

Revisión

Desafío del entrenamiento en la pandemia: Una mirada prospectiva desde lo pedagógico **Challenge of training in the pandemic: A prospective view from the pedagogical point of view**

Josué Celso Marcillo Ñacato. Universidad Central del Ecuador. Ecuador.

[jcmarcillo@uce.edu.ec] 

Nelson Rafael Otáñez Enríquez. Universidad Central del Ecuador. Ecuador.

[nrotanez@uce.edu.ec] 

Pablo Fabián Carrera Toapanta. Universidad Técnica Particular de Loja. Ecuador

[pfcarrera2@utpl.edu.ec] 

Richar Jacobo Posso Pacheco. Universidad Central del Ecuador. Ecuador.

[rjposso@uce.edu.ec] 

Recibido: 15 de abril de 2021 / **Aceptado:** 10 de julio de 2021

Resumen

La pandemia para el profesional de la actividad física se convirtió en un verdadero reto que atacaba el entorno vital, estabilidad y firmeza psicológica de los deportistas y practicantes. El objetivo de este artículo es aportar a la valoración del perfil profesional de la actividad física con competencias multidimensionales, en el desarrollo sostenible por lo cual está preparado para actuar, crear e innovar desde lo pedagógico, como reto para afrontar la incidencia de la pandemia. La metodología utilizada es bajo la modalidad documental desde la recolección de datos, la revisión de documentos se hizo ejecutando cuatro técnicas, la primera utilizando la técnica del fichaje, la segunda el análisis de contenido, la tercera la lectura evaluativa y la cuarta la técnica gráfica. Los resultados permitieron concluir que un contexto crítico como éste es a la vez un problema y una oportunidad, desde lo curricular se hallaron seis opciones para enfrentar el reto en la asunción de la necesidad de aprendizaje permanente, contextualizado y autónomo de nuevos contextos de aprendizaje que preparan para el presente y para futuras crisis similares, siendo la sostenibilidad profesional la vía para seguir desarrollando la profesión.

Palabras clave: covid-19; entrenador; actividad física; reto; pedagogía

Abstract

The pandemic for the professional of physical activity became a real challenge that attacked the vital environment, stability and psychological strength of athletes and practitioners. The objective of this article to contribute to the assessment of the professional profile of physical activity with multidimensional competences, in sustainable development, for which it is prepared to act, create and innovate from the pedagogical point of view, as a challenge to face the incidence of

the pandemic. The methodology used is under the documentary modality from the data collection, the document review was carried out by executing four techniques, the first using the marking technique, the second the content analysis, the third the evaluative reading and the fourth the graphic technique. The results allowed to conclude that a critical context like this is both a problem and an opportunity, from the curricular point of view, six options were found to face the challenge in assuming the need for permanent, contextualized and autonomous learning of new learning contexts that they prepare for the present and for future similar crises, being professional sustainability the way to continue developing the profession.

Keywords: covid-19; trainer; physical activity; challenge; pedagogy

Introducción

Indudablemente la crisis pandémica provocada por la COVID19 afecto a todas las áreas, en especial a los profesionales de la actividad física, debido a las medidas tomadas por los gobiernos de distanciamiento y confinamiento, en este argumento Posso et al. (2020b) afirman que los entrenadores tuvieron que acoplarse a la nueva realidad para poder continuar con sus entrenamientos.

Por otro lado, Posso et al. (2021c) argumenta que los profesionales de la actividad física no solo se capacitaron en la utilización y aplicación de recursos virtuales para dar sus clases, sino que innovaron en las metodologías de enseñanza solventando las necesidades individuales y grupales de sus deportistas; estas reacciones obedecen a un fenómeno que enfrentaron todos los profesionales de la actividad física en tiempo de crisis sanitaria, De la Serna (2020).

Pero en el caso de los deportistas y practicantes físicos, existió una diferencia notable, en ellos se vivió otras circunstancias particulares como: necesidad de entrenamiento, espacios en el hogar, equipamiento propio, dispositivos electrónicos, conectividad, seguimiento de entrenamientos sincrónicos y asincrónicos, mantenimiento de la aptitud física, no competiciones, distanciamiento de personas, entre otras.

Muchos practicantes de la actividad física optaron por prácticas dirigidas con una carga lúdica o juegos motrices, debido a que provocaban la disminución de los niveles de estrés y ansiedad, como también generaban interacción entre todos los integrantes del hogar, a esto Posso et al. (2021b) comentan las bondades de aplicar los ejercicios a un enfoque lúdico, lo cual permitió no solo que exista el esparcimiento y la diversión, sino que generó motivación por la práctica física en plena virtualidad.

Se podría decir que el entrenador físico enfrentó verdaderos desafíos durante la pandemia, debido a que ninguna formación universitaria le preparó para superar tantas dificultades de tipo tecnológica, metodológica, de seguimiento y evaluación de logros, Posso et al. (2021a)

argumentan que solo la iniciativa, la creatividad y la adaptación rápida a los cambios de estos profesionales, permitió que tanto en las áreas de la actividad física exista continuidad de sus prácticas aunque sea con intensidades y volúmenes de trabajo no deseados.

Debido a lo expuesto anteriormente, durante la pandemia se fortaleció la idea de que lo pedagógico este integrado en el entrenamiento, esto se enfoca directamente a la obtención de los objetivos planteados tanto por los deportistas o practicantes como por los entrenadores, es decir, es un proceso del movimiento físico para tener una sociedad activa, saludable y que se prepare para la vida.

En otras palabras, la pedagogía en la actividad física en un elemento que se transversaliza en cada accionar, en cada movimiento y en cada intención que busca el desarrollo integral del deportista, Posso et al. (2020c) asevera que la formación motriz, cognitivo, social y afectiva de los practicantes físicos es responsabilidad de doble dirección por un lado el profesional de la actividad física y por otro lado la responsabilidad de seguir la guía y orientación de este.

El presente artículo es un aporte propositivo, bajo la modalidad investigación documental, hacia la valoración del perfil profesional de la actividad física con competencias multidimensionales, en el desarrollo sostenible por lo cual está preparado para actuar, crear e innovar desde lo pedagógico, como reto para afrontar la incidencia de la pandemia.

Desarrollo

La investigación realizada se circunscribió a la modalidad documental desde la recolección de datos de la naturaleza inherente a ella y de fuentes primarias. El protocolo instrumental de investigación estuvo centrado por el campo teórico (Balestrini, 2002) referente al entrenamiento deportivo, mas su delimitación teórica se refirió a los conceptos propios del campo entrenamiento físico, entorno vital, entorno del practicante de la actividad física y firmeza psicológica, ligados al campo problemático en estudio que fue la COVID-19; en ese caso particular los datos se centraron, tras la búsqueda, en el impacto psicológico del practicante.

La revisión de documentos se hizo ejecutando cuatro técnicas, la primera utilizando la técnica del fichaje, la segunda el análisis de contenido, la tercera la lectura evaluativa y la cuarta la técnica gráfica.

El fichaje se aplicó a los fines de la recolección lógica y ordenada de datos referidos al tema objeto de estudio (Alfonzo, 1988), se hicieron fichas tipo trabajo textual, de resumen y de paráfrasis. De esta técnica se constituyó la mayoría del repertorio bibliográfico constituido, por cuanto el acopio para la acumulación de ideas permitió establecer las conexiones necesarias inherentes a la matriz teórica delimitada en aras del tema, Balestrini (2002).

La inserción en el texto se hizo en dos modalidades la parentética y narrativa, lo cual permitió la descripción tanto del entrenamiento de la actividad física como el entrenamiento en la COVID-19 como un reto; luego del cruce teórico emergieron los conceptos afrontar la incertidumbre y sostenibilidad como aportes de lo educativo al campo de estudio, única vía para el reto.

Posteriormente, se aplicó la técnica análisis documental de contenido, la cual condujo a la estructura esquemática (Pinto y Gálvez, 1996). En ese sentido, la estructura atendió primero al tema del COVID-19 como un reto, luego al entrenador de la actividad física quien asumió el desafío y, por último, a la inmersión del campo educativo como resultado de haber encontrado en lo curricular las herramientas para el desafío en aras del profesor de Educación Física como un profesional en desarrollo sostenible.

Luego se ejecutó la técnica lectura evaluativa en la que Alfonso (1988) se centrada exclusivamente en los aportes teóricos de Díaz (2007) inherentes al campo curricular quienes muestran cómo un contexto crítico es la mejor oportunidad para un profesional.

La recolección y clasificación de los datos, con sentido crítico, relativos a este autor condujeron a la valoración de la información con un dato válido para la solución del problema que ocupó y de lo cual emergió la propuesta de seis opciones para enfrentar la crisis.

Por último, se ejecutó la técnica gráfica para representar los problemas estudiados a través de figuras (Balestrini, 2002). De su aplicación emergieron los aportes gráficos de esta investigación representados en las figuras 1 y 2. La primera permite visualizar la síntesis del estado psicológico del practicante ante la COVID-19, síntesis que caracteriza el reto a enfrentar. La segunda presenta las opciones que tiene el entrenador de actividad física para enfrentar el reto, en este caso son sus opciones de desafío que muestran la valía de los aportes curriculares para dar respuesta a contextos críticos.

Preciso es puntualizar que las fuentes fueron diversas como revistas especializadas, libros impresos y electrónicos, diccionario, portales electrónicos de organismos mundiales, videos de youtube, entre otros. En el caso del tema COVID-19 se observó la prolífica creación de contenido en fuentes de diversa naturaleza; en particular a través de los medios electrónicos, lo cual permite afirmar que hay gran atención al tema objeto de estudio, por lo que la investigación goza de auge y actualidad y que sus aportes se adscriben a ese movimiento mundial que busca hacer frente a este inédito hecho.

Nunca en la historia de la humanidad había ocurrido un confinamiento social de la población mundial con las magnitudes y afectaciones impensables; el COVID-19 como reto o desafío para el entrenador de actividad física, se basa en su desenvolvimiento profesional en esta nueva

realidad, mostrando cuán difícil es conllevar diferentes acciones para afrontarlas, como el repensar y el reinventar la profesión para adaptarse.

Para un practicante de la actividad física su nivel requerido se logra en el proceso de entrenamiento en el cual se requieren dos condiciones básicas: el entorno vital y el entorno de entrenamiento, Legaz (2012). A esto Posso (2018) menciona que la actividad física se debe realizar en entornos contextualizados y que sean adaptados de acuerdo con los objetivos planteados.

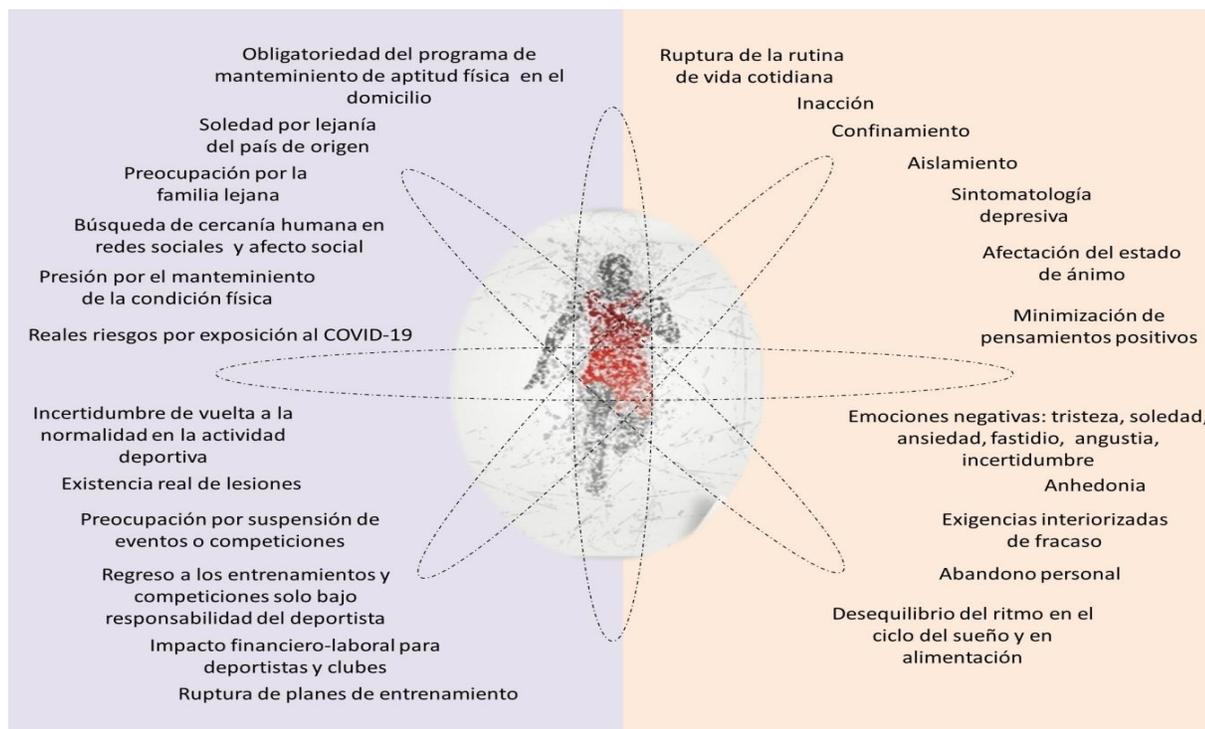
La situación problemática por coronavirus que se enfrenta afectó el entorno vital y el entorno de entrenamiento, pero especialmente interesa estudiar el asunto del entorno vital, porque siendo el practicante de la actividad física quien enfrenta de la misma manera el impacto psicológico y además experimenta un agregado extra al ser deportista. El entorno vital debe siempre optimizarse para maximizar el rendimiento deportivo, Legaz (2012), por lo cual la estabilidad mental de un practicante es en consecuencia determinante para su entrenador físico.

Comprender multidimensionalmente un problema es la primera búsqueda de la investigación que persigue dar respuesta a problemas de reto mundial; la otra es hacerle frente al problema desde la producción de conocimiento. Así lo estableció la UNESCO (2009) específicamente como exigencia al entrenador de la actividad física al ser un profesional con estudios de tercer y cuarto nivel y a la vez un investigador quien desde su formación comprende un problema y le hace frente.

La presente investigación propositiva dio respuesta a las preguntas ¿Por qué el COVID-19 es un reto y qué lo hace difícil para llevar a cabo la labor del entrenador deportivo? y ¿cómo oponerse a la situación de crisis y enfrentarla?

Figura 1

El COVID-10: reto para deportistas, su impacto psicológico.



La figura muestra la confluencia de factores intervinientes en el impacto psicológico sobre los deportistas que la COVID-19 produjo, unión entre los propios de toda la sociedad lado derecho y los inherentes a los deportistas lado izquierdo. El practicante físico está imbuido en una mezcla hosca e inquietante para su salud mental que se convirtió en un reto inédito para el entrenador deportivo.

Respondiendo a la pregunta: ¿Tiene el entrenador de la actividad física herramientas para hacer frente a un reto nunca antes enfrentado y ser parte de la solución para su deportista? Se puede decir que su propia formación profesional es su mejor y mayor herramienta para la contienda contra el COVID-19 y contra aquellas futuras donde deba hacer uso de su propia reinención, adaptación e innovación.

Según Feu et al. (2010) los profesionales de la actividad física mejor formados serán aquellos que puedan enfrentar con mayores garantías sus funciones, en ese mismo sentido Posso y Bertheau (2020) mencionan que los docentes de Educación Física cuentan con una formación base que les ayuda a ser creativos e innovadores ante dificultades y problemáticas encontradas en el que hacer educativo.

Ese dar la cara a los retos es una mirada propia del estar mejor preparados, este profesional puede mostrarla porque su formación profesional es compleja. Moreno y Del Villar (2004) afirmaron que ésta es considerada de manera tridimensional, que refiere al ser persona, ser

social y ser técnico, razón por la cual aseveraron que es una formación compuesta por una serie de competencias que obra como “un conjunto de conocimientos, habilidades y características personales necesarias para desempeñar esa función” (p. 7).

Arguyeron que ninguna de esas dimensiones puede desatenderse y que antes bien se trabajan de manera conjunta e integrada; además agregaron que esa formación no se detiene y que debe actualizarse constantemente.

Se puede comprender esta multiplicidad de conocimientos provenientes de ciencias diversas como anatomía, cinesiología, fisiología del deporte, biomecánica, medicina deportiva, pedagogía, psicología, física, estadística, matemática, computación y otros, en armonía para contar con la posibilidad de transferir a nuevas situaciones. Es una mezcla teoría-práctica donde no deja de estar presente la reflexión de lo que la práctica deportiva promueve y de lo que las necesidades reales instan.

Es en esta fusión entre perfil integrado y teoría y práctica desde la reflexividad del quehacer deportivo encuentra el entrenador deportivo la investidura para “dar la cara” y asumir la COVID-19 no como un hecho negativo, sino como una nueva y oportuna realidad que muestra una vez más la necesidad de las formaciones profesionales en tiempos inciertos que urgen la asunción de saberes del futuro, tal y como lo proclamó Morín (1999) al precisar que el afrontar la incertidumbre es un saber necesario para actuar ante la imprevisibilidad que caracteriza al mundo.

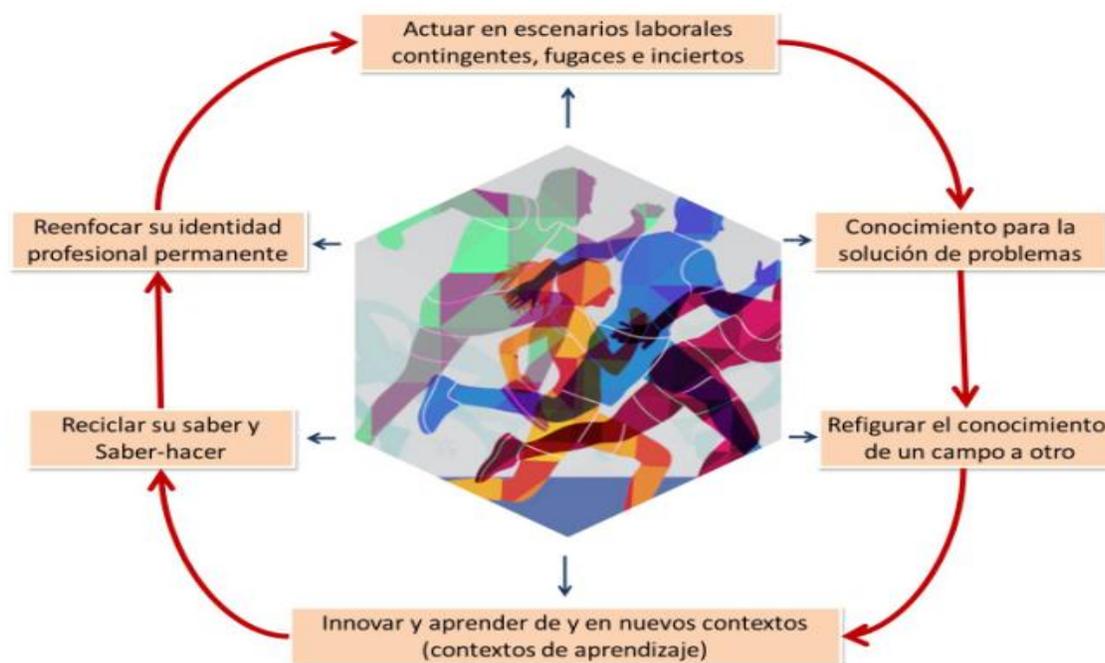
La pandemia y su impacto han hecho percibirla como aciaga, los contextos más críticos que potencian el desarrollo de los profesionales son los que reestructuran los saberes, en tanto las relaciones sociales se adaptan al desarrollo constante hacia la post pandemia, desde una propuesta curricular flexible, que reciba los aportes teóricos que modelan el aporte de esta investigación como la caracterización del desafío a enfrentar.

Ésta es una perspectiva de la flexibilidad, de una formación profesional distinta, que asume que el desarrollo germine en contextos emergentes, esta es una nueva práctica social y cognitiva que aborda el asunto de la formación en aras de lo que la sociedad pide al profesional y lo que él conoce mientras aprende para dar respuesta.

Este nuevo posicionamiento de conocimiento y acción tiene en su haber seis alternativas, desde lo curricular, que se convierten en esas opciones para garantizar la solidez, en este caso profesional. Como se puede apreciar en esta figura modélica diseñada desde los aportes teóricos de Díaz para enfrentar desafíos en contextos emergentes y críticos.

Figura 2

Seis opciones para enfrentar el desafío del COVID-19



Nota: Adaptado de Díaz (2007). En *Lectura crítica de la flexibilidad*.

Para Díaz el profesional trasciende hacia el desarrollo de un aprendizaje permanente, respecto a esta opción, el conocimiento a desarrollar tiene que ver con el estado psicológico del deportista, especialmente descrito en el reto. Por tanto, lleva al entrenador hacia un concepto ya mencionado como entorno vital, Legaz (2012) y Sánchez (2003) agregándose, en este caso Verkhoshansky (2002) el cual valora la preparación competitiva que se convierte en soporte de la habilidad para potenciar el potencial motor, del potencial del sistema locomotor y del potencial energético del mismo.

En ambos casos los conceptos son fundamentales para enfrentar el estado psicológico afectado del deportista, porque auspician la preparación de la competición desde el perfeccionamiento de la estabilidad y firmeza psicológica. En especial, la búsqueda cognitiva se debe dirigir hacia otro concepto: la optimización del rendimiento deportivo centrado en el aprovechamiento del creciente conocimiento de las ciencias a través de un proceso de indagación continuo y la actualización constante de revistas científicas y especializadas e investigaciones, Legaz (2012). El entorno vital y la firmeza psicológica deben ser un nuevo norte cognitivo en la formación del entrenador deportivo.

Un buen ejemplo son las publicaciones del Colegio Oficial de Psicología de Madrid desde donde se promueve la gestión psicológica del deportista en tiempos de coronavirus. La búsqueda de información desde la propia autogestión es vital para seguir aprendiendo con

énfasis en el conocimiento que le permita tener herramientas para el desafío. Hay que asumir que estos contextos son nuevas posibilidades de aprender y que el aprendizaje autónomo es la vía para lograrlo.

Reenfocar su identidad profesional permanentemente, por último, es otra opción una que deviene de todas las anteriores e involucra la capacidad de crítica y autocrítica en el marco de un análisis de sí y de la propia profesión en tanto enfrentan retos y asumen desafíos. (Moreno y Del Villar 2004 p. 162), sostuvieron que el entrenador ha de ser reflexivo, y como fruto de dicha reflexión, será capaz de tomar las decisiones más adecuadas para optimizar su práctica profesional y mejorarse a sí mismo como entrenador.

Las demandas profesionales y laborales no se detendrán en lo adelante. Antes bien, lo incierto es la realidad que tenemos. Ya (Morín 1999 p. 42) había asegurado que el siglo XX ha descubierto la pérdida del futuro, es decir su impredecibilidad y al respecto se hacía preguntas acerca de hechos históricos que nadie avizoraba.

Esperar que nuevos retos emerjan ya no es posible, asumir que todo es cierto y se puede controlar, tampoco lo es; actuar ahora y a la vez prepararse para futuras situaciones de crisis no es una respuesta, pero generar competencias de adaptaciones y contextualizaciones, sería una respuesta adecuada para enfrentar posibles situaciones problemáticas a futuro.

El entrenador, tras la crisis de la COVID-19, encontró un contexto profesional laboral inédito y crítico. El desafío profesional con opciones curriculares muestra una vía alterna de nuevo posicionamiento, donde se valora un nuevo contexto crítico como la oportunidad para desarrollarse permanentemente, en aras de alcanzar la optimización del rendimiento deportivo que lidera en un deportista o un practicante de actividad física; su impacto psicológico negativo lo acompañan y lo instan a seguir aprendiendo desde su profesión compleja e integradora de otras disciplinas que lo enriquecen.

Una mirada prospectiva desde lo pedagógico sería construir un plan para enseñar lo concreto en acciones reales de enseñanza intencionada, exclusivamente dirigida al estudio de teorías y conceptos para comprender y solucionar problemas. Lo refiere porque desde lo curricular que pudo hallar la respuesta al problema, desde la perspectiva del desarrollo profesional del entrenador y ello conduce a mirar lo pedagógico, lo cual debe dar muestra de cambios y adecuaciones.

Asumir la caracterización del reto que la COVID-19 en que produjo cambios que deben emerger para dar respuesta en lo pedagógico, con los aportes presentes en el desafío tal y como fue determinado, desde lo curricular, debe alcanzarse concreción en la enseñanza. Ideas como

éstas dan cuenta de una mirada prospectiva que aplica tanto al COVID-19 como a futuras crisis similares.

Al respecto Posso et al. (2020a) plantean que los problemas enfrentados con conocimientos son de más pronta solución que cuando no lo son; éste es el caso que menciona que un currículo abierto y flexible puede adaptarse, y así fue durante la pandemia el currículo de Educación Física, el cual se pudo adaptar en cuanto a metodología y contenidos, sin perder los aprendizajes bajo los principios de autonomía y para la vida.

El diseño de planificaciones de naturaleza interdisciplinaria ante la necesidad de atender la situación problemática, se pueden cruzar los conceptos y métodos propios de la enseñanza de la actividad física como lo que sucedió durante la pandemia, esto implica grupos de discusión virtuales, dada la naturaleza de la pandemia, que tengan por objetivo analizar el estado psicológico de deportistas y practicantes.

En este caso, lo pedagógico está grandemente soportado por la ingente y vertiginosa cantidad de información acerca de la enfermedad, la cual puede enriquecer cualquier propuesta pedagógico-didáctica; lo importante está dado por la actualización de la información a estrategias ya conocidas y a la inserción de medios y recursos novísimos al aprendizaje.

La incorporación de actividades de reflexión al proceso de entrenamiento deportivo. Ésta estará orientada hacia el concepto que ya se trabajó anteriormente como afrontar la incertidumbre; porque como bien demostró esta crisis, no se sabe todo y el futuro es impredecible como para suponer que se puede enfrentar.

Se puede dar cuenta que las respuestas a la crisis han sido lentas y que la inacción fue, por un momento, la postura asumida. Tal y como adujeron el Consejo Superior de Deportes del Gobierno de España y el Ministerio de Cultura y Deporte. (2020) se debe ser más eficaces y rápidos al dar respuestas.

Es un aprendizaje que emerge de esta crisis, por lo cual generar procesos de reflexión en el marco de los planes de entrenamiento y que estén planificados pueden generar nuevas actitudes sostenibles para futuras crisis con su impronta benéfica para el deportista quien no se paralizará sino que actuará si fuera necesario; y para el entrenador quien asumirá que su profesión requiere desarrollar la capacidad de aprender de forma permanente, contextualizada y autónomamente y que cualquier contexto crítico será una óptima oportunidad de logro a este fin.

Todos los casos implican procesos formativos emergentes, abiertos y flexibles que dan cuenta de que la educación es la mejor vía que conocemos para enfrentar retos e investirnos de herramientas para convertirlos en desafíos.

El entrenamiento deportivo es también un campo donde lo pedagógico-didáctico encuentra la consecución de la formación de la persona, en este caso deportistas y entrenadores y es un escenario que puede generar infinitas propuestas de adecuación, asumidos los principios curriculares de flexibilidad, que enriquecen la formación de ambos y que aseguran que cada cual puede, posteriormente, actuar en un nuevo posicionamiento de cognición y de acción cuando enfrente nuevos retos de esta naturaleza.

Aprender así, contextualizadamente es la perspectiva a la que se insta en la educación del siglo XXI, asumiendo que el contexto no es estático, antes bien cambia constantemente; y ante el cambio, los saberes del futuro que es lo sostenible.

Conclusiones

La investigación convocó a la descripción del reto que emergió el impacto negativo múltiple del coronavirus en los practicantes de la actividad física de naturaleza psicológica. El desafío para enfrentarlo halló seis opciones, desde lo curricular, para hacer de lo negativo una oportunidad, la actuación a un escenario laboral contingente, fugaz e incierto; el conocimiento que busca la solución de problemas; la refiguración del conocimiento; la innovación y aprendizaje en nuevos contextos de aprendizaje; el reciclaje de los saberes y haceres; y el reenfoque de la identidad profesional desde una constante reflexión.

La profesión y el profesional deben renovarse constantemente desde un nuevo posicionamiento de su cognición y acción y en el camino de la comprensión de la necesidad del desarrollo profesional sostenible, que podrá afrontar cualquier crisis futura, teniendo como competencia la resolución de problemas y el adaptarse rápidamente a cambios.

Referencias bibliográficas

- Alfonzo, I (1988) *Técnicas de investigación bibliográfica*. Caracas: Contexto Editores
- Balestrini, M (2002) *Procedimientos técnicos de la investigación documental*. Consultora asociados
- Consejo Superior de Deportes del Gobierno de España. Ministerio de Cultura y Deporte. (2020). Pandemia de COVID-19. Protocolo básico de actuación para la vuelta a los entrenamientos y el reinicio de las competiciones federadas y profesionales. [Cartilla descargable]. Consultado el 11 de abril de 2020. <https://as00.epimg.net/descargables/2020/05/02/35c3897f55854245a4dce65ac90ef520.pdf>
- De la Serna, J. (2020). *Aspectos psicológicos del COVID-19*. Tektime. (Original publicado en 2020). <https://www.researchgate.net/publicacion/340536973>
- Díaz Villa, M. (2007). *Lectura crítica de la flexibilidad. La educación superior frente al reto de la flexibilidad*. Bogotá: Editorial Magisterio.
- Feu Molina, S., Ibáñez Godoy, S.J., Gozalo Delgado, M. (2010). Influencia de la formación formal y no formal en las orientaciones que adoptan los entrenadores deportivos. *Revista de Educación*, 353(4), 615-640. http://www.revistaeducacion.educacion.es/re353/re353_23.pdf
- García, P. (moderador). (2020, 6 de mayo). *Periodismo deportivo en tiempos de COVID-19*. [video]. En García, P., Arcucci, D., Rebagliati, D. Merino, M. Villegas, M. (conferencistas invitados). *Periodismo deportivo*. Canal Movistar Deportes Perú. Youtube. <https://www.youtube.com/watch?v=nL7RjCuALGk>
- Legaz Arrese, A. (2012). *Manual de entrenamiento deportivo*. Barcelona: Paidotribo.
- Moreno Arroyo, P., Del Villar Álvarez, F. (2004). *El entrenador deportivo. Manual práctico para su desarrollo y formación*. Barcelona: INDE.
- Morín, E. (1999). *Los siete saberes necesarios para el futuro*. Barcelona: Paidós.
- Organización de las Naciones Unidas para la Educación, la Ciencia y la Cultura (UNESCO). (2009). *Conferencia mundial sobre la educación superior-2009. La nueva dinámica la educación superior y la investigación para el cambio social y el desarrollo. Comunicado 8 de julio de 2009*. Consultado el 12 de abril de 2020. <https://unesdoc.unesco.org/>
- Pinto, M., Gálvez, C (1996) *Análisis documental de contenido. Procesamiento de información*.

- Posso Pacheco, R. J. (2018a). Propuesta de estrategias metodológicas activas aplicadas a la educación física [Tesis de maestría]. Universidad Internacional de la Rioja, Logroño. <https://reunir.unir.net/handle/123456789/7439>
- Posso-Pacheco, R. J., Barba-Miranda, L. C., Rodríguez-Torres, Á. F., Núñez-Sotomayor, L. F. X., Ávila-Quinga, C. E., y Rendón-Morales, P. A. (2020a). Modelo de aprendizaje microcurricular activo: Una guía de planificación áulica para Educación Física. *Revista Electrónica Educare*, 24(3), 1-18. <https://doi.org/10.15359/ree.24-3.14>
- Posso Pacheco, R., Otáñez Enríquez, J., Paz Viteri, S., Ortiz Bravo, N. y Núñez Sotomayor, L. (2020b). Por una Educación Física Virtual en Tiempos de COVID. *PODIUM-Revista de Ciencia y Tecnología en la Cultura Física*, 15(3). <http://podium.upr.edu.cu/index.php/podium/article/view/1002>
- Posso Pacheco, R., Aponte Guerra, J., Zapata Galarza, M. y Betancourt Mejía, A. (2020c). Aproximación fenomenológica y hermenéutica de los expertos en recreación, sobre las teorías del ocio y el tiempo libre en el proceso de socialización en las instituciones educativas. *Revista científica Olimpia*, 17, 78-91. <https://revistas.udg.co.cu/index.php/olimpia/article/view/1269>
- Posso Pacheco, R. y Bertheau, E. (2020). Validez y confiabilidad del instrumento determinante humano en la implementación del currículo de educación física. *Revista EDUCARE - UPEL-IPB - Segunda Nueva Etapa 2.0*, 24(3), 205–223. <https://doi.org/10.46498/reduipb.v24i3.141>
- Posso Pacheco, R. J., Barba Miranda, L. C., Marcillo Ñacato, J. C. y Beltrán Vásquez, S. J. (2021a). Educación Física Interdisciplinaria ecuatoriana en el contexto de la covid-19. *Acción*, 17. <http://accion.uccfd.cu/index.php/accion/article/view/154>
- Posso Pacheco, R., Otáñez Enríquez, N., Córdor Chicaiza, J., Córdor Chicaiza, M. y Lara Chala, L. (2021b). Educación Física remota: juegos motrices e inteligencia kinestésica durante la pandemia COVID-19. *PODIUM - Revista de Ciencia y Tecnología en la Cultura Física*, 16(2), 564-575. <https://podium.upr.edu.cu/index.php/podium/article/view/1096>
- Posso Pacheco, R. J., Marcillo Ñacato, J. C., & Bedón Noboa, E. D. (2021c). Las tecnologías de la Información y comunicación como alternativa para el entrenamiento en la pandemia (Original). *Revista científica Olimpia*, 18(2), 1090-1100. <https://revistas.udg.co.cu/index.php/olimpia/article/view/2682>
- Verkhoshansky, Y. (2002). *Teoría y metodología del entrenamiento deportivo*. Barcelona: Paidotribo.