



*Revista Digital de Educación Física*

ISSN: 1989-8304 D.L.: J 864-2009

## EDITORIAL

### “EDUCACIÓN FÍSICA CON MASCARILLA: REFLEXIONES A PIE DE PATIO”

Enlazando con el editorial del número 66 de la revista, escrito por Javier Gil Ares, voy a tratar de exponer, desde la experiencia a pie de patio, cómo se está desarrollando mis sesiones de Educación Física. Esta experiencia personal podrá ser compartida por muchos de vosotros y vosotras o, quizás, no tenga nada que ver con lo que estáis desarrollando y viviendo en vuestros centros.

Lo primero que hice al inicio del curso fue empaparme de la gran cantidad de instrucciones, decálogos, guías, protocolos,... que habían salido a la luz durante el verano con respecto a la prevención y seguridad ante la apertura de los centros docentes con motivo de la pandemia de COVID-19. En Andalucía salieron bastantes normas, la mayoría con numerosas páginas, algunas se corregían a sí mismas, luego no era fácil tener una idea clara al respecto. Pero si complicado era ponerse al día con estas normas que hablaban de los colegios e institutos a nivel general, más difícil era encontrar alusiones a cómo se iba a desarrollar el área de Educación Física. Lo poco que se leía o decía nadaba en la ambigüedad. No teníamos nociones claras.

Posteriormente, el Consejo General de la Educación Física y Deportiva (Consejo COLEF) elaboró el documento denominado “*Recomendaciones docentes para una Educación Física escolar segura y responsable ante la “nueva normalidad”*” y que subtitulaba como “*Minimización de riesgos de contagio de la COVID-19 en las clases de EF para el curso 2020-2021*”. En este documento participaron un grupo de expertos, entre ellos algunos colaboradores de esta revista, que empezaron a dar claves más concretas de cómo actuar en las clases de Educación Física. Se daban recomendaciones referidas al distanciamiento entre el alumnado, a evitar el contacto físico, al uso de materiales y espacios, a organización de grupos,... Aspectos básicos para poder adaptar nuestras programaciones.

Javier Gil Ares, en el editorial del número 66 de “EmásF”, hacía un recorrido curricular sobre lo que se podría trabajar a partir de las acciones o situaciones motrices. Javier Fernández Río en el artículo “Apuntes metodológicos para una educación física post-covid-19”, publicado en el mismo número de la revista, centraba la atención en la necesidad de actuar en la metodología a través de la Autorregulación en el Aprendizaje.

Aportes como estos empezaban a iluminar el túnel oscuro en el que me encontraba a inicios de septiembre, momento en el que se toman decisiones sobre programación, unidades didácticas y las sesiones que se van a llevar a lo largo de un curso tan atípico.

Teniendo como referencia las “Recomendaciones docentes para una Educación Física escolar segura y responsable ante la “nueva normalidad” que había publicado el COLEF, elaboré el protocolo del área de Educación Física, aspecto que se había quedado totalmente olvidado dentro del Protocolo de mi Centro. Éste se centraba en aspectos generales de organización del colegio. Si nosotros no realizamos aportaciones no esperéis que las haga el coordinador o coordinadora Covid y, menos aún, el resto de miembros del claustro ajenos a nuestra materia. Se trataba de completar el Protocolo del Centro con la aportación desde la Educación Física, materia que se ve notablemente afectada con la nueva realidad.

Si bien no he visto ningún sitio en donde se recomiende de forma directa que no se realice actividad física en los Gimnasios por ser espacios cerrados, opté por diseñar las sesiones al aire libre, aspecto muy complicado en un centro que solo dispone de un pequeño patio y hasta cuatro personas que imparten el área. Lógicamente resultaba casi imposible que todos pudieran salir fuera cuando se solapa el horario de varios de ellos. Para más inri se establecieron dos horarios de recreo dentro de la jornada escolar con la finalidad de disminuir el contacto entre el alumnado con lo que se reducía aún más el tiempo disponible de estos espacios para la Educación Física.

Desde el punto de vista organizativo se planteaba un gran conflicto. Por ello se solicitó a la Jefatura de Estudios que a la hora de confeccionar los horarios todos los grupos tuvieran al menos una sesión semanal en el patio, la otra dependería de múltiples circunstancias que hacía difícil su desarrollo al aire libre, más aún en un centro de primaria. Colindante al centro existe un parque que podría usarse como alternativa, pero al ser un lugar público muy concurrido, resultaba casi imposible mantener el distanciamiento con las personas que circulaban por el mismo. Por tanto, era inviable la salida.

Una vez determinado el horario, el siguiente aspecto a tener en cuenta fue los contenidos trabajar. Para alguien que lleva treinta años de experiencia en la asignatura, ocho de ellos en este centro, a priori podría resultar fácil. Se me

planteaban dos alternativas, empezar de cero, o bien, adaptar las unidades y sesiones que ya tenía hechas de otros cursos. Y claro, opté por lo “más fácil”, revisé las unidades didácticas, sesiones, tareas y actividades que tenía del curso anterior. Seleccioné aquellas que consideraba más apropiadas y que se adaptaban en mayor medida a la nueva situación. En otras tuve que realizar modificaciones y adaptaciones para poder llevarlas a cabo de forma más segura.

El siguiente escollo fue determinar si el alumnado iba a usar las mascarillas en todas las actividades. Eso me hizo replantearme dos escenarios. Utilizarlas en determinadas actividades y quitarlas en otras. Se llevarían puestas las mascarillas cuando las actividades a realizar implicaran movilidad por el espacio o la imposibilidad de mantener el distanciamiento social. A su vez, tenía que tener en cuenta que no supusieran un gran esfuerzo que dificultara la respiración del alumnado.

También pensé en la posibilidad de realizar otras actividades sin mascarilla, de manera que el alumnado pudiera respirar con cierta normalidad. Serían para aquellas situaciones que fuese fácil mantener el distanciamiento social. Para ello pinté en el suelo del patio puntos de referencia con una separación de dos metros. Esto facilitaría que el alumnado se situara a una distancia apropiada del resto. Estas actividades irían lógicamente encaminadas a situaciones motrices individuales sin contacto con los demás, por ejemplo, para realizar ejercicios de elasticidad muscular, movilidad articular, movimientos en el propio sitio...

En un primer momento, pensé en agrupar las actividades dentro de la sesión en dos bloques, las que necesitaban uso de mascarilla y las que no. No se trataba de que el alumnado estuviera constantemente poniéndose y quitándose la mascarilla, de lo contrario las medidas higiénicas se iban al traste. Con un cambio en la sesión era suficiente, eso suponía que los niños tuviesen que llevar consigo una bolsa o cajita donde dejar la mascarilla mientras se actuaba sin ella.

Tras la primera sesión me di cuenta que era muy engorroso tener que quitarse y ponerse la mascarilla, aunque sólo fuese una vez, además cabía la posibilidad de que me llamaran la atención, a pesar de tomar medidas de distanciamiento. Así que me planteé que en lo sucesivo todas las actividades se realizaran con mascarilla.

Hablar al alumnado con la mascarilla puesta resulta muy dificultoso, hay que elevar el tono de la voz con el desgaste que ello conlleva tras el desarrollo de varias sesiones. Escuchar las preguntas o respuestas de los niños también es complicado. Y qué decir del uso del silbato para dar algún tipo de instrucción o llamar la atención. Tratar de hacerlo sonar con la mascarilla puesta resulta casi imposible, al no producirse salida de aire, no suena. Eso conlleva a tener que estar constantemente subiéndose o bajándose la mascarilla. Habrá que buscar otras soluciones acústicas...

Mencioné antes que no había leído en ningún lugar nada específico y concreto sobre el uso de los gimnasios en el área de Educación Física. Lógicamente si se van a realizar actividades físicas masivas con cierta intensidad resulta contraproducente y arriesgado. Pero, al igual que se crean grupos de convivencia o burbuja que se relacionan en espacios muy pequeños (aulas) llevando puestas sus respectivas mascarillas, estando a menos de un metro y medio de distancia ¿por qué no se podía hacer lo mismo en un gimnasio que suele ser disponer de un espacio de mayores dimensiones que en el aula? Si se adoptan medidas no veo razón alguna para no usarlos. Medidas como ventilación adecuada, realización de actividades de baja intensidad y sin contacto físico, por ejemplo: de expresión corporal, relajación, juegos de vuelta a la calma, ejercicios físicos,...

En referencia al uso de los recursos materiales, lo estoy limitando mucho, especialmente los que suelen compartirse (balones o pelotas). Por otra parte resulta muy engorrosa la desinfección posterior. Para la desinfección hemos adquirido unas pequeñas bombas que lanzan un líquido desinfectante con el que impregnamos los materiales. Cuando la temperatura ambiental es alta seca rápidamente, otra cosa será cuando bajen y tarde en secarse. Por ello, he tenido en cuenta las estaciones del año a la hora de usar más o menos material en las sesiones que diseño.

Como queríamos evitar que el alumnado bebiera de fuentes o grifos, se optó porque cada uno de ellos llevara una botella de agua. Al final de la sesión bebían agua y realizaban la higiene de las manos en los servicios del centro. Tanto el jabón como el papel de secado lo ofrecía el colegio. Había que evitar la costumbre de que trajeran su propia toallita y gel porque resultaba poco higiénico.

Tras tres semanas de clases nos hemos ido encontrando con diversas problemáticas, las analizamos y tomamos decisiones. Nos nutrimos de las aportaciones teóricas de normas planteadas por expertos sanitarios y del área de Educación Física y las ponemos en práctica en la realidad de nuestros patios. Y así avanzamos algunos, lentamente, con la vista puesta en la “antigua normalidad”, en la que debiera ser única realidad. Los que seáis más afortunados y dispongáis de suficientes espacios posiblemente no os hayáis planteado las cuestiones que yo esgrimo en este editorial. Pero seguro que habrá otros aspectos que dificulten o condicionen vuestras intervenciones educativas.

Ni que decir tiene que si nos confinan las dificultades serán otras radicalmente distintas. Pero eso es motivo de otro editorial....

**Juan Carlos Muñoz Díaz**

*Maestro de Educación física y  
Editor de EmásF  
emasf.correo@gmail.com*