

# Análisis de la experiencia docente en clases de Educación Física durante el confinamiento por COVID-19 en México

## Analysis of teaching experience in Physical Education classes during COVID-19 confinement in Mexico

Ramón Alfonso González-Rivas, Gabriel Gastélum-Cuadras, Wilberth Velducea Velducea, Javier Bernabé González Bustos, Susana Domínguez Esparza  
Universidad Autónoma de Chihuahua (México)

**Resumen.** El objetivo de esta investigación fue analizar la experiencia docente del profesorado de Educación Física en sus clases durante el confinamiento por COVID-19 en México. Es un estudio descriptivo, transversal, con enfoque mixto; participaron 79 profesores de Educación Física en escuelas públicas de Educación Básica, del Estado de Chihuahua, México; 52 hombres y 27 mujeres ( $M_{edad} = 40.3$ ,  $DT = 8.2$ ); con experiencia docente ( $M_{años} = 14.1$ ,  $DT = 7.6$ ), el 12.7% impartió clase en nivel preescolar, 83.5% en primaria y 3.8% en secundaria, el 60.8% en escuelas ubicadas en la zona urbana y 39.2% en zona rural. Se analizaron las variables de estrategias didácticas, evaluación de aprendizajes, resiliencia docente, afectaciones del confinamiento por COVID-19 en los alumnos y capacitaciones requeridas por los docentes; para tal efecto, se diseñó y aplicó un instrumento *ad hoc*. Los resultados señalan que la mayoría del profesorado utilizó la metodología de aula invertida e impartió clases de manera virtual, la evaluación fue un reto complejo, desarrollaron actitudes y valores de tolerancia y empatía, así como habilidades en TIC, identificaron la posibilidad de aparición de problemas psicológicos en sus alumnos, algunos profesores mencionaron la necesidad de capacitaciones en temas de pedagogía, TIC y recomendaciones de actuación en el regreso a clases presenciales. Se concluyó que el profesorado de Educación Física enfrentó diversos retos en su clase; sin embargo, la resiliencia docente manifiesta en paciencia, empatía y desarrollo de habilidades en TIC les permitieron desempeñar su trabajo.

**Palabras clave:** Educación Física, COVID-19, TIC, Estrategias didácticas, Evaluación de aprendizajes.

**Abstract.** The aim of this research was to analyze the teaching experience of Physical Education teachers in their classes during COVID-19 confinement in Mexico. This is a descriptive and cross-sectional study with a mixed approach; participants were 79 Physical Education teachers at public elementary schools, in the State of Chihuahua, Mexico; 52 males and 27 females ( $M_{age} = 40.3$ ,  $SD = 8.2$ ); With teaching experiences ( $M_{years} = 14.1$ ,  $SD = 7.6$ ), 12.7% at preschool level, 83.5% at primary, 3.8% at secondary, 60.8% in schools located in urban areas, and 39.2% in rural areas. The variables of didactic strategies, learning assessment, teacher resilience, effects of COVID-19 confinement on the students, and training required by teachers were analyzed; For this purpose, an ad hoc instrument was designed and applied, which consists of 13 items. The results indicated that most teachers used the flipped classroom methodology and taught virtual classes, the evaluation was complex and challenging, however, they developed attitudes and values of tolerance and empathy, as well as skills in ICT, they were also able to identify the possibilities of psychological problems appeared in their students, some teachers mentioned the need for training in pedagogy, ICT and recommendations for action when returning to face-to-face classes. It was concluded that Physical Education teachers are faced with various challenges in their class; however, teachers' resilience manifested with patience, empathy, and the development of ICT skills allowed them to carry out their work.

**Keywords:** Physical Education, COVID-19, ICT, Didactic strategies, Learning assessment.

### Introducción

El 31 de diciembre del 2019, las autoridades de la ciudad de Wuhan en China reportó un conglomerado de casos de neumonía, a pesar de los esfuerzos realizados por el país y la Organización Mundial de la Salud (OMS) fue imposible contener el virus por COVID-19, se declaró pandemia el 11 de marzo del 2020 (OMS, 2021).

La pandemia impactó fuertemente a la población

mundial en todos los aspectos, principalmente el sanitario, pero no se puede dejar de lado las afectaciones en el sistema educativo en todos niveles (Wang, Zhang, Zhao, Zhang & Jiang, 2020). Con la finalidad de controlar el virus, el distanciamiento social fue la primera medida preventiva (Adhikari et al., 2020), lo que limitó la práctica de actividad física en sus diversas manifestaciones (Blocken, Malizia, Druenen & Marchal, 2020).

El confinamiento por COVID-19 modificó la intervención del profesorado de Educación Física (EF) con sus alumnos, encontrando problemas pedagógicos y didácticos (Baena-Morales, López-Morales & García-Taibo, 2020); debido a la naturaleza de la asignatura (tipo de actividades, necesidades de espacio, interacción,

movimiento, entre otras), el profesorado enfrentó un reto complejo, fue necesario generar procedimientos específicos que aseguraran el bienestar durante la clase, tanto de estudiantes como profesores (COLEF, 2020). Ante esta situación el profesorado de EF tuvo la necesidad de adaptar sus clases, surgiendo diferentes propuestas pedagógicas, sin perder de vista la adquisición de competencias, evaluación y utilización de recursos de tecnologías de información y comunicación (TIC) (Burgueño et al., 2021; Burgueño, Espejo, López-Fernández & Gil-Espinosa, 2020; Hall & Ochoa-Martínez, 2020).

Desde hace algunos años, las TIC han sido tendencia en la actividad física debido a las posibilidades pedagógicas innovadoras que representan (Burgueño et al., 2021; Carriedo, Méndez-Giménez, Fernández-Río & Cecchini, 2020; Fernández, Montenegro, Fernández & Tadeu, 2021; Gómez, Rodríguez & Ramos, 2019; Gómez-Gonzalvo, Molina-Alventosa & Devis, 2018); su aplicación suele despertar el interés de los estudiantes, por lo que es conveniente en el contexto de la EF (Aznar, Cáceres, Trujillo & Romero, 2019; Moreno, Rodríguez, Navas-Parejo & Sola, 2020; Melnyk, 2017; Piedra, 2020).

La pandemia dejó al descubierto la falta de conciencia social respecto a la importancia de la actividad física, el descuido sistemático y el poco valor curricular hacia la asignatura de EF en escuelas públicas (Pinasa, 2020). A pesar de la pandemia, las clases de EF son fundamentales, niños, niñas y adolescentes no deben descuidar la actividad física, pero es imperativo atender las recomendaciones de salud (Kalazich et al., 2020). Se sugiere realizar actividad física en casa, y hasta que exista bajo riesgo de contagio, se debe atender los protocolos de salud establecidos (Cossio-Bolaños, 2020; Chen et al., 2020a; Dixit, 2020).

La EF es un derecho fundamental que favorece el desarrollo integral de individuos, familias, comunidad y sociedad; de acuerdo con la Organización de las Naciones Unidas para la Educación, la Ciencia y la Cultura (2015) estimula el hábito de la práctica de actividad física favoreciendo la calidad de vida de las personas, teniendo injerencia en el desarrollo motriz, fisiológico, psicológico, cognitivo, rendimiento académico y promoción de valores personales y sociales; por lo que se sugiere horas de calidad de EF (Betancourt, Bernate, Fonseca & Rodríguez, 2020; Giakoni, Paredes & Duclos-Bastías, 2021; Guillamón, García & Martínez, 2021; Guillamón, García & Martínez, 2020; Guthold, Stevens, Riley & Bull, 2020; Rodríguez, Valenzuela & Martínez,

2016).

El rol del profesor es fundamental, cuando permite que los estudiantes sean proactivos y tengan libertad de tomar decisiones se logra un mayor disfrute de la actividad impactando en la autoestima (Baños & Arrayales, 2020; Hernández, González, Sánchez & Carrión, 2020; Salazar & Gastélum, 2020; Soares et al., 2021; Zueck, Ramírez, Rodríguez e Irigoyen, 2020). Por ende, es trascendental que el profesor diseñe y aplique actividades innovadoras, desafiantes y atractivas, en una atmósfera adecuada donde los estudiantes puedan realizar actividad física en un ambiente lúdico y seguro, favoreciendo competencias motrices, sociales y emocionales (García, Sánchez & Ferriz, 2021; Muñoz-Arroyave, Lavega-Burgués, Costes, Damian & Serna, 2020), logrando que el estudiante genere hábitos de vida saludables, por medio de la actividad física (Baños et al., 2019), sin embargo, la pandemia modificó el accionar de los profesores de EF (Baena-Morales et al., 2020).

En México, más de 33 millones de estudiantes de Educación Básica (EB) fueron afectados debido a que durante el confinamiento las escuelas cerraron sus puertas (UNESCO, 2020), el 23 de marzo de 2020 la Secretaría de Educación Pública (SEP) suspendió indefinidamente las clases presenciales a nivel de EB, dando lugar a la educación a distancia (SEP, 2020). La escuela es el espacio ideal para generar conductas saludables (Bogantes, Monge, González, Viquez & Vargas, 2020) y en este país, representa el único espacio en el que los niños, niñas y adolescentes realizan ejercicio físico obligatoriamente (Zueck et al., 2020). El confinamiento provocó sedentarismo, miedo, estrés, ansiedad en la población (Celis-Morales, Salas-Bravo, Yáñez & Castillo, 2020; Chen et al., 2020a; Chen et al., 2020b; Islam, Bodrud-Doza, Khan, Haque & Mamun, 2020; Shechter et al., 2020), como se leíó en líneas anteriores, los beneficios de la EF pueden disminuir las afectaciones psicológicas y fisiológicas de la pandemia; sin embargo, durante el confinamiento el profesorado enfrentó diversos retos para realizar su trabajo, teniendo que adaptarse a las recomendaciones de salud (Baena-Morales et al., 2020). De esta manera, el objetivo de este estudio fue analizar la experiencia docente del profesorado de EF en sus clases durante el confinamiento por COVID-19 en México.

## **Metodología**

### **Participantes**

Se envió el instrumento a 103 profesores (elegidos

al azar) de EF en EB, respondiendo una muestra no probabilística de 79 (tasa de respuesta 76.6%); 52 hombres y 27 mujeres ( $M_{\text{edad}} = 40.3$ ,  $DT = 8.2$ ); con experiencia docente ( $M = 14.1$  años,  $DT = 7.6$ ). El 12.7% impartió clases en preescolar, 83.5% en primaria y 3.8% en secundaria. En cuanto a la ubicación geográfica, 60.8% trabajó en escuelas en la zona urbana y 39.2% en zona rural. Los criterios de inclusión fueron: profesores de EF que impartieran clase en EB durante el periodo de confinamiento en escuelas públicas, en cualquier nivel educativo (preescolar, primaria y secundaria), en este estudio no se contempló al profesorado de escuelas particulares.

### **Diseño**

Este estudio tiene un diseño descriptivo, transversal, con enfoque mixto de tipo Cual-cuan, que permitió analizar fenómenos dando mayor peso al análisis cualitativo sobre el cuantitativo (Hernández, Fernández & Baptista, 2014). Este estudio analizó cómo la suspensión de clases presenciales en EB a consecuencia de la pandemia por COVID-19, dando lugar a la educación a distancia; influyó en las clases de EF desde las perspectivas de:

**Estrategias didácticas:** entendidas como metodologías que utiliza el profesor para que los estudiantes logren adquirir el conocimiento y desarrollar competencias (Orozco, 2016).

**Evaluación de aprendizajes:** es el proceso sistemático que ofrece información sobre el cumplimiento de metas académicas, emitir juicios y toma decisiones respecto a la formación de los estudiantes (Contreras, 2010).

**Resiliencia docente:** es la aptitud de adaptarse de buena forma ante una situación compleja a fin de desarrollar competencias sociales, académicas y vocacionales pese eventos adversos (Gardner & Stephens-Pisecco, 2019).

**Afectaciones del confinamiento por COVID-19 en los alumnos:** son las posibles afectaciones de los alumnos durante el confinamiento, desde la perspectiva del profesorado.

**Capacitaciones requeridas por el profesorado:** son los cursos, conocimientos y contenidos de interés del profesorado para desempeñar su trabajo en el contexto de la pandemia por COVID-19.

La operacionalización de estas variables fue por medio de cada una de las categorías preestablecidas en el instrumento. Este estudio se desarrolló bajo los lineamientos de la Declaración de Helsinki (2015).

### **Instrumentos y herramientas**

En la revisión bibliográfica, no se encontró un cuestionario con las características que se requerían para esta investigación, por lo que se diseñó un instrumento *ad hoc*, el «Cuestionario experiencias docentes del profesorado de EF durante el confinamiento por COVID-19» (anexo); su validación fue por medio de la metodología de jueces expertos, tomando nociones de Escobar-Pérez y Cuervo-Martínez (2008). En primera instancia se diseñó el cuestionario que contempló cinco categorías preestablecidas: 1) estrategias didácticas, 2) evaluación de aprendizajes, 3) resiliencia docente, 4) afectaciones del confinamiento por COVID-19 en los alumnos y 5) capacitaciones requeridas por los docentes; se integró un grupo de tres expertos en investigación educativa, pedagogía en EF y con experiencia impartiendo clases de EF en EB, mismos a quienes se les envió el cuestionario para conocer sus sugerencias y opiniones.

Una vez recibida la retroalimentación se realizaron las modificaciones pertinentes y se envió de nuevo a revisión con los tres jueces expertos; en esta nueva etapa, fue necesario comprobar el grado de concordancia de las valoraciones de los jueces, se utilizó el análisis estadístico de W de Kendall, obteniendo valores aceptados de .825 en suficiencia, .762 en coherencia, .762 en relevancia y .796 en claridad de los ítems, valores que dan validez y confiabilidad al instrumento. A continuación, se describe la experiencia de los jueces expertos:

Juez 1.- docente universitario e investigador con 10 años de experiencia en investigación educativa, miembro del sistema nacional de investigadores, con diversos artículos publicados en revistas internacionales.

Juez 2.- docente universitario e investigador experto en pedagogía de la EF, con publicaciones internacionales, con 5 años de experiencia como profesor de EF en EB en nivel preescolar.

Juez 3.- docente universitario e investigador con publicaciones internacionales y 13 años fungiendo como profesor de EF en EB en nivel primaria.

### **Análisis de datos**

Se realizaron los análisis estadísticos descriptivo, frecuencias y W de Kendall (para la validación del instrumento), para lo cual se utilizó el SPSS versión 22. En cuanto al análisis cualitativo, se utilizó el diseño emergente de Glasser (1992) para codificar e interpretar cada una de las cinco categorías preestablecidas en el instrumento y que corresponden a las variables del es-

tudio, se utilizó el programa Atlas ti versión 7.5.

### Procedimiento

En primera instancia se diseñó el instrumento para la recogida de datos. El cuestionario se añadió a la aplicación *Google formularios*, entre los días del 4 al 18 de octubre del 2020 se envió el enlace de acceso a 103 docentes de EB que impartieron la asignatura de EF en Chihuahua, México. El cuestionario fue respondido por 79 (76.6%), con participación voluntaria y garantizando el anonimato.

A partir del día 19 de octubre se realizó el análisis estadístico descriptivo de los 79 profesores que contestaron el cuestionario, se obtuvieron los porcentajes de las preguntas con respuesta dicotómica, para tal efecto se utilizó el software SPSS. Para el análisis de las preguntas con respuesta abierta, se creó un documento RTF con los comentarios del profesorado; previo al análisis, dos de los investigadores unificaron criterios para realizar de manera independiente el proceso de codificación e interpretación de cada una de las cinco categorías preestablecidas en el cuestionario, posteriormente se compararon los resultados de ambos investigadores para tener un producto final.

### Resultados

#### Categoría de estrategias didácticas

El 54.4% del profesorado que participó en este estudio mencionó haber cumplido con el programa de EF en EB, en base a los comentarios de los profesores. Se identificó la utilización del modelo de EF: autoconstrucción de materiales, apoyándose en el cuadernillo didáctico y en los aprendizajes esperados. Se encontró que utilizaron las metodologías de aula invertida, aprendizaje cooperativo (con apoyo de padres, madres o tutores legales) y aprendizaje basado en problemas; para tal efecto, fue indispensable el uso de TIC como videollamadas, elaboración de videos y plataformas educativas gratuitas como *Google classroom*, tres profesores mencionaron haber enviado actividades impre-

sas a los estudiantes. El apoyo de los padres, madres o tutores legales fue mencionado en dos aspectos: como medio de comunicación para el envío y apoyo en la realización de las actividades; en este sentido, algunos profesores expresaron haber tenido que adaptar sus planificaciones al contexto de los estudiantes.

«Adaptación de juegos recreativos tradicionales para jugar en espacios reducidos... los entrego como archivo PDF vía WhatsApp y cuadernillo impreso».

«Comunicación con los papás por medio de WhatsApp, enviar actividades sencillas con poco material y complejidad, envío videos realizando las actividades como ejemplo para los alumnos y tutores»

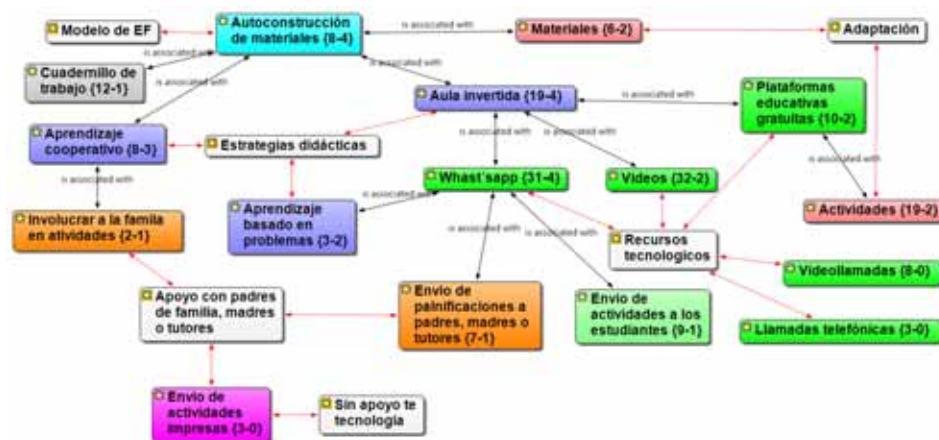


Figura 1. Estrategias didácticas.

#### Categoría de evaluación de aprendizajes

La mayoría de los docentes mencionaron haber realizado heteroevaluación, en la que participaron el profesor y en algunos casos padres, madres o tutores legales, los instrumentos más mencionados fueron cuestionarios, rubricas, listas de cotejo y portafolio de evidencias. La autoevaluación fue utilizada en menor medida y los instrumentos fueron cuestionarios y diarios de actividades. La coevaluación tuvo dos citas y se realizó con apoyo de los padres o hermanos. Es importante destacar que tres profesores mencionaron no realizar evaluación. El principal criterio de evaluación fue la entrega de evidencias, sin embargo, cinco profesores tomaron en cuenta el desempeño de habilidades motrices, cuatro la participación y dos evaluaron con los antecedentes académicos, por lo que recurrieron a los docentes de grupo. De acuerdo con los comentarios del profesorado, los videos y fotografías fueron las principales evidencias solicitadas a los alumnos. Por último, hubo numerosas menciones respecto al apoyo de los padres, madres o tutores legales para tomar en cuenta la evaluación de aprendizajes.



«Al final de las actividades envió un cuadro que deben contestar los papás donde responden si el niño pudo realizar la actividad o las actividades sin dificultades».

«Recopilo videos de las evidencias de mis alumnos, en ellos puedo hacer uso de la observación para medir si sus avances están en función del aprendizaje esperado».

para los estudiantes. Únicamente cinco profesores expresaron que fue aceptable, tres no evaluaron los aprendizajes de sus estudiantes.

«Muy complicada porque muy pocos alumnos están respondiendo, y no podemos reprobar a los que no responden porque en realidad no sabemos las causas exactas por las que no están trabajando. Por otro lado, el hecho de no reprobarlos no sería justo para los que sí respondieron y estuvieron trabajando en medida de sus posibilidades».

«Es un tanto incierta puesto que no podemos estar viendo el proceso de los niños y tenemos que confiar en las percepciones de lo que ven los papás en sus hijos».



Figura 2. Evaluación de aprendizajes.

La mayoría de los profesores que participaron en esta investigación mencionaron que la evaluación fue irreal y difícil, otros la refirieron como mala, insuficiente y que representó un retroceso académico; destacó que cuatro profesores la catalogaron como estresante

### resiliencia docente

El 67.1% del profesorado mencionó haber tenido dificultades para desempeñar su trabajo, específicamente en referencia a las estrategias didácticas 31.6% expresó sentir falta de compromiso ya sea de padres, madres,

### Categoría de

tutores legales y/o estudiantes, no poder dar retroalimentación en el momento de realizar la actividad motriz; problemas que se relacionan con falta de comunicación; en este sentido, las fallas de conexión a internet pudieran explicar dichos inconvenientes. La falta de dominio de TIC fue otro inconveniente mencionado en menor medida. Destacó que cinco profesores mencionaron sentir sobrecarga de actividades profesionales y familiares.

«No hay acceso y/o muy malo el internet, el distanciamiento de las localidades, la falta de coordina-

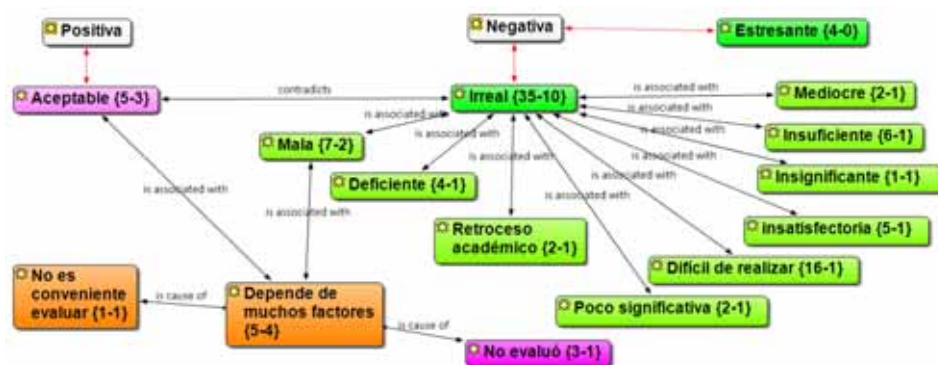


Figura 3. Impacto de la evaluación, según el profesorado.

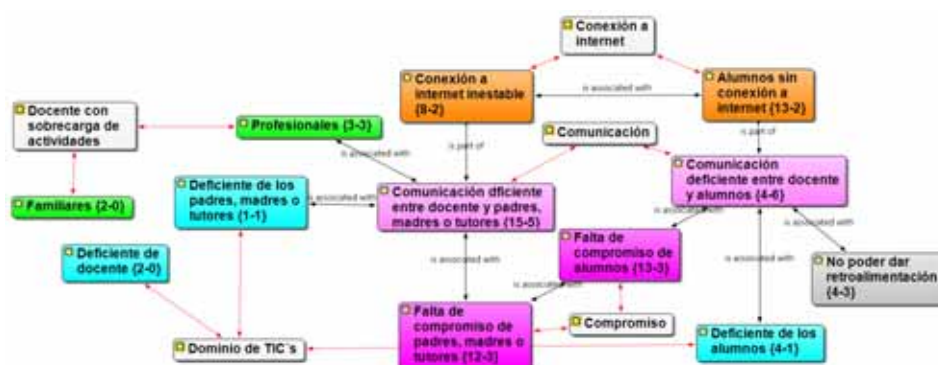


Figura 4. Problemas identificados por el profesorado.

ción y comunicación con los padres de familia-niños-maestro».

«Las actividades requieren apoyo de sus padres, cosa que no todos tienen, además de la falta de tecnología o recursos en su hogar».

De acuerdo con el profesorado de EF de este estudio, la paciencia y la empatía fueron los dos valores y actitudes desarrollados más citados; sin embargo, el respeto, responsabilidad, tolerancia y optimismo fueron mencionados en más de una ocasión. Más de la mitad de los docentes expresaron haber desarrollado habilidades en TIC y trabajo colaborativo con otros docentes. Destacó que 12 profesores mencionaron haber desarrollado adaptabilidad, relacionada con las capacidades de creatividad y resiliencia.

«He tenido que adecuarme al manejo de las TIC para poder diseñar las actividades en digital para su posterior entrega y recepción de evidencias. He tenido que ser más empático con aquellos niños que se les ha dificultado el trabajo a distancia por razones externas a ellos».

«La utilización efectiva de las aplicaciones disponibles para lograr un mayor alcance en los alumnos, actitud positiva y siempre esperando la respuesta positiva de alumnos y padres, con los valores de trabajar en familia y estando al pendiente de cómo están, comunicación respetuosa y de empatía».



Figura 5. Actitudes, valores y habilidades desarrolladas por el profesorado.

### Categoría de afectaciones del confinamiento por COVID-19 en los alumnos

El 86.1% del profesorado coincidió en que el confinamiento pudo afectar a sus estudiantes de diversas maneras, principalmente en aspectos psicológicos ge-

nerando estrés, depresión y ansiedad. Algunos comentarios revelan que el impacto psicológico pudiera repercutir en malos hábitos alimenticios y sedentarismo, generando obesidad y sobrepeso, repercutiendo en la condición física de los alumnos. Por último, relacionaron las afectaciones psicológicas con aspectos sociales como la mala conducta y la disminución de socialización y la posibilidad de ser víctimas de violencia.

«Salud mental, ansiedad, estrés, también física por el problema de sobrepeso, por el tanto tiempo sin realizar actividad física».

«El confinamiento los está haciendo más pasivos y adquiriendo hábitos menos saludables como dormir y comer más».

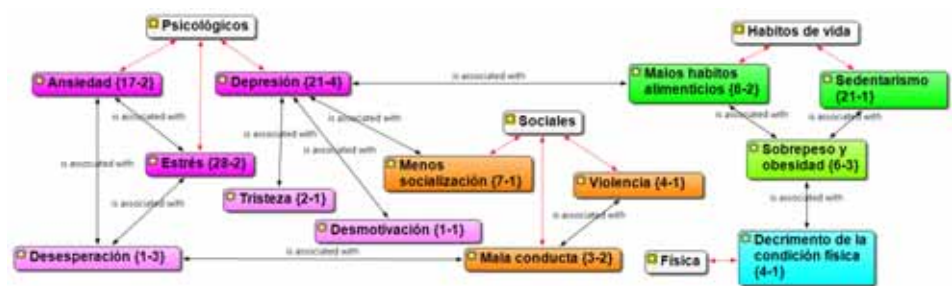


Figura 6. Afectaciones en los estudiantes, según el profesorado.

### Categoría de capacitaciones requeridas por los docentes

El 22.8 % del profesorado expresó no haber tenido algún tipo de capacitación, sugirieron la formación en pedagogía utilizando TIC y utilización de materiales reciclados en EF. En menor medida mencionaron la necesidad de aprender a trabajar con los padres,

madres y tutores legales en el esquema de educación virtual. Por último, expresaron el deseo de capacitaciones en seguridad, con tópicos relacionados a la higiene, autocuidado, cuidado de los demás y a las medidas a tomar en cuenta en el eventual regreso a clases presenciales.

presenciales.

«Una capacitación de cómo enfrentar el problema para cuando regresemos, qué medidas tomar, qué materiales usar si los que hay en la escuela o encargarle a cada alumno de su casa que valla desinfectado»

«Pues de cómo hacer para llegar a los alumnos, sin que los

*padres de familias se molesten porque ya estamos llegando a su intimidad del hogar».*

basadas solo en la experiencia.

Se encontró que el profesorado de EF adaptó sus



Figura 7. Capacitaciones requeridas, según el profesorado.

## Discusión

El objetivo de este estudio fue analizar la experiencia docente del profesorado de EF en sus clases durante el confinamiento por COVID-19 en México. Por lo que su importancia radica en identificar las situaciones que enfrentaron los profesores para desempeñar su trabajo.

Los resultados de este estudio señalan que la mayoría del profesorado que participó en este estudio impartió clases utilizando el modelo de autoconstrucción de materiales, consiste en la práctica de actividades físicas utilizando materiales elaborados por el mismo estudiante (Fernández-Río, Calderón, Alcalá, Pérez-Pueyo & Cebamano, 2016). Las metodologías de aula invertida y el aprendizaje cooperativo también fueron identificadas, ambas han demostrado ser eficaces en la EF (Bermejo et al., 2021; Fernández-Río, 2017; Recio, 2017). Se encontró que el profesorado impartió clases utilizando TIC; en esta misma línea se sitúan los resultados de Baena-Morales et al. (2020). De acuerdo con Piedra (2020), las redes sociales han sido valiosas para la implementación en clases de EF durante el periodo de confinamiento. Las TIC tienen un potencial transformador en el ámbito de la EF, por tal motivo los profesores deben reflexionar sobre su importancia (Carriedo et al., 2020; Díaz, 2020). Para que los docentes pudieran impartir sus clases virtuales tuvieron que desarrollar competencias en el manejo de TIC, evidenciando actitudes positivas hacia su utilización; hallazgos similares a los de Barahona, García y Pañego (2020). Estos resultados manifiestan una inclinación hacia el uso de TIC en las clases de EF, aunque, se coincide con Pérez y Hortigüela (2020), quienes consideran que los docentes requieren lograr un equilibrio entre las tendencias vanguardistas como el uso de las redes sociales y clases

basadas solo en la experiencia. Se encontró que el profesorado de EF adaptó sus clases al contexto de los estudiantes, con la finalidad de alcanzar el aprendizaje esperado, en concordancia con Martínez-Hita (2020). En esta misma línea, para Fuentes (2020), las actividades de EF durante el confinamiento deberían generar libertad de movimiento, auto-

nomía, ejercicio aeróbico, así como canalizar el desarrollo de habilidades motoras básicas y complejas. En este sentido, es fundamental adaptar e innovar prácticas lúdicas en espacios fuera de la escuela tradicional (García, 2020). El profesor de EF se ha visto en la necesidad de modificar sus recursos didácticos, para impactar de la mejor manera a sus alumnos; por tal motivo, debe ser considerado indispensable durante el aislamiento, ya que su labor contribuye al mejoramiento y mantenimiento de la salud (Silva-Filho et al., 2020).

En este estudio, la mayoría del profesorado expresó que la evaluación de manera virtual fue un reto complejo. Por lo que, de hecho, algunos expresaron que no la realizaron, resultados similares a los reportados por Baena-Morales et al. (2020). La concordancia en estos resultados sugiere que la evaluación de forma virtual es área de oportunidad de mejora para los docentes. Hubo profesores que utilizaron estrategias de autoevaluación y coevaluación, lo que sin duda implicó al alumno en su proceso de aprendizaje, al igual que en el estudio de Barrientos, López y Pérez-Brunnicardi (2019); al respecto, Canales-Núñez, Aravena, Carcamo-Oyarzún, Lorca y Martínez-Salazar (2018) consideran que en EF es conveniente involucrar a los estudiantes en el proceso de evaluación. En este estudio, algunos profesores utilizaron el portafolio de evidencias y diarios, hallazgos que desde la perspectiva de Calatayud (2019) significa un avance hacia la evaluación auténtica en la EF y por ende mejor formación en hábitos de vida saludables.

El profesorado de EF de la presente investigación encontró diversos inconvenientes para realizar su trabajo, problemas de conexión a internet, falta de comunicación con padres, madres o tutores legales y alumnos, sobrecarga de actividades; sin embargo, desarrollaron actitudes, valores y habilidades que les permitieron impartir sus clases pese a las diferentes problemá-



ticas. En el contexto educativo la resiliencia es la capacidad que permite analizar inconvenientes desde un enfoque que permite encontrar soluciones innovadoras de intervención y es fundamental para generar climas de aprendizaje positivos a pesar de la adversidad (Román et al., 2020; Vera & Gabari, 2019). En este sentido, un buen profesor de EF se caracteriza por su implicación profesional que se manifiesta por medio de una buena planificación, intervención, evaluación, personalidad y el fomento de valores, pese a las circunstancias (Da Costa, 2006; Villaverde-Caramés, Fernández-Villarino, Toja-Reboredo & González-Valeiro, 2021).

Desde la perspectiva del profesorado, el confinamiento podría afectar la salud de los alumnos en aspectos psicológicos, sociales, físicos y en el desarrollo de malos hábitos de vida, hallazgos que se sitúan en la misma línea que los manifestados por Baena-Morales et al. (2020). En este estudio el profesorado expresó que sus alumnos fueron vulnerables a estrés, depresión y/o ansiedad. El brote de COVID-19 generó miedo y estrés en diferentes países y se manifestó en problemas de sueño, mal humor y problemas familiares; el encierro sumado a un contexto socioeconómico desfavorecido puede causar ansiedad (Chen et al., 2020a; Islam et al., 2020; Shechter et al., 2020). Pues, el síndrome de estrés COVID-19 es un fenómeno complejo que puede incluir diversos tipos de miedo (Taylor et al., 2020). Los docentes identificaron la posibilidad del desarrollo de hábitos de vida sedentarios en sus estudiantes, situación que concuerda con lo reportado por Chen et al. (2020b), después de meses de encierro se puede anticipar situaciones desfavorables, los profesores de EF deben redoblar esfuerzos en la promoción de hábitos de vida saludables, con la finalidad prevenir otro problema sanitario como lo es la obesidad infantil (Pérez-Herrera & Cruz-López, 2019), problema de salud pública en el que interfieren factores sociales, alimenticios y sedentarismo.

La mayoría de los docentes encuestados expresaron haber recibido capacitación por parte de las autoridades académicas. Sin embargo, los que argumentaron que no, manifestaron la necesidad de capacitaciones de interés en relación con el desarrollo de competencias pedagógicas con TIC, trabajo con padres, madres y tutores legales y en lo referente al protocolo de actuación cuando se regrese a clases presenciales. Es fundamental la formación continua del profesorado de EF, desde una perspectiva crítica y reflexiva en donde se compartan experiencias, teniendo la finalidad de mejora docente (Cañabate, Tesouro, Puiggali & Zagalaz, 2019).

En este sentido, diversos autores han hecho reco-

mendaciones al profesorado de EF, con la finalidad de solventar de la mejor manera posible la situación actual. Para Posso, Otañez, Paz, Ortiz y Núñez (2020), con la utilización TIC, la EF se encuentra en camino de descubrir metodologías y estrategias didácticas para tener un mayor impacto en la población; sin embargo, se requiere el apoyo de instancias gubernamentales que doten el equipamiento necesario.

Durante la etapa de confinamiento, se recomienda al profesorado de EF adaptar y contextualizar actividades tomando en cuenta las particularidades de los alumnos y los recursos materiales a su disposición, mismos que deben ser ergonómicos; también, estimular la expresión corporal por medio de dramatizaciones de películas involucrando a los integrantes de la familia (Burgueño et al., 2021). Ante un eventual regreso a clases presenciales, el COLEF ha recomendado estar actualizado con las normativas gubernamentales y del centro escolar, realizar planificaciones didácticas tomando en cuenta contenidos indispensables, los aprendizajes no alcanzados y adaptaciones para alumnos con necesidades educativas especiales. En cuanto al espacio, priorizar actividades sin contacto físico, con distanciamiento de no menos de 1.5 metros y dar prioridad a utilizar espacios al aire libre. En referencia a los materiales didácticos, enfocar actividades con poca o nula necesidad de material, utilizar instrumentos fáciles de desinfectar, evitar el contacto con superficies, no compartir el material y permitir que el alumno diseñe su propio material. En cuanto al tamaño de los grupos, se recomienda gestionar con las autoridades la reducción del número de alumnos, así como, organizar subgrupos (COLEF, 2020).

## Conclusión

El profesorado de EF que participó en este estudio enfrentó diversos retos para poder desarrollar su trabajo: problemas conexión a internet, falta de comunicación y/o disposición de los padres, madres o tutores legales. Adaptación de clases al material en casa de los estudiantes, la evaluación fue compleja y de poca credibilidad; sin embargo, el desarrollo de actitudes, valores y habilidades en favor del aprendizaje fue fundamental para realizar su trabajo. Para los profesores, el confinamiento colocó a sus estudiantes en riesgo de sufrir afectaciones psicológicas relacionadas con sociabilidad, adquisición de malos hábitos alimenticios y sedentarismo. Es prudente destacar la inquietud de algunos profesores respecto a los lineamientos de actuación en el retorno a



las sesiones presenciales.

Este estudio no estuvo exento de limitaciones, dado su carácter descriptivo, el reducido número de la muestra no permite generalizar la manera en que el profesorado de EF impartió sus sesiones durante el periodo analizado. Así mismo, el instrumento contempló preguntas con opción de respuesta abierta, en algunos casos las respuestas fueron limitadas o de nula información para analizar, fue un estudio mayormente cualitativo; en este sentido, los resultados fueron producto de la interpretación de los investigadores; no obstante, se considera que se encontró información valiosa en torno a la COVID-19 y sus repercusiones en la docencia de EF. En función de los resultados obtenidos y las limitaciones, es posible sugerir líneas de actuación futuras. La primera, realizar estudios con mayor número de participantes e inclusive analizando diferentes contextos demográficos que permitan generalizar, confirmar y discutir resultados. La segunda, analizar la actualización docente respecto a las medidas de seguridad y estrategias didácticas para impartir clases de EF en etapas de desescalada y en el eventual regreso a clases presenciales.

## Referencias

- Adhikari, S. P., Meng, S., Wu, Y. J., Mao, Y. P., Ye, R. X., Wang, Q. Z., ... & Zhou, H. (2020). Epidemiology, causes, clinical manifestation and diagnosis, prevention and control of coronavirus disease (COVID-19) during the early outbreak period: A scoping review. *Infectious Diseases of Poverty*, *9*(1), 1-12. doi: 10.1186/s40249-020-00646-x
- Aznar, I., Cáceres, M. P., Trujillo, J. M., & Romero, J. M. (2019). Impacto de las apps móviles en la actividad física: un meta-análisis. *Retos: nuevas tendencias en educación física, deporte y recreación*, *36*), 52-57. doi: 10.47197/retos.v36i36.66628
- Baena-Morales, S., López-Morales, J., & García-Taibo, O. (2020). La intervención docente en educación física durante el periodo de cuarentena por COVID-19 (Teaching intervention in physical education during quarantine for COVID-19). *Retos: nuevas tendencias en educación física, deporte y recreación*, *39*), 388-395. doi: 10.47197/retos.v0i39.80089
- Baños, R., & Arrayales, E. (2020). Predicción del aburrimiento en la educación física a partir del clima motivacional. *Retos: nuevas tendencias en educación física, deporte y recreación*, *38*), 83-88. doi: 10.47197/retos.v38i38.74301
- Baños, R., Marentes-Castillo, M., Zamarripa, J., Baena-Extremera, A., Ortiz-Camacho, M., & Duarte-Félix, H. (2019). Satisfacción, aburrimiento e importancia de la educación física en la intención de realizar actividad física extraescolar en adolescentes mexicanos. *Cuadernos de Psicología del Deporte*, *19*(3), 205-215. doi: 10.6018/cpd.358461
- Barahona, J. D., García, J. M., & Pañego, M. M. (2019). Estudio de las actitudes y el interés de los docentes de primaria de educación física por las TIC en la Comunidad Valenciana. *Retos: nuevas tendencias en educación física, deporte y recreación*, *35*), 267-272. doi: 10.47197/retos.v0i35.63355
- Barrientos, E., López, V., & Pérez-Brunicardi, D. (2019). ¿Por qué hago evaluación formativa y compartida y/o evaluación para el aprendizaje en EF? Influencia de la formación inicial y permanente del profesorado. *Retos: nuevas tendencias en educación física, deporte y recreación*, *36*), 37-43. doi: 10.47197/retos.v36i36.66478
- Bermejo, J., Pulido, D., Galmes-Panades, A. M., Serra, P. Vidal, J., & Ponseti, F.J. (2021). Educación física y universidad: Evaluación de una experiencia docente a través del aprendizaje cooperativo. *Retos: nuevas tendencias en educación física, deporte y recreación*, *39*), 20.
- Betancourt, M., Bernate, J., Fonseca, I., & Rodríguez, L. (2020). Revisión documental de estrategias pedagógicas utilizadas en el área de la educación física, para fortalecer las competencias ciudadanas. *Retos: nuevas tendencias en educación física, deporte y recreación*, *38*), 845-851. doi: 10.47197/retos.v38i38.74918
- Blocken, B., Malizia, F., Van Druenen, T., & Marchal, T. (2020). Towards aerodynamically equivalent COVID-19 1.5 m social distancing for walking and running. *Urban Physics, Wind Engineering & Sports Aerodynamics*. Recuperado de <https://bit.ly/32JwZzU>
- Bogantes, C., Monge, M., González, E., Víquez, G. & Vargas, G. (2020). Sobrepeso, obesidad, niveles de actividad física y autoestima de la niñez centroamericana: un análisis comparativo entre países. *Retos: nuevas tendencias en educación física, deporte y recreación*, *37*), 238-246. doi: 10.47197/retos.v37i37.71680
- Burgueño, R., Espejo, R., López-Fernández, I., & Gil-Espinoza, F.J. (2020). Educación Física de calidad en casa para niños: una propuesta de aplicación curricular en Educación Primaria. *Journal of Sport and Health Research*. *12*(2): 270-287.
- Burgueño, R., Bonet-Medina, A., Cerván-Cantón, A., Espejo, R., Fernández-Berguillo, F., Gordo-Ruiz, F., Linares-Martínez, H., ... & Gil-Espinoza, F. (2021). Educación Física en Casa de Calidad. Propuesta de aplicación curricular en Educación Secundaria Obligatoria. *Retos: nuevas tendencias en educación física, deporte y recreación*, *39*), 787-793.
- Calatayud, M. (2019). Una oportunidad para avanzar hacia la evaluación auténtica en Educación Física. *Retos: nuevas tendencias en educación física, deporte y recreación*, *36*), 259-265. doi: 10.47197/retos.v36i36.67540
- Cañabate, D., Tesouro, M., Puiggali, J., & Zagalaz, M. (2019). Estado actual de la Educación Física desde el punto de vista del profesorado. Propuestas de mejora. *Retos: nuevas tendencias en educación física, deporte y recreación*, *35*), 47-53. doi: 10.47197/retos.v0i35.63038
- Canales-Núñez, P., Aravena, O., Carcamo-Oyarzún, J., Lorca, J., & Martínez-Salazar, C. (2018). Prácticas pedagógicas que favorecen u obstaculizan la inclusión educativa en el aula de educación física desde la perspectiva del alumnado y profesorado. *Retos: nuevas tendencias en educación física, deporte y recreación*, *34*), 212-217. doi: 10.47197/retos.v0i34.59620
- Carriedo, A., Méndez-Giménez, A., Fernández-Río, J., & Cecchini, J. A. (2020). Nuevas posibilidades y recursos para la enseñanza de la expresión corporal en educación física: internet y los retos virales. *Retos: nuevas tendencias en educación física, deporte y recreación*, *37*(37), 722-730. doi: 10.47197/retos.v37i37.69147
- Celis-Morales, C., Salas-Bravo, C., Yáñez, A., & Castillo, M. (2020). Inactividad física y sedentarismo. La otra cara de los efectos secundarios de la Pandemia de COVID-19. *Revista médica de Chile*, *148*(6), 885-886. doi: 10.4067/S0034-98872020000600885
- Chen, P., Mao, L., Nassiss, G. P., Harmer, P., Ainsworth, B. E., & Li, F.

- (2020a). Wuhan coronavirus (2019-nCoV): The need to maintain regular physical activity while taking precautions. *Journal of Sport and Health Science* 9(2), 103–104. doi: 10.1016/j.jshs.2020.02.001
- Chen, P., Mao, L., Nassis, G. P., Harmer, P., Ainsworth, B. E., & Li, F. (2020b). Returning Chinese school-aged children and adolescents to physical activity in the wake of COVID-19: Actions and precautions. *Journal of Sport and Health Science*, 9(4), 322-324. doi: 10.1016/j.jshs.2020.04.003
- COLEF, C. (2020). Recomendaciones docentes para una educación física escolar segura y responsable ante la «nueva normalidad». Minimización de riesgos de contagio de la COVID-19 en las clases de EF para el curso 2020-2021. *Revista Española de Educación Física y Deportes*, (429), 81-93.
- Contreras, G. (2010). Diagnosing Learning Assessment Difficulties at the University Level: A Specific Case in Chile. *Educación y Educadores*, 13(2), 219-238. doi: 10.5294/edu.2010.13.2.3
- Cossio-Bolaños, M. (2020). Actividad física en tiempos de cuarentena por el COVID-19 en niños y adolescentes. *Revista Peruana de ciencia de la actividad física y del deporte*, 7(2), 2-2.
- Da Costa, F. C. (2006). La enseñanza de la Educación Física ante la implantación del Espacio Europeo de Educación Superior. *Educación Física y deporte*, 25(2), 29-43.
- Declaración de Helsinki. (2015). *Principios éticos para las investigaciones médicas en seres humanos*. Sitio web <https://www.wma.net/es/policies-post/declaracion-de-helsinki-de-la-amm-principios-eticos-para-las-investigaciones-medicas-en-seres-humanos/>
- Díaz, J. (2020). Retos y oportunidades de la tecnología móvil en la educación física. *Retos: nuevas tendencias en educación física, deporte y recreación*, 37(37), 763-773. doi: 10.47197/retos.v37i37.68851
- Dixit, S. (2020). Can moderate intensity aerobic exercise be an effective and valuable therapy in preventing and controlling the pandemic of COVID-19? *Medical Hypotheses*, 143, 109854. doi: 10.1016/j.mehy.2020.109854
- Escobar-Pérez, J., & Cuervo-Martínez, Á. (2008). Validez de contenido y juicio de expertos: una aproximación a su utilización. *Avances en medición*, 6(1), 27-36.
- Fernández, J.M., Montenegro, M., Fernández, J., & Tadeu, P. (2021). Impacto de las TIC en el alumnado con discapacidad en el área de Educación Física: una revisión sistemática. *Retos: nuevas tendencias en educación física, deporte y recreación*, (39), 849-856.
- Fernández-Río, J. F. (2017). El Ciclo del Aprendizaje Cooperativo: una guía para implementar de manera efectiva el aprendizaje cooperativo en educación física. *Retos: nuevas tendencias en educación física, deporte y recreación*, (32), 264-269. doi: 10.47197/retos.v0i32.51298
- Fernández-Río, J., Calderón, A., Alcalá, D. H., Pérez-Pueyo, Á., & Cebamano, M. A. (2016). Modelos pedagógicos en educación física: consideraciones teórico-prácticas para docentes. *Revista Española de Educación Física y Deportes*, (413), 55-75.
- Fuentes, J. D. (2020). Hacia una educación física pertinente en una región de altitud del Perú en época de pandemia. *Revista Peruana de ciencia de la actividad física y del deporte*, 7(4), 2-2.
- García, R. S. (2020). La reutilización lúdica del espacio urbano en tiempos de la COVID-19. *Sociología del Deporte*, 1(1), 25-28. doi: 10.46661/socioldeporte.4999
- García, S., Sánchez, P., & Ferriz, A. (2021). Metodologías cooperativas versus competitivas: efectos sobre la motivación en alumnado de EF. *Retos: nuevas tendencias en educación física, deporte y recreación*, (39), 65-70.
- Gardner, R., & Stephens-Pisecco, T. (2019). Empowering educators to foster student resilience. The Clearing House. *A Journal of Educational Strategies, Issues and Ideas*, 92(4-5), 125-134. doi: 10.1080/00098655.2019.1621258
- Giakoni, F., Paredes, P., & Duclos-Bastías, D. (2021). Educación Física en Chile: tiempo de dedicación y su influencia en la condición física, composición corporal y nivel de actividad física en escolares. *Retos: nuevas tendencias en educación física, deporte y recreación*, (39), 24-29. doi: 10.47197/retos.v0i39.77781
- Glasser, B., (1992). *Emergence v Forcing Basics of Grounded Theory Analysis*. Sociology Press.
- Gómez, G., Rodríguez, C., & Ramos, M. (2019). La realidad virtual en el área de educación física. *Journal of Sport and Health Research*, 11(1), 177-186.
- Gómez-Gonzalvo, F., Molina-Alventosa, J. P., & Devís, J. (2018). Los videojuegos como materiales curriculares: una aproximación a su uso en Educación Física. *Retos: nuevas tendencias en educación física, deporte y recreación*, (34), 305-310. doi: 10.47197/retos.v0i34.63440
- Guillamón, A., García, E., & Martínez, H. (2020). Influencia de un programa de actividad física sobre la atención selectiva y la eficacia atencional en escolares. *Retos: nuevas tendencias en educación física, deporte y recreación*, (38), 560-566. doi: 10.47197/retos.v38i38.77191
- Guillamón, A., García, E., & Martínez, H. (2021). Ejercicio físico aeróbico y atención selectiva en escolares de educación primaria. *Retos: nuevas tendencias en educación física, deporte y recreación*, (39), 421-428.
- Guthold, R., Stevens, G. A., Riley, L. M., & Bull, F. C. (2020). Global trends in insufficient physical activity among adolescents: A pooled analysis of 298 population-based surveys with 1.6 million participants. *The Lancet Child and Adolescent Health*, 4(1), 23–35. doi: 10.1016/S2352-4642(19)30323-2
- Hall, J. A., & Ochoa-Martínez, P. Y. (2020). Enseñanza virtual en educación física en primaria en México y la pandemia por COVID-19. *Revista Ciencias de la Actividad Física UCM*, 21(2). doi: 10.29035/rcaf.21.2.4
- Hernández, A., González, I., Sánchez, Y., & Carrión, S. (2020). Los ambientes de aprendizaje en Educación Física y motivación en las primeras edades. *Retos: nuevas tendencias en educación física, deporte y recreación*, (38), 761-767. doi: 10.47197/retos.v38i38.77441
- Hernández, R., Fernández, C., & Baptista, P. (2014). *Metodología de la investigación* (6ta. ed.). México: McGraw-Hill.
- Islam, S. D. U., Bodrud-Doza, M., Khan, R. M., Haque, M. A., & Mamun, M. A. (2020). Exploring COVID-19 stress and its factors in Bangladesh: a perception-based study. *Heliyon*, 6(7), e04399. doi: 10.1016/j.heliyon.2020.e04399
- Kalazich, C., Valderrama, P., Flández, J., Burboa, J., Humeres, D., Urbina, R., ... & Valenzuela, L. (2020). Orientaciones Deporte y COVID-19: Recomendaciones sobre el retorno a la actividad física y deportes de niños niñas y adolescentes. *Revista chilena de pediatría*, 91(7), 75-90. doi: 10.32641/rchped.v91i7.2782
- Martínez-Hita, F. J. (2020). Propuestas activas en Educación Física durante el confinamiento por el Covid-19. *Lecturas: Educación Física y Deportes*, 25(266). doi: 10.46642/efd.v25i266.2178
- Melnik, Y. (2017). Monitoring of health culture formation in schoolchildren. *Journal of Physical Education and Sport*, 17(54), 2073-2079.
- Moreno, J.A., Rodríguez, C., Navas-Parejo, M., & Sola, J.M. (2020). Interés y motivación del estudiantado de Educación Secundaria en el uso de Aurasma en el aula de Educación Física. *Retos: nuevas tendencias en educación física, deporte y recreación*, (38), 333-340. doi:



- 10.47197/retos.v38i38.76832
- Muñoz-Arroyave, V., Lavega-Burgués, P., Costes, A., Damian, S., & Serna, F. (2020). Los juegos motores como recurso pedagógico para favorecer la afectividad desde la educación física. *Retos: nuevas tendencias en educación física, deporte y recreación*, (38), 166-172. doi: 10.47197/retos.v38i38.76556
- Organización de las Naciones Unidas para la Educación, la Ciencia y la Cultura. (2020). *¿Cómo estás aprendiendo durante la pandemia de COVID-19?* Recuperado el 15 de enero de 2021 de <https://es.unesco.org/covid19/educationresponse>
- Organización de las Naciones Unidas para la Educación, la Ciencia y la Cultura. (2015). *Carta internacional de la educación física, la actividad física y el deporte*. Recuperado el 5 de noviembre de 2020 de <https://cutt.ly/Cur8NNQ>
- Organización Mundial de la Salud. (2021). COVID-19: *Cronología de la actuación de la OMS*. Recuperado el 15 de enero de 2021 de <https://www.who.int/es/news/item/27-04-2020-who-timeline-covid-19>
- Orozco, J. C. (2016). Estrategias didácticas y aprendizaje de las ciencias sociales. *Revista Científica de FAREM-Estelí*, 5(17), 65-80. doi: 10.5377/farem.v0i17.2615
- Pérez P. Á., & Hortigüela A. D. (2020). ¿Y si toda la innovación no es positiva en Educación Física?: Reflexiones y consideraciones prácticas. *Retos: nuevas tendencias en educación física, deporte y recreación*, (37), 579-587. doi: 10.47197/retos.v37i37.74176
- Pérez-Herrera, A., & Cruz-López, M. (2019). Situación actual de la obesidad infantil en México. *Nutrición Hospitalaria*, 36(2), 463-469. doi: 10.20960/nh.2116
- Piedra, J. (2020). Redes sociales en tiempos del COVID-19: el caso de la actividad física. *Sociología del Deporte*, 1(1), 41-43. doi: 10.46661/socioldeporte.4998
- Pinasa, V. G. (2020). COVID-19: La crisis ha afectado a todos. *Revista Española de Educación Física y Deportes*, (429), 15-18.
- Posso, R. J., Otañez, J. M., Paz, S., Ortiz, N. A., & Núñez, L. F. X. (2020). Por una Educación Física virtual en tiempos de COVID. Podium. *Revista de Ciencia y Tecnología en la Cultura Física*, 15(3), 705-716.
- Recio, D. (2017). Video-lecciones y evaluación formativa: una práctica en educación física. *Revista Infancia, Educación y Aprendizaje*, 3(2), 272-278.
- Rodríguez, A. C., Valenzuela, A. V., & Martínez, B. J. S. A. (2016). La importancia de la educación física en el sistema educativo. *Ena3F: revista digital de educación física*, (43), 83-96.
- Román, F., Fores, A., Calandri, I., Gautreaux, R., Antúnez, A., Ordehi, D., ... & Allegri, R. (2020). Resiliencia en docentes en distanciamiento social preventivo obligatorio durante la pandemia de COVID-19. *JONED. Journal of Neuroeducation*, 1(1), 76-87. doi: 10.1344/joned.v1i1.31727
- Salazar, C. M., & Gastélum, G. (2020). Teoría de la autodeterminación en el contexto de educación física: Una revisión sistemática. *Retos: nuevas tendencias en educación física, deporte y recreación*, (38), 838-844. doi: 10.47197/retos.v38i38.72729
- Secretaría de Educación Pública. (2020). *Boletín No. 118 No se paralizó el Sistema Educativo ante la pandemia de COVID-19; regresará a clases fortalecido: Esteban Moctezuma Barragán*. Recuperado el 15 de enero de 2021 de <https://www.gob.mx/sep/es/articulos/boletin-no-118-no-se-paralizo-el-sistema-educativo-ante-la-pandemia-de-covid-19-regresara-a-clases-fortalecido-esteban-moctezuma-barragan?idiom=es#:~:text=El%20Secretario%20de%20Educaci%C3%B3n%20P%C3%BAblica,de%20la%20educaci%C3%B3n%20en%20M%C3%A9xico>.
- Shechter, A., Diaz, F., Moise, N., Anstey, D. E., Ye, S., Agarwal, S., ... & Claassen, J. (2020). Psychological distress, coping behaviors, and preferences for support among New York healthcare workers during the COVID-19 pandemic. *General hospital psychiatry*, 66, 1-8. doi: 10.1016/j.genhosppsych.2020.06.007
- Silva-Filho, E., Sales, A. L., Da Silva, J. R. D., Da Silva, D., Andrade, R., & Andrade, J. D. (2020). Physical education role during coronavirus disease 2019 (COVID-19) pandemic Physical education and COVID-19. *Motriz: Revista de Educação Física*, 26(2). /doi: 10.1590/s1980-6574202000020086
- Soares, W., Grava, M., Cassan, S., Navarro, D., Roque, T., Soares, G., & Lopes, E. (2021). Razones por las que los estudiantes de secundaria abandonan las clases de educación física. *Retos: nuevas tendencias en educación física, deporte y recreación*, (39), 705-712.
- Taylor, S., Landry, C. A., Paluszek, M. M., Fergus, T. A., McKay, D., & Asmundson, G. J. (2020). COVID stress syndrome: Concept, structure, and correlates. *Depression and Anxiety*, 37(8), 706-714. doi: 10.1002/da.23071
- Vera, I., & Gabari, I. (2019). La resiliencia como factor protector del estrés crónico en docentes. *European Journal of Investigation in Health, Psychology and Education* 9(3), 159-175.
- Villaverde-Caramés, E., Fernández-Villarino, M. A., Toja-Reboredo, B., & González-Valeiro M. A. (2021). Revisión de la literatura sobre las características que definen a un buen docente de Educación Física: consideraciones desde la formación del profesorado. *Retos: nuevas tendencias en educación física, deporte y recreación*, (41), 471-479. doi: 10.47197/retos.v0i41.84421
- Wang, G., Zhang, Y., Zhao, J., Zhang, J., & Jiang, F. (2020). Mitigate the effects of home confinement on children during the COVID-19 outbreak. *The Lancet*, 395(10228), 945-947. doi: 10.1016/S0140-6736(20)30547-X
- Zueck, M. D. C., Ramírez, A. A., Rodríguez, J. M., & Irigoyen, H. E. (2020). Satisfacción en las clases de Educación Física y la intencionalidad de ser activo en niños del nivel de primaria. *Retos: nuevas tendencias en educación física, deporte y recreación*, (37), 33-40. doi: 10.47197/retos.v37i37.69027

**Anexo**  
**Cuestionario experiencias docentes del profesorado de EF durante el confinamiento por COVID-19**

Apreciable profesor de educación física, este cuestionario tiene la finalidad de conocer sus experiencias respecto al impartir clases de EF durante el confinamiento producto de la Pandemia por COVID-19. Agradecemos su colaboración para contestar las siguientes preguntas. Es importante destacar que sus respuestas son anónimas y se utilizarán únicamente para fines de investigación.

Datos generales:

Género: Masculino/Femenino

Edad: \_\_\_\_\_

Nivel en el que imparte clases: Preescolar/ primaria/secundaria

Ubicación de la escuela: rural/urbana \_\_\_\_\_

Años de experiencia impartiendo clases: \_\_\_\_\_

Lea con detenimiento cada una de las siguientes preguntas y sea abundante en sus respuestas.

1. ¿Ha logrado cumplir con el programa de Educación Física de la Secretaría de Educación Pública durante el confinamiento por COVID-19? Si/no
2. ¿Qué estrategias didácticas ha utilizado para impartir su clase durante el confinamiento por COVID-19?
3. ¿Se siente satisfecho con el dominio de dichas estrategias didácticas? Si/no
4. En caso de que la respuesta a la pregunta anterior sea negativa, por favor explique su respuesta.
5. ¿Qué criterios de evaluación ha utilizado para conocer los avances de sus estudiantes durante el confinamiento por COVID-19?
6. ¿Cómo considera el impacto de una evaluación a distancia a sus alumnos? Por favor explique su respuesta anterior.
7. ¿Ha encontrado alguna dificultad para desarrollar su trabajo docente? Si/no
8. En caso de que respuesta anterior sea afirmativa, por favor explique su respuesta.
9. ¿Qué habilidades, actitudes o valores ha tenido que desarrollar para impartir sus clases en esta etapa de confinamiento?
10. ¿Considera que la actual situación de confinamiento pudiera afectar en alguna medida la salud de sus estudiantes? Si/no
11. En caso de que su respuesta a la pregunta anterior sea afirmativa ¿De qué manera considera que la actual situación de confinamiento pudiera afectar en alguna medida la salud de sus estudiantes?
12. ¿Ha recibido capacitación por parte de las autoridades educativas para darle a usted herramientas necesarias para afrontar el reto de la pandemia por COVID-19? Si/no
13. En caso de que si respuesta anterior fuera negativa ¿Qué capacitaciones requiere?