

**15 - EDUCACIÓN FÍSICA DEPORTE Y SALUD, EN LA NUEVA NORMALIDAD DE LA PANDEMIA: EL IMPACTO DEL COVID-19 EN LA ENSEÑANZA DE LA EDUCACIÓN FÍSICA.**

**María Aparecida Santos e Campos**  
Universidad Internacional  
Iberoamericana MX

**Julio Herrador Sánchez**  
Universidad Pablo de Olavide

**Antonio José Cardona Linares**  
Universidad Pablo Olavide España

**Pedro Ángel Latorre Román**  
Universidad de Jaén- España

**Lilian Messias Sampaio Brito**

**UFPR- BR**

**José Fernandes Filho**

**UFRJ -BR**

**doi:10.16887/92.a1.15**

**PHYSICAL EDUCATION, SPORTS AND HEALTH, IN THE NEW NORMALITY OF THE PANDEMIC: THE IMPACT OF COVID-19 ON THE TEACHING OF PHYSICAL EDUCATION.****Abstract**

Qualitative-quantitative, descriptive study on the impact of COVID-19 on the teaching of physical education in times of pandemic, the objective was to analyze the pedagogical aspects in remote physical education classes. Instruments: biphasic questionnaire, ad hoc, published in the google-forms platform, addressed to teachers working with physical education in the three levels of education, non-probabilistic sample composed of: 82 teachers of Physical Activity and sports from Brazil and Spain. Results: Although the pandemic has caused changes, the teachers of Physical Activities and sports have reformulated their knowledge seeking to overcome the difficulties and work with remote classrooms, although they believe that there were prejudices in relation to the development of the students due to the lack of face-to-face practical classrooms, and the return to the new normality came with several restrictions and the use of masks that, despite the student

being outdoors, is mandatory. And this decreases the oxygen absorption capacity and contributes to greater fatigue during the classrooms.

Keywords: Covid-19; School physical education; remote classrooms,

## **ÉDUCATION PHYSIQUE, SPORTS ET SANTÉ, DANS LA NOUVELLE NORMALITÉ DE LA PANDÉMIE : L'IMPACT DE COVID-19 SUR L'ENSEIGNEMENT DE L'ÉDUCATION PHYSIQUE.**

### Resumen

Estudio cuali-cuantitativo, descriptivo sobre el impacto del COVID-19 en la enseñanza de la educación física en tiempo de pandemia, el objetivo fue analizar los aspectos pedagógicos en clases remotas de Ed. Física. Instrumentos de investigación: cuestionario trifásico, *ad hoc*, publicado en la plataforma google-forms, dirigido a docentes que trabajan con educación física en todos los niveles de la educación, la muestra no probabilística fue compuesta por: 82 profesores de Actividad Física y deportes de Brasil y España. Resultados: Aunque la pandemia haya causado cambios, los docentes han reformulado sus saberes buscando sobreponer las dificultades y trabajaran con aulas remotas, pero, resaltaron que hubo perjuicios en relación al desarrollo psicomotor de los alumnos por la falta de aulas prácticas presenciales. El retorno a la nueva normalidad llegó con restricciones y uso obligatorio de mascarillas y distanciamiento de 1,5 ms, pese a estar el alumno en el aire libre, lo que disminuye la capacidad de absorción del oxígeno y contribuye a un mayor estrés respiratorio y cansancio durante las aulas de cierta intensidad. Además, cabe resaltar la importancia de las aulas prácticas para el desarrollo emocional que se desenvuelven durante las aulas de educación física que contribuyen para que el alumno forme su autoconcepto físico, consciencia corporal, automotivación y la sociabilidad ya la capacidad para gestionar las relaciones interpersonales y socialización.

Palabras clave: Covid-19; Educación Física escolar; aulas remotas,

### Resumé

Étude qualitative-quantitative, descriptive sur l'impact du COVID-19 sur l'enseignement de l'éducation physique en temps de pandémie, l'objectif était d'analyser les aspects pédagogiques dans les cours d'éducation physique à distance. Instruments : questionnaire biphasique, *ad hoc*, publié sur la plate-forme google-forms, adressé aux enseignants travaillant avec l'éducation physique dans les trois niveaux d'enseignement, échantillon non probabiliste composé de : 82

enseignants d'activité physique et de sport du Brésil et d'Espagne. Résultats : Bien que la pandémie ait changé, les professeurs d'activités physiques et sportives ont reformulé leurs connaissances en cherchant à surmonter les difficultés et à travailler avec des classes éloignées, bien qu'ils croient qu'il y avait des préjugés par rapport au développement des élèves en raison du manque de salles de classe pratiques en face à face, et le retour à la nouvelle normalité s'est accompagné de plusieurs restrictions et de l'utilisation de masques qui, bien que l'élève soit à l'extérieur, est obligatoire. Et cela diminue la capacité d'absorption d'oxygène et contribue à une plus grande fatigue pendant les classes.

Mots-clés : Covid-19 ; Éducation physique scolaire; classes éloignées,

### **EDUCAÇÃO FÍSICA, ESPORTES E SAÚDE, NA NOVA NORMALIDADE DA PANDÊMICA: O IMPACTO DA COVID-19 NO ENSINO DA EDUCAÇÃO FÍSICA.**

#### Resumo

Estudo qualitativo-quantitativo, descritivo sobre o impacto do COVID-19 no ensino de educação física em tempos de pandemia, com o objetivo de analisar os aspectos pedagógicos em aulas de educação física a distância. Instrumentos de pesquisa: questionário trifásico, ad hoc, publicado na plataforma google-forms, dirigido a professores que atuam com educação física em todos os níveis de ensino, a amostra não probabilística foi composta por: 82 professores de atividade física e esportes do Brasil e Espanha. Resultados: Embora a pandemia tenha causado mudanças, os professores reformularam seus conhecimentos buscando superar as dificuldades e trabalhar com salas de aula remotas, mas enfatizaram que havia preconceitos em relação ao desenvolvimento psicomotor dos alunos devido à falta de prática nas salas de aula do local. O retorno à nova normalidade veio com restrições e obrigatoriedade do uso de máscaras e distância de 1,5 ms, mesmo estando o aluno ao ar livre, o que diminui a capacidade de absorção de oxigênio e contribui para maior estresse respiratório e fadiga durante as aulas de certa intensidade. Além disso, vale destacar a importância das aulas práticas para o desenvolvimento das emoções que se desenvolvem durante as aulas de Educação Física, as quais contribuem para o autoconceito físico do aluno, consciência corporal, automotivação e sociabilidade, além da capacidade de gerenciar as relações interpessoais. e socialização.

Palavras chave: Covid-19; Educação Física escolar; aulas remotas,

## Introducción

Almeida (2021, p.18), afirman que el mundo actual, "exige cambios en la vida cotidiana que acompañen la evolución humana en todos sus aspectos: humanístico, sociocultural, tecnoeconómico, filosófico y educativo. Estas transformaciones se reflejan considerablemente tanto en las metodologías como en las formas de presentar los conocimientos".

A inicios de 2019, el surgimiento de la COVID-19, una nueva enfermedad contagiosa produjo cambios estructurales en el día a día de las personas en todo el mundo, provocó la modificación de ciertos hábitos de vida saludable desde el acto más simple como la caminata hasta los más complejos. Por tanto, la humanidad estuvo sometida al confinamiento que produjo estrés físico y mental. Sin embargo, la tensión producida por las medidas de contención del contagio, las noticias mediáticas siguen saliendo todos los días a la luz desde la media, en los telediarios, noticias de la radio, prensa escrita, internet, redes sociales, etc., y de ninguna forma se compara a tensiones vividas anteriormente, con el surgimiento de otras enfermedades contagiosas.

En la actualidad, la crisis sanitaria, política, educacional y laboral provocada por la pandemia del virus COVID-19 sigue destacando en la prensa, causando estrés y modificaciones en el comportamiento social, en las políticas públicas sanitarias y educacionales. Asimismo, cabe resaltar el estrés causado por las varias olas de contaminación a las que todos las personas están expuestas, principalmente los que por su profesión, deben estar en contacto con un gran número de personas. Esta tensión ha estado y sigue estando marcada por la alta coacción recibida y la falta de medios corroborados de protección y contención de la enfermedad. Aunque, en general, por falta de un conocimiento más profundo sobre la COVID, esta tensión ha estado y sigue estando marcada por la alta presión recibida y la falta de medios efectivamente comprobados de protección.

En los períodos de confinamiento y post confinamiento, todos los trabajadores han visto truncadas sus actividades diarias, y por supuesto, los docentes del área de la actividad física. Igualmente, otras profesiones, el trabajo del profesorado también sufrió cambios radicales, y en ese aspecto, uno de los más afectados por los cambios en las prácticas metodológicas fue el docente de Actividades físicas y educación física escolar, que por ser una actividad que necesita

muchas clases de prácticas y en grupos, no ha logrado alcanzar sus objetivos desde clases en enseñanza online ou EaD.

Por otro lado, cabe resaltar la importancia de la actividad física y deportiva como una herramienta auxiliar en el alivio al estrés y la depresión al estimular la producción de endorfinas, en las zonas cerebrales noradrenérgicas, estimulando la producción de la noradrenalina originando una respuesta contraria al estrés, así como el sustento de la salud y calidad de vida. Con la pandemia, a nivel mundial, profesionales de todas las áreas de actuación, tuvieron modificadas o incluso anuladas sus actividades diarias que produjo estrés en la población.

Las clases remotas (EaD), fue la forma encontrada para superar el distanciamiento y conectar profesores y alumnos por medio de recursos digitales, para tanto, los estudiantes y profesores utilizaran las Nuevas Tecnologías, iniciando una nueva etapa en la forma de enseñar y estudiar. Pero, para los profesores de EF fué un reto adaptar sus metodologías de trabajo ya que gran parte está compuesta de prácticas de actividades motoras. Posso-Pacheco et al.,(2021, p.565) resaltan que en el contexto de la pandemia los juegos motrices son importantes métodos para la motivación escolar en una Educación Física virtual”.

Según el autor, el desarrollo de destrezas pueden darse por medio de juegos motrices que influyen en el desarrollo de la inteligencia kinestésica del estudiante. Entre los 82 participantes encuestados en Brasil y España en el año de 2021, se ha podido verificar una línea parecida de intervenciones utilizándose proyectos integrados para trabajar y motivar los alumnos con trabajos interdisciplinarios.

**Metodología:** Con el fin de analizar los reflejos de la pandemia en las prácticas metodológicas y clases remotas de Educación Física, este estudio transversal de corte cuali-cuantitativo descriptivo y exploratorio y paradigma pragmático, analizó una muestra compuesta por 82 profesores de instituciones de educación en los diversos niveles de la educación. Para ello, se utilizó una encuesta trifásica, publicada online, en la plataforma Google-forms almacenada en Google drive, conteniendo en su 1ª parte el consentimiento informado y aceite en participar de la investigación, en la segunda datos sociodemográficos y por último preguntas discursivas e preguntas de múltiple escoja, sobre el tema abordado siendo la participación voluntaria. Fue distribuida para profesores de Brasil y España, y se envió a través de: correos electrónicos a grupos de profesores, se utilizó las redes sociales como medio de difusión entre los grupos de docentes e investigadores, facebook, whatsapp, y FIEP, los participantes contestaron telemáticamente. El grupo de profesores estaba compuesto en participantes en 70 profesores

brasileños y 12 profesores españoles siendo 42 del sexo masculino y 40 femenino. Los datos obtenidos de la encuesta fueron agrupados, tabulados, analizados y presentados en estadística descriptiva.

### Resultados:

**Tabela 1: Datos sociodemográficos**

ESTADO CIVIL	
casado	32,40%
soltero	54,90%
divorciado	12,70%
sexo	
Masc. 42	Fem. 40

Entre los encuestados se observa un excelente nivel de escolaridad siendo un nivel de formación académica en destaque (33,8%) doctores, (29,6%) con título de máster, (21,1%) profesores con especialización y (15,5%) profesores licenciados, actuando en el sistema de educación primaria, secundaria y universitaria, (ver figura 1 y tabla n.2). Cabe resaltar que todos están encajados en la enseñanza de la actividad física en los diversos niveles de la educación, además cabe destacar que la enseñanza universitaria presentó una mayor participación con un (53,5%), de participantes.

**Tabela n. 2: área de actuación y conocimientos de informática.**

Área de Actuación		Nivel de Conocimientos e	
Educación infantil	16,90 %	infantil	10,00%,
Educación primario	42,30 %	Básico	26,80%
Educación secundária	28,20 %	Intermedio	54,90%
Enseñanza universitária	53,50 %	avanzado	28,30%

De acuerdo a una encuesta con profesores de Ed. Física durante la pandemia, obtuviese los siguientes resultados:

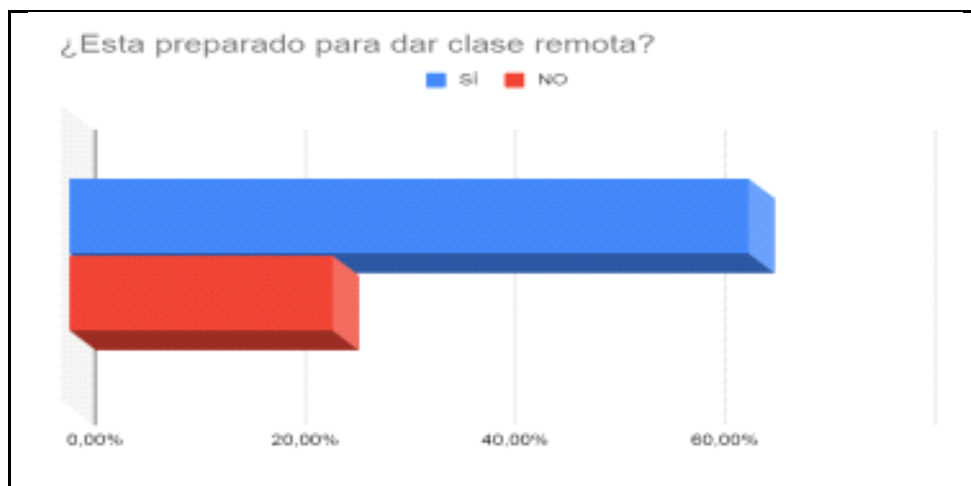


Figura 1: ¿Con el inicio del confinamiento, estabas preparado para dar clases remotas?

Los encuestados declaran que las limitaciones teórico prácticas fueron los grandes problemas, además de un aumento del trabajo sobretodo de adaptación metodológica a cualquier escenario, (95%) de los encuestados contestaron “que la disciplina Educación Física, disciplina es práctica” y que hubo dificultad en conectividad de los alumnos y en la realización de tareas, falta e interacción profesor-alumno. Asimismo, según los participantes, aunque un (54,9%) tenían conocimientos de informática, este conocimiento no fue suficiente para afrontar la demanda exigida para las clases remotas, y muchos han tenido dificultades en producir clases y adaptar las metodologías para la enseñanza EaD. Es evidente que la modalidad EaD demanda un grupo de competencias y saberes necesarios para la utilización de las herramientas utilizadas en los ambientes virtuales (AVA). En ese aspecto, fue posible observar la necesidad de desarrollar competencias que respondan a las demandas actuales, a través de la formación del profesorado, dentro de las instituciones de educación básica y superior, destacando la realidad de la Educación y la formación docente (Almeida et al., 2021).

Además, puntos positivos surgen desde este contexto, posibilitando verificar en la pregunta sobre cambios metodológicos y en las prácticas de sala de aula, cuándo un (90,1%), contestaron que sí. Demostrando comprometimiento y una preocupación por parte de los docentes por la calidad de la educación y sus procesos que están siendo llevados a cabo en las escuelas actualmente, la cual se destaca como factor preponderante el desempeño de los docentes (ver figura 2)



Figura 2: ¿La pandemia le hizo pensar en cambios metodológicos para las aulas presenciales?

Por otro lado, la pesquisa destacó que están sobreponiéndose a las dificultades y reformulando sus prácticas pedagógicas, como puede ser comprobado en la figura n.3. Al inquirir sobre las herramientas que se han utilizado durante el tiempo de confinamiento social, hemos podido observar que el whatsapp fue la herramienta más usada seguida del hangouts de gmail.



Figura 3 Herramientas utilizadas en las clases remotas

De acuerdo con los participantes, al ser preguntados sobre la calidad de las clases remotas, y sus experiencias hemos recopilado algunas de las respuestas.

**Tabela 3:Reflejos de la Pandemia**

<b>Reflejos de la Pandemia (testimonios de profesores).</b>
“Desde el inicio del período de crisis sanitaria que estamos viviendo, los equipos directivos y docentes de las escuelas en el nivel de Educación primaria (1º a 5º año), en momentos formativos, los profesores fueron orientados a planificar e implementar estrategias innovadoras para la adecuación de las actividades a desarrollar, que orienten al alumno a obtener las competencias requeridas “ Profesor (n.5)



“En cuanto a la asignatura de Educación Física específicamente, tuvimos una pérdida en lo que se refiere a la coordinación motriz, principalmente debido a que la intervención del profesor en caso de errores en la ejecución de los ejercicios no se produjo correctamente, ya que al aplicar las clases online, la percepción de este fallo no fue visiblemente clara”. (Prof. n.(23)

“A práctica pedagógica desarrollada durante las clases a la distancia (a través de la plataformas de videoconferencia y los grupos de whatsapp) se componía en su mayoría de conceptos teóricos, propuestas de actividades prácticas siguiendo las orientaciones en vídeos y envío de actividades por parte de los alumnos (producción textual y vídeos ejecutando las propuestas y trabajo interdisciplinar” Prof. n. (80).

¿Tuvo que implementar cambios cuando regresó a su clases? ¿Cuáles? por favor explique. Sí, principalmente, manteniendo los grupos de práctica, en todas las sesiones, usar la máscara en todo momento y mantener una distancia segura. Adaptación de los programas de la asignatura. Adaptación de las prácticas. Menor contacto físico. Prof. n. (64)

¿Qué significa enseñar en tiempos de pandemia en relación a las metodologías y didácticas utilizadas en las clases de Educación Física? “Un aumento del trabajo individual en contra del trabajo en grupo deseable, principalmente mantener una distancia segura y evitar el contacto.Tener capacidad de adaptación metodológica a cualquier escenario”. Profs.n.(71)

¿Fue un período de crecimiento profesional para ti? ¿Por qué? “Sí, porque descubrí nuevas formas de agrupación y metodologías. Si, ha supuesto un reto personal y profesional para adecuar la metodología de la enseñanza a la realidad durante la pandemia y post pandemia”. Profs n. (71, 45,15)

Tabela n.4

¿Cómo evalúa el resultado del proceso de enseñanza y aprendizaje en las aulas remotas?			
Muy bueno	Bueno	Regular Fraco	Negativo
9,9%	29,6%	45,1% 15,5%	-
¿Hubo compromiso de la familia? Sí (59,2%)			NO (40,2%)

**Impactos en la vida del docente (familiar, físico y financiero) ¿Hubo impacto en su sueldo?**

SÍ: 39,4%	NO: 60,65
-----------	-----------

## **El estado emocional del profesor de Educación Física durante la pandemia.**

Según Santana-Sales y Santos e Campos (2021), la regulación de las emociones se entiende como el proceso de conducción de los estados emocionales internos buscando moldear la intensidad y la duración, para las autoras, se supone que en la medida en que uno es consciente de su estado emocional, puede entonces regular la emoción. Así que los sentimientos que estos docentes tuvieron y aún siguen teniendo impactan de forma positiva y negativa. Aunque en el caso de los docentes investigados, estos sentimientos desentendidos resultaron en desafíos y superación en lo que se refiere a las prácticas de enseñanza en las aulas remotas. En este sentido, se observa que el despliegue de las emociones se entrelazan con las más variadas experiencias vividas en el día a día Santana-Sales y Santos e Campos, (2021).

Figura 4 El estado emocional del profesor de Ed. Física

### **Consideraciones finales y conclusiones:**

Fue posible comprobar que los docentes en general han sufrido estrés con los cambios producidos por la pandemia, pese a estar sometidos a un trabajo para el cual no se sintieron cualificados, al carecer de las competencias necesarias para dar clases remotas, sin considerar que las metodologías no estaban adaptadas a esta modalidad de enseñanza. Herrera & Almonacid (2019), afirman que existe una preocupación persistente por la calidad de la educación y sus procesos, en la que se destaca el desempeño de los docentes como un factor importante. En ese aspecto, al estudiar el concepto de competencia, se entiende, que es actuar eficazmente, utilizando propiedades, conocimientos y valores en la acción que se desarrolla, y actuando con la misma propiedad en diferentes situaciones. Es decir, que la competencia permite que los profesores desarrollen una actuación para afrontar las diversidades de su vida cotidiana, posibilitando el protagonismo en sus alumnos y generando el conocimiento en sus mediaciones (Cruz, 2001).

Por otro lado, están las pérdidas sufridas por los docentes: muchos sufrieron rebajas en sus sueldos, y eso, en tiempos normales ya es un tema bastante negativo, pero en tiempos de pandemia genera más preocupación, estrés y ansiedad, que se sumarán al aumento de la carga de trabajo con la producción de aulas remotas.

En nuestra investigación hemos comprobado que aunque la pandemia haya causado cambios, los profesores de Actividades física y deporte, han reformulado sus saberes buscando sobreponer las dificultades y trabajaran con aulas remotas, aunque sospechan que hubo perjuicios en relación al desarrollo de los alumnos por la falta de aulas prácticas presenciales, y

el retorno a la nueva normalidad, llegó con varias restricciones y uso de mascarillas que pese a estar el alumno al aire libre es obligatorio. Y esto disminuye la capacidad de absorción del oxígeno y contribuye a un mayor cansancio durante las aulas.

Este estudio se centró en el trabajo del docente en la modalidad EaD o aulas remotas, en el estudio, no fue analizado el punto de vista del alumno. Pero en términos generales podemos destacar algunos aspectos importantes sobre este tema ya que todas las perspectivas y parámetros fundamentales de la educación física y desarrollo de los ejercicios, fueron afectados y cortados, con limitaciones de acercamiento, uso de mascarillas, el contacto físico con el colega, las actividades físicas de cierta intensidad, las actividades grupales, el desenvolvimiento psicomotor, uso de materiales compartidos todos estos aspectos sufrieron cambios afectando parámetros importantes como el desarrollo de la consciencia corporal.

Cabe destacar, la importancia de los aprendizajes que ofrece la escuela se centran en actividades que despliega el pensamiento cognoscitivo, desarrollo físico y mental, la salud y el bienestar del alumno. Que son parámetros esenciales para la aprendizaje, la socioeducación y preparación para la vida, Asimismo, resaltamos la importancia de las emociones que se desenvuelven durante las aulas de educación física y que contribuyen para que el alumno pueda desarrollar plenamente su autoconcepto físico, la consciencia corporal, la automotivación y la sociabilidad que corresponden a la capacidad que posee el individuo para gestionar las relaciones interpersonales. Como afirma Goleman (1995, p. 56), "son las habilidades que mejoran la popularidad, el liderazgo y la eficacia interpersonal".

Por otro lado, la actividad física es una herramienta que propicia la mejora y manutención de salud y calidad de vida, en ese sentido, la pandemia produjo una baja acentuada en las prácticas físicas, las personas han dejado de hacer actividad física lo que contribuyó para aumentar el nivel de estrés, para Latorre (2021, p7), "la oferta de actividades físicas extraescolares por parte de los colegios y municipios se ha reducido alarmantemente o simplemente no existe" Asimismo, autor resalta sobre la importancia de la actividad física para la salud, y explica que las "personas mayores han reducido su movilidad por miedo al contagio". Todo ello está generando en la población mundial un "ambiente obesogénico y de sedentarismo que teniendo en cuenta las consideraciones anteriormente expuestas lo único que favorece es la inmunodepresión y la pérdida de la salud" Latorre, (2021,p.7).

Es evidente que los aprendizajes que ofrece la escuela se centran en actividades que despliegan el uso cognoscitivo, mientras que la mayor parte del pensamiento que se requiere fuera e incluso

dentro de la escuela exige muchas más habilidades dirigidas a la gestión emocional, ya que las situaciones adversas pasan por el tamiz emocional, y estos parámetros son potenciados en aulas de educación física escolar. Santana-Sales y Santos e Campos (2021). Por lo tanto, creemos que debido a que los niños no padecen la enfermedad, si recomienda la vuelta a clases presenciales para que la educación física pueda ser un factor de crecimiento saludable que potencie y privilegie un estilo de vida saludable propiciando ao aluno e aos indivíduos en general, un peso adecuado que según Latorre-Román et al, (2021,p.10) son particularmente importantes porque pueden ser factores protectores contra COVID-19”.

### Referencias Bibliográficas

de Almeida Marihama, D. K., de Mattos Battistello, V. C. Santos e Campos, M. A. (2021). Competências Tecnológicas. *Notandum*, (57), 17-37 Cruz,C.H.C (2011).*Competências e habilidades : da proposta à prática*. São Paulo: Edições Loyola.

Posso Pacheco, R. J., Otáñez Enríquez, N. R., Cóndor Chicaiza, J. D. R., Cóndor Chicaiza, M. G., & Lara Chala, L. D. R. (2021). Educación Física remota: juegos motrices e inteligencia kinestésica durante la pandemia COVID-19. *Podium. Revista de Ciencia y Tecnología en la Cultura Física*, 16(2), 564-575.

Goleman, D. (2015). *El cerebro y la inteligencia emocional: nuevos descubrimientos*. B de Books. Latorre-Román, P. Á., Guzmán-Guzmán, IP, Delgado-Floody, P., Herrador Sanchez, J., Aragón-Vela, J., García Pinillos, F., & Párraga Montilla, JA (2021). Papel protector de los patrones de actividad física previos al confinamiento del COVID-19 con la gravedad / duración de patologías respiratorias compatibles con los síntomas del COVID-19 en poblaciones españolas. *Investigación en medicina deportiva* , 1-12.

Sales, M. V. S., & Santos e M. A. (2021). Análise do autocontrole em alunos alfabetizados sob a perspectiva da inteligência emocional.*Revista Ibero-Americana de Humanidades, Ciências e Educação*, 7(11), 159-184.