

LA EDUCACIÓN FÍSICA VIRTUAL EN TIEMPOS DE PANDEMIA POR LA COVID-19: UNA REVISIÓN SISTEMÁTICA.

VIRTUAL PHYSICAL EDUCATION IN TIMES OF THE COVID-19 PANDEMIC: A SYSTEMATIC REVIEW

Anderson David Garzón-Sichaca¹, Karen Stephania Ibáñez-Garzón², Johann Sebastián Rico-Ricaurte³

¹Corporación Universitaria Minuto de Dios – UNIMINUTO

²Universidad Externado de Colombia,

³Universidad Manuela Beltrán

Correspondencia:

adgarzons@outlook.com

Recibido: julio 6 de 2022

Aceptado: agosto 9 de 2022

Conflicto de interés: Los autores declaran no tener ningún conflicto de interés

RESUMEN

Introducción: La educación física durante el periodo de aislamiento preventivo obligatorio por la Covid-19, fue un desafío mundial debido a la necesidad de desarrollar clases de

motricidad en la modalidad virtual. En este sentido, el consejo general de educación física y deportiva, asegura que el objetivo principal de esta área debía ser la minimización de los riesgos de contagio por COVID-19 sin perder de vista la formación integral del alumnado; sin embargo, tanto para estudiantes como para profesores, el cambio radical de modalidad fue el foco de múltiples inconvenientes y análisis en torno a la naturaleza y función de la educación física para la comunidad. Objetivo: Analizar cómo se han llevado a cabo los procesos de educación física de manera virtual debido al confinamiento por la COVID-19, así como las condiciones en las que se han desarrollado las clases. Metodología: Revisión sistemática siguiendo las indicaciones de la declaración PRISMA, soportada en un enfoque cualitativo, bajo un diseño no experimental, con un alcance descriptivo. Resultados: Los hallazgos evidencian que hubo un rol preponderante de las tecnologías digitales en la prestación del servicio educativo, así mismo se encontró que hubo un cambio de enfoque en los contenidos, las estrategias didácticas y la evaluación de la educación física. Conclusiones: se concluye que, a pesar de la importancia de las herramientas tecnológicas, la educación física debido a



su naturaleza socio humanista, requiere de la presencialidad para cumplir con todos los objetivos de formación en los estudiantes.

Palabras Clave: educación física, educación online, pandemia, estrategias pedagógicas

ABSTRACT

Introduction: Physical education during the period of compulsory preventive isolation by Covid-19, was a global challenge due to the need to develop motor skills classes in the virtual modality. In this sense, the general council of physical education and sports, assures that the main objective of this area should be the minimization of the risks of contagion by COVID-19 without losing sight of the integral formation of the students; however, both for students and teachers, the radical change of modality was the focus of multiple inconveniences and analysis around the nature and function of physical education for the community. Objective: To analyze how physical education processes have been carried out virtually due to the confinement by COVID-19, as well as the conditions in which classes have been developed. Methodology: Systematic review following the indications of the PRISMA statement, supported by a qualitative approach, under a non-experimental design, with a descriptive scope. Results: The findings show that there was a preponderant role of digital technologies in the provision of

educational services, as well as a change of approach in the contents, teaching strategies and evaluation of physical education. Conclusions: it is concluded that despite the importance of technological tools, physical education, due to its socio-humanistic nature, requires face-to-face attendance to meet all the training objectives of students.

Keywords: physical education, online education, pandemic, pedagogic strategies

INTRODUCCIÓN

La educación durante la pandemia por la Covid-19 presentó cambios obligatorios y para los cuales no hubo tiempo de adaptación (García Aretio, 2020). Al respecto, (Mendoza Castillo, 2020) referencia que la aplicación de la educación a distancia limita el desarrollo y sentido de la planeación. Esto se debe a los bruscos cambios que se presentaron en la forma de enseñar, de aprender y evaluar (García Aretio, 2020).

El área de educación física y las asignaturas afines en la educación superior no fueron la excepción para llevar a cabo estos procesos de manera virtual y, por tanto, para generar cambios rápidos en un corto tiempo (Sánchez-Encalada et al., 2020). Uno de esos cambios tiene que ver con el estilo o los estilos de enseñanza a utilizar teniendo en cuenta las herramientas digitales. Todo esto, ha supuesto un enorme reto (Gil Espinosa & Aznar



Cebamanos, 2016) pues ya que la educación física tiene una naturaleza práctica (Fernández-Río, 2020) el proceso de adaptación de clase presencial a virtual ha supuesto un gran esfuerzo (López. et al., 2021), especialmente, para el profesorado en cuanto a contenidos, estrategias de comunicación y evaluación (Fuentes-Nieto et al., 2020)

Los expertos en educación física propusieron alternativas que el área podía desarrollar durante la pandemia; el consejo general de educación física y deportiva, asegura que el objetivo principal de esta área debía ser la minimización de los riesgos de contagio por COVID-19 sin perder de vista la formación integral del alumnado. Así mismo, en los 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 establecen como llevar a cabo los procesos de enseñanza-aprendizaje durante el proceso de alternancia y refiere que en caso de que no sea posible llevar a cabo la educación física de manera presencial “se deben promover estrategias que incentiven el acondicionamiento físico en forma autónoma en el espacio del hogar como el refuerzo de habilidades y destrezas motoras básicas individuales, otras que posibiliten el estiramiento y promover la participación en la oferta existente en el territorio o en la programación de la señal de televisión pública (Profe en tu casa, por ejemplo) para evitar el sedentarismo como base para el riesgo

de sobrepeso y obesidad.” (Mineducación, 2020)

De acuerdo con lo anterior, el propósito de este trabajo investigativo es describir cómo se han llevado a cabo los procesos de educación física de manera virtual debido al confinamiento por la COVID-19 así como las condiciones en las que se han desarrollado. Se ha informado que la COVID-19 coexistirá con los humanos durante mucho tiempo (Kissler et al., 2020) lo que indica que la educación física orientada desde la web puede darse un periodo largo (Deng et al., 2020) por lo que se hace importante reconocer los procesos que se llevaron a cabo y reflexionar en torno a ellos.

METODOLOGÍA

Diseño

Revisión sistemática de estudios sobre la educación física virtual en tiempos de la Covid 19. Se han seguido las indicaciones de la declaración PRISMA (Page et al., 2021). A continuación, se presenta en detalle el proceso en sus distintas fases.

Búsqueda Inicial

Los artículos de la presente revisión se identificaron a través de la búsqueda automatizada en la base de datos Scopus, EBSCO, ProQuest, Taylor & Francis, Science Direct, Springer Link, Redalyc y Dialnet. Estas bases de datos se seleccionaron debido al enfoque multidisciplinar dentro del que se encuentran publicaciones en el área de las ciencias sociales y educación. La



revisión se efectuó entre los meses de junio y julio de 2021. Los descriptores o palabras clave de búsqueda que se utilizaron fueron los siguientes: Educación física, covid19, educación virtual. Estos términos también se utilizaron en inglés de la siguiente manera: physical education, covid19, virtual education.

En esta etapa de búsqueda inicial se encontraron múltiples resultados a las palabras clave definidas inicialmente a partir de las variables de análisis en el estudio y permitió comprender que aun siendo un periodo corto desde que inicio la pandemia, se han desarrollado una cantidad considerable de publicaciones enfocadas en la educación virtual proporcionando así una visión global de la temática, sin embargo, muy pocos de este universo de publicaciones estuvieron enfocados en la educación física.

Búsqueda Sistemática

En la etapa de búsqueda sistemática se utilizaron las bases de datos en las que se encontraron algunos estudios sobre educación física, por lo tanto, se excluyeron las bases Taylor & Francis, Springer Link y Science Direct. En este sentido, la búsqueda se realizó en las bases de datos Scopus, EBSCO, ProQuest, Dialnet y Redalyc. La estrategia de búsqueda utilizó operadores booleanos AND y OR con las palabras clave tanto en inglés como en español de la siguiente manera: physical education AND covid19 or covid-19 OR coronavirus OR pandemic AND virtual education; educación física AND covid19

or covid-19 OR coronavirus OR pandemia AND educación virtual.

Se realizó búsqueda por separado entre las palabras clave en inglés y español, de esta manera se encontraron 4 resultados en español y 16 en inglés para la base de datos EBSCO; 231 en inglés y 0 en español para la base de Scopus; 42 en español y 2168 en inglés para Proquest, sin embargo, esta base de datos permite ampliar la búsqueda dentro de la misma y por lo tanto se incluyeron 8 bases de datos más que abordan el área de educación alrededor del mundo y se ampliaron los resultados a 159,370; 21 en Redalyc y 1 en Dialnet, tanto inglés como en español durante la búsqueda. Posteriormente se procedió a la selección de artículos a partir de la definición de los siguientes criterios de inclusión y exclusión.

Criterios de inclusión:

- Publicados entre 2016 y 2021.
- Publicados en revistas indexadas.
- Artículos sobre educación física.
- Artículos sobre educación física virtual por causa de la Covid 19.
- Solo en idioma inglés o español.

Criterios de exclusión

- Publicados fuera del rango de tiempo estipulado.
- Artículos sobre educación de otras áreas del conocimiento.
- Artículos sobre educación física virtual pero que no refieren la covid19.
- Idiomas diferentes a inglés o español.
- Artículos en valoración de pares

A partir de estos criterios, se inició la filtración de resultados y bajo la lectura exclusiva de solo el título, se seleccionaron 34 artículos para lectura detallada de título y resumen, de los cuales se eliminaron 4 duplicados entre las bases de datos). Posteriormente, se

procedió a realizar la lectura del texto completo de los 30 artículos elegidos, donde se descartaron 12 por presentar resultados empíricos, parciales o de opinión. Finalmente, la revisión sistemática se realizó sobre un total de 18 artículos.

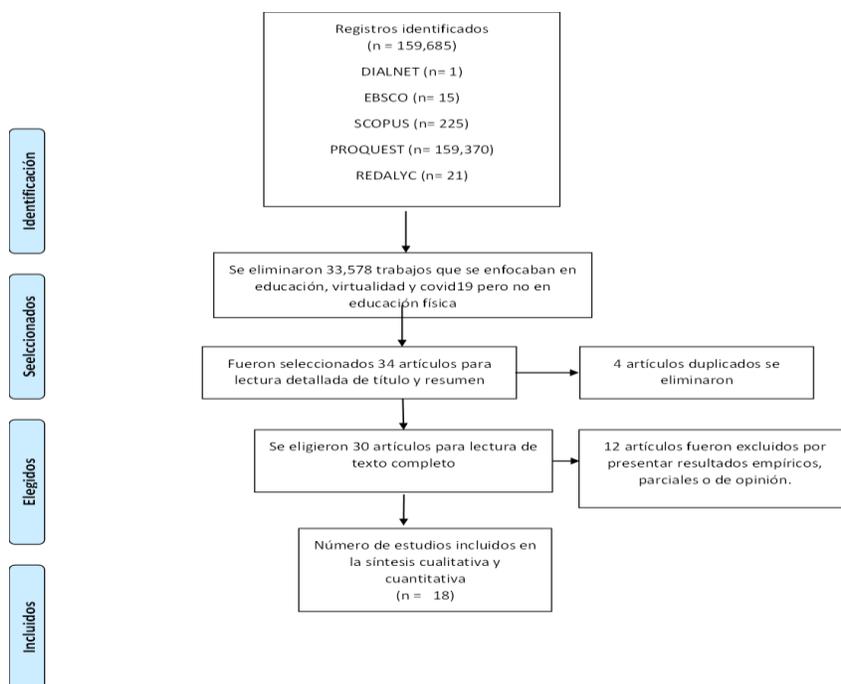


Figura 1. Diagrama de flujo PRISMA en cuatro niveles.

RESULTADOS

Los hallazgos evidencian diferentes aspectos determinantes en cuanto a las clases relacionadas con la educación física durante el confinamiento por la pandemia de la covid-19. El primero de ellos, es el rol que tuvieron las herramientas digitales para el proceso de enseñanza-aprendizaje de estas áreas; segundo, la modificación en el enfoque que la clase de educación física virtual tuvo; tercero, los cambios que tuvieron que hacerse o que se forzaron en el planteamiento de objetivos del proceso de enseñanza, en los contenidos a tratar durante las sesiones, la metodología con la que se iban a tratar y el modo de evaluar. A partir de allí, surge un cuarto elemento que se relaciona con los beneficios y desventajas que ha tenido la virtualidad; quinto, las opiniones que han hecho las partes fundamentales de este proceso: estudiantes y docentes y, finalmente, se han hallado diversas recomendaciones sobre el cómo llevar a cabo los procesos de enseñanza en estas asignaturas de manera virtual. Todo esto, partiendo de la perspectiva de estudiantes, docentes y practicantes o maestros en formación.

Se encontró que debido a la pandemia por la COVID-19 se hizo necesario usar como medio para orientar las clases de Educación Física (EF) y las de programas afines a la actividad física y el deporte, las herramientas digitales que permitían conexión sincrónica. En este sentido, las plataformas más utilizadas fueron Zoom, Microsoft Teams, Google Meets, Webex y Jitsi; éstas poseen unas características importantes para el fomento de las dinámicas de clase dentro de las que se encuentran promover la interactividad a través de voz o texto, facilitar el trabajo colaborativo por medio de segmentación

de grandes grupos de manera online y permitir la participación organizada a través de funciones para pedir la palabra.

Otro hallazgo estuvo relacionado con las modificaciones realizadas en cuanto al plan de estudios de la educación física, toda vez que esta disciplina posee varios focos de estudio pero por las limitaciones de la modalidad educativa y las necesidades que tenía la población en medio del aislamiento preventivo obligatorio, se requirió enfocar las temáticas en los siguientes aspectos: Promoción de la actividad física, hábitos de vida saludable, acondicionamiento físico, expresión socio emocional a través del cuerpo y el movimiento, así como también, la importancia del deporte en la salud mental.

Complementariamente, se identificaron los elementos pedagógicos y didácticos que recurrentemente fueron utilizados y/o aplicados por los docentes durante la enseñanza de una educación física en modalidad virtual. De esta manera, González Rivas et al., (2021) afirma que las estrategias didácticas más utilizadas fueron aula invertida, aprendizaje cooperativo (con apoyo de padres, madres o tutores legales) y aprendizaje basado en problemas. Ahora bien, se encontró que las acciones motrices estuvieron enfocadas en la preparación física de forma individual, a veces en formato de circuito o retos independientes a superar, así como las de índole artística o de expresión, destacando los bailes realizados con apoyo de videos de internet y las representaciones culturales.

Así mismo, los procesos evaluativos fue otro elemento que requirió adaptaciones para el desarrollo de la asignatura de educación física virtual, en este sentido, Sierra-Díaz et al., (2021) afirmaron que

aparte de adaptar los contenidos previstos, han tenido que modificar la forma de valorar los resultados de los alumnos a través de las evidencias que estos enviaban. Por lo tanto, se encontró que las evidencias más requeridas por los docentes fueron los trabajos escritos, las fotografías, las presentaciones digitales y los vídeos desarrollando gestos motores. Finalmente, los instrumentos de valoración utilizados fueron rubricas, listas de cotejo, diarios de actividades y portafolio de evidencias principalmente y, según González Rivas et al., (2021), el tipo que se utilizó en mayor medida fue la heteroevaluación con participación de profesores, padres y tutores, dejando en menor medida la auto y coevaluación.

Ahora bien, frente a las ventajas y desventajas de las sesiones de educación física virtual se encontraron aspectos positivos como por ejemplo el fortalecimiento de la competencia digital tanto para estudiantes como para los docentes, toda vez que ambos grupos tuvieron la oportunidad de estar en contacto continuo con las tecnologías de la información y la comunicación; así mismo, se halló que el aprendizaje autónomo e independiente, se estimuló en mayor medida tanto desde la intencionalidad didáctica como desde el interés individual de los alumnos. Por otra parte, en relación a los aspectos negativos se identificó que la principal obstáculo para desarrollar las sesiones de clase estaban relacionados con la brecha digital desde los elementos de accesibilidad a dispositivos electrónicos, cobertura de internet y disponibilidad de equipos para los diversos miembros de las familias; en este sentido, la educación física se vio afectada en el desarrollo de aspectos fundamentales como disciplina del conocimiento tales como la imposibilidad de estimular la dimensión lúdica, el reconocimiento corporal, el

trabajo en equipo, el aprendizaje motriz proximal y la expresión corporal.

Otro resultado relevante estuvo relacionado con las prácticas profesionales que los estudiantes universitarios tuvieron que desarrollar en esta modalidad de enseñanza mediada por tecnologías, toda vez que es la primera vez en la historia de la educación física que se utilizan medios sincrónicos de internet para desarrollar procesos fundamentalmente motrices; por lo tanto, se encontró que la percepción fue supremamente negativa, los maestros en formación manifestaron falta de apoyo pedagógico por parte de los docentes acompañantes desde las instituciones de educación superior, quienes al mismo tiempo se sintieron afectados por los entornos virtuales y por ende, el rol que ejercían fue confuso. Así mismo, se encontraron problemas de comunicación entre tutores y alumnos, poca sistematización de los procesos y retroalimentación tardía.

Por último, se encontró que las recomendaciones derivadas de las diversas investigaciones apuntan por explorar las múltiples funciones y posibilidades de usar el chat para maximizar la efectividad las lecciones impartidas de manera online sincrónica, usar videos para explicar las actividades de aprendizaje, utilizar y proveer a los estudiantes de un *check list* para el aprendizaje de los gestos motores, promover la actitud positiva hacia la educación híbrida, fomentar la cultura de la autoevaluación como eje fundamental de la ética en el aprendizaje autónomo.

DISCUSIÓN

El presente estudio tuvo como propósito describir la manera en que se han llevado a cabo los procesos de educación física de

manera virtual durante el confinamiento por la COVID-19, así como, las condiciones en las que se han desarrollado las sesiones de clase; en este sentido, los resultados presentaron una tendencia hacia 6 aspectos fundamentales que están relacionados con el rol de las herramientas digitales, las adaptaciones en el currículo y los contenidos temáticos, las estrategias pedagógicas presentes, los beneficios y desventajas, la percepción de los procesos de prácticas profesionales, así como las recomendaciones que emergieron producto de las diversas investigaciones realizadas hasta el momento en torno a la educación física en la modalidad presencial remota.

En este orden, las plataformas digitales fueron el medio principal para realizar las sesiones de clase, esto concuerda con los hallazgos de González Rivas et al., (2021) quienes aseguran que fue indispensable el uso de TIC como videollamadas, elaboración de videos y plataformas educativas gratuitas como Google classroom. Del mismo modo, Hergüner et al., (2021) revela que hay una necesidad de usar ambientes virtuales de aprendizaje tanto en cursos prácticos como teóricos de las ciencias del deporte. Así mismo, Baena-Morales et al., (2020) afirman que se utilizó el correo electrónico y las redes sociales para estar en contacto con los estudiantes y padres de familia.

Ahora bien, en relación a las modificaciones de enfoque que la clase de educación física tuvo que realizar en medio del confinamiento como un factor de riesgo que podía afectar la salud y bienestar de los estudiantes, la educación física se enfocó a promover la realización de la actividad física y la aplicación de hábitos saludables, estos resultados dialogan con los de Whalen et al., (2021) quienes concluyeron que se deben ajustar los

objetivos de las clases enfocándolos a la promoción de actividad física en casa, toda vez que la pandemia tiene un alto potencial de impactar negativamente en la salud y el bienestar de los niños. Resultados similares encontraron Baena-Morales et al., (2020) quienes afirman que la salud mental y física debe ser la prioridad de las clases de educación física y, Hall-López & Ochoa-Martínez, (2020) concluyeron que uno de los objetivos primarios, en México, durante el confinamiento es prevenir el sedentarismo y la obesidad.

Por otra parte, en cuanto a las estrategias didácticas y la evaluación de las clases de educación física, los maestros evidenciaron una predisposición muy alta en cuanto a la realización de proyectos y actividades propuestas, lo cual concuerda con Sierra-Díaz et al., (2021) y López-Fernández et al., (2021) quienes aseguran que el trabajo autónomo de los estudiantes es mayor que en las clases convencionales debido a que se ha propuesto actividades investigativas en las que el estudiante se ve obligado a poner en marcha estrategias de búsqueda, selección y síntesis de la información registrada. En este sentido, el aprendizaje autónomo ha sido fruto del desarrollo de la competencia aprender a aprender. Adicional a esto, el hecho de que algunos de los recursos, como videos de canciones de internet, se encuentren en inglés, facilita la mejora del aprendizaje en una lengua extranjera López-Fernández et al., (2021)

Ahora bien, en relación a los beneficios y desventajas se encontró que se potenciaron diversas competencias a partir de la virtualidad como lo son la digital, la de aprender a aprender y la de segunda lengua. Estos resultados concuerdan con los hallazgos de Guarnizo et al., (2021) asegurando que las plataformas digitales al ser utilizadas desde el enfoque

educativo pueden traer grandes beneficios para los aprendizajes significativos en los estudiantes siendo esto un factor importante en la formación. Así mismo, Castillo-Retamal, Torres-Medina, et al., (2021) afirmaron que se evidenció la adquisición de competencias relacionadas con el manejo de las TIC. De manera similar, López-Fernández et al., (2021) considera que la ausencia de clases presenciales ha potenciado de manera sustancial el desarrollo de la competencia digital.

En torno a las desventajas de la educación física virtual, Guarnizo et al., (2021) aseguran que al ser esta un área donde se trabaja en equipo, se generan competencias motrices, se establecen vínculos de amistad y estimulan la dimensión lúdica, es importante que la enseñanza de esta disciplina se desarrolle presencialmente en el colegio. Los autores no niegan que la virtualidad puede generar aprendizajes y ambientes armónicos durante la clase, pero afirman que estos no se establecen de manera constante como en la presencialidad por lo que el logro de conocimientos significativos subyace en los espacios de la escuela. Y, finalmente, consideran que, para la educación infantil, la presencialidad se vuelve indispensable en los aprendizajes.

Otra de las dificultades presentadas tiene que ver con el acceso del alumnado a las herramientas para poder tomar la clase o la dificultad para tomar clases de educación física de calidad. Estos resultados concuerdan con los de Armour & Yelling, (2004); Barroso et al., (2005) quienes encontraron que las mayores preocupaciones se relacionan con el acceso por parte de todos los estudiantes a clases de educación física virtual de calidad, las clases con gran número de estudiantes y la carga académica, la falta de recursos y

equipos tecnológicos, la limitación para trabajar con pares y la percepción que la educación física es menos importante que otras asignaturas. De igual manera, Johnson et al., (2021) afirmaron que es una realidad que algunos estudiantes carecen de recursos y apoyo familiar para dedicarse a las clases virtuales.

En cuanto a las prácticas de los maestros en formación de educación física, se presentaron múltiples dificultades relacionadas con la comunicación y la vocación de docentes y estudiantes. Estos resultados concuerdan con los de Almonacid-Fierro et al., (2021) quienes aseguran que la pandemia forzó a los practicantes de programa de educación física a asumir diferentes tareas sin la presencia física, sin contacto, sin corporalidad, a lo cual los practicantes debieron adaptarse. De igual manera, Castillo-Retamal, Silva-Reyes, et al., (2021) aseguran que el proceso virtual fue un poco más difícil de lo que habían desarrollado en anteriores experiencias en una modalidad presencial.

Por todo lo anterior, surgieron algunas recomendaciones para la realización de clases relacionadas con la actividad física de manera virtual, estas emergieron en 2 vertientes: comunicación y estrategias. En este sentido, los resultados de Webster et al., (2021) invitan a los distintos programas de educación física a explorar las múltiples funciones y posibilidades de usar el chat para maximizar la efectividad las lecciones impartidas de manera online sincrónica. Así mismo, subrayan la importancia de capitalizar el entusiasmo y motivación de los practicantes por aprender a enseñar, especialmente en situaciones donde la falta de experiencia puede ofrecer pocas orientaciones. Una manera para lograr esto es involucrar a los practicantes en el

proceso de convertir las clases de presencial a remoto.

En cuanto a los demás contextos, Johnson et al., (2021) sugieren que los profesores pueden usar videos para explicar las actividades del día siguiente en la clase de educación física, reduciendo así, el tiempo dedicado a la instrucción y aumentar el aprendizaje activo durante el tiempo de clase de educación física; asimismo, pueden postear videos con instrucciones para el aprendizaje de las habilidades motrices con un check list y horarios de practica de esta manera los niños pueden desarrollar las habilidades en la casa.

Finalmente, los resultados en torno a la importancia de la actitud y la predisposición hacia el aprendizaje híbrido, concuerdan con los de Guarnizo et al., (2021) quienes realizan una recomendación a los estudiantes en la cual establece que la mejor manera de aprender online es tener una actitud positiva para el aprendizaje online y una buena preparación para el aprendizaje online. Por tanto, se considera importante que los docentes motiven a sus estudiantes para generar una predisposición al aprendizaje, especialmente, el autónomo.

CONCLUSIONES

Dando respuesta al objetivo relacionado con el análisis de los procesos de educación física en la modalidad virtual a causa del confinamiento por la Covid-19, se concluye que se presentó un aumento significativo de investigaciones relacionadas con la enseñanza de esta disciplina utilizando plataformas tecnológicas, a partir del año 2020 y, por tanto, el uso de las herramientas digitales para la enseñanza de la educación física durante el periodo de aislamiento preventivo obligatorio por la pandemia de

la Covid-19, represento un desafío para las prácticas pedagógicas de los docentes y para los estudiantes de esta disciplina fundamentalmente motriz. Por esta razón, emergieron aspectos positivos y negativos producto de la transición inmediata que implementaron los gobiernos en torno a la prestación del servicio educativo.

Ahora bien, en relación a las condiciones en las que se desarrollaron las sesiones de clase, se exalta la capacidad de adaptación por parte de los docentes y de los estudiantes para continuar el proceso formativo, así como un nivel aceptable de uso de herramientas digitales que permitió mantener un grado mínimo de comunicación entre los actores del acto educativo, utilizando el chat y los emojis como elementos de expresión de las emociones durante el desarrollo de las clases. Sin embargo, se hizo evidente la falta de capacitación y utilización de más recursos digitales por parte de los docentes para responder a las demandas de una comunidad estudiantil en red.

Es de resaltar que, también se evidenciaron necesidades para la transición de una educación física presencial a la virtualidad; en este sentido, es necesaria una adaptación en el plan de estudios, en los contenidos, las metodologías y las estrategias de evaluación, para alcanzar óptimamente los objetivos formativos de esta disciplina desde lo motriz, lo expresivo y lo axiológico corporal. Toda vez que, se hicieron presentes predominantemente los enfoques hacia el acondicionamiento físico y el estilo de mando directo dentro de las clases virtuales de educación física, rememorando el tradicionalismo en los orígenes de esta disciplina del conocimiento.

En suma, se concluye que la educación física en modalidad virtual fortaleció las aptitudes de docentes y estudiantes para el manejo de las herramientas digitales, promovió el aprendizaje autónomo, incremento la inclusión de los padres y acudientes del alumnado en los procesos de apropiación de conocimiento, aumento el desarrollo de hábitos de vida saludables, facilito el reconocimiento de la expresión corporal, como elemento esencial de formación en la educación física, potencio el aprendizaje de lenguas extranjeras debido a que muchos de los recursos usados se hallaban en otro idioma y, finalmente, visibilizo la necesidad de crear estrategias que permitan el seguimiento a los proceso de prácticas educativas y pedagógicas *in situ*, garantizando al maestro en formación su preparación en el quehacer docente y su ética profesional.

REFERENCIAS

- Almonacid-Fierro, A., Vargas Vitoria, R., Mondaca Urrutia, J., & Sepúlveda-Vallejos, S. (2021). Prácticas profesionales en tiempos de pandemia Covid-19: Desafíos para la formación inicial en profesorado de Educación Física (Professional practices in times of Covid-19 pandemic: Challenges for Physical Education initial teaching training). *Retos*, 42, 162–171. <https://doi.org/10.47197/retos.v42i0.87353>
- 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*, 2041(39), 388–395. <https://doi.org/10.47197/retos.v0i39.80089>
- Batez, M. (2021). ICT skills of university students from the faculty of sport and physical education during the COVID-19 pandemic. *Sustainability (Switzerland)*, 13(4), 1–13. <https://doi.org/10.3390/su13041711>
- Bekiari, A., & Tsaggopoulou, T. (2016). Verbal Aggressiveness and Affective Learning in Physical Education. *Advances in Physical Education*, 6(4).
- Castillo-Retamal, F., Silva-Reyes, L., Muñoz-González, M., López-Toro, L., Plaza-Cofré, P., Arredondo-Muñoz, F., & Faúndez-Casanova, C. (2021). Prácticum virtual en Educación Física: entre pandemia e incertidumbre (Virtual prácticum in Physical Education: between the pandemic and uncertainty). *Retos*, 42, 798–804. <https://doi.org/10.47197/retos.v42i0.87180>
- Castillo-Retamal, F., Torres-Medina, A., Herrera-Muñoz, M., & Faúndez-Casanova, C. (2021). Percepciones sobre el abordaje de las Necesidades Educativas Especiales en la Práctica Profesional Virtual de Educación Física (Perceptions on addressing Special Educational Needs in the virtual professional practice of Physical Education). *Retos*, 42, 774–784. <https://doi.org/10.47197/retos.v42i0.87310>
- De Guadalupe Arras-Vota, A. M., Luis Bordas-Beltran, J., Mondaca-Fernandez, F., & Manuel Rivera-Sosa, J. (2021). The Mexico heartquarters case: Physical Education Teacher Education in e-university environments during the COVID-19 contingency. *Retos-Nuevas Tendencias En Educacion Fisica Deporte Y Recreacion*, 2041(41), 35–46.
- Deng, C. H., Wang, J. Q., Zhu, L. M., Liu, H. W., Guo, Y., Peng, X. H., Shao, J. B., &

Xia, W. (2020). Association of web-based physical education with mental health of college students in wuhan during the COVID-19 outbreak: Cross-sectional survey study. In *Journal of Medical Internet Research* (Vol. 22, Issue 10). JMIR Publications Inc. <https://doi.org/10.2196/21301>

Fernández-Río, J. (2020). Apuntes metodológicos para una educación física post-COVID-19. *EmásF: Revista Digital de Educación Física*, 67–75.

Flores, E., Maurera, F., Hadweh, M., Alonso, S., Silva, Á., Peña, S., Castillo, F., González, P., Pauvif, F., Bahamondes, V., Zapata, G., Zavala, J., Maureira, J., Brevis, M., & Lagos, C. (2020). Nivel de satisfacción de las clases online por parte de los estudiantes de Educación Física de Chile en tiempos de pandemia. *Retos*, 41(2021), 123–130. <https://recyt.fecyt.es/index.php/retos/article/view/82907>

Fuentes-Nieto, T., Jiménez Herranz, B., López Pastor, V. M., Regidor Sanz, S., Gómez, Á., Ruano Herranz, C., Sáez Laguna, J., Ramos Benito, M. A., Yugueros Martín, Á., & Magaña Salamanca, E. (2020). Educación física en tiempos de coronavirus y confinamiento: Análisis desde la experiencia. *EmásF: Revista Digital de Educación Física*, 151–181.

García Aretio, L. (2020). COVID-19 y educación a distancia digital: preconfinamiento, confinamiento y posconfinamiento. *RIED. Revista Iberoamericana de Educación a Distancia*, 24(1), 09. <https://doi.org/10.5944/ried.24.1.28080>

Gil Espinosa, F., & Aznar Cebamanos, M. (2016). Educación física de calidad en el sistema educativo español. *Revista*

Española de Educación Física y Deportes: REEFD.

Gobbi, E., Maltagliati, S., Sarrazin, P., di Fronso, S., Colangelo, A., Cheval, B., Escrive-Boulley, G., Tessier, D., Demirhan, G., Erturan, G., Yüksel, Y., Papaioannou, A., Bertollo, M., & Carraro, A. (2020). Promoting physical activity during school closures imposed by the first wave of the covid-19 pandemic: Physical education teachers' behaviors in france, italy and turkey. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 17(24), 1–15. <https://doi.org/10.3390/ijerph17249431>

González Rivas, R. A., Gastélum-Cuadras, G., Velducea Velducea, W., González Bustos, J. B., & Domínguez Esparza, S. (2021). 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). *Retos*, 42, 1–11. <https://doi.org/10.47197/retos.v42i0.86242>

Guarnizo, N., Talero, E., & Campos, F. (2021). Cambios de estrategias didácticas de la gimnasia en cuarentena: un estudio de caso (Changes in didactic strategies of gymnastics in quarantine: a case study). *Retos*, 42, 3162–3322. <https://doi.org/10.47197/retos.v42i0.86527>

Hall-López, 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*, 21(2), 1–7. <https://doi.org/10.29035/rcaf.21.2.4>

Hergüner, G., Yaman, Ç., Sari, S. Ç., Yaman, M. S., & Dönmez, A. (2021). The



- Effect of Online Learning Attitudes of Sports Sciences Students on their Learning Readiness to Learn Online in the Era of the New Coronavirus Pandemic (Covid-19). *TOJET: The Turkish Online Journal of Educational Technology*, 20(1), 68–77.
- Johnson, J., Daum, D., & Norris, J. (2021). I Need Help! Physical Educators Transition to Distance Learning During COVID-19. *The Physical Educator*, 78(2), 119–137. <https://doi.org/10.18666/tpe-2021-v78-i2-10866>
- Killian, C. M., & Woods, A. M. (2021). Physical education students' usage and perceptions of a supplemental online health-related fitness knowledge curriculum (iPE). *European Physical Education Review*.
- Kissler, S. T. C., Goldstein, E., Grad, Y., & Lipsitch, M. (2020). Proyectar la dinámica de transmisión del SARS-CoV-2 durante el período pospandémico. *Ciencia*, 368(6493), 860–868.
- López-Fernández, I., Burgueño, R., Espejo García, R., & Gil-Espinosa, F. J. (2021). Análisis de propuestas de Educación Física en casa durante la suspensión de clases por la COVID-19 y orientaciones para su diseño en Educación Primaria (Analysis of Physical Education at home proposals during the suspension of face-to-face classes due to. *Retos*, 42, 872–881. <https://doi.org/10.47197/retos.v42i0.88658>
- Mendoza Castillo, L. (2020). Lo que la pandemia nos enseñó sobre la educación a distancia. *Revista Latinoamericana de Estudios Educativos*, 343–352.
- Mineducación. (2020). *Lineamientos para la prestación del servicio de educación en casa y presencialidad bajo el esquema de alternancia y la implementación de prácticas de bioseguridad en la comunidad*.
- 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.
- Ministerio de Educación 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*.
- Organización Mundial de la Salud. (2019, December). *Brote de enfermedad por coronavirus (COVID-19)*. Organización Mundial de La Salud.
- Page, M. J., McKenzie, J. E., Bossuyt, P. M., Boutron, I., Hoffmann, T. C., Mulrow, C. D., Shamseer, L., Tetzlaff, J. M., Akl, E. A., Brennan, S. E., Chou, R., Glanville, J., Grimshaw, J. M., Hróbjartsson, A., Lalu, M. M., Li, T., Loder, E. W., Mayo-Wilson, E., McDonald, S., ... Moher, D. (2021). The PRISMA 2020 statement: An updated guideline for reporting systematic reviews. In *The BMJ* (Vol. 372). BMJ Publishing Group. <https://doi.org/10.1136/bmj.n71>
- Sánchez-Encalada, E. D., Ávila-Mediavilla, C. M., García-Herrera, D. G., & Bravo-Navarro, W. H. (2020). El proceso de enseñanza-aprendizaje de la Educación Física en época de pandemia. *Polo Del Conocimiento*, 455–467.
- Sierra-Díaz, J., González-Víllora, S., Toledo-Guijarro, J. A., & Bermejo-Collada, C. (2021). Reflexiones sobre el proceso de enseñanza y aprendizaje en Educación Física durante la pandemia por COVID-19. Un caso real (Reflections on the teaching and learning process in Physical Education during the COVID-19 pandemic. A real



- case). *Retos*, 41, 866–878. <https://doi.org/10.47197/retos.v41i0.85946>
- UNESCO. (2020, March 31). *El cierre de escuelas debido a la Covid-19 en todo el mundo afectará más a las niñas*. Unesco.
- Webster, C. A., Moon, J., Bennett, H., & Griffin, S. (2021). Implementation and Effectiveness of a CSPAP-Informed, Online Secondary Methods Course With Virtual Field Experiences During the COVID-19 Pandemic. *Journal of Teaching in Physical Education*, 40(3), 503–507. <https://doi.org/10.1123/jtpe.2020-0298>
- Whalen, L., Barcelona, J., Centeio, E., & McCaughtry, N. (2021). #HealthyKidsQuarantined: Supporting Schools and Families With Virtual Physical Activity, Physical Education, and Nutrition Education During the Coronavirus Pandemic. *Journal of Teaching in Physical Education*, 40(3), 503–507. <https://doi.org/10.1123/jtpe.2020-0299>