



Revisión      Recibido: 25/12/2023 | Aceptado: 20/03/2024

## La Educación Física en tiempos de post pandemia. Un acercamiento teórico

Physical Education in post-pandemic times. A theoretical approach

José Antonio Vélez Vera. Docente del Ministerio de Educación de Ecuador. [[antoniovelezvera@gmail.com](mailto:antoniovelezvera@gmail.com)] 

Rosa Jhesenia Sacoto Loor. Docente de la Universidad Laica Eloy Alfaro de Manabí

[[jhesenia.sacoto@uleam.edu.ec](mailto:jhesenia.sacoto@uleam.edu.ec)] 

### Resumen

La pandemia COVID-19 fue un reto para la Educación Física en el ámbito educativo. En la situación de postpandemia las necesidades y propuestas llevadas a cabo han vislumbrado nuevos escenarios educativos para esta asignatura ante la “nueva normalidad”. En este análisis se pretende identificar los referentes teóricos de la Educación Física en tiempos de postpandemia, para ello se aplicará una metodología cualitativa de corte fenomenológico hermenéutico, con análisis documental de artículos de varios autores que aportan con sus experiencias, sugerencias y postulados aplicables a la Educación Física en la nueva normalidad. Consideramos que la era digital debe incorporarse a la Educación Física, procurando que los docentes se mantengan preparados para enfrentar nuevos desafíos metodológicos como los que originó la pandemia mundial en el 2019.

**Palabras clave:** Educación; pandemia; postpandemia; Educación Física; COVID-19.

### Abstract

The COVID-19 pandemic was a challenge for Physical Education in the educational field. In the post-pandemic situation, the needs and proposals carried out have envisioned new educational scenarios for this subject in the face of the “new normal.” This analysis aims to identify the theoretical references of Physical Education in post-pandemic times, to do so a qualitative hermeneutic phenomenological



methodology will be applied, with documentary analysis of articles by several authors who contribute with their experiences, suggestions and postulates applicable to the Physical Education in the new normal. We consider that the digital era must be incorporated into Physical Education, ensuring that teachers remain prepared to face new methodological challenges such as those caused by the global pandemic in 2019.

**Keywords:** Education: pandemic; post-pandemic; Physical education; COVID-19

### **Introducción**

A fines del año 2019 surge en China un virus que se propagó a nivel mundial de forma muy rápida, tal velocidad provocó que fuera catalogado como pandemia de índole mundial. La OMS después de esta clasificación recomienda el confinamiento masivo a lo que los países fueron acogidos progresivamente.

Este proceso provocado por el coronavirus y las medidas del Gobierno del Ecuador asumidas para la prevención de la salud generó cambios, según afirma Sánchez et al. (2020), en “los procesos de enseñanza y aprendizaje en las clases tuvieron un cambio rotundo donde se abandonó la cancha para tomar los dispositivos digitales, lo que complicaba la retroalimentación, la práctica reiterativa de las actividades, la evaluación y diferentes aspectos de la clase (Hall y Ochoa, 2020).

Sin embargo, “gracias a la tecnología y todos los espacios virtuales fue posible que los diferentes planteles logaran generar el espacio educativo a pesar de la emergencia” (Cruz, 2020, p.397), siguiendo así el mandato del Ministerio de Educación (2016) (como se cita en Sánchez et al., 2020):

Que el estudiante alcance el máximo desarrollo de sus capacidades (...) con la misión de incorporar la actividad física culturalmente significativa en la formación integral del ciudadano, para que su práctica habitual, saludable y responsable contribuya a su realización individual y colectiva en el marco del buen vivir. (p.457)

La Metodología de este artículo es un diseño cualitativo, de corte fenomenológico hermenéutico, ya que, además de explorar y describir se requiere comprender las experiencias de todos los aportes recogidos



(Hernández et al., 2014) Para alcanzar el objetivo propuesto se realizó una investigación documental utilizando búsqueda de artículos originales mediante las páginas de Google Académico, Scielo, Dialnet, Redalyc, y otros documentos que permitan sustentar el apartado teórico.

Las palabras clave de búsqueda fueron COVID-19, pandemia, postpandemia, Educación Física; la búsqueda de información se realizó en varios idiomas, siendo los enunciados más frecuentes en inglés y español. Tomando en consideración los efectos en la Educación Física de la pandemia y sus consecuencias posteriores, el objetivo de este artículo es identificar los referentes teóricos de la Educación Física en tiempos de postpandemia por COVID-19.

## **Desarrollo**

### Educación Física en la actualidad.

Actualmente la Educación Física es entendida como una disciplina educativa. Sin embargo, su concepto ha evolucionado históricamente hasta llegar a comprenderla como una disciplina integral que se orienta a la educación del cuerpo y la mente. No se niega que el concepto de Educación Física es muy variado y extenso. Todo lo cual ha sido enriquecido por otras ciencias y ámbitos del conocimiento tales como la Filosofía, la Biología, la Pedagogía y la Sociología.

Para Lagardera (1999), la Educación Física es concebida como un área que ocupa la pedagogía que hace énfasis en tareas específicas a través del cuerpo y su movimiento. Postulados como la atención a la diversidad, la educación activa y la educación centrada en el alumno que fueron aportes de Rousseau a mediados del siglo XVIII ha sido base para que la Educación Física alcance el valor epistemológico que lo interrelaciona con áreas que dan vida a la formación holística del ser humano (Urrea, 2010).

En ese entonces, surgió un proceso que lo divorcio de su objeto de estudio debido a la multiplicidad de contenidos que de ellos se derivan y que al ser puestos en práctica formo una disolución entre el ser y deber ser del hecho teórico practico.



El concepto de Educación Física ha ido cambiando por los aportes de las diferentes escuelas y movimientos hasta las tendencias actuales entre las que se destacan: la psicomotricidad, la salud y condición física. Actualmente, es una de las definiciones más empleadas, debido a que se observa la ejecución armónica de movimientos con fines de conservar el cuerpo, la salud no solo física, sino, mental y emocional como indica Arcila et al. (2019) “Si se pretende atender la palabra “formar”; de manera espiritual, es necesario que se le dé más relevancia al ámbito corporal dentro de la educación” (p.51). A esta tendencia se le dará especial tratamiento al relacionar la Educación Física al desarrollo de la salud en tiempos de postpandemia.

Según la Organización Mundial de la Salud (OMS) en 1996, se considera de suma importancia promover la salud. teniendo en cuenta que la implementación de la EF en el ámbito escolar contiene implícito un gran valor, no solo para el estudiante sino también para todos como sociedad.

Actualmente se la define como “estudio del movimiento físico, la seguridad, la salud y el bienestar” Mukhopadhyay (2022, p.428), análisis que es fortalecido con el aporte de Arcila et al. (2019) quien nos indica que “prestarle más atención a la Educación Física es algo crucial dentro de toda perspectiva pedagógica que pretenda formar integralmente a un sujeto en este caso infante” (p.51), buscando la realización personal y social del individuo.

#### Importancia de la motivación hacia la Educación Física para enfrentar pandemias

Según Baena et al. (2019), uno de los aspectos claves en el estudio de la motivación hacia las clases de EF es conocer la influencia de ésta en la intención de práctica de actividad física en el tiempo libre y los múltiples beneficios que aporta la realización de ejercicio para la salud. Por otro lado, Huéscar et al. (2014) plantea que el hecho de que muchos jóvenes no consiguen comprometerse con la práctica deportiva, supone un serio problema de salud en la actualidad.

Los estudios de Huéscar et al. (2014) y Baena et al. (2019), reafirmados por Milenovic et al. (2023) apuntan a reflexionar que por el papel educativo integral de la EF es necesario trabajar por elevar los niveles



de motivación en los educandos para potenciar la estimulación hacia la práctica de actividad física en el tiempo libre y la realización de ejercicios para la salud y el desarrollo integral de los educandos. A pesar de su importancia, los estudios realizados indican que no siempre se logran estos propósitos y debe ser motivo de preocupación de los profesores de EF trabajar por lograr que las personas experimenten disfrute y diversión, además, que sean físicamente activas fuera del horario escolar (Franco et al., 2020).

Así mismo la motivación intrínseca o altos niveles de autodeterminación pueden predecir una disminución del abandono deportivo (Álvarez et al., 2017). Por estas razones hay que connotar el rol del docente en la puesta en práctica de una EF que respete la diversidad y sea inclusiva promoviendo el orden, respetando los acuerdos o reglas, el trabajo cooperativo y colaborativo, fomentando, además, la perseverancia (Milenovic, 2023), que logre mejorar y potenciar las relaciones sociales entre los discentes, su actitud ante la sociedad y los problemas particulares, como la lucha contra el sedentarismo y los problemas de salud.

El profesor de EF está comprometido a contribuir en la formación de los estudiantes, según Fernández et al. (2020), debido a que la práctica de tareas novedosas y variadas en las clases de EF aumenta las diferentes posibilidades de práctica, lo que puede llevar a un acrecentamiento de la motivación para realizar ejercicio físico fuera del contexto escolar. Esto contribuiría a lograr mejor salud en las personas.

Uno de los desafíos del s. XXI en la materia de EF, está relacionado con el desarrollo de hábitos de vida saludable, partiendo de la comprensión del funcionamiento del organismo, la reflexión crítica acerca de que diferentes factores internos y externos afectan al organismo, actuando con responsabilidad personal y social, en el cuidado propio y de los demás, así como de la promoción de la salud pública. Se trata de que el trabajo se oriente con el fin de que la EF aporte más que la salud física, buscando un estilo de vida activo en los alumnos, mejorando el conocimiento de la propia corporalidad, disfrutando de las diferentes manifestaciones culturales de la práctica física, y afianzando el desarrollo de la toma de decisiones que forman parte de la resolución de situaciones motrices (Hortigüela et al., 2022).



De manera general es bueno destacar la importancia que el profesorado de EF tiene como transmisor de valores e influencia en el comportamiento social y psicológico de los estudiantes (Moreno et al., 2006), en búsqueda de experiencias en clase, satisfactorias y divertidas, con el fin de promover los hábitos de vida activa y mejorar la salud de los estudiantes (Granero et al., 2012), considerando lo que menciona Watts et al. (2022), “para la tercera década del siglo XXI, las practicas pedagógicas necesitan cambiar las iniciativas tradicionales” (p. 297) haciendo referencia a la relación del presente que conocemos con el futuro de la raza humana.

Por todo ello, Montañana et al. (2022) concluyen que “se debe mejorar la satisfacción del alumnado con las clases de EF, puesto que favorecerá el incremento del interés hacia la materia y, en definitiva, hacia la práctica físico-deportiva” (p.379). Esto nos lleva a subrayar aún más la importancia que los alumnos y profesores deben otorgar a la asignatura EF, para así ser físicamente activos y poner en práctica sus conocimientos en tiempos de pandemias.

#### La COVID-19 y sus afectaciones sociales

La pandemia causada por COVID-19 representó un desafío para el ser humano, consolidándose como una emergencia mundial que tuvo un impacto significativo en todas las áreas relevantes para el bienestar de las personas, tales como: la salud, la educación, las relaciones sociales, la economía, entre otros.

Las relaciones sociales se vieron especialmente impactadas, puesto que la forma en que regularmente se manejan experimentó cambios drásticos, esto provocó que estas interacciones sociales se redujeran a llamadas o mensajes en línea. La clausura de las instituciones educativas por el aislamiento social en tiempos de pandemia significó un estancamiento y un aplazamiento en el desarrollo de las habilidades sociales en los estudiantes de todos los niveles, según el análisis de Marín et al. (2023), ocasionando un impacto considerable en la aplicación de metodologías de enseñanza aprendizaje. La EF no quedó excluida de estos cambios.



Está demostrado que la pandemia que ocasionó el coronavirus SARS-CoV-2, modificó bruscamente la forma de vida de las personas a nivel mundial y ocasionó múltiples afectaciones en el ámbito de la salud física y mental. Como expresa Jiménez y Alvarado (2022) “el resguardo en casa, fue una medida tomada por la Organización Mundial de la Salud (OMS) para evitar la multiplicación de los contagios, por ende, preservar la vida, sin embargo, esto trajo como consecuencia que factores psicológicos afecten a la población mundial” (p.4).

Según García y García (2021), “los efectos secundarios fueron muy amplios debido a que la población no estaba acostumbrada a estar en encierro” (p.24).

En tal sentido, Mera et al. (2020), (como se cita en Nascimento et al., 2023), la falta de inactividad física y el sedentarismo se manifiestan a nivel físico en un desacondicionamiento físico, mientras que, en el aspecto mental, se observa la prevalencia de afectaciones psicológicas como el estrés, la depresión, la ansiedad y el miedo que repercuten en efectos negativos para el cuerpo y la mente.

Por su parte Jiménez y Alvarado (2022), argumenta como:

Distintos investigadores centran su atención en determinar los efectos que la COVID-19 genera en las personas, en los distintos planos del ser humano, tal como lo menciona López et al. (2021), existen afectaciones psicológicas y otras relacionadas con la fatiga (58 %), dolor de cabeza (44 %), la pérdida de peso (12 %), trastornos de atención (27 %), ansiedad (13 %) y depresión (12 %) principalmente. (p.4)

En resumen, según evidencias encontradas, las personas que realizan actividad física “presentan menor riesgo con respecto a la evolución de la enfermedad, así como de las afectaciones generadas por la misma” (Jiménez y Alvarado, 2022, p.7)

#### Educación Física y COVID-19



Entre estos problemas sociales de niveles alarmantes durante la COVID-19 se destacan el sedentarismo, sobrepeso y obesidad, lo cual a su vez se relaciona con afecciones como la diabetes, entre otras. Estos pueden ser prevenidos y tratados a través de la práctica de actividades físicas.

Durante la COVID-19 se evidenció abandono de las actividades físicas debido a: el empeoramiento de la situación económica familiar, el miedo al riesgo de contagio del virus y la desaparición temporal o definitiva de oferta deportiva, apareciendo un modelo de EF Híbrida donde la tecnología marcaba un inminente crecimiento (Monguillot, 2022).

Históricamente la escuela es el espacio más apropiado para trabajar y fomentar hábitos saludables al estudiantado, donde el aumento de la práctica de la actividad física y el deporte escolar son esenciales. Por su parte la comunidad es responsable de la promoción de la salud. En este sentido la Educación Física puede potenciar las capacidades de acción individual y colectiva en procesos de mejora de la salud y el bienestar (Hernán et al., 2021), como solución a tantos problemas derivados de la pandemia y la situación socioeconómica sobrevenida.

En esta etapa de la COVID-19 la práctica físico-deportiva en el entorno familiar y comunitario, condujo a la búsqueda de espacios que hasta ahora no nos habíamos planteado. Cabe destacar que la EF ha ido ocupando aquellos espacios libres dejados por las prácticas educativas y el de las asignaturas que no abordan el contenido de Educación para la Salud, la muestra es que dentro del Currículo de EF vigente para Ecuador desde el 2016 existe un bloque de eje transversal llamado *Relaciones entre prácticas corporales y salud*, mismo que los docentes especialistas consideramos mucho, pero los docentes generalistas no toman en cuenta el universo de conocimientos que puede aportar dentro del área a la formación de los estudiantes.

Como consecuencia se han generado reflexiones, dudas y medidas orientadas a recuperar y fortalecer el papel de la EF, todo ello acercaría al alumnado a la consecución de los niveles de práctica física descritos por la Organización Mundial de la Salud; mínimo 60 minutos diarios en actividades físicas de intensidad moderada a vigorosa para personas entre 5 y 17 años (Bull et al., 2020). De ahí que algunos hayan pensado



en el desarrollo de la materia de Educación Física en la “nueva normalidad”, incluso las clases no presenciales, virtuales o híbridas y los tipos de práctica deportiva que podríamos desarrollar en Educación Física. Todo esto de cara a las recomendaciones de práctica de actividad física de la OMS (Delgado y Renda, 2021).

Hablar de educación en la situación de pandemia conllevó también hablar de Internet y el uso de las Tecnologías de la Información y la Comunicación (TIC's). La alfabetización digital para la comunidad educativa en el ámbito de la EF, especialmente durante el confinamiento, la introducción de metodologías basadas en este tipo de herramientas supuso en muchos casos una actualización obligada (Marín et al., 2023); en el mismo orden de ideas, los estudiantes fueron capaces de identificar en Internet recursos para mantener y mejorar su salud emocional, psicológica, social y física, aumentando la demanda de videojuegos dentro de los que se realizan movimientos físicos a manera de rutina de ejercicios.

Como lo afirma Daeyeon Lee (2023) “El movimiento del cuerpo y los diversos dispositivos y tecnologías digitales son buenos objetos para aplicarse entre sí, y pueden crear una sinergia positiva juntos” (p.20), el uso de la tecnología permitió aumentar la realización de actividades y mantener el entusiasmo por aprender.

Estas condiciones contrarrestan lo relacionado con el uso de Internet y las pantallas con sedentarismo. Cabe reconocer que si bien es cierto se descubrió cierto beneficio del uso de los dispositivos digitales y las diferentes aplicaciones, pero también, se logró evidenciar que ello conllevó a otras enfermedades asociadas a la inactividad física (Juanes y Rodríguez, 2021, p.35), es por ello que, Rosa et al. (2022) “las estrategias pedagógicas llamadas enseñanza y aprendizaje, deben involucrar nuevos estilos y nuevas tecnologías para involucrarse de manera efectiva en las necesidades e intereses de los alumnos de hoy (p.53). para tal fin no es tan malo el uso tecnológico sino saber usarlo en los momentos indicados.

Para dar continuidad a los procesos de formación y de enseñanza aprendizaje, la Organización de

las Naciones Unidas para la Educación, la Ciencia y la Cultura (2020) recomienda el uso de las



tecnologías de la información y comunicación (TIC) como la herramienta principal para el desarrollo de las labores educativas en todos los niveles. (Juanes y Rodríguez, 2021, p.33)

En este sentido, la Organización Mundial de la Salud (2019), ocupada en presentar propuestas para paliar los efectos del confinamiento, emitió una serie de recomendaciones para mantenerse activos entre las que destacaron la práctica de rutinas de ejercicio difundidas a través de Internet, mientras que se promulgo la continuidad de las actividades físicas a nivel mundial, además de la incorporación de la cultura de hábitos saludables (Souza et al., 2023), actividades como bailar y jugar videojuegos activos, entendiendo estos último como aquellos que involucran el uso de más partes del cuerpo como el multiplataforma.

Las condiciones del confinamiento por COVID-19, sugirió que la oferta de actividades online debe adaptarse al alumnado (nivel educativo, nivel de condición física, características personales, etc.) pero no por ello deja de aportar una diversidad de práctica física, “necesitamos poner en acción proyectos educativos, currículos y prácticas pedagógicas que reivindiquen un lugar no fijo de lucha” (Henrique & Figueiredo, 2023, p.12). la promoción de la salud desde la Educación Física fue importante, no solo durante la pandemia, sino post- pandemia, para generar adherencia a hábitos físicos saludables para toda la vida.

Puede concluirse entonces que en este sentido la EF bajo la influencia de la COVID-19 “enfátiza la necesidad de un desarrollo profesional continuo de los docentes” (Milenović et al., 2023, p 397) desde el punto de vista didáctico, metodológico; ha beneficiado a los profesores, a los educandos y a la sociedad al asumir nuevas prácticas potenciadoras de la salud y la calidad de vida.

### La EF postpandemia

La enseñanza de la Educación Física cambió de forma drástica ante la pandemia de la COVID-19.

La vuelta a las aulas estuvo marcada por muchos factores no solo la distancia, el uso de tapabocas y artículos que podían ser compartidos a ser personales, eso provoco que los maestros busquen opciones adecuadas para cumplir los objetivos planificados. (Monguillot, et al., 2023, p.259)



Se distingue en la sistematización realizada la apertura al cambio metodológico que generó la pandemia, que transita de un modelo de enseñanza directo a un modelo basado en la autorregulación, la toma de decisiones y la autonomía del alumnado (SHAPE América, 2020; Monguillot et al., 2022).

Como plantea Fernández (2020) (como se cita en Monguillot, et al., 2023, p.259), las propuestas de enseñanza adoptadas durante el proceso de confinamiento escolar mostraron la creatividad de docentes y así mismo, la variedad herramientas pedagógicas que denotan nuevas formas de enseñar y aprender mismas que impulsaron a replantear la manera de mostrar la EF.

Diversos autores como Román et al. (2020), Hortigüela et al. (2021) San Frutos (2021) manifiestan que el contexto de pandemia originó la necesidad de tener en cuenta la dimensión emocional de profesores y alumnos, donde se incluye la disciplina de EF. Estos autores reconocen emociones vinculadas al miedo y la inseguridad, atribuida a la incertidumbre generada por la pandemia, mientras que Madrid et al. (2021), Mujica y Orellana (2022) distinguen las dificultades ante la poca preparación sobre las competencias digitales. La situación que se vivió tras la emergencia sanitaria mundial ayudó a replantearnos los principios pedagógicos dominantes en el ámbito de la educación físico-deportiva.

Según criterios de Martínez (2020):

Las experiencias evidencian que, en un primer momento, se trabajó en proponer actividades que garantizaran un mínimo de actividad física corporal entre el alumnado confiado, acorde a las recomendaciones sanitarias que se establecieron desde el inicio. Y en una segunda fase se produjo un intercambio de recursos y experiencias entre el profesorado del área de Educación Física, se propusieron actividades más lúdicas y atractivas para el alumnado, las cuales, a su vez, proporcionaron momentos de esparcimiento y ocio activo desde el confinamiento de sus hogares.

(p.46)

Hay que destacar que, en esa búsqueda de alternativas, una de las claves en el cambio de paradigma educativo lo constituye el aprendizaje cooperativo abordado con anterioridad en la Educación Física. El



aprendizaje colaborativo en estos días debe caracterizarse por la combinación de la innovación y creatividad, dejando a un lado la concepción de educación tradicional pues la influencia de las Tics fomentando el autoaprendizaje, la autogestión, y autodisciplina contribuyen ya a la formación del individuo. (Moreira et al., 2022). No puede negarse que, para descubrir un modelo realmente transformador, los desafíos cooperativos pueden ser un buen punto de partida para este empeño.

Realizar los aprendizajes más transversales y articularse en torno a áreas fundamentales, entre las que se encuentra la Educación Física, es otro recurso propuesto. Además, como afirma Barrios et al. (2021), “La clase de Educación Física constituye el acto pedagógico en el cual se concretan los propósitos instructivo-educativos y las estrategias metodológicas previstas en la programación docente, último nivel de concreción del diseño y desarrollo curricular” (p.451).

Para la postpandemia sería acertado tener en cuenta la influencia de factores intrapersonal, interpersonal, organizacional, comunitario, físico ambiental, y político específicamente, influyendo en cuatro dominios de la vida activa de todas las personas: ocupación, transporte, actividades del hogar y recreación. “Es necesario que el docente de EF tome en cuenta los referentes conceptuales de los planes y programas bajo los cuales desempeña su tarea, así como de los procesos integrales alusivos a estudiantes” (Rivera et al., 2021, p.304) de manera que el profesor de Educación Física debe conocer que interviniendo cada una de ellas, se pueden aumentar los niveles de actividad física de la comunidad.

Es significativo tener en cuenta que los cambios metodológicos y didácticos que se orienten en la postpandemia deben ser conciliados previamente a través de encuestas, entrevistas y grupos focales que revelen información de estudiantes, familiares y docentes, que analice toda la información en relación a los contextos que contribuyen a la clase, contenidos, motivaciones, contextos educativos, espacios y recursos materiales de interacción, conectividad y dispositivos tecnológicos y acompañamiento, apoyo y guía del adulto y motivación entre otros.

## **Conclusiones**



Conocer la influencia de la EF en la motivación sobre la práctica de actividad física en el tiempo libre y los múltiples beneficios que aporta la realización de ejercicio, sin excluir a la materia de las ciencias biológicas, para poder encasillarla como parte de las ciencias sociales es un deber ciudadano de compromiso con la salud en la actualidad, la colaboración mutua permanente.

Para el profesorado de Educación Física en estos tiempos de postpandemia es vital reconocer el papel de esta asignatura en el curriculum educativo, que se incrementa ante crisis sanitarias como la COVID-19. Por eso la necesidad de incorporarla en las rutinas del alumnado como elemento disipador de inquietudes e incertidumbres, de motivación y, a la postre, de interacción con sus iguales y mejora del bienestar físico y mental.

Consideramos que la promoción de la salud desde la Educación Física ha sido clave, no solo durante la pandemia, sino post- pandemia, generando hábitos físicos saludables para toda la vida, sin olvidar que la tecnología está incursionando en todos los aspectos de la sociedad y que la era digital debe incorporarse a la Educación Física procurando que la comunidad educativa, especialmente los docentes se mantengan preparados para enfrentar nuevos desafíos metodológicos como los que originó la pandemia mundial en el 2019.

### **Referencias bibliográficas**

- Álvarez, E. F., López, J. C., Gómez, V. y de Franza, A. L. (2017). Relación entre motivación, actividad física realizada en el tiempo libre y la intención futura de práctica de actividad física. Estudio comparativo entre adolescentes argentinos y españoles. *SPORT TK-Revista Euro Americana de Ciencias del Deporte*, 6(1), 25-34. <https://revistas.um.es/sportk/article/view/280371>
- Arcila, J., Martínez, B., Martínez, M. y Moreno, D. (2019). Educación física y sus contribuciones desde la pedagogía y la didáctica en la formación como proyecto de vida o cultivo de sí en el niño escolar. (Tesis de pregrado). Universidad de San Buenaventura Colombia,



- Baena, A., Ruiz, P. J., y Rodríguez, J. C. E. (2019). Evolución de la investigación de las actividades físicas en el medio natural en revistas españolas. *Revista Española de Educación Física y Deportes*, 424, 57-65. <https://www.reefd.es/index.php/reefd/article/view/723>
- Barrios, Y. D., Fabre, J. E., Zambrano, D., Guerrero, Z. E. y Ortiz, W. (2021). La interacción profesor-estudiante-grupo como sustento de la calidad de la clase de educación física. *Revista Universidad y Sociedad*, 13(6), 443-451. [http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S2218-36202021000600443&lng=es&tlng=es](http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2218-36202021000600443&lng=es&tlng=es).
- Carballo, N. G., Pusch, N., y Polo, F. C. (2021). La educación física entre las sugerencias: ¿Las especificidades en el limbo?. *Retos: nuevas tendencias en educación física, deporte y recreación*, (40), 1-7. <https://recyt.fecyt.es/index.php/retos/index>
- Cruz, B. V. (2020). Desafíos y oportunidades de la educación en línea en el contexto de la pandemia de COVID-19. *Revista Polo del Conocimiento*, 5(1), 394-404. <https://doi.org/10.23857/pc.v5i1.1946>
- Daeyeon Lee. (2023). Explorando las implicaciones de revitalizar las artes liberales y los deportes en el post-COVID-19 y la utilización de la tecnología digital. *Revista de Educación en Artes Liberales*, 17(3), 229-240. <https://www.kci.go.kr/kciportal/ci/sereArticleSearch/ciSereArtiView.kci?sereArticleSearchBean.artiId=ART002972992>
- Delgado, D. y Renda, J. (2021). Cuantificación de la inactividad física en la clase de Educación Física de escuelas primarias de Argentina. *Revista Red Global de Educación Física y Deporte* 2(1), 17-25. [https://redglobalefyd.org/web/wp-content/uploads/2021/02/cuantificacion.pdf&ved=2ahUKewji5MuchpSEAxXsRjABHZWsApUQFnoECBwQAQ&usq=AOvVaw1PTF6\\_s7DVLSugdyMQhAGU](https://redglobalefyd.org/web/wp-content/uploads/2021/02/cuantificacion.pdf&ved=2ahUKewji5MuchpSEAxXsRjABHZWsApUQFnoECBwQAQ&usq=AOvVaw1PTF6_s7DVLSugdyMQhAGU)



- Fernández, C., Almagro, B. J., & Tamayo, J. A. (2020). Prediction of physical education students' intention to be physically active: A model mediated by the need for novelty. *Retos*, 37, 442-448. <https://doi.org/10.47197/retos.v37i37.70946>
- Fernández, J. (2020). Apuntes metodológicos para una educación física post-Covid-19. *EmásF*, 11(66), 67-75 <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=7584426>
- Franco, E., Coterón, J., Huéscar, E., & Moreno-Murcia, J. A. (2020). A person-centered approach in physical education to better understand low-motivation students. *Journal of Teaching in Physical Education*, 39(1), 91 -101. <https://doi.org/10.1123/jtpe.2019-0028>
- García, J. E. y García, E. (2021). Efectos secundarios de un confinamiento por pandemia (COVID19) y el ejercicio físico como herramienta para mitigarlos. *Exploratoris: Revista de la Realidad Global*, 10(1), 24-31 <https://static1.squarespace.com/static/55564587e4b0d1d3fb1eda6b/t/6093fde6b606b7781eaa4124/1620311527011/H338GarciaEspinosa+++EXPV10N1+++24-31.pdf>
- Granero, A., Baena, A., Pérez, F. J., Ortiz, M. M., & Bracho, C. (2012). Analysis of motivational profiles of satisfaction and importance of physical education in high school adolescents. *Journal of Sports Science and Medicine*, 11(4), 614-623. <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC3763306/>
- Hall, J. y Ochoa, P. (2020). Enseñanza virtual en educación física en primaria en México y la pandemia por COVID-19. *Revista Ciencias De La Actividad Fisica UCM*, 21(2). doi: <https://doi.org/10.29035/rcaf.21.2.4>
- Henrique, C., & Figueiredo, C. A. (2023). Educação Física que não escolhe, acolhe. *Movimento*, 29, e29003. <https://doi.org/10.22456/1982-8918.124789>
- Hernán, M. y Cubillo, J. (2021). Guía: Acción Comunitaria para ganar salud. Ministerio de Sanidad de España. [https://www.sanidad.gob.es/profesionales/saludPublica/prevPromocion/Estrategia/docs/Guia\\_Acci](https://www.sanidad.gob.es/profesionales/saludPublica/prevPromocion/Estrategia/docs/Guia_Acci)



[on\\_Comunitaria\\_Ganar\\_Salud.pdf&ved=2ahUKewikoZW0h5SEAxVYQjABHTDVBbkQFnoECBsQAQ&usg=AOvVaw2SjdFCYH\\_9nMgSGZZ259jZ](#)

Hernández, R., Fernández, C. y Baptista, P. (2014). Metodología de la Investigación (Sexta Edición ed.). México.

Jiménez, R. y Alvarado, E. (2022). Afectaciones físicas y psicológicas en personas pos-COVID-19 en Oaxaca, México. Revista Información Científica, 101(3), <http://www.revinfocientifica.sld.cu/index.php/ric/article/view/3797>

Juanes, B. Y. y Rodríguez, C. (2021). Educación física en tiempos de Covid-19. Valoraciones a partir de la utilización de las TIC. *Conrado*, 17(79), 32-40. [http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1990-86442021000200032&lng=es&tIng=es](http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1990-86442021000200032&lng=es&tIng=es).

Lagardera, F. (1999). “Educación física” en Diccionario de la actividad física y el deporte, Barcelona: Paidotribo.

Leiva, S. J. (2013). Repercusiones de la pandemia por COVID-19 en la educación física. Condicionamientos, contenidos y representaciones en el nivel primario. (Tesis de maestría). Universidad Nacional de Quilmes, Bernal, Argentina. <http://ridaa.unq.edu.ar/handle/20.500.11807/4004>

Madrid, S. C. de O., Taques, M. J., Honorato, I. C. R. y Grando, D. (2021). Educación Física en la escuela: enseñanza y aprendizaje en tiempos de pandemia. *Lecturas: Educación Física y Deportes*, 26(277), 2-19. <https://doi.org/10.46642/efd.v26i277.2832>

Marín, D., Ramón, J. y Gabarda, V. (2023). El papel de la tecnología en la enseñanza de la educación física a raíz de la pandemia. *Sostenibilidad*. <https://api.semanticscholar.org/CorpusID:258904836>

Martínez, B. (2020). Educación Física post COVID-19 ¿Evolución o deriva? *Sociología del deporte*, 1(1), 45-48 <file:///C:/Users/Rita/Downloads/moscoso,+Galerada+Bienvenido-1.pdf>



- Milenović, H. Ž., Vidaković, H. M., & Petrović, J. (2023). Eficiencia educativa y los factores perturbadores más comunes en la enseñanza de la educación física y para la salud en los cursos superiores de educación primaria. *Zbornik radova Filozofskog fakulteta u Pristini*.
- Monguillot, M., González, C., Tarragó, R. y Iglesias, X. (2022). El barómetro de la Educación Física en Cataluña en tiempos de COVID-19. *Apunts. Educación Física y Deportes*, 150, 36-44. [https://doi.org/10.5672/apunts.2014-0983.es.\(2022/4\).150.05](https://doi.org/10.5672/apunts.2014-0983.es.(2022/4).150.05)
- Montañana, A. S., Serrano, M. H. G., Campos, C. P., y Tafalla, A. M. G. (2022). Análisis de las variables relacionadas con el interés por la Educación Física en el alumnado de educación secundaria: ¿cómo fomentarlo? *Retos*, 46, 378-385. <https://doi.org/10.47197/retos.v46.92585>
- Moreira, E. M., y Torres, C. R. (2022). Plataforma Teams para la enseñanza-aprendizaje en aulas domiciliarias. *EPISTEME KOINONIA*, 5(1), 313–339. <https://doi.org/10.35381/e.k.v5i1.1799>
- Moreira, E., Balseca, M., Yaguana, Y., y Zambrano, B. (2022). Compromiso, dedicación y disciplina condicionantes para el éxito de la educación virtual. *Retos Educativos ante los nuevos entornos virtuales en tiempos de Covid-19*. ( p.393-409). Sinapsis.
- Moreno, J. A. y Martínez, A. (2006). Importancia de la Teoría de la Autodeterminación en la práctica físico-deportiva: Fundamentos e implicaciones prácticas. *Cuadernos de Psicología del Deporte*, 6(2). <https://digitum.um.es/digitum/bitstream/10201/30661/1/IMPORTANCIA%20DE%20LA%20TEORÍA%20DE%20LA.pdf>
- Mujica, F. N. (2020). El término Educación Física en la postmodernidad: contribución de algunas perspectivas fenomenológicas. *Retos*, 38, 795–801. <https://doi.org/10.47197/retos.v38i38.73011>
- Mujica, F. y Orellana, N. (2022). Emociones de profesoras de Educación Física chilenas en el contexto de pandemia: estudio de casos, *Retos*, 43, 861-867. <https://doi.org/10.47197/retos.v43i0.89801>
- Nascimento, M. C., Coelho, C. F., de Oliveira, A. B., Santos, R. M., Linhares, D. G., Dias, E. G. R. y Pinheiro, C. J. B. (2024). Atividade física, ansiedade, estresse e depressão de estudantes do ensino



médio e superior de instituições públicas pós-pandemia de covid-19 no norte do Brasil. Retos: nuevas tendencias en educación física, deporte y recreación, (52), 76-84.

<https://doi.org/10.47197/retos.v52.101697>

Organización Mundial de la Salud. (2020) [https://www.who.int/es/news-room/questions-and-answers/item/be-active-during-covid-](https://www.who.int/es/news-room/questions-and-answers/item/be-active-during-covid-19#:~:text=1%20Suba%20escaleras%20el%20mayor%20n%C3%BAmero%20de%20veces,y%20se%20incremente%20el%20ritmo%20card%C3%ADaco.%20M%C3%A1s%20elementos)

[19#:~:text=1%20Suba%20escaleras%20el%20mayor%20n%C3%BAmero%20de%20veces,y%20se%20incremente%20el%20ritmo%20card%C3%ADaco.%20M%C3%A1s%20elementos](https://www.who.int/es/news-room/questions-and-answers/item/be-active-during-covid-19#:~:text=1%20Suba%20escaleras%20el%20mayor%20n%C3%BAmero%20de%20veces,y%20se%20incremente%20el%20ritmo%20card%C3%ADaco.%20M%C3%A1s%20elementos)

Rivera, J. M., Arras, A. M., Tarango, J., Mendoza, G., y López, S. J. (2021). Educación física: Referentes y nociones conceptuales del personal docente en Educación Primaria. Retos: nuevas tendencias en educación física, deporte y recreación, (39), 298-305.

<https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=7595358>

Román, F., Forés, A., Calandri, I., Gautreaux, R., Antúnez, A., Ordehi, D., Calle, L., Poenitz, V., Correa Pérez, K. L. C., Torresi, S., Barcelo, E., Conejo, M., Ponnet, V. y Allegri, R. (2020). Resiliencia de docentes en distanciamiento social preventivo obligatorio durante la pandemia de COVID-19. Journal of Neuroeducation, 1(1), 76-87. <https://doi.org/10.1344/joned.v1i1.31727>

Rosa, A., Carrillo, P. J., García, E., Moral, J. E., & Gil, P. (2022). Revisión bibliográfica de los métodos enseñanza en educación física. Acción Motriz, 27(1), 46-56.

<https://accionmotriz.com/index.php/accionmotriz/article/view/174>

San Frutos, L. (2021). La Educación Física en tiempos de Covid: Respuestas y adaptaciones. (Tesis de maestría) Universidad de Valladolid, España <https://uvadoc.uva.es/handle/10324/47276>

Sánchez, E. D., Ávila, C. M., García, D. G. y Bravo, W. H. (2020). El proceso de enseñanza-aprendizaje de la Educación Física en época de pandemia. Pol. Con., 5, (11), 455-467

<https://dialnet.unirioja.es/descarga/articulo/7659352.pdf>



Souza, J.C., De Souza, G.R., Froz, R.W., de Linhares, L.M., & Ferreira, J.S. (2023). El papel de los profesionales de la educación física en la rehabilitación post-covid-19: relato de experiencia.

Concilium

Urrea, W. S. (2010). La concepción pedagógica en Rousseau y Goethe. Itinerario Educativo: revista de la Facultad de Educación, 24(55), 145-158. [La concepción pedagógica en Rousseau y Goethe - Dialnet \(unirioja.es\)](#)

