

**UNIVERSIDAD PERUANA UNIÓN**

FACULTAD DE CIENCIAS HUMANAS Y EDUCACIÓN

Escuela Profesional de Educación



**Estrategias didácticas para el logro de competencias de educación física en la educación a distancia por el COVID 19 en una institución educativa adventista**

Tesis para obtener el del Título Profesional de Licenciado en Educación,  
Especialidad: Educación Física

Autores:

Amilcar Limpe Pacco

Erling Luis Aramburu Rivera

Asesor:

Mg. Miguel Ángel De la Rosa Chumbes

**Lima, noviembre de 2022**

## DECLARACIÓN JURADA DE AUTENTICIDAD DE TESIS

Mg. Miguel Ángel De la Rosa Chumbes de la Facultad de Ciencias Humanas y Educación, de la Escuela Profesional de Educación, de la Universidad Peruana Unión.

DECLARO:

Que la presente investigación titulada “Estrategias didácticas para el logro de competencias de educación física en la educación a distancia por el COVID 19 en una institución educativa adventista”, constituye la memoria que presenta el Bachiller Amilcar Limpe Pacco y Erling Luis Aramburu Rivera, tiene un índice de similitud de 12 % verificable en el informe del programa Turnitin, y fue realizada en la Universidad Peruana Unión bajo mi dirección.

En tal sentido asumo la responsabilidad que corresponde ante cualquier falsedad u omisión de los documentos como de la información aportada, firmo la presente declaración en la ciudad de Lima a 05 día de diciembre del 2022.



---

Mg. Miguel Ángel De la Rosa Chumbes

## ACTA DE SUSTENTACIÓN DE TESIS

En Lima, Ñaña, Villa Unión, a los treinta días del mes de noviembre del año 2022 siendo las catorce horas con treinta minutos, se reunieron en modalidad virtual u online sincrónica, bajo la dirección del presidente: Mg. Segundo Salatiel Malca Peralta; el secretario: Mg. Patricio Javier Córdova Encarnación; la vocal: Dra. Melva Hernández García, y el asesor: Mg. Miguel Ángel De la Rosa Chumbes, con el propósito de administrar el acto académico de sustentación de la tesis titulada: "Estrategias didácticas para el logro de competencias de educación física en la educación a distancia por el COVID 19 en una institución educativa adventista" del Bach. Amílcar Limpe Pacco y Bach. Erling Luis Aramburu Rivera, conducente a la obtención del título profesional de Licenciado en Educación, Especialidad Educación Física.

El presidente inició el acto académico de sustentación invitando a los candidatos a hacer uso del tiempo determinado para su exposición. Concluida la exposición, el presidente invitó a los demás miembros del jurado a efectuar las preguntas, y aclaraciones pertinentes, las cuales fueron absueltos por los candidatos. Luego, se produjo un receso para las deliberaciones y la emisión del dictamen del jurado.

Posteriormente, el jurado procedió a dejar constancia escrita sobre la evaluación en la presente acta, con el dictamen siguiente:

Candidato (a): **Bach. Amílcar Limpe Pacco**

CALIFICACIÓN	ESCALAS			Mérito
	Vigesimal	Literal	Cualitativa	
APROBACIÓN	19	A	EXCELENTEE	EXCELENCIA

Candidato (b): **Bach. Erling Luis Aramburu Rivera**

CALIFICACIÓN	ESCALAS			Mérito
	Vigesimal	Literal	Cualitativa	
PROBACIÓN	19	A	EXCELENTE	EXCELENCIA

(\*) Ver parte posterior

Finalmente, el presidente del jurado invitó a los candidatos a ponerse de pie, para recibir la evaluación final y concluir el acto académico de sustentación procediéndose a registrar las firmas respectivas.

Mg. Segundo Salatiel Malca Peralta  
Presidente (a)

Mg. Patricio Javier Córdova Encarnación  
Secretario (a)

Mg. Miguel Ángel De la Rosa Chumbes  
Asesor (a)

Miembro

Amílcar Limpe Pacco  
Candidato/a (a)

Erling Luis Aramburu Rivera  
Candidato/a (b)

# **Estrategias didácticas para el logro de competencias de educación física en la educación a distancia por el COVID 19 en una institución educativa adventista**

## **Didactic strategies for the achievement of physical education competencies in distance education by COVID 19 in an Adventist educational institution**

Erling Aramburu Rivera<sup>1</sup>, Amilcar Limpe Pacco<sup>2</sup>, Miguel, De La Rosa Chumbes<sup>3</sup> Segundo Malca Peralta<sup>4</sup> Patricio Córdova Encarnación<sup>5</sup> Melva Hernández García<sup>6</sup>

### **RESUMEN**

La pandemia global del COVID 19, llegó súbitamente, bajo esta circunstancia, los maestros urgidos de poder alcanzar niveles de logros de las competencias en sus estudiantes buscaron la mejor forma de llegar a ellos y por esa razón adaptaron su quehacer pedagógico, innovando estrategias didácticas por lo que la clase de educación física en educación básica formó parte de estas adecuaciones curriculares (Gómez, 2020); cuya manera tradicional de atención educativa al estudiantado en un espacio extenso para el movimiento acorde a los objetivos de la clase, pero que, debido a la pandemia por COVID-19, el confinamiento social limitó la práctica de actividad física deportiva o ejercicio (Blocken, Malizia, van Drue-nen & Marchal, 2020), teniendo que adaptarse al nuevo contexto. En esta línea, el contexto permite recapacitar sobre cómo producir nuevos tipos de aprendizajes, otras estrategias y recursos de enseñanza, y otras metodologías de evaluación donde la flexibilidad y el saber oculto del currículo estén presentes en la enseñanza virtual (Velásquez y Ruidiaz, 2020). Por eso se planteó la propuesta de gamificación como estrategia didáctica para el logro de competencias del área de educación física, alcanzando el logro previsto y que el 90% del estudiantado conoce y aplica la gamificación como estrategia didáctica, por lo que los centros de formación profesional inicial deben dar una virada en sus currículos.

Palabras clave: Gamificación, Estrategias didácticas, Currículo, Competencias

---

<sup>1</sup> Bachiller en ciencias de la Educación Aramburu Rivera, Erling. Perú. ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-1791-3776> Correo: [amilcarlimpe@upeu.edu.pe](mailto:amilcarlimpe@upeu.edu.pe)

<sup>2</sup> Bachiller en ciencias de la Educación Limpe Pacco, Amilcar. Perú. ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-1791-3776> Correo: [erlingaramburu@upeu.edu.pe](mailto:erlingaramburu@upeu.edu.pe)

<sup>3</sup> Magister en ciencias de la Educación en docencia Universitaria De la Rosa Chumbes, Miguel Perú. Filiación: @une.edu.pe ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-7264-4767> Correo: [mdelarosa@une.edu.pe](mailto:mdelarosa@une.edu.pe)

<sup>4</sup> Maestro en Investigación y Docencia universitaria Malca Peralta, Segundo. Perú. Filiación: @upeu.edu.pe ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-6294-1541> Correo: [segundomalca@colegiounion.edu.pe](mailto:segundomalca@colegiounion.edu.pe)

<sup>5</sup> Maestro en Investigación y Docencia universitaria Córdova Encarnación, Patricio. Perú. Filiación: @upeu.edu.pe ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-1791-3776> Correo: [patriciocordova@upeu.edu.pe](mailto:patriciocordova@upeu.edu.pe)

<sup>6</sup> Doctora en Ciencias de la educación Hernández García, Melva. Perú. Filiación: @upeu.edu.pe ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-6685-4541> Correo: [melvahernandez@upeu.edu.pe](mailto:melvahernandez@upeu.edu.pe)

## ABSTRACT

The global pandemic of COVID 19, came suddenly, under this circumstance, teachers urgent to be able to reach levels of achievement of the competences in their students looked for the best way to reach them and for that reason they adapted their pedagogical work, innovating didactic strategies for what the physical education class in basic education was part of these curricular adaptations (Gómez, 2020); whose traditional way of educational attention to the student body in a large space for movement according to the objectives of the class, but which, due to the COVID-19 pandemic, social confinement limited the practice of sports physical activity or exercise (Blocken, Malizia, van Drue-  
nen & Marchal, 2020), having to adapt to the new context. In this line, the context allows us to reconsider how to produce new types of learning, other teaching strategies and resources, and other evaluation methodologies where the flexibility and hidden knowledge of the curriculum are present in virtual teaching (Velásquez and Ruidiaz, 2020). . For this reason, the gamification proposal was proposed as a didactic strategy for the achievement of competencies in the area of physical education, reaching the expected achievement and that 90% of the student body knows and applies gamification as a didactic strategy, so that professional training centers initial should give a tack on their resumes. Keywords: Gamification, Didactic Strategies, Curriculum, Competencies.

## INTRODUCCIÓN

Hoy por hoy, la crisis abordada por la pandemia por COVID-19, es un desafío para la salud pública, que, de acuerdo a Barrientos, Alpuche, Lazcano, Pérez & Rivera (2020) indica que es menester que la sociedad se esfuerce y muestre una actitud colaborativa a fin de reducir el riesgo salud y los decesos en la población. Como consecuencia del COVID-19, en todas las esferas sociales se implantó el aislamiento social, llamada cuarentena, que incluyó la suspensión de actividades escolares con seguimiento virtual por parte del profesorado y la tutela de la familia acompañando al estudiantado, para

dar continuidad a los contenidos en los planes de estudio (Cóndor, 2020).

Siguiendo estas líneas el sistema educativo paso de manera brusca a un entorno virtual, trasladando a los actores educativos, estudiantes y docentes a doblegar esfuerzos en tiempos record, en palabras de Rogero (2020) manifiesta que aquellos que intervienen en los procesos de enseñanza se vieron, prácticamente, obligados a realizar cambios en sus contenidos y métodos de enseñanza en función al confinamiento de sus estudiantes, por otro lado, está en estar a la altura de las demandas estudiantiles e intentar que el proceso de enseñanza-aprendizaje se

lleve a cabo a pesar de la distancia y alcance en formar a las personas del futuro con pertinencia de acuerdo a sus necesidades.

Asimismo, con la “universidad instalada” en el núcleo del hogar, las actividades académicas y las jornadas laborales fueron extendidas irrespetuosamente, invadiendo cada rincón de la vida familiar y en especial infectando la vida privada de docentes y estudiantes, pues parece que palabras, como el ocio, la recreación y el descanso, pasaron a ser reemplazadas en tiempos de pandemia por Teams®, Google Meets®, Facebook®, WhatsApp®, entre otras plataformas digitales que pasaron a generar relaciones educativas y laborales a través de las pantallas (Velasquez y Ruidiaz, 2020)

De este modo, la emergencia sanitaria llegó de manera súbita y el profesorado, bajo esta circunstancia, exigidos por la pandemia de manera inesperada, ajustaron y adecuaron sus acciones pedagógicas cotidianas, previamente planeadas para innovar en la atención al estudiantado de manera virtual, preparándose y obteniendo experiencia en el uso de tecnologías simultáneamente (Lloyd, 2020). En ese sentido, la clase de educación física en educación básica formó parte de estas adecuaciones curriculares (Gómez, 2020); cuya manera tradicional de atención educativa al estudiantado es en un espacio extenso para el movimiento acorde a los

objetivos de la clase, pero debido a la pandemia por COVID-19, el confinamiento social limitó la práctica de actividad física deportiva o ejercicio (Blocken, Malizia, van Drue-nen & Marchal, 2020), por lo que se prevé que durante la pandemia por COVID-19 exista un incremento de enfermedades cardiovasculares asociadas al sedentarismo (Lippi, Henry & Sanchis, 2020).

En esta línea, el contexto permite recapacitar sobre cómo producir nuevos tipos de aprendizajes, otras estrategias y recursos de enseñanza, y otras metodologías de evaluación donde la flexibilidad y el saber oculto del currículo estén presentes en la enseñanza virtual (Velásquez y Ruidiaz, 2020).

En esta dirección Díaz (2020) indica que no es únicamente adoptar la idea de dar clases virtuales, sino, de aceptar el contexto como medio fundamental para el desarrollo del aprendizaje en los escolares; es decir, conectar la formación y la academia con la realidad. Es preciso señalar que, debido al contexto pandémico, las instituciones educativas se vieron obligadas a cancelar, de forma abrupta, sus espacios físicos, con ello, el aspecto recreativo, social, y sensible, además, de la formación crítica y libertadora de los estudiantes, dando la prioridad al ejercicio básico de la educación, que es, la de certificar y cerrar periodos académicos.

La sesión de aprendizaje de educación física es desarrollada en un amplio espacio para el movimiento de los estudiantes, haciendo uso de materiales e instrumentos acorde a los propósitos de la sesión, donde el estudiantado se acompaña bajo la guía del maestro que controla los factores para, de manera intencionada, llegar a la meta establecida, con tareas motrices y estrategias didácticas acorde a la edad (Hall, Ochoa, Zuñiga, Macías & Sáenz, 2017, Hall, Ochoa, González & Fernández, 2019).

Esta situación exige hoy al maestro de educación física, virar de un contexto tradicional a un entorno virtual fuera de la escuela, con diferentes posibilidades del desarrollar en los estudiantes su corporeidad y motricidad mediante una reflexión crítica, adecuaciones curriculares y uso de estrategias didácticas, para lo cual nos hicimos la siguiente pregunta de investigación ¿Cómo desarrollar estrategias didácticas para el logro de competencias de educación física en la educación a distancia por el COVID 19 en una institución educativa adventista?

## **ANTECEDENTES**

Debido a la emergencia sanitaria establecida a nivel global, hemos pasado de aulas tradicionales a entornos virtuales como ambientes educativos, sin embargo, la manera de socializar en dicho ambiente no tiene la claridad suficiente, por ende, los alumnos y profesores no pueden sacar mucho provecho a

sus potencialidades. Cabe acotar que, el proceso actual es parte de las competencias novedosas que los alumnos desarrollan y necesitan priorizar, asimismo, son requerimientos sociales y de mercado laboral en todo el mundo.

En España, el Consejo General de la Educación Física y Deportiva de España (Consejo COLEF), estableció directrices de actuación para el regreso a la normalidad de atención al estudiantado en clase de educación física (Consejo COLEF, 2020), de igual manera, en China, país de origen del COVID-19, se cuenta con especificaciones de intervención en el ámbito de la educación física, para que el profesorado implemente estrategias didácticas, que minimicen la propagación de la infección (Chen, Mao, Nassis, Harmer, Ainsworth & Li, 2020). Durante el proceso de confinamiento el profesorado se ha propuesto la regulación gráfica de la intensidad de la actividad física en niños, niñas y adolescentes de edad escolar (Rodríguez, 2020), para mantener la condición física (Mera, Tabares, Montoya, Muñoz & Monsalve, 2020), es lo que el profesorado peruano ha tratado de desarrollar en el proceso de enseñanza aprendizaje.

Victoria (2020) en su artículo original Herramientas TIC para la gamificación en educación física, indago sobre el valor que aportan las herramientas TIC dentro de la estrategia metodológica de gamificación en la

materia de Educación Física. Por ello, se buscó información, de diversas fuentes bibliográficas, en lo referente a las experiencias de aprendizaje en todas las etapas educativas. A base a las experiencias halladas, se estudiaron datos vinculados a la frecuencia de uso, el rol que cumple, las diferentes herramientas y la funcionabilidad. Aunado a lo indagado, se puso en manifiesto que las herramientas TIC cumple un rol trascendental en la gamificación de la Educación Física. Si bien es cierto la gran relevancia que tienen la TIC, es menester que existan más investigaciones al respecto pues es, aún, mezquina la información.

Baena y López (2020) en su artículo “La intervención docente en educación física durante el periodo de cuarentena por COVID-19” tuvo como objetivo describir el cambio producido en la intervención docente del profesorado de Educación Física como consecuencia de la cuarentena por COVID-19. Para recolectar los datos se recurrió a una encuesta de manera online, fue dirigida a 191 docentes en ejercicio de sus funciones. Dicha encuesta estuvo constituida por 15 incógnitas, estas su vez fueron juntadas en función a 3 dimensiones primarias, estas son, el análisis de la evaluación, las variaciones en cuanto a la metodología y la restructuración de los contenidos. Como uno de sus resultados resaltantes está que los docentes, en su mayoría, no continuaron con sus horarios establecidos antes de decretarse la cuarentena.

En lo que respecta a evaluación, fue la dimensión más polémica, pues, gran parte de los docentes desconocían cómo se debía evaluar, es más, un sector docente afirmaba que era una tarea imposible de realizar. En la investigación se reflejó también que aquellos contenidos que tienen un vínculo con la salud y condición física fueron los más empleados por los docentes. En suma, a raíz de la introducción en la enseñanza virtual, se vio describieron grandes dificultades. Por último, una amplia mayoría de los docentes encuestados afirmaron que la cuarentena trajo consigo diversas complicaciones de carácter psicológico y de salud para los estudiantes.

En el trabajo de Ezquerro (2020), en su tesis “Propuestas de gamificación en educación física” para obtener la licenciatura en educación física, hace referencia al uso de elementos del juego en contextos no lúdicos con el fin de que esos contextos sean más motivantes; y desde entonces la gamificación está en auge. Cabe destacar que, los docentes, la están empleando como un método educativo a fin de desarrollar con pertinencia los procesos de enseñanza y aprendizaje en las aulas. Este estudio, tuvo por objetivo indagar y distinguir aquellos planteamientos de gamificación educativas con mayor trascendencia en función al área de Educación Física en Educación Primaria. A modo de conclusión, en este estudio, se destaca que la población estudiantil se motiva y muestra más interés en el aula cuando el docente emplea



dicha estrategia, además, se refleja en los escolares el disfrute del aprendizaje.

Además, Magaña, Manrique, Manso, Ramos y Fraile (2020) en su artículo original “La gamificación como herramienta motivacional para fomentar una actividad física saludable: ejemplificación de una propuesta en educación física”, la principal finalidad de este artículo fue dar a conocer la puesta en práctica y evaluación de una propuesta educativa que integra una novedosa metodología que introduce la gamificación y la utilización de las TIC dentro de la Educación Física. En esta investigación, se toma como punto de partida aquellas investigaciones acerca de los hábitos de actividad físico-deportivos en la actualidad y aquellos problemas que tienen vínculo con la salud en la juventud (principalmente el sedentarismo y la obesidad), de esta manera se formula la propuesta de gamificación a fin de limitar y disminuir dicha problemática a partir de la Educación Física en la etapa escolar. Esto mediante dinámicas y mecánicas de un juego de video que fue adaptado en función de aquellos que le interesa y atrae a los escolares del C.E.I.P. San José (Segovia), para poder estimularles y motivarles en la práctica continua de actividad física, además, de adquirir estilos de vida saludables, tomando consciencia acerca de lo productivo que es e incluyendo a los miembros de su familia en la participación.

Finalmente, Soler (2020), en su tesis Gamificación y TICs Propuesta de intervención educativa en educación física secundaria, para la obtención del grado de máster Universitario en Educación y Tecnologías de la Información y Comunicación, aporta que actualmente las Tecnologías de la Información y la Comunicación (TIC), también denominadas Tecnologías del Aprendizaje y el Conocimiento (TAC), se encuentran inmersas en nuestro sistema educativo. En la última década, su incorporación en el ámbito educativo, ha sido bastante precipitado, pues, cada vez aumentó la tendencia de introducir dicha propuesta en las actividades docentes, dado a sus frutos positivos en lo que de refiere a la enseñanza y aprendizaje de los escolares. Con esta investigación, se busca dar mayor relevancia a la propuesta pedagógica Flipped Classroom y la Gamificación.

## **DESARROLLO**

En este nuevo que hacer diario, ocasionada por la pandemia, de recurrir a las tecnologías de información y los diversos entornos virtuales, el docente requiere de instrumento que den lugar a la interacción, de esta manera poder desarrollar en los escolares el conocimiento, siendo esto, parte fundamental del proceso de enseñanza-aprendizaje; esto hace referencia a las maneras de actuar y el camino que se opta, donde se establecen estrategias de enseñanza, y así facilitar el proceso de aprendizaje. Siguiendo a Sequeira

(2016), las estrategias didácticas son aquella conjunción de procesos lo cuales ayudan al profesorado en la mejoría del proceso de enseñanza-aprendizaje, esto, mediante las cualidades y técnicas que, de ser pertinentes, pueden ser empleadas en diversas ocasiones.

Así como Mora (2013), afirma que, las estrategias didácticas abarcan aquellos procesos que pasan por una elección, coordinación y aplicación de las habilidades, esto, para que el sujeto que está recibiendo la información tenga la capacidad de obtener diferentes destrezas cognoscitivas, en consecuencia, un aprendizaje significativo.

En la misma línea Pérez (2015), expone que, las estrategias didácticas, tiene por objeto que constituya la continuidad de las actividades planificadas y organizadas, esto, permitirá que los alumnos construyan sus conocimientos. Se puede intervenir, desde una óptica pedagógica, esto para mejorar los procesos tanto de enseñanza como de aprendizaje, en consecuencia, habrá un desarrollo idóneo de la inteligencia, conciencia, efectividad y de las competencias.

Del mismo modo, Lanuza y Rizo (2018), expresan que el docente es un eslabón fundamental en el desarrollo de enseñanza-aprendizaje del escolar. Ahora bien, recurrir a las herramientas tecnológicas como medio de formación del estudiantado, mediante diversas estrategias didácticas, facultará al

estudiante para su desarrollo cognitivo, del mismo modo, estimulará en la creación de conocimientos nuevos.

En esta perspectiva, Lobo (2018) en su artículo original de la gamificación aplicada a la educación física en primaria, presenta una propuesta de innovación educativa destinada al empleo de las Tecnologías de la Información y la Comunicación (TICs) dentro del área de Educación Física a través de la herramienta interactiva Kahoot!, que se trata de una plataforma de gamificación educativa que servirá de referencia para plantear un método de enseñanza – aprendizaje donde se valoren los aspectos conceptuales de la asignatura, en el curso 4º de Educación Primaria, como planteamos en este trabajo de investigación.

## **PROPUESTA**

Tal como se ha descrito, fue imperante implementar estrategias planificadas para el desarrollo del área de educación física en la virtualidad de forma no tradicional que motive y busque la participación activa y consciente de los estudiantes, lo que permitiría alcanzar las competencias del área. Es así como surge la propuesta de estrategias didácticas de gamificación se fundamenta en la propuesta de Díaz (2005) que expone que los entornos virtuales en el aprendizaje “aulas sin paredes”, afirmando que es un ambiente de desarrollo social virtual y su mejor aliado es la Internet, viene a ser representacional, no

presencial, es distal, no proximal, es multicrónico, mas no es sincrónico, su fundamento es que no se da en espacios con interior, límite y exterior, sino que es dependiente de redes electrónicas, éstas a su vez, tienen su diversidad, pues, son diseñados en diferentes países, y en la propuesta de Magaña, Manrique, Manso, Ramos y Fraile (2020) “La gamificación como herramienta motivacional para fomentar una actividad física saludable: ejemplificación de una propuesta en educación física”.

La propuesta fue planteada durante el año 2021, durante las clases de educación física a través de la planificación anual, unidades y sesiones de aprendizaje, desarrollando en una unidad la Gamificación como estrategia didáctica para el nivel primario, que consto de 4 sesiones de 50 minutos, el objetivo fue Aplicar y establecer la validez curricular de las estrategias didácticas de gamificación para el logro de competencias de educación física en la educación a distancia por el COVID 19 en una institución educativa adventista

### **Desarrollo de las actividades**

#### **Sesión 1:** Conociendo la gamificación

Actividad 1: Aplicación de un cuestionario diagnóstico en Google Forms sobre la gamificación, se aplico para tener información sobre sus conocimientos y de como se aplicaría la gamificación en la clase de educación física.

Actividad 2: Aplicación de la ruleta interactiva para desarrollar la activación neurofisiológica, estrategia peadgógica que

permitió predisponer al estudiante a actividades de mayor desarrollo cognitivo, físico y actitudinal.

Actividad 3: Aplicación de un juego interactivo sobre condición física., este juego permitió introducirnos al mundo de la gamificación como estrategia pedagógica para el logro de las competencias del área de educación física.

Actividad 4: Aplicación de una encuesta en línea de metacognición sobre la sesión desarrollada. Este proceso permitió conocer como se sintieron, las dificultades que tuvieron, como resolvieron esas dificultades, como les servirá en su vida diaria lo aprendido.

#### **Sesión 2:** Gamificación, Juegos interactivos (Ocas interactivas) de habilidades motoras.

Actividad 1: Aplicación de la ruleta interactiva para desarrollar la activación neurofisiológica

Actividad 2: Aplicación de un juego interactivo de Ocas sobre habilidades motoras básicas y específicas, de forma individual y cooperativa con familiares en casa.

Actividad 3: Aplicación de una encuesta en línea de metacognición sobre la sesión desarrollada.

#### **Sesión 3:** Gamificación Caminitos interactivos de condición física

Actividad 1: Aplicación de la ruleta interactiva para desarrollar la activación neurofisiológica

Actividad 2: Aplicación de un juego Caminitos interactivos sobre el desarrollo de la condición física a través de sus capacidades físicas condicionantes.

Actividad 3: Aplicación de una encuesta en línea de metacognición sobre la sesión desarrollada.

**Sesión 4:** Gamificación, Kahoot reconozco y valoro mis habilidades.

Actividad 1: Aplicación de un juego interactivo de Ocas sobre habilidades coordinativas y físicas

Actividad 2: Aplicación del Kahoot como medio de evaluación para el reconocimiento y valoración de las habilidades desarrolladas.

Actividad 3: Aplicación de un cuestionario de salida en Google Forms sobre la gamificación

**Evaluación de la secuencia didáctica**

La evaluación en nuestro sistema educativo tiene un enfoque formativo, centrado en la mejora de los desempeños de los estudiantes. Para Casanova (1998) la evaluación formativa “consiste en un proceso sistemático y riguroso de obtención de datos, incorporando al proceso educativo desde su comienzo, de manera que sea posible disponer de información continua y significativa para conocer la situación, tomar juicios de valor con respecto a ella y tomar decisiones adecuadas para proseguir la actividad educativa mejorándola progresivamente”. En esa línea este proceso debe servir para mejorar, apoyar, orientar, reforzar; en definitiva, para ajustar el sistema escolar al alumno de manera

que pueda disfrutarlo y no tenga que padecerlo (Casanova, 1998). Para este proceso se utilizaron la lista de cotejos y formularios de Google Forms.

Indicadores	Participa activamente durante la clase en la sala virtual.			Realiza los movimientos o juegos de la activación fisiológica con empatía.			Ejecuta con precisión y disfrute de las actividades de gamificación durante la clase.			Cuida y protege su cuerpo y su entorno al realizar actividades físicas en el hogar		
	S	AV	N	S	AV	N	S	AV	N	S	AV	N
Nombre del estudiante												

**CONCLUSIONES**

La propuesta de estrategias didácticas en el área de educación física basadas en la gamificación, fue un proceso innovador debido a las diferentes herramientas digitales que se aplicaron como el PPT con los caminitos interactivos, las Ocas gigantes, el Kahoot, las estaciones interactivas, lo cual permitió lograr alcanzar las competencias del área y demostrar que en la virtualidad también se puede alcanzar desarrollar de forma consciente y activa la educación física, demostrando así que el docente esta capacitado para resolver problemas contextuales a través de la planificación y de su creatividad, diagnosticando, sistematizando los fundamentos teóricos, prácticos y metodológicos de las estrategias didácticas así como los criterios de su modelación y

validación en la propuesta de las estrategias didácticas empleadas. Logrando así que se innove en el uso de estrategias sobre una planificación o concepción tradicional de la educación física.

## RESEÑAS BIBLIOGRÁFICAS

Baena y López (2020) en su artículo “La intervención docente en educación física durante el periodo de cuarentena por COVID-19” *Retos*, 39, 388-395 © Copyright: Federación Española de Asociaciones de Docentes de Educación Física (FEADEF) ISSN: Edición impresa: 1579-1726. Edición Web: 1988-2041 (www.retos.org)

Barrientos-Gutiérrez, T., Alpuche-Aranda, C., Lazcano-Ponce, E., Pérez-Ferrer, C., & Rivera-Dommarco, J. (2020). La salud pública en la primera ola: una agenda para la cooperación ante Covid-19. *Salud Pública de México*, 62(5), 598-606.

Beltrán, J., Vásquez, F. Y Irigoyen, J. (1997). Métodos cuantitativos y cualitativos: ¿alternativa metodológica? En: *Revista Psicología y Salud*.

Bustillos de Núñez, Graciela y Vargas Vargas, Laura. (1989). Técnicas de participación para la educación popular. San José, Costa Rica: Centro de Estudios y Publicaciones ALFORJA, Octava edición. Tomo I

Chang G, Yano S. “How are countries addressing the Covid-19 challenges in education?”

Chen, P., Mao, L., Nassis, G. P., Harmer, P., Ainsworth, Colás, M. y Buendía, L. (1994). *Investigación Educativa*. Sevilla: ALFAR

Cóndor-Herrera, O. (2020). Educar en tiempos de COVID-19. *CienciAmérica*, 9(2), 31-37. DOI: <http://dx.doi.org/10.33210/ca.v9i2.281> de su implementación. *Revista Andina de Educación*, 3(2),5-9. Recuperado de <https://revistas.uasb.edu.ec/index.php/ree/article/view/1369/1282>

Díaz A. La escuela ausente, la necesidad de replantear su significado. En: *Educación y pandemia Una visión académica*. Primera Edición. Ciudad de México: Universidad Nacional Autónoma de México; 2020. p. 19-30. [citado 12 de junio de 2020]. Available from:

[https://www.iisue.unam.mx/investigacion/textos/educacion\\_pandemia.pdf](https://www.iisue.unam.mx/investigacion/textos/educacion_pandemia.pdf)  
DOI: <https://doi.org/10.21149/11606>

E. J. (2019). Clases de Educación Físicas activas mediante evaluación SOFIT. E-motion. *Revista de Educación, Motricidad e Investigación*, (13), 31-42. Recuperado de <http://rabida.uhu.es/dspace/handle/10272/17268>

- Escudero, J. (1987) La investigación-acción en el panorama actual de la investigación educativa: algunas tendencias. *Revista de Innovación e Investigación Educativa*.
- Ezquerro (2020), en su tesis "Propuestas de gamificación en educación física", licenciatura en educación primaria en la universidad de Cantabria en España.
- Freire, P. (1980) Educación y acción cultural. Madrid: Zero ZYX.
- Fuentealba, R., & Imbarack, P. (2014). Compromiso docente, una interpelación al sentido de la profesionalidad en tiempos de cambio. *Revista Estudios pedagógicos (Valdivia)*, 40(1), 1- 13. Recuperado de: [https://scielo.conicyt.cl/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0718-07052014000200015](https://scielo.conicyt.cl/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0718-07052014000200015)
- García, M., Reyes, J., & Godínez, G. (2017). Las Tic en la educación superior, innovaciones y retos. *Revista Iberoamericana de las Ciencias Sociales y Humanísticas*, 6(12), 2 -18. Recuperado de: <https://Dialnet-LasTicEnLaEducacionSuperiorInnovaciones YRetos-6255413.pdf>
- Gómez Calvo, J. L. (2020). ...Y de pronto el covid-19 nos hizo despertar.
- Hall-López, J. A., Ochoa-Martínez, P. Y., González, C., & Fernández Ozcorta,
- Hall-López, J. A., Ochoa-Martínez, P. Y., Zuñiga Burruel, R., Macías Castro, R., & Sáenz-López Buñuel, P. (2017). Moderate-to-vigorous physical activity during recess and physical education among Mexican elementary school students (Actividad física moderada a vigorosa durante el recreo y clase de educación física en niños mexicanos de escuela primaria). *Retos*, (31), 137-139. Recuperado de <https://recyt.fecyt.es/index.php/retos/article/view/49640>
- Katayama, R. J. (2014). Introducción a la investigación cualitativa. Lima: Fondo Editorial de la UIGV.
- Lanuza, F., & Rizo, M. (2018). Uso y aplicación de las TIC en el proceso de enseñanzaaprendizaje. *Farem*.
- Lazcano-Ponce, E., & Alpuche-Aranda, C. (2020). Alfabetización en salud pública ante la emergencia de la pandemia por Covid-19. *Salud Pública de México*, 62(3), 331-340. DOI: <https://doi.org/10.21149/11408>
- Lippi, G., Henry, B. M., & Sanchis-Gomar, F. (2020). Physical inactivity and cardiovascular disease at the time of coronavirus disease 2019 (COVID-19). *European Journal of Preventive Cardiology* 27(9), 906-908. DOI: <https://doi.org/10.1177/2047487320916823>
- Lloyd, M. (2020). Desigualdades educativas y la brecha digital en tiempos de COVID-19. En H. Casanova Cardiel (Coord.), *Educación y pandemia: una visión*

- académica (pp. 115- 121). Ciudad de México: Universidad Nacional Autónoma de México, Instituto de Investigaciones sobre la Universidad y la Educación. <http://dx.doi.org/10.32641/rchped.v9i12.2208>
- Lobo (2018), La gamificación aplicada a la educación física en primaria, PublicacionesDidacticas.com | N° 100 Noviembre 2018.
- López. (2009). Manual de educación física y deportes. Barcelona: Océano.
- Magaña, Manrique, Manso, Ramos y Fraile (2020) en su artículo original “La gamificación como herramienta motivacional para fomentar una actividad física saludable: ejemplificación de una propuesta en educación física” EmásF, Revista Digital de Educación Física. Año 11, Num. 64 (mayo-junio de 2020) <http://emasf.webcindario.com>
- Mera, A., Tabares-Gonzalez, E., Montoya-Gonzalez, S., Muñoz-Rodriguez, D., & Monsalve Vélez, F. (2020). Recomendaciones prácticas para evitar el desacondicionamiento físico durante el confinamiento por pandemia asociada a COVID-19. *Universidad y Salud*, 22(2),166-177. DOI: <https://doi.org/10.22267/rus.202202.188>
- Mora, M. (2013). Estrategias metodológicas innovadoras y su influencia en el pensamiento lógico matemático en los estudiantes del sexto grado paralelos “a” y “b”. Ambato: Universidad Técnica de Ambato.
- Orbegoso, J. (2015). Manual de metodología de la investigación cualitativa. Lima: Autor. Pérez, G. (1994) Investigación cualitativa: retos e interrogantes. I. Métodos. Madrid: Muralla.
- Pérez, J. (2015). Estrategias metodológicas para fortalecer las habilidades comunicativas de lectura y escritura de los estudiantes del grado primero de la institución educativa Luis Carlos López de la ciudad de Cartagena. Cartagena: Universidad de Cartagena. Obtenido <http://repositorio.unicartagena.edu.co:8080/jspui/bitstream/11227/5387/1/TE%20DE%20GRADO.pdf>
- Programa experimental y su influencia en las capacidades físicas condicionales en el área de educación física en alumnos del segundo año de educación secundaria. (2018). Obtenido de <http://repositorio.une.edu.pe/>
- Resa, M. (2020). Tecnología y Enseñanza Situada. *Revista Docente 2.0*, 8(1), 33-40. Recuperado de: <https://ojs.docentes20.com/index.php/revista-docentes20/article/view/83/228>
- Revista Española de Educación Física y Deportes, 429, 95-100. Recuperado de: <https://www.agesport.org/y-de>

- pronto-el- covid-19-nos- hizo- despertar-por-jose-luis- gomez-calvo/
- Rodríguez-Núñez, I. (2020). Prescribiendo ejercicio físico en períodos de cuarentena por COVID-19: ¿Es útil la autorregulación perceptual en niños? *Revista Chilena de Pediatría*,91(2), 304-305. DOI:
- Rogero GJ. La ficción de educar a distancia. *RASE*. 2020;13(2):174-82. DOI: <https://doi.org/10.7203/RASE.13.2.17126>
- Sánchez. (1998). El concepto de salud, su relación con la actividad física y la educación física orientada hacia la salud.
- Sequeira, A. &. (2016). Estrategias metodológicas que facilitan el proceso de enseñanza aprendizaje. Obtenido de <http://repositorio.unan.edu.ni/1638/1/10564.pdf> Pág. 34
- Soler (2020), Gamificación y TICs Propuesta de intervención educativa en educación física secundaria, para la obtención del grado de Máster Universitario en Educación y Tecnologías de la Información y Comunicación, en la universidad de Laguna en España.
- Suarez-Arrones L, Lara- López P, Maldonado R, Torreno N, De Hoyo M, Nakamura FY, et al. The effects of detraining and retraining periods an fat mass and fat-free mass in elite male soccer players. *Peer J*. 2019; 7: e7466. Disponible en: <https://doi.org/10.7717/peerj.7466>.
- UNESCO. (09 de junio de 2020). ¿Cómo estás aprendiendo durante la pandemia de COVID- 19? Recuperado de: <https://es.unesco.org/covid19/educatio nresponse>
- UNESCO's Section of Education Policy A snapshot of policy measures [internet] 2020 Jun[ citado 23 junio de 2020].1(1); [4 screens]. Available from: <https://gemreportunesco.wordpress.com/2020/03/24/how-are-countries-addressing- the-covid-19-challenges-in-educat ion-a-snapshot-of-policy-measures/>
- Urdiales, J., Armijos, L., & Urdiales, D. (2020). Estudiantes de un plantel educativo secundario del sur del Ecuador y un Entorno Virtual de Aprendizaje (EVA): Impacto
- Velásquez Vergara Sandra M., Ruidiaz Gómez Keydis S. La educación en tiempo de pandemia COVID 19: ¿realidad o ficción?. *Revista Cuidarte*. 2021;12(1):e1336. <http://dx.doi.org/10.15649/cuidarte.1336>
- Victoria (2020) en su artículo original Herramientas TIC para la gamificación en educación física DOI: <https://doi.org/10.21556/edutec.2020.71.1453>
- Villafuerte, J., Bello, J., Pantaleón, Y., & Bermello, J. (2020). Rol de los docentes ante la crisis del covid-19, una mirada desde el enfoque humano.



Revista Electrónica Formación y  
Calidad Educativa (REFCaE), 8(1), 1-  
17. Recuperado de:  
[https://refcale.ulead.edu.ec/index.php/  
refcale/article/view/3214](https://refcale.ulead.edu.ec/index.php/refcale/article/view/3214)

Wilkinson TJ, Shur NF, Smith AC. "Exercise  
as medicine" in chronic kidney di-  
sease. *Scand J Med Sci Sports*. 2016; 26  
(8): 985-8. Disponible en: [https://doi.  
org/10.1111/sms.12714](https://doi.org/10.1111/sms.12714)