	<b>HOMBRES</b>	2	4	10	3	3

GRÁFICA 4

En los hombres predomina el sistema de aprendizaje kinestésico (gráfica 4.1) y en las mujeres predomina el sistema de aprendizaje visual (gráfica 4.2).



GRÁFICA 4.1



GRÁFICA 4.2



## Conclusiones

- El modelo de estilos de aprendizaje de la Programación Neurolingüística (PNL) toma en cuenta el criterio neurolingüístico, el que considera que la vía de ingreso de información al cerebro (ojo, oído, cuerpo) resulta fundamental en las preferencias de quién aprende o enseña.
- En el grupo estudiado predomina el uso del sistema de representación kinestésico, en las actividades teórico-prácticas, que concuerda con su elección profesional y además no están acostumbrados a prestarle atención a las otras vías de ingreso de información (visual y auditivo) y obviamente siguen privilegiando el sistema kinestésico.
- Se requiere incentivar la práctica de metodologías educativas que tiendan a que el alumno utilice los tres sistemas de representación, para que de esta forma pueda potenciar las que son menos utilizadas y, en consecuencia, los resultados del aprendizaje sean claros, con mejores rendimientos, habilidades, conocimientos y nuevas actitudes, frente al proceso de formación profesional.

## Bibliografía

- Alonso, Catalina et al (1994). Los estilos de aprendizaje: procedimientos de diagnóstico y mejora. Bilbao: Ediciones Mensajero.
- Delors, J. (1996) La educación encierra un tesoro. México: UNESCO.
- Revilla, Diana. (1998). Estilos de aprendizaje, Temas de Educación, Segundo Seminario Virtual del Departamento de Educación de la Pontificia Universidad Católica del Perú. Recuperado de <http://www.pucp.edu.pe/~temas/estilos.html>
- Woolfolk A. (1996) Psicología educativa. México: Prentice-Hall Hispanoamericana SA.
- Bahamón Muñetón, M. J., Vianchá Pinzón, M. A., Alarcón Alarcón, L. L. & Bohórquez Olaya, C. I. (2013). Estilos y estrategias de aprendizaje relacionadas con el logro académico en estudiantes universitarios. Pensamiento Psicológico, 11(1) 115-129. Recuperado de <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=80127000005>

**Anexo**

**INSTRUMENTO ESTILOS DE APRENDIZAJE VAK**

Nombre: \_\_\_\_\_

Semestre: \_\_\_\_\_ Grupo. \_\_\_\_\_

Fecha de hoy: \_\_\_\_\_

Por favor utiliza la siguiente escala:

- 2 puntos SIEMPRE
- 1 punto ALGUNAS VECES
- 0 puntos MUY RARA VEZ

A la derecha de cada pregunta anota el número que corresponde a tu respuesta, al final de cada columna suma el total de puntos. El puntaje más alto es tu estilo.

Responde con sinceridad, sólo tú podrás diagnosticar tu propio estilo de aprendizaje.

APRENDIZAJE VISUAL	Puntaje
1. ¿Eres limpio y ordenado?	
2. ¿Hablas muy rápido?	
3. ¿Planeas muy bien tu agenda?	
4. ¿Ves las palabras en tu mente?	
5. ¿Recuerdas más lo que viste que lo que escuchaste?	
6. ¿Tienes problemas con las instrucciones verbales a menos que estén escritas o que te las repitan.	
7. ¿Te gusta leer en vez de oír que alguien lea?	
8. ¿Te distraes en una conversación telefónica?	
9. ¿Prefieres que te pongan un ejemplo en vez de que te den instrucciones?	
10. ¿Te gusta más el arte que la música?	
11. ¿Sabes lo que quieres decir pero no encuentras las palabras correctas?	
12. ¿Memorizas más por asociaciones de imágenes que de sonidos?	
Total	

<b>APRENDIZAJE AUDITIVO</b>	Puntaje
1. ¿Te hablas a ti mismo mientras estás trabajando?	
2. ¿Te distraes cuando hay ruido?	
3. ¿Te gusta leer en voz alta?	
4. ¿Mueves los labios pronuncias las palabras mientras estas leyendo?	
5. ¿Lo que escuchaste lo puedes reproducir imitando el tono de voz, el acento, el timbre?	
6. ¿Se te dificulta la escritura, pero eres muy bueno al contar de viva voz lo que escuchaste?	
7. ¿Hablas con cierto acento?	
8. ¿Crees que eres una persona que sabe hablar muy bien y que los demás te prestan atención?	
9. ¿Te gusta la música más que arte?	
10. ¿Aprendes escuchando y recuerdas lo que escuchaste en vez de recordar lo que viste?	
11. ¿Te gusta hablar mucho, discutir, hacer minuciosas descripciones para los demás?	
12. ¿Antes de escribir algo, lo piensas dentro o lo dices en voz alta y luego lo escribes?	
Total	

<b>APRENDIZAJE KINESTÉSICO (Sensación)</b>	Puntaje
1. ¿Hablas calmadamente tomando bastante aire?	
2. ¿Tocas a las personas para que te presten atención?	
3. ¿Te acercas cuando estás hablando con alguien?	
4. ¿Mueves mucho tu cuerpo?	
5. ¿Aprendes más cuando lo estás haciendo?	
6. ¿Memorizas más cuando caminas o te paseas?	
7. ¿Utilizas tu dedo para mantener el renglón?	
8. ¿Gesticulas mucho tu rostro cuando te expresas?	
9. ¿Te es difícil permanecer sentado por largos periodos de tiempo?	
10. ¿Tomar decisiones basándote en tus sentimientos?	
11. ¿Tocas objetos, como un bolígrafo o lápiz, o mueves tus dedos o tus pies mientras	

estás escuchando?

12. ¿Prácticas deportes y actividades al aire libre?

Total


El puntaje más alto indica que mi preferencia de aprendizaje es: