

# Clases de educación física y vida deportiva estudiantil en época de pandemia

## Physical education classes and student sports life in times of pandemic

Julián Esteban Cifuentes Plazas<sup>1</sup>

José Andrés Castillo Hernández<sup>2</sup>

“Empezaremos diciendo que somos unos enamorados de la educación, y que estamos convencidos de la capacidad de ésta para mejorar a los ciudadanos y ciudadanas” (Molina e Illán, 2008, p. 27) Por lo tanto, como docentes especialistas e investigadores, ese amor y convencimiento deben reflejarse en estrategias pedagógicas implementadas durante las clases de educación física (EF).

### Resumen

La Educación Física y deportiva escolar tienen la capacidad de coadyuvar en la formación de la personalidad del estudiante, en la definición y el fortalecimiento de su proyecto de vida. Surge así el objetivo de conocer en qué medida las clases de educación física y los métodos que en ella se aplican, influyeron en la vida deportiva de los estudiantes de la Institución Educativa Jorge Abel Molina, durante el año 2021, a raíz de las situaciones generadas por la pandemia covid-19. Metodológicamente, es una investigación de campo, de corte cuantitativo, con método hipotético-deductivo, diseño no experimental, transeccional descriptivo, fundamentándose en un estudio de tipo exploratorio y descriptivo. En esta investigación, se emplearon como instrumentos de recolección de información, cuestionarios y fichas de observación dirigidas tanto a los docentes especialistas en el área de educación física, como a sus estudiantes de 5° al 11°, analizando las diferentes estrategias pedagógicas implementadas durante las distintas modalidades de clases presenciales, alternancia y virtualidad desarrolladas como consecuencia de la pandemia Covid-19, las cuales repercutieron positivamente en la vida deportiva de estos estudiantes doncellences, quienes demostraron interés, participaron, proponiendo variantes en las diferentes fases de las clases de Educación Física.

**Palabras clave:** clases, estudiantes, influencia, pandemia, vida.

---

<sup>1</sup> Magíster en Gestión de la Informática Educativa  
Universidad Americana de Europa  
[Juescipla20@hotmail.com](mailto:Juescipla20@hotmail.com)

<sup>2</sup> Investigador, Doctor en Sistemas y Ambientes Educativos, Miembro del Padrón Veracruzano de Investigadores PVI/21/65 del Consejo Veracruzano de Investigación Científica y Desarrollo Tecnológico (COVEICyDET), American Psychological Association (APA) member ID is C2002490760, de la Asociación de Autores Científico-Técnicos y Académicos [Número 1252] (ACTA); y Miembro en la Asociación de autores y editores de libros, revistas, periódicos y partituras (CEDRO, A30601), docente de la UNADE. ORCID ID: <https://orcid.org/0000-0001-9403-8605>, Email: [doctor\\_andres\\_castillo@acta.es](mailto:doctor_andres_castillo@acta.es)

Recibido: 09 de enero de 2021  
*Received: January 09, 2021*

Aceptado: 12 de diciembre de 2021  
*Accepted: December 12, 2021*

## **Abstract**

Physical Education and school sports can contribute to the formation of the student's personality, in the definition and strengthening of his or her life project. Thus, the objective arises to know to what extent the physical education class and the methods applied in it influenced the sports life of the students of the Jorge Abel Molina Educational Institution, during the year 2021, as a result of the situations generated by the pandemic covid-19. Methodologically, this study is field research, quantitative, following a hypothetical-deductive method, non-experimental design, descriptive transectional, based on an exploratory and descriptive study. In this research, questionnaires and observation cards were used as instruments for data collection, directed both to teachers specialized in the area of physical education and to their students from 5th to 11th grade, analyzing the different pedagogical strategies implemented during the different modalities of face-to-face classes, alternation, and virtuality developed as a consequence of the Covid-19 pandemic, which had a positive impact on the sports life of these Doncellences students, who showed interest, participated, proposing variants in the different phases of the Physical Education classes.

**Keywords:** classes, students, influence, pandemic, life.

## **Introducción**

La educación física viene acogiendo y ocupando un papel fundamental en la sociedad deportiva, siendo la vida escolar uno de los eslabones fundamentales para su motivación y desarrollo. En este sentido, el presente estudio, hizo énfasis en la influencia que tiene esta asignatura para la vida deportiva de los alumnos de secundaria de la Institución Educativa Jorge Abel molina, del municipio El Doncello, Departamento de Caquetá de Colombia, durante el transcurso del año 2021, a raíz de las peculiares circunstancias que ha traído la pandemia de Covid-19, la cual transformó sustancialmente entre otras, las dimensiones educativas y deportivas en la vida de estos jóvenes.

Si bien “La irrupción de las tecnologías de la información y de la comunicación (TIC)

en todos los ámbitos de la vida cotidiana, han supuesto un cambio de mentalidad en las personas, y por supuesto, en el contexto educativo”. (Melero y Ardoy, 2020, p. 5), durante el año 2021 y en medio de la pandemia de Covid-19, el empleo de la tecnología (internet, celulares y computadoras) dentro de la educación, ha dejado de constituir una simple alternativa novedosa, para convertirse en una auténtica necesidad. Así las cosas, la continuidad de la formación integral de los alumnos, garantizado como derecho “en la Carta Constitucional y la legislación que permite desarrollarla como un servicio público, para satisfacer necesidades fundamentales de calidad de vida, bienestar y competencias sociales para la convivencia” (MEN, 2020, p. 17), se presenta como un desafío que ha llevado a que las clases de EF, se desarrollen mediante la modalidad no presencial de virtualidad, y presenciales en la modalidad

de alternancia (MEN, 2021). De esta manera, surgió la necesidad de formular nuevos modelos pedagógicos, que se presenten como paradigmas para "situarnos y que nos sirva para analizar, interpretar, comprender, orientar, dirigir y transformar nuestra acción educativa" (León, 2020, p. 92).

Después de todo, el estado colombiano establece como uno de sus objetivos "la implantación y fomento de la educación física para contribuir a la formación integral de la persona en todas sus edades y facilitarle el cumplimiento eficaz de sus obligaciones como miembro de la sociedad" (Ley 181, 1995, Artículo 1). Al respecto, ha de tenerse presente que "una de las condiciones del ejercicio de los derechos humanos es que todas las personas dispongan de la libertad y la seguridad para desarrollar y preservar su bienestar y sus capacidades físicas, psicológicas y sociales" UNESCO, 2015, p. 1), y de manera muy particular los derechos de los niños y adolescentes, los cuales son especialmente protegidos en Colombia por los Artículos 44 y 45 de la Constitución Política.

En consecuencia, en el presente artículo se darán a conocer los resultados de un trabajo de investigación de mayor extensión, haciendo énfasis en la percepción de la clase de EF, y la incidencia de esta en los niveles de actividad física y práctica deportiva que realizan los estudiantes que constituyen la población de aquel objeto de estudio.

De igual forma, hay consenso dentro de la doctrina especializada en que "existe la necesidad de incorporar a la cultura y a la educación aquellos conocimientos y destrezas, que relacionados con el cuerpo y la actividad motriz, contribuyen al desarrollo personal y a una mejora de la

calidad de vida" (Moreno & Hellín 2007, p. 2), conocimientos que son aportados por las clases de EF a todos los estudiantes, potenciando el bienestar individual a niveles físico y psicológico, mejorando su estado de salud, promoviendo hábitos más saludables, previniendo el sedentarismo, incrementando el autoestima y proporcionando una sana autoimagen. Asimismo, fomentan el bienestar colectivo a corto, mediano y largo plazo, contribuyendo con la formación integral de individuos sociables y proactivos, que saben trabajar en equipo, dar lo mejor de sí y desarrollar relaciones interpersonales sanas, felices, constructivas y armoniosas, por cuanto "La educación física escolar (EF) ha sido reconocida como uno de los contextos más importantes para obtener hábitos de actividad física de por vida en la juventud" (Koka y Hagger, 2010, como se citó en Ada, Kazak y Nkalp, 2018, p. 2).

En este sentido, es importante empezar a presentar proyectos y gestiones a nivel municipal que fortalezcan la dotación de instrumentos y materiales utilizados en las clases de EF, que ayuden con la implementación de metodologías, estrategias y herramientas empleadas por los docentes del área, de cara al empleo de las nuevas tecnologías, con miras a dar continuidad a la formación de los educandos ante cualquier tipo de contingencia, como la que se ha generado con la pandemia de Covid-19. De igual forma, se aspira concientizar sobre la importancia de esta asignatura, a fin de vincular a los entes gubernamentales en la apropiación del mejoramiento en cuanto a recursos de infraestructura, y material didáctico, que facilite el diseño y ejecución de estrategias dentro de las instituciones educativas que promuevan el desarrollo de prácticas lúdicas, deportivas y culturales por medio de la EF.

Con base a lo anteriormente expuesto, se desarrolló esta investigación cuyo objetivo fue conocer en qué medida las clases de educación física y los métodos que en ella se aplican, influyen en la vida deportiva de los estudiantes de la institución educativa Jorge Abel Molina, durante el año 2021, a raíz de las situaciones generadas por la pandemia de Covid-19.

### **Metodología**

En el presente trabajo, se adoptó una estrategia investigativa que corresponde al tipo Investigación de campo, para cuyo desarrollo se asumió el enfoque paradigmático cuantitativo, con miras a llevar a la práctica el “método hipotético-deductivo” (Hurtado y Toro, 2005, p. 48), enmarcándose dentro de un diseño no experimental, transeccional descriptivo (Hernández, Fernández & Baptista, 2014, p. 103) y fundamentándose según el nivel de conocimiento o análisis, en un estudio de tipo exploratorio y descriptivo (Hernández et al., 2014, p. 71).

A tales fines, se aplicaron como instrumentos de recolección de información fichas de observación y sendos cuestionarios dirigidos a los docentes especialistas en el área de EF, así como a los estudiantes de 5° al 11° de la Institución Educativa Jorge Abel Molina del Doncello, Caquetá.

Para la elaboración de instrumentos de recolección de datos que fuesen tanto confiables como válidos (Hernández et al., 2014, p. 298), se tuvo como sustento inicial los conocimientos recogidos en la doctrina calificada de la materia, y en las investigaciones previas sobre estos tópicos. De esta manera, surgieron las diferentes categorías: “demuestra interés; participa y propone variantes”, de las variables: “calentamiento; juegos y ejercicios; y estiramiento”, presentes en

las fichas de observación para su registro pormenorizado, individualizando el desempeño de cada estudiante, Analizadas con tablas de doble entrada, de frecuencias y porcentajes, realizándose la prueba estadística chi cuadrada, considerando un nivel de significancia de 0.05 y aplicándose un análisis de correspondencia simple.

Con respecto a los cuestionarios, teniendo como cimiento la reflexión teórica inicial, se elaboró un primer bosquejo de preguntas, el cual sufrió modificaciones, sometiendo cada pregunta planteada a un extenso análisis crítico, en donde cada uno de los enunciados, fue diseñado considerando los objetivos específicos de esta investigación. Posteriormente, se recurrió a la opinión calificada de un experto en estadística para que realizara la respectiva revisión de los instrumentos, previa a su aplicación, obteniéndose una herramienta que permitió recolectar la información de una manera efectiva.

El cuestionario para estudiantes recogió en su sección a) Datos generales, información relativa a 170 participantes en el estudio, de una población de 180 alumnos, cuya edad promedio es de 14.73 años, la mínima 10 años y la máxima 20 años, con una variabilidad de 2.27 años. Con respecto al género, el 50.33% son mujeres y 49.67% son hombres. De acuerdo al grado que cursan, el 9.74% son de quinto, el 10.39% de sexto, 16.88% de séptimo, 16.23% de octavo, 12.99% noveno y 7.79% décimo grado. Asimismo, contó con 10 preguntas politómicas cerradas, con alternativas de respuesta suficientemente amplias (Hernández et al., 2014, p. 166). Cinco de estas preguntas, la 1ª, 3ª, 4ª, 5ª y 6ª presentan categorías de respuesta con alternativas variadas no relacionadas entre sí; mientras que las otras cinco, la 2ª, 7ª, 8ª, 9ª, y 10ª admiten respuestas múltiples,

para identificar las percepciones de los estudiantes de secundaria hacia las clases de EF y los métodos que en ella se aplican durante la virtualidad, la alternancia y las clases presenciales.

Obtenidos los datos, se analizó la distribución de frecuencias de cada pregunta a través de gráficos de barras. Se obtuvieron tablas de doble entrada con la finalidad de comparar las respuestas de cada pregunta de acuerdo al grado que cursan los estudiantes. Finalmente, se aplicó la prueba exacta de Fisher para determinar si las respuestas de cada pregunta difieren de acuerdo al grado que cursan los estudiantes, considerándose un nivel de significancia de 0.05. El análisis de datos se realizó mediante el software R Project versión 4.1.1.

Por su parte el cuestionario dirigido a los docentes de EF de secundaria que laboran dentro de la institución educativa Jorge Abel Molina, recoge en su sección a) Datos generales, información relativa a seis profesores de EF, cuya edad promedio es de 48.83 años, la mínima de 37 años y máxima de 56 años, con una variabilidad de 6.49 años. Con respecto al género, 4 (66.67%) son mujeres y 2 (33.33%) hombres; 3 (50%) de los docentes tienen una antigüedad de 11 a 15 años y 3 (50%) más de 20 años. De acuerdo a la escolaridad, 1 (16.67%) tiene licenciatura, 3 (50%) especialidad y 2 (33.33%) maestría; 6(100%) de los participantes son docentes de tiempo completo.

Asimismo, este cuestionario establece 9 preguntas politómicas cerradas, las cuales ofrecen categorías de respuestas múltiples suficientemente amplias. De esta manera se dio libertad a los encuestados en la comunidad educativa, para abordar con amplitud y profundidad el tema objeto de la investigación, y determinar las distintas

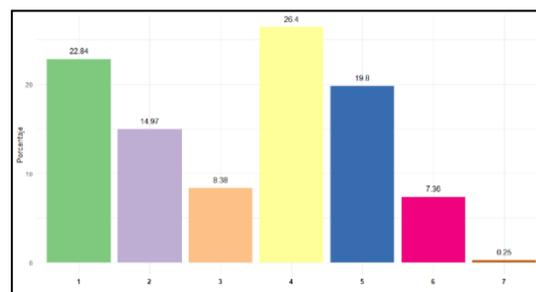
metodologías empleadas por los docentes para la orientación de la asignatura de EF en la institución, durante la virtualidad, la alternancia y las clases presenciales.

Para el análisis de los resultados obtenidos con este instrumento, al considerar que solamente se dispuso de seis entrevistas a docentes, el estudio estadístico consistió en analizar las tendencias de cada una de las preguntas a través de tablas de porcentajes y frecuencia.

## Resultados

La información obtenida en el desarrollo de esta investigación, serán presentados principalmente mediante el uso de gráficos y tablas que reflejan las respuestas de los docentes de EF y sus estudiantes en torno a las distintas metodologías empleadas para la orientación de la asignatura en la institución, durante la virtualidad, la alternancia y las clases presenciales.

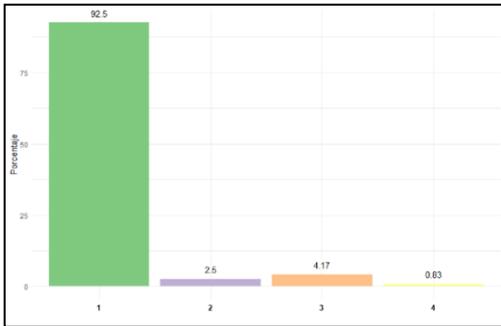
### Resultados del cuestionario para estudiantes



1. Diversión, 2. Compartir amigos, 3. Salir de casa, 4. Mejorar físicamente, 5. Salud, 6. Competir, 7. Otro

### Figura 1. Motivación para realizar deporte.

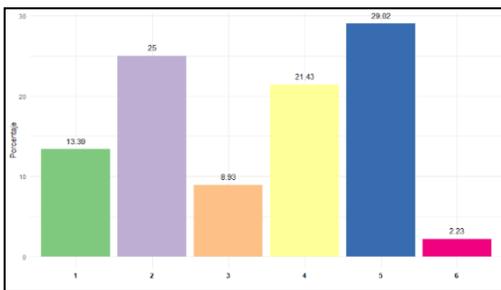
Fuente: Elaboración propia.



1. Es muy importante 2. Es aburrido y tedioso, 3. Te hace sentir incomodidad, 4. Te es indiferente

**Figura 2. Lugar que ocupa el deporte en tu vida.**

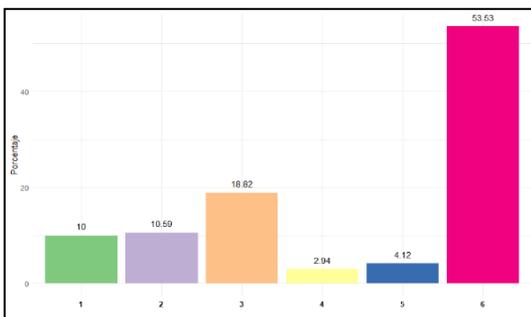
Fuente: Elaboración propia.



1. Emoción y aventura, 2. Fuerza y confianza, 3. Optimismo y entusiasmo, 4. Éxito y superación personal, 5. Todas las anteriores, 6. Ninguna de las anteriores

**Figura 3. Emociones y sentimientos positivos que hace sentir la práctica de deporte**

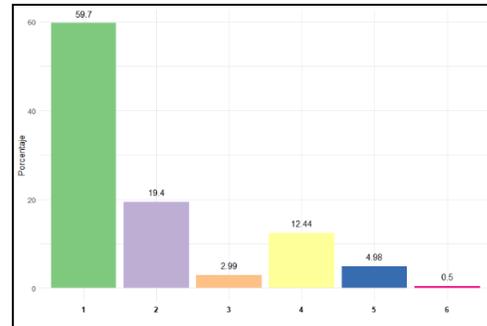
Fuente: Elaboración propia.



Tristeza y dolor, 2. Angustia y estrés, 3. Derrota y decepción, 4. Rabia y rencor, 5. Todas las anteriores, 6. Ninguna de las anteriores

**Figura 4. Emociones y sentimientos negativos que hace sentir la práctica de deporte.**

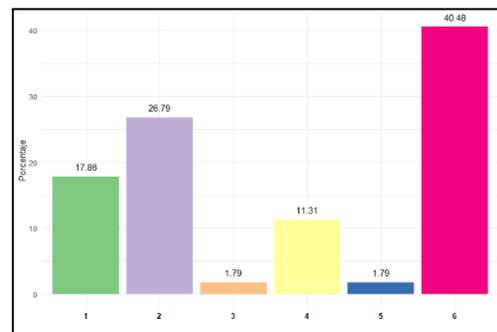
Fuente: Elaboración propia.



Casa, 2. Cancha, 3. Gimnasio, 4. Parque, 5. Campo, 6. Otro

**Figura 5. Instalaciones utilizadas para las clases de EF, desarrolladas mediante la modalidad no presencial.**

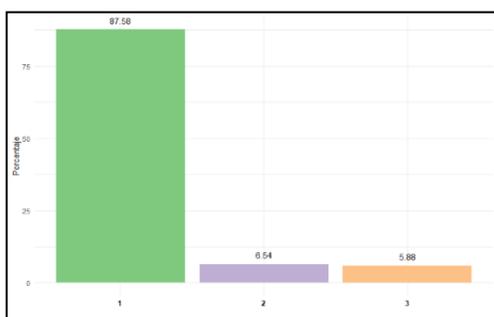
Fuente: Elaboración propia.



Fútbol de salón, 2. Baloncesto, 3. Patinaje, 4. Fútbol sala, 5. Atletismo, 6. No participo ni pertenezco a un equipo

**Figura 6. Equipo deportivo del cual formas parte en la institución.**

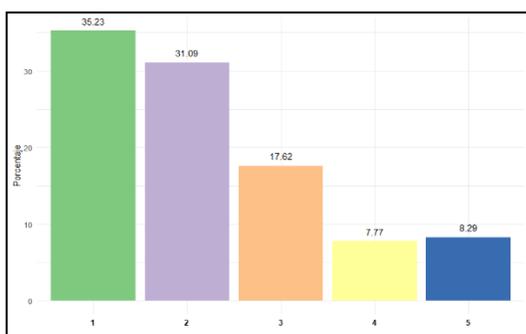
Fuente: Elaboración propia.



1. Te agradan, 2. Te disgustan, 3. Te aburren, 4. Te incomodan

**Figura 7. Evaluación de los contenidos impartidos en las clases de EF.**

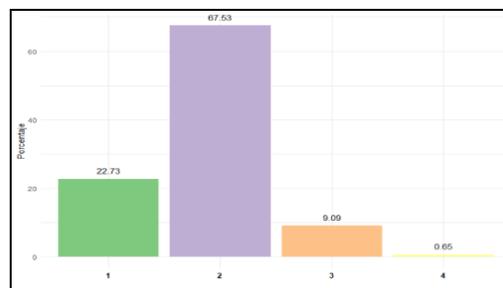
Fuente: Elaboración propia.



1. Participar en todos los eventos deportivos, 2. Participar casi siempre en los eventos deportivos, 3. Participar solo en los eventos deportivos para los que tienes más habilidad, 4. Participar solo en los eventos deportivos que son obligatorios dentro de la institución, 5. Evitar participar en los eventos deportivos

**Figura 8. De qué forma te motivan las clases de EF.**

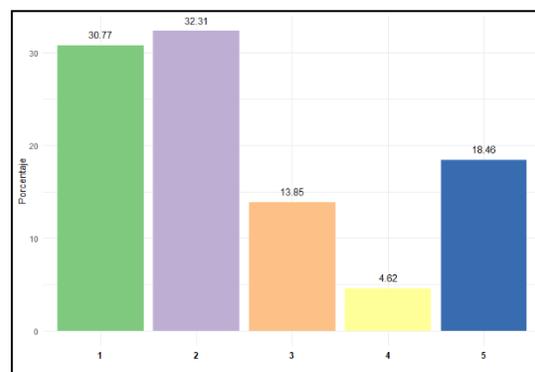
Fuente: Elaboración propia.



1. Estudiar o trabajar en el área deportiva, 2. Continuar participando en actividades deportivas de forma recreativa, 3. Observar a los demás practicar deporte, 4. No quieres saber nada que se relacione con el deporte.

**Figura 9. Las clases de EF, influyen en tu proyecto de vida y has considerado.**

Fuente: Elaboración propia.



1. Una hora, 2. Dos horas, 3. Tres horas, 4. Cuatro horas, 5. Cinco o más horas

**Figura 10. Horas a la semana que dedica a la práctica de deporte.**

Fuente: Elaboración propia.

## Resultados del cuestionario para docentes

**Tabla 1.** Metodologías empleadas para la orientación de las clases de EF, durante la modalidad no presencial de virtualidad, la modalidad de alternancia y de manera presencial.

<b>Metodologías empleadas para la orientación de las clases de EF y sus porcentajes de aplicación</b>					
<b>Durante la modalidad no presencial de virtualidad</b>	<b>%</b>	<b>Durante la modalidad de alternancia</b>	<b>%</b>	<b>De manera presencial</b>	<b>%</b>
<b>1. Guías de estudio de trabajo individual del alumno, sujetas al plan de estudios y a los lineamientos propuestos por el MEN</b>	16.67	1. Trabajo individual de manera física teniendo en cuenta los protocolos de bioseguridad y el distanciamiento social	83.33	1. Trabajo en equipo	50.00
<b>2. Guías de estudio de trabajo con acompañamiento de los padres o del acudiente, sujetas al plan de estudios y a los lineamientos propuestos por el MEN</b>	83.33	2. Trabajo físico por grupos para mostrar Sus habilidades frente a sus compañeros, teniendo en cuenta los protocolos de bioseguridad	33.33	2. Trabajo cooperativo y colaborativo	66.67
<b>3. Clases virtuales para solucionar dudas sobre las evidencias a presentar y el tipo de esfuerzo físico a realizar dependiendo del grado</b>	33.33	3. Trabajo teórico cooperativo y colaborativo mediante mesas redondas en el aula	33.33	3. Test de entrada y salida	33.33
<b>4. Producción de videos y tutoriales para orientar el desarrollo de las actividades físicas deportivas que deben realizar los estudiantes</b>	33.33	4. Desarrollo de talleres para los sub grupos que no asisten a clases presenciales	16.67	4. Mesas redondas y de discusión	50.00
<b>5. Guías de aprendizaje basadas en la flexibilidad curricular para trabajar de manera transversal con otras asignaturas</b>	16.67	5. Guías de estudio y acompañamiento con llamadas y video llamadas para coordinar los ejercicios físicos de los sub grupos que no asisten a clases presenciales	33.33	5. Trabajo practico mediante juegos y ejercicios	83.33
				6. Trabajo practico individual con utilización del escenario deportivo	16.67
				7. Trabajo practico en grupo con utilización del escenario deportivo, conservando el distanciamiento social	50.00

**Fuente:** Elaboración propia

**Tabla 2.** Estrategias pedagógicas para la orientación de las clases de EF, durante la modalidad no presencial de virtualidad, la modalidad de alternancia y de manera presencial.

<b>Estrategias pedagógicas que se aplican en las clases de EF y sus porcentajes de aplicación</b>					
<b>Durante la modalidad no presencial de virtualidad</b>	<b>%</b>	<b>Durante la modalidad de alternancia</b>	<b>%</b>	<b>De manera presencial</b>	<b>%</b>
<b>1. Empleo de guías pedagógicas</b>	66.67	1. Adquisición de conocimientos y conceptos propios de la actividad o temática que se pretenda desarrollar (vocabulario especializado)	50.00	1. Desarrollo integral e interacción aprendiendo jugando y participando	66.67
<b>2. Empleo de guías didácticas</b>	16.67	2. Ejercicios físicos de elasticidad dirigidos por el docente	83.33	2. Clase dirigida CON temáticas explicadas en el aula y ejecutadas en la cancha	50.00
<b>3. Clases virtuales a través de plataformas digitales zoom</b>	33.33	3. Ejercicios físicos de movilidad dirigidos por el docente	50.00	3. Trabajos en equipo para promover el desarrollo de las competencias y habilidades físicas, las destrezas y las percepciones que fortalezcan el conocimiento y la interacción con el entorno	83.33
<b>4. Observación de videos ilustrativos generados por el docente con ejemplos de ejercicios</b>	66.67	4. Ejercicios físicos de resistencia dirigidos por el docente	66.67	4. Empleo del descubrimiento guiado	16.67
<b>5. Observación de videos disponibles en YouTube</b>	50.00	5. Correcciones de los ejercicios desarrollados en tiempo real	66.67	5. Empleo de la enseñanza recíproca	16.67
<b>6. Acompañamiento mediante llamadas y videollamadas</b>	66.67	6. Empleo del descubrimiento guiado	0		
<b>7. Investigación de contenidos temáticos afines al área</b>	16.67	7. Empleo de la enseñanza recíproca	16.67		
<b>8. Socialización de las investigaciones a través de plataformas gratuitas que permiten interactuar y retroalimentar los conocimientos adquiridos</b>	16.67	8. Juegos y competiciones deportivas	16.67		
<b>9. Explicación del docente mediante recursos tecnológicos de las diferentes guías suministradas</b>	16.67	9. Desarrollo de talleres	16.67		

**Fuente:** Elaboración propia

**Tabla 3.** Herramientas y materiales utilizados para la orientación de las clases de EF, durante la modalidad no presencial de virtualidad, la modalidad de alternancia y de manera presencial.

<b>Herramientas y materiales utilizadas para el desarrollo de las clases de EF y su porcentaje de aplicación</b>						
<b>Durante la modalidad presencial de virtualidad</b>	<b>la no de</b>	<b>%</b>	<b>Durante la modalidad de alternancia</b>	<b>%</b>	<b>De manera presencial</b>	<b>%</b>
<b>1. Celular</b>		83.33	1. Videos deportivos	33.33	1. Espacios deportivos comunes sin áreas definidas para garantizar el distanciamiento social	16.67
<b>2. Cámara</b>		33.33	2. Fotocopias de material documental y análisis de información	33.33	2. Espacios deportivos definidos para garantizar el distanciamiento social	83.33
<b>3. Computador</b>		83.33	3. Espacios deportivos comunes sin áreas definidas para garantizar el distanciamiento social	66.67	3. Material deportivo suministrado por la institución para el uso individual de cada estudiante como: balones, aros, escaleras atléticas, colchonetas, bates y raquetas	50.00
<b>4. Guías de aprendizaje</b>		83.33	4. Espacios deportivos definidos para garantizar el distanciamiento social	50.00	4. Material deportivo suministrado por la institución para el uso grupal, como: balones, vallas, cuadros reflectantes, aros, escaleras atléticas, conos, colchonetas, bates y raquetas	83.33
<b>5. Material deportivo suministrado por la institución</b>		16.67	5. Material deportivo suministrado por la institución para el uso individual de cada estudiante como: Balones, aros, escaleras atléticas, colchonetas, bates y raquetas	33.33		
<b>6. Material deportivo personal</b>		16.67	6. Material deportivo suministrado por la institución para el uso grupal, como: balones, vallas, cuadros reflectantes, aros, escaleras atléticas, conos, colchonetas, bates y raquetas	33.33		
<b>7. Objetos y utensilios del hogar</b>		66.67				
<b>8. Plataforma virtual zoom</b>		16.67				

<b>9. Plataforma virtual Meet</b>	16.67
<b>10. Aplicación Whatsapp</b>	50.00

**Fuente:** Elaboración propia

### Resultados de las fichas de observación

**Tabla 4.** Nivel de interés y participación de los alumnos en las clases de EF.

Fase de la clase de EF	Porcentajes de participación en las Clases de EF					
	Muestra interés			Participa y propone variantes		
	No muestra interés	Interés parcial	Sí muestra interés	No muestra interés	Interés parcial	Sí muestra interés
<b>Calentamiento (Fase inicial)</b>	12.24%	29.25%	58.50%	18.62	47.59%	33.79%
<b>Juegos y ejercicios (Fase central) Estiramiento (Fase final)</b>	5.44%	28.57%	65.99%	<b>10.42</b>	<b>41.67%</b>	<b>47.92%</b>
	10.88%	34.69%	54.42%	<b>18.62</b>	<b>18.37%</b>	<b>46.94%</b>
					<b>34.69%</b>	

**Fuente:** Elaboración propia

### Discusión

Llegado este punto vale la pena cuestionarse y valorar:

¿Qué finalidades debe perseguir la Educación Física en el contexto escolar?; ¿qué conocimientos, valores, actitudes y capacidades deben presentar los alumnos en el final de una determinada fase de su escolaridad?; ¿qué es una enseñanza de calidad en Educación Física? (Carreiro da Costa, 2009, p. 14)

En este sentido, los resultados obtenidos de los cuestionarios aplicados a los estudiantes, demuestran que para el 26.4% de los participantes, la motivación principal para la realización del deporte es mejorar físicamente y para el 22.84% por diversión, lo cual coincide con hallazgos de investigaciones previas (Gaviria, 2016;

Tovar, 2021, y Trigueros-Ramos et al., 2019).

Por otra parte, es de destacar que el 92.5% de los estudiantes mencionan que el deporte ocupa un lugar muy importante en su vida (Gaviria, 2016, y Trigueros-Ramos et al., 2019). De allí que los sentimientos positivos que mayormente prevalecen entre los estudiantes que participaron en el estudio fueron: fuerza y confianza con el 25%, y éxito y superación personal con el 21.43%, razones por las cuales se entiende que el 53.53% mencionaron no haber manifestado ningún sentimiento negativo, siendo que la derrota y decepción asociada al deporte tubo el porcentaje más alto, con el 18.82%. Datos que hay que comprender a la luz de lo concluido por trabajos previos (Trigueros-Ramos et al., 2019) en

los que se manifiesta que el apoyo a la autonomía por parte del docente de EF, incide de forma positiva en la confianza, la diversión y la motivación de los alumnos; mientras que el control psicológico del docente de la asignatura, afecta de forma negativa en dichos factores. Asimismo, la confianza repercute positivamente en la motivación, al igual que la diversión redundante en la motivación, siendo esta un factor determinante en la intención de ser físicamente activo.

Para la participación en la clase de EF durante la modalidad no presencial, el 59.7% de los participantes utilizaron como instalaciones sus propias casas, seguido del 19.4% quienes usaron canchas. Por otra parte, al verificar la evaluación de los contenidos impartidos en las clases de EF, el 87.58% indicaron que le agradaron, razón por la cual los datos recogidos indican que las clases de EF motivaron al 66.32% de los estudiantes a participar en todos o casi todos los eventos deportivos, datos que coinciden con trabajos científicos anteriores (Gómez-Mármol, Sánchez-Alcaraz Martínez, y Bazaco-Belmonte 2017, Tovar 2021, y Trigueros-Ramos et al., 2019); pero que contrastan con los obtenidos a través del cuestionamiento realizado a los participantes respecto al equipo deportivo al cual forman parte en la institución donde estudian, ya que el 40.48% mencionó que no participan ni pertenecen a un equipo. Al respecto, los equipos con mayor participación son el de baloncesto con el 26.79%, fútbol de salón con 17.86% y fútbol sala con 11.31%.

En este sentido, se vislumbra como probable explicación a tal contradicción las peculiares circunstancias derivadas de la pandemia de Covid-19, que conducen al establecimiento de políticas sanitarias como medidas de bioseguridad y

distanciamiento social (OMS, 2008), para evitar su propagación, limitando la participación deportiva de los estudiantes doncellences durante el año 2021, generándose la necesidad de que investigaciones futuras realicen un análisis comparativo respecto a la participación estudiantil en los diferentes equipos deportivos de la institución educativa, durante un rango que abarque desde los años anteriores hasta los posteriores a la crisis de salud mundial generada por el Coronavirus.

De acuerdo a cómo ha influido las clases de EF en los participantes, el 67.53% de los estudiantes mencionaron, que desean continuar participando en actividades deportivas como así lo habían demostrado diversos estudios realizados en esta materia sobre poblaciones escolares diferentes (Gaviria, 2016, y Úbeda, 2017). Teniéndose en este apartado que el 22.73% de los participantes han considerado estudiar o trabajar en el área deportiva, porcentaje sumamente representativo, que corrobora como el andamiaje curricular característico de esta materia tiene un impacto beneficioso sobre las dinámicas motivacionales, desarrolladas en el proceso de enseñanza-aprendizaje del contenido deportivo en clase de EF, como lo sostienen estudios previos (Burgueño et al., 2020, y Trigueros-Ramos et al., 2019)

Al respecto, los datos recogidos sobre las horas semanales dedicadas a la práctica de deporte por los participantes, indican que el 63.08% dedica solamente entre una y dos horas, cifras comparativamente bajas si se observan los resultados de otros estudios sobre el tema (Gómez-Mármol et al., 2017, y Úbeda, 2017); no obstante, en el presente estudio no se consideró si para los participantes esta cantidad de horas de práctica semanales es suficiente, quedando

pendiente como un nuevo tema para abordar en futuras investigaciones.

La clase de EF “se centra en garantizar la adquisición de conocimientos aplicables a distintas situaciones y contextos cercanos a la vida real” (León, 2020, p. 495), por ende, en las diferentes modalidades en que se desarrolló la asignatura durante el año 2021, se observa la clara necesidad de adaptar las metodologías, estrategias y herramientas, satisfaciendo las necesidades existentes, con los recursos disponibles.

Teniendo en cuenta que las metodologías activas son un reclamo pedagógico y didáctico que aportan un mayor número de posibilidades educativas, yendo más allá de los simples principios generales o técnicas para la práctica, al ofrecer variedad de alternativas para la selección, organización y distribución del conocimiento propios de la EF (León, 2020), teniéndose que en los resultados de la encuesta aplicada a los docentes sobre las distintas metodologías empleadas para la orientación de la asignatura de EF, durante la virtualidad, la alternancia y las clases presenciales, se identifican los siguientes hallazgos:

Durante la virtualidad, la mayoría de los participantes emplearon guías de estudio de trabajo con acompañamiento de los padres o del acudiente (83.33%); durante la alternancia, la metodología que esencialmente utilizan para la orientación de las clases de EF fue el trabajo individual de manera física teniendo en cuenta los protocolos de bioseguridad y el distanciamiento social (83.33%); mientras que el trabajo práctico mediante juegos y ejercicios (83.33%), y el trabajo cooperativo y colaborativo (66.67%), son las más empleadas de manera presencial.

En este orden de ideas, las clases de EF deben ser entendidas como proceso pedagógico y didáctico con implicaciones eminentemente educativas (Educación a través del deporte), y dirigido hacia la participación en la cultura del movimiento (Educación en deporte), que constituyan instrumento de educación en valores y para la salud, y como entrenamiento para la práctica social de actividades físicas orientadas a la salud y calidad de vida (Barajas., 2019). Ahora bien, Las estrategias pedagógicas que primordialmente fueron aplicadas por los docentes doncellences durante la modalidad no presencial son el empleo de guías pedagógicas (66.67%), observación de videos ilustrativos generados por el docente con ejemplos de ejercicios (66.67%), y acompañamiento mediante llamadas y video llamadas (66.67%); durante la alternancia, aplicaron ejercicios físicos de elasticidad dirigidos por el docente (83.33%), ejercicios físicos de resistencia dirigidos por el docente (66.67%), y correcciones de los ejercicios desarrollados en tiempo real (66.67%); mientras que los trabajos en equipo para promover el desarrollo de las competencias y habilidades físicas, las destrezas y las percepciones que fortalezcan el conocimiento y la interacción con el entorno (83.33%), son las más aplicadas en la modalidad presencial. Igualmente, se destaca que en dichas estrategias es posible encontrar comportamientos docentes de apoyo al desarrollo de la autonomía del alumnado, a fin de que puedan “aprender a aprender” (Argüelles y Nagles, 2004, p. 66), al comprender, construir, regular y controlar su propio proceso de aprendizaje durante las clases de EF, como se ha recomendado en investigaciones previas (Aguado, 2017, y Trigueros-Ramos et al., 2019).

De igual manera, la experiencia investigativa y docente pone de manifiesto que “el profesor debe incentivar a los alumnos, involucrándose y participando junto a ellos, dando ejemplos, actividades que sean dinámicas y de interés de los alumnos, ocupar diferentes materiales tanto tradicionales como no tradicionales” (Reino et al. 2013, p. 10). En este sentido, se estimó necesario abordar lo concerniente a las herramientas, materiales, instrumentos y objetos que sirven en el desarrollo de la enseñanza (González-Fernández et al., 2020).

Además las herramientas y materiales más utilizadas por el profesorado para el desarrollo de clases de manera no presencial fueron el celular (83.33%), computador (83.33%), guías de aprendizaje (83.33%), objetos y utensilios del hogar (66.67%) y aplicación WhatsApp (50%); mientras que las primordialmente utilizadas durante la alternancia fueron: espacios deportivos comunes sin áreas definidas para garantizar el distanciamiento social (66.67%) y espacios deportivos definidos para garantizar el distanciamiento social (50%); por su parte los espacios deportivos definidos para garantizar el distanciamiento social (83.33%) y material deportivo suministrado por la institución para el uso grupal (83.33%) son los más utilizados durante la modalidad presencial. Lo anterior indica una clara presencia de competencias digitales por parte de docentes y alumnos, para abordar “el acceso y la gestión de la información, así como la creación y difusión de contenidos” (González-Fernández et al., 2020, p. 27).

Con respecto al interés demostrado por los estudiantes durante las diferentes fases de las clases de EF, el análisis de las fichas de observación arroja que la mayoría de los

participantes muestran interés (58.50% en la fase de calentamiento, 65.99% en la fase de juegos y ejercicios y 54.42% en la fase de estiramiento), mientras que los que muestran un interés parcial (29.25% calentamiento, 28.57% en la fase de juegos y ejercicios y 34.69% en la fase de estiramiento). Finalmente están los que no muestran interés (12.24% en calentamiento, 5.44% en la fase de juegos y ejercicios y 10.88% en estiramiento). En este sentido, la motivación en la práctica de deportes como baloncesto y fútbol en la edad escolar, implica un agente de activación emocional en los alumnos (Medina, 2017).

Asimismo, la práctica deportiva escolar tiene el potencial de promover en los alumnos la capacidad de inhibición, las funciones ejecutivas globalizadas, la valencia emocional, y la activación emocional (Medina, 2017). Por otra parte, el proponer variantes dentro de la dinámica de las clases de EF, está directamente asociado con las Capacidades de transformación o de cambio, que les permite a los estudiantes “conseguir modificar la acción programada, en base a la percepción o a la previsión de variaciones de la situación durante el desarrollo de la propia acción” (Lorenzo, 2006, p. 13), como a las competencias de aprender a aprender, que les proporcionan “liderazgo, trabajo en equipo e iniciativa personal en la regulación, planificación, organización y ejecución de la actividad física” (González-Fernández et al., 2020, p. 27)

En primer lugar, en el apartado “participa y propone variantes en las diferentes fases de las clases de EF”, el análisis de las fichas de observación determina diferencias significativas de acuerdo al grado, en base al análisis de correspondencia simple, delimitándose

tres grupos. Al respecto, los promedios generales indican que la mayoría de los estudiantes demuestran interés parcial (47.59% en la fase inicial, 41.67% en la fase intermedia, y 46.94% en la fase final); en segundo lugar están los que demuestran interés (33.79% en la fase de calentamiento, 47.92% en la fase de juegos y ejercicios y 34.69% en la fase de estiramientos); y en tercer lugar los participantes que no demuestran interés (18.62% durante el calentamiento, 10.42% en los juegos y ejercicios, y 18.62% durante el estiramiento).

En síntesis, después del análisis realizado y las consideraciones expuestas, el desempeño de la función docente junto a la calidad de los contenidos curriculares puesta de manifiesto en las clases de EF y los métodos que en ella se aplican, siguen siendo la piedra angular del proceso educativo en materia de EF. En este sentido:

Lo que garantiza la calidad de la educación es la articulación coherente y armónica de un modelo que ponga, por encima de los instrumentos, el sentido pedagógico de los procesos. Una educación de calidad puede salir adelante con una tecnología inadecuada; pero jamás una tecnología excelente podrá sacar adelante un proceso educativo de baja calidad. (MEN, 2017, s.p)

### **Conclusiones**

Vistos, analizados y contrastados los distintos estudios y teorías desarrollados y expuestos por los especialistas de la materia, con los resultados obtenidos en la investigación que sirvió de base para el presente artículo, se pone de manifiesto que las clases de EF y los métodos aplicados para su desarrollo en sus diversas modalidades influyen positivamente en la vida deportiva de los

estudiantes de 5° a 11° grado de la institución educativa Jorge Abel Molina, durante el transcurso del año 2021, a raíz de las peculiares situaciones generadas por la pandemia de covid-19, llegándose a las siguientes conclusiones:.

-Los docentes especialistas en el área de EF de la institución educativa Jorge Abel Molina, emplean diferentes metodologías, estrategias pedagógicas, así como herramientas y materiales para la orientación de la asignatura y el desarrollo de las clases, adaptando y modificando sus clases, en atención a las peculiaridades, necesidades y recursos disponibles durante la virtualidad, la alternancia y las clases presenciales.

-Se logró verificar que los estudiantes de secundaria participantes en el presente estudio manifestaron tener percepciones sumamente positivas hacia las clases de EF y los métodos que en ella se aplican durante el año 2021, identificándose elevados niveles de receptividad y generación de sentimientos positivos que acreditan el gusto generalizado de los educandos por esta asignatura.

- Se pudo establecer con claridad meridiana, que las clases de EF tienen una altísima incidencia en el nivel de aptitud física y la cantidad de actividad deportiva que realizan los estudiantes doncellences durante la pandemia de Covid-19 en el año 2021, a raíz de las limitaciones impuestas como medidas sanitarias para evitar la propagación del virus, que han restringido los espacios de participación y esparcimiento, de manera especial durante el confinamiento. De esta manera, el número de horas dedicada por la mayoría de los participantes a la práctica de deporte coincide con las transcurridas durante las clases de EF, siendo así que la participación de los educandos en los

equipos deportivos también se vio menguada por la pandemia.

-Se evidencia tanto por parte de los docentes especialistas en EF como los estudiantes que participaron en el presente estudio, una gran capacidad de transformación o de cambio, para

adaptarse exitosamente a las diferentes modalidades de virtualidad, alternancia y presencialidad durante un mismo año académico, así como la presencia de competencias digitales, indispensables para el desarrollo y participación en las clases de EF, durante la virtualidad.

## Referencias

- Ada, E. N., Kazak, Z., & Nkalp, . E. T. İ. (2018). Flow Experiences in Physical Education Classes : The Role of Perceived Motivational Climate and Situational Motivation, *Turkey: Asian Journal of Education and Training*, 4(2), 114–120. <https://doi.org/10.20448/journal.522.2018.42.114.120>
- Aguado, R.(2017). El apoyo a la autonomía del alumnado en las clases de educación física: Comportamientos instructivos del profesorado y percepción del alumnado. (Tesis de Doctorado en Ciencias de la Actividad Física y del Deporte). Universidad Autónoma de Madrid. [https://repositorio.uam.es/bitstream/handle/10486/679976/aguado\\_gomez\\_raqu\\_el.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://repositorio.uam.es/bitstream/handle/10486/679976/aguado_gomez_raqu_el.pdf?sequence=1&isAllowed=y)
- Barajas Pineda, L (2019). Deporte Escolar Curricular y Extracurricular en México. Análisis y prospectiva. (Tesis de Doctorado). Universidad de Extremadura. [http://dehesa.unex.es/bitstream/10662/10180/1/TDUEX\\_2019\\_Barajas\\_Pineda.pdf](http://dehesa.unex.es/bitstream/10662/10180/1/TDUEX_2019_Barajas_Pineda.pdf)
- Burgueño, R., Cueto-Martín, B., Morales-Ortiz, E., & Medina-Casaubón, J. (2020). Influencia de la educación deportiva sobre la respuesta motivacional del alumnado de bachillerato. *Retos: nuevas tendencias en educación física, deporte y recreación*, 37, 546-555. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=7243319>
- Carreiro da Costa, F. (2009). La gestión del currículo a través de competencias: un enfoque desde el contexto portugués. *Tándem: Didáctica de la Educación Física*, 29, 8-27.
- Gabiria, D. (2016). *La educación física a través de los ojos y la voz de los estudiantes de grado once de secundaria. Un estudio de caso en la ciudad de Medellín-Colombia*. (Tesis de Doctorado en Ciencias de la Actividad Física y del Deporte). Universidad Autónoma de Madrid. [https://repositorio.uam.es/bitstream/handle/10486/674774/gaviria\\_cortes\\_didier\\_fernando.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://repositorio.uam.es/bitstream/handle/10486/674774/gaviria_cortes_didier_fernando.pdf?sequence=1&isAllowed=y)
- Gómez-Mármol, A., Sánchez-Alcaraz Martínez, B., & Bazaco-Belmonte, M., (2017). La Educación Física como asignatura lúdica en Educación Secundaria: sedentarismo y práctica de actividades físico-deportivas extraescolares. *Sportis*, 3 (3):605-620. <http://hdl.handle.net/2183/22794>
- González-Fernández, F., Fernández, E., Chillón, P., & Morente-Oria, H. (2020). Conocer y divulgar las ciencias del deporte a través del modelo pedagógico flipped learning en

- aicle, utilizando un congreso de ciencias del deporte como medio para promocionar la actividad física saludable. *Habilidad Motriz. La Revista de Ciencias de la Actividad Física y del deporte*. 54, 24-41. [https://1c501c57-fd27-4abb-af5a54a74c8731d2.filesusr.com/ugd/28d333\\_03966da51104460ebc363c97e7a1a356.pdf](https://1c501c57-fd27-4abb-af5a54a74c8731d2.filesusr.com/ugd/28d333_03966da51104460ebc363c97e7a1a356.pdf)
- Hernández-Sampietti, R.; Fernández-Collado, C. & Baptista-Lucio, P. (2014). Metodología de la Investigación. McGraw-Hill
- Hurtado, I. & Toro, J. (2005). Paradigmas y métodos de la investigación en tiempos de cambio. 5ta. edición. Caracas: Episteme Consultores Asociados C. A.
- León, O. (2020 ). Concepciones teóricas y realidades prácticas de las metodologías activas en Educación Física. Un estudio en Educación Secundaria en la Comunidad de Madrid. (Tesis doctoral en Ciencias de la Actividad Física y el Deporte). Universidad Autónoma de Madrid. Recuperado a partir de: [https://repositorio.uam.es/bitstream/handle/10486/693839/leon\\_diaz\\_oscar.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://repositorio.uam.es/bitstream/handle/10486/693839/leon_diaz_oscar.pdf?sequence=1&isAllowed=y)
- Ley 181. Congreso de la República de Colombia, Santa Fe de Bogotá, Colombia. 18 de enero de 1995. [https://www.funcionpublica.gov.co/eva/gestornormativo/norma\\_pdf.php?i=3424](https://www.funcionpublica.gov.co/eva/gestornormativo/norma_pdf.php?i=3424)
- Lorenzo, F. (2006). Marco teórico sobre la coordinación motriz. En revista EFDeportes.com, revista digital, 10, (93) <https://www.efdeportes.com/efd93/coord.htm>
- Melero, D. & Ardoy, D. (2020). Uso de las tecnologías de la información y comunicación para el fomento y aprendizaje de una alimentación saludable en educación física. *Habilidad Motriz. La Revista de Ciencias de la Actividad Física y del deporte*. 54, 4-10 [https://1c501c57-fd27-4abb-af5a54a74c8731d2.filesusr.com/ugd/28d333\\_03966da51104460ebc363c97e7a1a356.pdf](https://1c501c57-fd27-4abb-af5a54a74c8731d2.filesusr.com/ugd/28d333_03966da51104460ebc363c97e7a1a356.pdf)
- Medina Cascales, J. A. (2017). Incidencia del tipo de actividad física en las funciones ejecutivas en jóvenes deportistas. [Tesis de Doctorado] Universidad Católica San Antonio de Murcia. <http://hdl.handle.net/10952/2721>
- Ministerio de Educación Nacional de Colombia. (2017). Educación virtual o educación en línea - Ministerio de Educación Nacional de Colombia. <https://www.mineduccion.gov.co/1759/w3-article-196492.html?noredirect=1>
- Ministerio de Educación Nacional de Colombia. (2020). Lineamientos para la Prestación del Servicio de Educación en Casa y en Presencialidad Bajo el Esquema de Alternancia y la Implementación de Prácticas de Bioseguridad en la Comunidad Educativa, junio 2020. [https://www.mineduccion.gov.co/1759/articles-399094\\_recurso\\_1.pdf](https://www.mineduccion.gov.co/1759/articles-399094_recurso_1.pdf)
- Ministerio de Educación Nacional de Colombia. (2021). *Directiva*, 5. [https://www.mineduccion.gov.co/1759/articles-400474\\_recurso\\_18.pdf](https://www.mineduccion.gov.co/1759/articles-400474_recurso_18.pdf)
- Molina, J. & Illán, N. (2008). *Educar para la diversidad en la escuela actual. Una experiencia práctica de integración curricular*. Mad S. L.

- Moreno, J. A. & Hellín, M. G. (2007). El interés del alumnado de Educación Secundaria Obligatoria hacia la Educación Física. *Revista Electrónica de Investigación Educativa*, 9 (2). <http://redie.uabc.mx/vol9no2/contenido-moreno.html>
- Organización Mundial para la Salud. (2008). *Encuesta nacional de consumo de alimentos de 2000-2008*. Ediciones OMS.
- Pardinas, F. (1980). *Metodología y técnicas de investigación en ciencias sociales*. Siglo XXI veintiuno editores
- Reyno, A., Abarzúa, I., Acevedo, M., Paz, M., Pérez C. & Ugalde, J. (2013). Características que debe tener un profesor de educación física. *Revista Digital EFDeportes.com*. [Revista en línea] 18,(183). <http://www.efdeportes.com/efd183/caracteristicas-que-debe-tener-un-profesorde-educacion-fisica.htm>.
- Tovar Ramírez, C. J. (2021). Regulaciones motivacionales en diferentes ámbitos del deporte: revisión sistemática: Motivational regulations in different areas of sport: systematic review. *Revista Académica Internacional De Educación Física*, 1(4), 27–45. <https://www.revista-acief.com/index.php/articulos/article/view/48>
- Trigueros-Ramos, R., Navarro Gómez, N., Aguilar-Parra, J. M., & León-Estrada, I. (2019). Influencia del docente de Educación Física sobre la confianza, diversión, la motivación y la intención de ser físicamente activo en la adolescencia. *Cuadernos de Psicología del Deporte*, 19(1), 222-232. <https://doi.org/10.6018/cpd.347631>
- Úbeda, A. (2017). Incremento del tiempo de Educación Física y su impacto en los niveles de Actividad Física y en factores psicosociales en adolescentes: los proyectos de Especialización Deportiva de la Comunidad de Madrid. Doctorado en Ciencias de la Actividad Física y del Deporte. Universidad Autónoma de Madrid. [https://repositorio.uam.es/bitstream/handle/10486/681168/ubeda\\_palomares\\_ana\\_belen.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://repositorio.uam.es/bitstream/handle/10486/681168/ubeda_palomares_ana_belen.pdf?sequence=1&isAllowed=y)