



Revista Digital de Educación Física

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

EL IMPACTO DE LA COVID-19 EN EL ÁREA DE EDUCACIÓN FÍSICA

Susana Caicoya Suárez

Maestra de Educación Primaria-Educación Física. Entrenadora de Gimnasia Rítmica.
Gijón-España.
Email: susicaicoya@gmail.com

RESUMEN

El objetivo principal es analizar de manera global cómo se ha visto afectada la docencia de la asignatura de Educación Física en algunos colegios de Asturias desde el periodo de confinamiento por la pandemia del Coronavirus y cómo ha ido evolucionando hasta el día de hoy. Un segundo objetivo es realizar una propuesta metodológica que pudiera dar respuesta a las necesidades y dificultades encontradas en dicho análisis. En relación al primer objetivo, se realizaron dos encuestas, una a docentes y otra a estudiantes cuyas preguntas tenían como objetivo extraer información realista y relevante sobre el tema a estudio desde ambas perspectivas. Tras leer y analizar los documentos oficiales relativos a la pandemia y extraer las conclusiones derivadas de las encuestas, se ha considerado que el material autoconstruido pudiera ser uno de los recursos más útiles y apropiados dadas las actuales circunstancias tan restrictivas.

PALABRAS CLAVE:

Educación Primaria; Educación Física; Covid-19; confinamiento; estudio; material autoconstruido.

THE IMPACT OF COVID-19 IN THE AREA OF PHYSICAL EDUCATION

ABSTRACT

The main objective is to analyze in a global way how was perceived the teaching of the Physical Education subject in some schools of Asturias since the start of the period of confinement due to Coronavirus pandemic and how it has been evolving till today. A second objective is to create a methodological purpose which could answer the needs and difficulties that had been found in this analysis. In relation with the first objective, two surveys were done, one to the teachers and other to students. The two questionnaires intended to get realistic and relevant information about the study theme from both perspectives. After reading and analyzing the official documents related to the pandemic and extracting the conclusions from the surveys, the material created by ourselves has been considered as one of the more useful and appropriate resources because of the actual restrictive circumstances.

KEYWORD

Primary Education; Physical Education; Covid-19; confinement; investigation; self-constructed material.

INTRODUCCIÓN.

El presente artículo tiene como objetivo principal analizar de manera global cómo se ha visto afectada y cómo ha ido evolucionando la realidad de la Educación Física desde el periodo de confinamiento (15/03/2020-21/06/2020) hasta el día de hoy para dar respuesta a las necesidades, barreras y dificultades encontradas en dicho análisis.

Como bien se puede intuir tras la lectura del propio título, este se desarrolla en el contexto de una pandemia internacional causada por la COVID-19 en el que, a día de hoy (24/04/2021), según muestra la tabla de estadística del investigador social Colomo- Hugarte (2021), se llevan registrados 146,3M (millones) de casos de los cuales 124,4M (millones) han sido curados y 3.1M (millones) han fallecido. Según define la Organización Mundial de Salud (OMS, 2021), se trata de una enfermedad infecciosa causada por un coronavirus descubierto recientemente donde la mayoría de las personas infectadas presentan cuadros respiratorios de leves a moderados y se recuperan sin tratamiento especial, a diferencia de las personas mayores o personas con afecciones médicas subyacentes, que pueden presentar un cuadro grave. Este virus, principalmente se propaga a través de las gotículas de saliva o las secreciones nasales que se generan cuando una persona infectada tose o estornuda.

Esta situación de pandemia es la base entorno a la que va a girar el presente artículo y, para ello, es preciso entender cómo se ha visto afectada la puesta en práctica de la Educación Física tanto a nivel organizativo, como en su metodología y contenidos.

Según aparece en el Boletín Oficial del Estado (BOE, 2020), el 14/03/2020 entra en vigor el estado de alarma para la gestión de la situación de crisis sanitaria ocasionada por la COVID-19 cuyo fin principal era alertar a la población de la situación que se estaba viviendo y reducir el número elevado de contagios para poder asistir al personal infectado de la mejor manera posible ya que se estaban colapsando los centros sanitarios y la situación se estaba volviendo crítica. Esto supuso un confinamiento domiciliario en el que solamente se podía salir para actividades consideradas esenciales lo cual afectó a todos los sectores, en especial a la educación. Según publica Naciones Unidas en su Informe de Políticas: *La educación durante la Covid-19 y después de ella* (ONU,2020), la pandemia de enfermedad por coronavirus ha provocado la mayor interrupción de la historia en los sistemas educativos, afectando a casi 1.600 millones de alumnos en más de 190 países donde los cierres de escuelas y otros centros de enseñanza han afectado al 94% de los estudiantes del mundo produciéndose una crisis de aprendizaje generalizada. Ante la situación de incertidumbre sobre cuándo se podría volver a los centros, el sector educativo no tuvo más opción que adaptarse a los hechos e innovar para seguir trabajando a distancia con el alumnado. Fue enorme el esfuerzo que realizó el sistema educativo para seguir adelante y evitar, en la medida de lo posible, tanto las pérdidas en materia de aprendizaje como el abandono escolar. Todo esto supuso un trabajo adicional para los docentes que, tuvieron que aplicarse, formarse y adaptarse rápidamente para trabajar con las nuevas tecnologías, a pesar de las críticas y acusaciones recibidas por agentes externos acerca de su falta de implicación en el asunto.

En cuanto a la vuelta a los centros educativos, esta no tuvo lugar hasta el comienzo del nuevo curso académico 2020-2021, iniciándose en Asturias el 22/09/2020 para Infantil y Primaria. Como es lógico, los centros también adoptaron medidas preventivas ante la situación de pandemia que se seguía viviendo para procurar que la vuelta al colegio fuese segura, saludable y sostenible. Destacando algunas de las medidas adoptadas, según lo publicado en el Boletín Oficial del Principado de Asturias (BOPA, 2020), estas consisten en:

- Reanudación de las clases presenciales.
- Escalonar el comienzo y el fin de la jornada escolar y adaptar las diferentes entradas a los centros para reducir aglomeraciones.
- Uso obligatorio de mascarilla desde primero de primaria.
- Mantener grupos lo más estables posible reduciendo el aforo en las aulas (no superior a 20) y la interacción con otras clases.
- Limitar el aforo en los espacios comunes.
- Limitar las reuniones presenciales tanto entre profesorado como con familiares. Potenciar el uso de recursos telemáticos.
- Reforzar la limpieza y ventilación, así como el acceso a geles hidroalcohólicos.
- Las personas infectadas o con síntomas no deberán asistir al centro.

Además de estas medidas a nivel general, el área de Educación Física, debido a su dinámica también se vio obligado a realizar y añadir algunas modificaciones y adaptaciones tratándose, seguramente, de una de las áreas más afectadas por la situación. Según el *Protocolo de medidas de prevención e higiene sanitarias para actividades extraescolares* publicado en el BOPA (2020), las medidas más significativas que se han tomado y que también se han aplicado a las sesiones de Educación Física se corresponden con:

- Uso obligatorio de mascarilla.
- Higiene de manos de forma frecuente (previa, durante y posterior) siendo insuficiente el gel hidroalcohólico y necesitándose agua y jabón en caso de que se detecte suciedad a simple vista.
- Mantener la distancia interpersonal.
- Evitar el contacto físico y el uso de materiales compartidos.
- Priorizar los espacios exteriores.
- Desinfección de espacios cerrados y materiales tras su uso.

Aunque diversas fuentes, incluido el investigador del CSIC Larraga-Rodríguez (2021), prevén acabar con este sufrimiento para el año 2022, todavía queda un largo camino por recorrer que ni siquiera asegura una vuelta a la normalidad como la conocida anterior a la pandemia. Es por ello que se considera necesaria tanto la investigación y profundización en el tema como la propuesta de alternativas que abran nuevas puertas y aporten beneficios y soluciones en estos momentos difíciles y de incertidumbre.

1. MÉTODO.

1.1. PROCEDIMIENTO.

En esta pequeña investigación y recogida de información, fue fundamental la colaboración de diversos agentes. En este caso se trataba de docentes, alumnos y familiares/tutores del alumnado, los que tenían en sus manos la decisión de participar voluntariamente y de la manera más funcional posible cumplimentando los cuestionarios diseñados. Como se ha adelantado se pretendía captar qué estaba sucediendo y cómo se había percibido y se estaba percibiendo la situación de la COVID-19 en el área de Educación Física.

Por un lado, en cuanto a los cuestionarios creados para el profesorado, únicamente se necesitaba que estos aceptasen y realizasen el cuestionario correspondiente. La invitación al mismo se les envió por correo una vez confirmaron su participación.

CONSENTIMIENTO INFORMADO PARA PADRES/MADRES

Este documento contiene información sobre un estudio que se va a realizar acerca del impacto que ha tenido la COVID-19 en las dinámicas de las clases de Educación Física, y la percepción del alumnado y el profesorado. Por favor, léalo atentamente y, si da su conformidad, cumplimente los datos y fírmelo.

- Título del Proyecto: Impacto de la COVID-19 en las clases de Educación Física.
- Autora: Susana Caicoya Suárez.
- Tutor en la Universidad: Antonio Méndez Giménez. Titular de Universidad. Departamento de Ciencias de la Educación. Universidad de Oviedo

Porqué se está realizando este proyecto

La Educación Física desempeña un papel fundamental en el desarrollo integral de los niños y niñas. Este proyecto se desarrolla en el marco de un Trabajo Fin de Grado que pretende analizar el efecto de las medidas adoptadas durante la era de la COVID-19 en las clases de Educación Física, tanto desde la perspectiva del profesorado como del alumnado. El contraste de los datos de ambos agentes educativos nos permitirá comprender mejor cómo está afectando esta situación, al objeto de, en su caso, proponer alternativas en función de las carencias percibidas.

Participación en el proyecto

A su hijo/a se le pedirá que participe en un sencillo y anónimo cuestionario en relación con lo explicado en el apartado anterior.

Rigurosa confidencialidad

La participación es voluntaria y el estudio no conlleva ningún riesgo. La identidad de su hijo/a será protegida, por lo que toda información que nos proporcione será utilizada exclusivamente para el proyecto, salvaguardando en todo momento su anonimato.

¿Con quién contactar en caso de dudas?

Si tiene alguna duda sobre este proyecto, por favor, diríjase a esta dirección de correo electrónico: susicaicoya@gmail.com

Su firma indica que ha entendido el proyecto y que acepta la participación su hijo/a.

- Nombre del padre/madre/tutor: _____
- Nombre de su hijo/a: _____ Curso: _____

Firma del padre/madre/tutor En _____, a ____ de _____ de 2021

Muchas gracias por su participación, saludos.

Figura 1. Autorización cuestionario

Por otro lado, los cuestionarios elaborados para el alumnado, además del visto bueno tanto por la dirección del centro como por el tutor de ese grupo-clase, requerían la autorización de sus tutores legales, al tratarse de personas menores de edad. En la autorización se ponía en contexto y se informaba a las familias acerca del estudio y de sus finalidades dejándose claro en todo momento que se trataba de unos cuestionarios anónimos.

1.2. PARTICIPANTES.

Los participantes del estudio fueron 13 docentes y 69 estudiantes de 13 centros de Educación Primaria de Asturias.

Los criterios de inclusión para participar y formar parte del estudio eran:

- Ser docente de Educación Física.
- Haber trabajado como tal durante los cursos académicos de 2019-2020 y 2020-2021 (periodos de pandemia).

En primer lugar, se encuestó a un total de 13 docentes de centros diferentes que cumplieran con las características anteriores. La idea era recoger información de qué se había hecho y se estaba haciendo a modo general en los diversos centros de Asturias (no en uno concreto). Los sujetos participantes fueron 7 mujeres (53'85%) y 6 hombres (46'15%) de entre 25 y 55 años.

En segundo lugar, se aplicó el cuestionario a todo el alumnado que presentó el permiso para poder participar. Se encuestó a un total de 69 alumnos, de los cuales 35 eran varones (50'72 %) y 34 eran mujeres (49'28 %) y cuyas edades estaban comprendidas entre los 9 y los 12 años. cursaban cuarto, quinto y sexto curso de Educación Primaria.

1.3. INSTRUMENTOS.

El estudio se realizó a través de dos cuestionarios cuyas preguntas fueron diseñadas y seleccionadas *ad hoc* con el fin de lograr extraer la información necesaria y de la manera más realista posible.

Por un lado, a los 13 docentes mencionados se les administró una encuesta online. Los centros que colaboraron y que forman parte del estudio se encuentran situados en Gijón (5; 38'46%); Oviedo (3; 23'08%); Avilés (1; 7'69%); El Entrego (1; 7'69%); Langreo (1; 7'69%); Tineo (1; 7'69%) y Pravia (1; 7'69%).

Por otro lado, a los 69 alumnos/as de diferentes centros asturianos de Educación Primaria, se les administró un cuestionario en formato papel. Los centros que colaboraron y que también forman parte de dicho estudio se localizan en Gijón (4; 100%).

Formulario: Educación Física y COVID-19

Buenas a todos y a todas, soy Susana Caicoya la compañera de vuestros alumnos/as en prácticas que necesita de vuestra colaboración para un proyecto que se va a incluir en el TFG. Ante todo me gustaría darles las gracias a todos y a todas por vuestra ayuda e informarles de que el cuestionario será utilizado de forma totalmente anónima y que por tanto, sea contestado con la mayor sinceridad posible. Simplemente necesito recoger y contrastar información de diversos centros.

Gracias de nuevo, un saludo.

***Obligatorio**

1. Ubicación y nombre del centro: *

2. ¿Le ha pillado desprevenido/a el cierre de los centros cuando se declaró el primer estado de alarma y, por tanto, sin una programación adaptada a la docencia online? *

Marca solo un óvalo.

Sí

No

3. Explique brevemente qué metodología decidió llevar a cabo con el alumnado una vez que se "confirmó" que no se iba a volver a los centros por el momento. ¿En qué consistía? *

4. Explique brevemente cómo se están impartiendo las clases de Educación Física a día de hoy (febrero del 2021) y si se han visto modificadas en algún aspecto en comparación con la situación anterior a la pandemia (alumnado, espacios, materiales...) *

5. ¿Ha tenido algún aula confinada durante este periodo de curso? *

Marca solo un óvalo.

Sí

No

6. En caso afirmativo en la pregunta anterior, explique brevemente qué se ha hecho con dicho aula.

7. ¿Ha tenido a algún alumno/a confinado/a durante este periodo de tiempo? *

Marca solo un óvalo.

Sí

No

Figura 2. Cuestionario docente.

8. En caso afirmativo a la pregunta anterior, explique brevemente qué se ha hecho con ese/esos alumnos/as.

9. A modo general, ¿considera que el nivel de actividad física del alumnado ha disminuido? *

Marca solo un óvalo.

- Sí
 No

10. Para finalizar, ¿le ha costado o le está costando mantener motivado al alumnado ante las nuevas restricciones? *

Marca solo un óvalo.

- Sí
 No

Este contenido no ha sido creado ni aprobado por Google.

Google Formularios

IMPACTO DE LA COVID-19 EN EDUCACIÓN FÍSICA

Hola chicos y chicas, soy Susana Caicoya una alumna de la Universidad de Oviedo. Estoy realizando un trabajo y necesitaría vuestra ayuda para poder completarlo. ¿Os gustaría ayudarme? Si es así solo tenéis que rellenar el siguiente cuestionario. No se trata de ningún examen por lo que no hay respuestas malas ni buenas. Por favor, piensa unos segundos y contesta con sinceridad.

Muchas gracias a todos/as.

1. 1. Durante el confinamiento en casa por la COVID-19, cuando se suspendieron las clases y las actividades extraescolares, ¿tuviste momentos de aburrimiento?

Marca solo un óvalo.

	1	2	3	4	5	
No, ninguno	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	Sí, muchos

2. 2. En ese periodo de confinamiento en casa, ¿realizaste actividades de la asignatura de Educación Física?

Marca solo un óvalo.

	1	2	3	4	5	
No, ninguna	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	Sí, muchas

3. 3. ¿Te hubiera gustado haber realizado más actividades de Educación Física durante esas semanas?

Marca solo un óvalo.

Sí
 No

4. 4. Dejando a un lado la asignatura de E.F.; durante el confinamiento, ¿realizaste por tu cuenta actividad física o deporte?

Marca solo un óvalo.

	1	2	3	4	5	
No, nunca	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	Sí, muchas veces

5. 5. Ahora que ya se puede realizar Educación Física en los colegios, ¿notas algún cambio en las clases de E.F? Por ejemplo: ¿hay cosas que antes podías hacer que ahora ya no?

Marca solo un óvalo.

	1	2	3	4	5	
No, ningún cambio	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	Sí, muchos cambios

6. 6. ¿Podrías escribir alguna de las cosas que echas de menos hacer en las clases de Educación Física?

7. 7. ¿Qué clases de Educación Física te gustan más, las de ANTES de la COVID-19 o las de AHORA?

Marca solo un óvalo.

Antes
 Ahora

8. 8. ¿Incluirías la asignatura de Educación Física como una de tus asignaturas favoritas?

Marca solo un óvalo.

Sí
 No

Este contenido no ha sido creado ni aprobado por Google.

Google Formularios

Figura 3: Cuestionario discente

2. RESULTADOS.

A continuación, se van a presentar cinco tablas que sintetizan los resultados obtenidos con los cuestionarios realizados. Se emplearán dos tablas para el cuestionario docente y tres para el discente. Las tablas variarán en función del tipo de respuesta de cada ítem (abierta, cerrada, escala...)

Cuestionario docente:

Las dos tablas siguientes recogen tanto las percepciones del docente acerca de cómo la Covid-19 ha ido afectando en el área de Educación Física desde el confinamiento hasta la actualidad (Tabla 1) como las diversas metodologías y estrategias empleadas por los mismos (Tabla 2).

Tabla 1.

Percepción docente durante la Covid-19. Respuestas cerradas.

ÍTEMS	Nº de afirmaciones positivas (Porcentaje)	Nº de afirmaciones negativas (Porcentaje)
1. ¿Le ha pillado desprevenido/a el cierre de los centros cuando se declaró el primer estado de alarma y, por tanto, sin una programación adaptada a la docencia online?	12 (92'31%)	1 (7'69%)
4. ¿Ha tenido algún aula confinada durante este periodo de curso?	8 (61'54%)	5 (38'46%)
6. ¿Ha tenido a algún alumno/a confinado/a durante este periodo de tiempo?	7 (53'85%)	6 (46'15%)
8. A modo general, ¿considera que el nivel de actividad física del alumnado ha disminuido?	13 (100%)	0 (0%)
9. Para finalizar, ¿le ha costado o le está costando mantener motivado al alumnado ante las nuevas restricciones?	5 (38'46%)	8 (61'54%)

Tabla 2.

Metodologías docentes durante la Covid-19. Respuestas abiertas.

ÍTEM	RESPUESTAS	FRECUENCIA (Porcentaje)
2. Explique brevemente qué metodología decidió llevar a cabo con el alumnado una vez que se "confirmó" que no se iba a volver a los centros por el momento. ¿En qué consistía?	1. Vídeos con actividades a realizar y subir al blog. 2. Aprendizaje basado en retos. 3. Clases de TEAMS. 4. Juegos con las UDD ya vistas en el periodo presencial. 5. Trabajos y presentaciones. 6. Se reforzó el bloque de Salud.	2 de 13 (15'38%) 9 de 13 (69'23%) 2 de 13 (15'38%) 1 de 13 (7'69%) 1 de 13 (7'69%) 1 de 13 (7'69%)
3. Explique brevemente cómo se están impartiendo las clases de Educación Física a día de hoy (febrero del 2021) y si se han visto modificadas en algún aspecto en comparación con la situación anterior a la pandemia (alumnado, espacios, materiales...)	1. Actividades en espacios exteriores, reducción de materiales, omisión de las unidades de contacto y de juegos cooperativos. 2. Cambio a metodologías individuales. Flipped classroom y gamificación. 3. El alumnado trae su material.	11 de 13 (84'62%) 1 de 13 (7'69%) 1 de 13 (7'69%)
5. En caso afirmativo en la pregunta anterior, explique brevemente qué se ha hecho con dicho aula.	1. Clases virtuales. 2. Nada. 3. Trabajos online.	2 de 8 (25%) 3 de 8 (37'5%) 3 de 8 (37'5%)
7. En caso afirmativo a la pregunta anterior, explique brevemente qué se ha hecho con ese/esos alumnos/as.	1. Trabajos online. 2. Nada. 3. Juegos de mesa deportivos.	4 de 7 (57'14%) 2 de 7 (28'57%) 1 de 7 (14'29%)

Cuestionario discente:

Las tres tablas que se muestran a continuación recogen las percepciones del alumnado acerca de cómo viven y han vivido diversas situaciones relacionadas con el área de Educación Física en un contexto de pandemia.

Tabla 3.
Percepción del alumnado durante la Covid-19. Respuestas cerradas.

ÍTEMS	Nº de afirmaciones positivas (porcentaje)	Nº de afirmaciones negativas (porcentaje)
3. ¿Te hubiera gustado haber realizado más actividades de Educación Física durante esas semanas?	57 (82'61%)	12 (17'39%)
7. ¿Qué clases de Educación Física te gustan más, las de ANTES de la COVID-19 o las de AHORA?	64 ANTES (92'75%) 5 AHORA (7'25%)	
8. ¿Incluirías la asignatura de Educación Física como una de tus asignaturas favoritas?	64 (92'75%)	5 (7'25%)

Tabla 4.
Percepción del alumnado durante la Covid-19. Escala.

ITEM	1	2	3	4	5	MEDIA
1. Durante el confinamiento en casa por la COVID-19, cuando se suspendieron las clases y las actividades extraescolares, ¿tuviste momentos de aburrimiento?	14'49%	30'43%	26'1%	13'04%	15'94%	2'8
2. En ese periodo de confinamiento en casa, ¿realizaste actividades de la asignatura de Educación Física?	13'04%	18'84%	14'49%	26'09%	27'54%	3,4
4. Dejando a un lado la asignatura de E.F.; durante el confinamiento, ¿realizaste por tu cuenta actividad física o deporte?	2'9%	8'7%	21'73%	26'09%	40'58%	3'9
5. Ahora que ya se puede realizar Educación Física en los colegios, ¿notas algún cambio en las clases de E.F? Por ejemplo: ¿hay cosas que antes podías hacer que ahora ya no?	1'44%	4'35%	21'74%	27'54%	44'93%	4,2

Nota: 1. Ninguno/ 2. Apenas/ 3. Algunos/ 4. Bastantes/ 5. Muchos

Tabla 5.

Percepción del alumnado durante la Covid-19. Respuestas abiertas.

ÍTEM	RESPUESTAS	FRECUENCIA (PORCENTAJE)
6. ¿Podrías escribir alguna de las cosas que echas de menos hacer en las clases de Educación Física?	1. Ir al gimnasio. 2. Usar material. 3. Juegos de contacto. 4. Juegos en equipo. 5. Fútbol. 6. Correr sin mascarilla.	9 de 69 (13'04%) 36 de 69 (52'17%) 4 de 69 (5'80%) 12 de 69 (17'39%) 2 de 69 (2'90%) 9 de 69 (13'04%)

3. DISCUSIÓN.

Como se ha podido observar a lo largo del apartado de *contextualización*, son diversos los organismos que han diseñado y propuesto medidas preventivas (protocolos de entrada-salida, distancias de seguridad, espacios...) ante esta difícil y novedosa situación. Sin embargo, son pocos los documentos que se centran en la metodología que se debería llevar a cabo con el alumnado. Como bien se menciona en el artículo *Apuntes metodológicos para una educación física post-Covid-19* elaborado por Fernández-Río (2020); esta situación debería haber desencadenado propuestas metodológicas que permitiesen a esta materia adaptarse y evolucionar en la era post- COVID-19. Estas tareas deben provocar un impacto positivo en el alumnado y no deben suponer una sobrecarga en las familias ya que, según el estudio reflejado en el artículo *Familias y Docentes: Garantes del Aprendizaje durante el Confinamiento* elaborado por Hortigüela-Alcalá; Pérez-Pueyo; López-Aguado; Manso-Ayuso y Fernández-Río (2020) un 56'5% de las 5867 familias españolas entrevistadas consideran mala o regular su capacidad para compaginar teletrabajo y ayudar a sus hijos con la tarea escolar. Si se observan los resultados obtenidos del estudio anterior (Tabla 2), a excepción de las respuestas 1, 2 y 4 podría decirse que un 30'76% de las metodologías aplicadas no van mucho más allá de lo simple y tradicional, siendo estas la clara base de un posible abandono de la materia y mucho más en el periodo no-presencial de confinamiento.

En ese mismo estudio (Tabla 4) un 31'88% del alumnado (1+2) afirmaba no haber realizado apenas actividades de Educación Física durante el confinamiento. Si ese resultado se compara con los datos reflejados en el último artículo citado (*Familias y Docentes: Garantes del Aprendizaje durante el Confinamiento*) en el que los estudios se han realizado con muestras mucho mayores y por tanto más realistas, resulta bastante coincidente con el porcentaje de alumnado que no ha podido seguir el curso (30%); cuya causa principal se corresponde con su incapacidad para responsabilizarse. Que haya sido un 30% el porcentaje del alumnado que no ha podido seguir el curso, sin duda es un resultado demasiado elevado y perjudicial en términos de enseñanza. En cambio, si se confronta el porcentaje del alumnado que apenas ha realizado actividades de E.F durante el confinamiento con el porcentaje del alumnado que apenas ha realizado actividad física o deporte por su cuenta durante el confinamiento, la cifra desciende a un 11'6% (1+2). Esto hace reflexionar acerca de cuál es el motivo por el que se da tanta diferencia entre un ítem y otro ya que, si fuera que a ese porcentaje del alumnado no le gustase realizar actividad física, los resultados de ambos ítems deberían estar mucho más

igualados. Además, también hay que tener en cuenta que solamente a un 17'39% del alumnado entrevistado no le habría gustado haber realizado más actividades de esta asignatura y únicamente un 7'25% de los encuestados no la incluyen dentro de su asignatura favorita. Por tanto, ¿no se habrán enviado suficientes actividades de dicha asignatura?; ¿no se habrán propuesto actividades lo suficientemente interesantes para el alumnado?...

En el artículo *Familias y Docentes: Garantes del Aprendizaje durante el Confinamiento* de Hortigüela-Alcalá et al. (2020), los docentes que han empleado el modelo de enseñanza basado en competencias (el cual requiere una mayor dedicación e implicación por parte docente), han demostrado una mayor flexibilidad en las estrategias de enseñanza logrando transferir los conocimientos a diversidad de contextos y han percibido menos dificultades durante la enseñanza virtual. Es aquí donde entra en juego la importancia de la metodología que los docentes decidan emplear con el alumnado ya que esta debe ser más activa y atractiva que nunca. Según se expone en el artículo de Fernández-Rio (2020) citado anteriormente, se debe aprovechar esta situación (que exige cambios en la metodología docente) como el punto de partida hacia la Autorregulación en el Aprendizaje; no solo orientada exclusivamente a la era Covid-19 sino como un objetivo a conseguir con el alumnado de hoy en adelante. Esta Autorregulación de la que se habla solamente se puede alcanzar a través de la Autonomía, que, a su vez, se promueve otorgándole al alumnado la oportunidad de Elección y de Toma de decisiones. Como bien define el mismo artículo, "la decisión/elección en el aula empodera al estudiante y le manda el mensaje de que su opinión cuenta, promoviendo su responsabilidad e implicación".

4. CONCLUSIONES.

Tras analizar detenidamente los dos apartados anteriores y procesar toda la información relevante que se ha leído en los dos últimos artículos mencionados, se han extraído algunas conclusiones. A pesar de que es cierto que el papel que desempeñen las familias con sus hijos en términos escolares puede llegar a ser muy enriquecedor y positivo (o lo contrario) para el alumnado, el peso de un buen proceso de enseñanza-aprendizaje sin duda recae en los docentes y discentes. Por mucho que las familias quieran ayudar en la formación académica de sus hijos, en numerosos casos no tienen ni la formación, ni el tiempo, ni los medios suficientes para lograrlo. Por tanto, está en manos del docente (que sí está formado para ello) el aplicar metodologías que capten la atención y desarrollen tanto la autonomía y la responsabilidad como el interés por aprender en el alumnado. Si se consiguen desarrollar estos tres aspectos mencionados, será el propio alumnado quién se organice y autorregule su aprendizaje siendo este mucho más significativo; eliminando cargas a sus familias y facilitando la labor del docente (en algunos aspectos).

Otra cosa que está muy clara es que no se pueden esperar buenas actitudes y resultados por parte del alumnado si nosotros no ejercemos correctamente nuestra labor como docentes. No es admisible que aproximadamente un 75% de las respuestas obtenidas a los ítems *explica que se ha hecho con ese aula confinada o explica que se ha hecho con ese alumno/a confinado/a* sean: "trabajos online" o lo que es peor "nada" (Tabla 2). Lógico que hayan disminuido los niveles de actividad física.

En definitiva, como bien se exponía anteriormente, se debe aprovechar esta difícil situación para realizar los cambios que la Educación Física lleva pidiendo años. Se necesita una mayor implicación por parte docente y que, además, estos echen a volar su imaginación y saquen de dentro su lado más creativo.

En este caso, se ha tenido en cuenta la frase ya mencionada “la decisión/elección en el aula empodera al estudiante y le manda el mensaje de que su opinión cuenta, promoviendo su responsabilidad e implicación” y se ha elaborado y llevado a cabo una intervención que supiera (en la medida de lo posible) una de las carencias más mencionadas por el alumnado en los cuestionarios, es decir, la falta de materiales en las sesiones de Educación Física. De esta manera se le demostró al alumnado que su opinión y sus necesidades fueron escuchadas y valoradas.

4.1. LAS TIC COMO RESPUESTA A ESTA REALIDAD OBSERVADA Y ANALIZADA.

Tomando como punto de partida el confinamiento domiciliario (15/03/2020-21/06/2020) que desencadenó las clases online, está claro que las TIC han tenido un papel protagonista ya desde el momento inicial pues, gracias a ellas, ha sido posible la enseñanza telemática en un elevado número de casos. Ya no solo se habla de las sesiones online por vía Teams sino también de todos los enlaces, vídeos y numerosos recursos que han hecho posible esta enseñanza a distancia.

Las TIC tienen su parte positiva y su parte negativa. Sin embargo, en este caso, un mal uso de las tecnologías de la información y más concretamente del internet, puede desencadenar graves consecuencias debido a la gran cantidad de contenido de todo tipo que se puede encontrar en un portal tan amplio. Los riesgos más comunes a los que niños y adolescentes se exponen con un uso inadecuado del internet, según definen García y Corina (2008) en su artículo *Riesgos del uso de internet por niños y adolescentes. Estrategias de seguridad*, se podrían resumir en:

- Contenidos para adultos con material sexual explícito, drogas o violencia.
- Juegos de apuestas, casinos o similares que generen adicción.
- La comunicación con desconocidos que desencadenen en engaños, abusos o corrupción de menores.
- Depredadores en línea.

Por eso, es muy importante que tanto las familias como los docentes controlen y pongan medidas que impidan o reduzcan el acceso de los menores a páginas web inadecuadas. En el artículo citado anteriormente aparecen estrategias de seguridad interesantes de leer, aunque no se van a reflejar en este artículo.

Con la puesta en práctica de la unidad diseñada, el alumnado ha realizado un uso óptimo del internet, siendo la propia autora quien les ha proporcionado los enlaces a los sitios web correspondientes para una búsqueda de información segura, efectiva y valiosa. El recurso digital que se ha utilizado durante la Unidad Didáctica se corresponde con un canal de YouTube titulado @Antonio Méndez-Giménez (n.d.) cuyo contenido principal son video-tutoriales de material autoconstruido. Además, aunque en este caso el programa diseñado se ha

desarrollado en el propio centro, este canal podría ser empleado como recurso en casos de aulas y/o alumnos confinados e incluso se podía haber puesto en funcionamiento durante el primer confinamiento, habiendo propuesto actividades lúdicas de construcción de materiales que el propio alumnado habría tenido ocasión de probar en sus propios domicilios, aumentando el nivel de actividad física. Además, habría sido un buen adelanto que el alumnado tuviera ya hechos diversos materiales una vez que se volviese a los centros con la nueva normalidad; se les habrían podido dar diversos usos supliendo la carencia que mostró más de la mitad del alumnado encuestado (52'17%) acerca de la falta del uso de los materiales en las sesiones de Educación Física.

4.2. EL MATERIAL AUTOCONSTRUIDO.

Como bien se ha explicado en el apartado anterior, el recurso digital que el alumnado ha empleado durante la Unidad Didáctica es un canal de YouTube donde predominan los video-tutoriales de material autoconstruido. Estos materiales se han construido en el centro y han sido empleados durante las sesiones de Educación Física. Fueron dos motivos principalmente los que me hicieron considerar que el hecho de que el alumnado construyese su material para las sesiones de E.F. era una buena opción:

- 1) Diversos documentos acerca de medidas preventivas durante las clases de E.F entre los que destaca la guía *Recomendaciones para una Educación Física escolar segura y responsable ante la nueva normalidad*, COLEF (2020); mencionan que las actividades con implementos personales pueden ser una buena estrategia para emplear durante las sesiones de Educación Física pues, se mantienen las distancias de seguridad y se reducen los riesgos de contagio por contacto común.
- 2) El análisis de los cuestionarios donde, por un lado, el 84'62% de los docentes optaban por no usar material del centro para prevenir mientras que, por el otro, el 52'17% del alumnado echaba en falta el uso de materiales en las sesiones.

Además, el hecho de que el alumnado sea quien cree sus propios materiales provoca grandes beneficios en su desarrollo integral. Durante la construcción de los mismos se están desarrollando el aprendizaje activo, el aprendizaje social y el aprendizaje creativo que existe en todos los estudiantes según define Fernández-Río (2019) en el material universitario *Autoconstrucción de materiales para la iniciación deportiva*. Igualmente, con la construcción de los mismos se están trabajando de manera transversal y multidisciplinar diferentes aspectos de diversas asignaturas entre las que destacan Matemáticas, Plástica y Ciencias de la Naturaleza. A continuación, se van a reflejar algunas de las ventajas más significativas extraídas del material universitario *Juego motor con material reciclado y autoconstruido*, Méndez - Giménez (2020):

- Bajo coste económico.
- Desarrolla la creatividad.
- Material ajustado a las necesidades.
- Diversificación de las actividades.
- Favorece la coeducación.
- Proyectos interdisciplinares.

En definitiva, teniéndose en cuenta las medidas preventivas, las carencias detectadas en los cuestionarios y los beneficios que provoca en el alumnado la construcción del propio material, la construcción de materiales para las sesiones de Educación Física ha tomado un papel destacado a lo largo de toda la unidad, la cual ha resultado bastante exitosa. Es preciso destacar que, aunque en este caso se ha decidido llevar a cabo la construcción de materiales, existen gran cantidad de opciones y estrategias que los docentes pueden aplicar con sus alumnos, siendo todas igual de válidas y beneficiosas para nuestro alumnado siempre que se planteen adecuadamente.

6. RREFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS.

Agencia Estatal Boletín Oficial del Estado (2020). *Orden SND/387/2020, de 3 de mayo, por la que se regula el proceso de cogobernanza con las comunidades autónomas y ciudades de Ceuta y Melilla para la transición a una nueva normalidad*. Núm.123. Págs. 31113-31117. Recuperado el 18 de abril del 2021 de: <https://www.boe.es/eli/es/o/2020/05/03/snd387>

Agencia Estatal Boletín Oficial del Estado (2020). *Real Decreto 463/2020, de 14 de marzo, por el que se declara el estado de alarma para la gestión de la situación de crisis sanitaria ocasionada por el COVID-19*. Núm. 67. Págs. 25390-25400. Recuperado el 8 de abril del 2021 de: <https://www.boe.es/buscar/doc.php?id=BOE-A-2020-3692>

Agencia Estatal Boletín Oficial del Estado. *Real Decreto-ley 21/2020, de 9 de junio, de medidas urgentes de prevención, contención y coordinación para hacer frente a la crisis sanitaria ocasionada por el COVID-19*. Núm. 163. Págs. 38723-38752. Recuperado el 18 de abril del 2021 de: https://www.boe.es/diario_boe/txt.php?id=BOE-A-2020-5895

Antonio Méndez – Giménez (n.d.). *Inicio*. Canal de YouTube. Recuperado de: <https://www.youtube.com/channel/UC8CSAgyxqkTQNCzIEVCSPGQ>

AulaPlaneta (2021). *Las siete competencias clave de la LOMCE explicadas en siete infografías*. Recuperado el 19 de abril del 2021 de: <https://www.aulaplaneta.com/2015/06/04/recursos-tic/las-siete-competencias-clave-de-la-lomce-explicadas-en-siete-infografias/>

Boletín Oficial del Principado de Asturias (2020). *Otras disposiciones. Consejería de Educación*. Núm. 182. Págs. 1-8. Recuperado el 18 de abril del 2021 de: <https://sede.asturias.es/bopa/2020/09/18/2020-07487.pdf>

Colomo-Ugarte, J. (2021). *Estadística Mundial por países de Coronavirus-19*. Recuperado el 24 de abril del 2021 de: <https://www.javiercolomo.com/coro.htm>

Consejería de Educación, Cultura y Deporte (2014). *Currículo Oficial de la Educación Primaria y relación entre criterios de evaluación y estándares de aprendizaje evaluables*. Gobierno del Principado de Asturias. Recuperado el 19 de marzo del 2021 de: <https://www.educastur.es/documents/10531/40578/2014->

[08+Publicación+currículo+Educación+Primaria+%28pdf %29/acde98a4-4b20-4c51-a4eb-05fc36fc8e44](#)

Consejo COLEF (2020). *Recomendaciones para una EF segura y responsable ante la nueva normalidad*. Recuperado el 9 de abril del 2021 de: <https://www.consejo-colef.es/post/covid19-guia-ef-nueva-normalidad>

eEconomista.es (2021). *Bill Gates prevé que la normalidad real no llegará a España hasta el año 2022*. Recuperado el 20 de abril del 2021 de: <https://www.economista.es/nacional/noticias/11052512/02/21/Bill-Gates-preve-que-la-normalidad-real-no-llegara-a-Espana-hasta-el-ano-2022.html>

Fernández-Río, J. (2019). *Autoconstrucción de materiales para la iniciación deportiva. Tándem Deporte Educativo*.

Fernández-Río, J. (2020). *Apuntes metodológicos para una Educación Física post-Covid-19*. EmásF. Revista Digital de Educación Física 66:67-75. Recuperado el 20 de mayo del 2021 de: [https://www.researchgate.net/publication/344130739 APUNTES METODOLOGICOS PARA UNA EDUCACION FISICA POST-COVID-19](https://www.researchgate.net/publication/344130739_APUNTES_METODOLOGICOS_PARA_UNA_EDUCACION_FISICA_POST-COVID-19)

García, P. y Corina, A. (2008). *Riesgos del uso de internet por niños y adolescentes. Estrategias de seguridad*. Acta Pediátrica de México, vol 29, núm.5, septiembre-octubre, 2008, pp.272-278. Recuperado el 16 de mayo del 2021 de: <https://www.redalyc.org/pdf/4236/423640313006.pdf>

Hortigüela- Alcalá, D., Pérez-Pueyo, A., López-Aguado, M., Manso-Ayuso, J. y Fernández-Río, J. (2020). *Familias y Docentes: Garantías del Aprendizaje durante el Confinamiento Families and Teachers: Guarantees of Learning during Confinement*. Revista Internacional de Educación para la Justicia Social 9(3):353-370. Recuperado el 20 de mayo del 2021 de: [https://www.researchgate.net/publication/347464323 Familias y Docentes Garantías del Aprendizaje durante el Confinamiento Families and Teachers Guarantees of Learning during Confinement](https://www.researchgate.net/publication/347464323_Familias_y_Docentes_Garantias_del_Aprendizaje_durante_el_Confinamiento_Families_and_Teachers_Guarantees_of_Learning_during_Confinement)

Méndez-Giménez, A. (2020). *Un modelo de autoconstrucción de material: Protocolo de actuación docente. Tándem Didáctica de la Educación Física*, 68, 7-12.

Merino, B. y González, E. (2006). *Actividad Física y Salud en la Infancia y la Adolescencia Guía para todas las personas que participan en su educación*. Madrid: Ministerio de Educación y Ciencia y Ministerio de Sanidad y Consumo.

Ministerio de Educación y Formación Profesional- Gobierno de España (2013). *Competencias clave*. Recuperado el 19 de abril del 2021 de: <http://www.educacionyfp.gob.es/educacion/mc/lomce/curriculo/competencias-clave/competencias-clave.html>

Naciones Unidas (2020). *Informe de políticas: La educación durante la COVID-19 y después de ella*. Recuperado el 11 de abril del 2021 de: https://www.un.org/sites/un2.un.org/files/policy_brief_-_education_during_covid-19_and_beyond_spanish.pdf

Negrete-Julio, B. (2020). *Coronavirus: estiman el fin de la pandemia en España el 9 de septiembre*. Sanitaria 2000. Recuperado el 20 de abril del 2021 de: <https://www.redaccionmedica.com/secciones/sanidad-hoy/coronavirus-fin-pandemia-en-espana-septiembre-1186>

Organización Mundial de la Salud (2021). *Coronavirus*. Recuperado el 11 de abril del 2021 de: https://www.who.int/es/health-topics/coronavirus#tab=tab_1

RTVE (2021). *La pandemia durará “dos o tres años” pero podría haber una “cierta normalidad en otoño”, según un investigador del CSIC*. Recuperado el 20 de abril del 2021 de: <https://www.rtve.es/noticias/20210222/pandemia-duracion-varios-anos-pero-cierta-normalidad-otono/2078134.shtml>

Sánchez, C. (2020) *¿Cómo citar un Curso o Material de Clase? Normas APA (7ma edición)*. Recuperado el 23 de mayo del 2021 de: <https://normas-apa.org/referencias/citar-curso-o-material-de-clase/>

Fecha de recepción: 10/8/2021

Fecha de aceptación: 1/9/2021