

La enseñanza

de la educación física en primaria: retos y oportunidades

The Teaching of Physical Education in Primary School: Challenges and Opportunities

Recibido: 12/01/26

Aceptado: 02/05/26

Publicado: 08/05/26

Julio Cesar Ambris-Sandoval^{1*}

E-mail: jambris@pampano.unacar.mx

ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-8513-9022>

¹Universidad Autónoma del Carmen. México.

*Autor para correspondencia.

Cita sugerida (APA, séptima edición)

Ambris-Sandoval, J. C. (2026). La enseñanza de la educación física en primaria: retos y oportunidades. *Revista Científica Cultura, Comunicación y Desarrollo*, 11, e889. <http://rccd.ucf.edu.cu/index.php/rccd/article/view/889>

RESUMEN

La presente investigación tuvo como propósito analizar los retos y las oportunidades en la enseñanza de la educación física en el nivel primario a través de una revisión sistemática fundamentada en la declaración PRISMA. Se empleó la metodología cualitativa de tipo descriptivo-sintético y se consultaron bases de datos de alto impacto como Scopus, Web of Science y ERIC, de donde se seleccionaron dieciocho estudios publicados en los últimos diez años que cumplieron con criterios de rigor científico. Los resultados revelaron que los desafíos predominantes se vincularon con la marginación curricular, la escasez de tiempo lectivo y la persistencia de enfoques tradicionales que limitaron la inclusión. Por el contrario, se identificaron oportunidades emergentes centradas en la implementación de modelos pedagógicos basados en la práctica, tales como el aprendizaje cooperativo, la educación deportiva y la gamificación. Se concluyó que, si bien las barreras institucionales fueron persistentes, la innovación metodológica y la hibridación de modelos representaron las vías más eficaces para transformar la práctica docente. Se recomendó el fortalecimiento de la formación continua y el fomento de la alfabetización física para garantizar una educación de calidad que trascienda el ámbito motor hacia el desarrollo socioemocional del estudiantado.

Palabras clave:

Educación Primaria, Educación Física, Innovación Pedagógica, Formación de Docentes, Plan de Estudios, Metodología de Enseñanza

ABSTRACT

The purpose of this research was to analyze the challenges and opportunities in physical education teaching at the primary level through a systematic review based on the PRISMA statement. A descriptive-synthetic qualitative methodology was employed, consulting high-impact databases such as Scopus, Web of Science, and ERIC, from which eighteen studies published in the last ten years that met scientific rigor criteria were selected. The results revealed that the predominant challenges were linked to curricular marginalization, the shortage of instructional time, and the persistence of traditional approaches that limited inclusion. Conversely, emerging opportunities centered on the implementation of practice-based pedagogical models, such as cooperative learning, sports education, and gamification, were identified. It was concluded that, while institutional barriers were persistent, methodological innovation and model hybridization represented the most effective ways to transform teaching practice. Strengthening continuous training and promoting physical literacy were recommended to ensure quality education that transcends the motor domain toward the social-emotional development of the students.

Keywords:

Primary Education, Physical Education, Educational Innovation, Teacher Education, Curriculum, Teaching Method

INTRODUCCIÓN

La Educación Física (EF) en el nivel de educación primaria ha dejado de ser considerada una disciplina meramente procedimental o recreativa para consolidarse como área esencial en la formación integral del ser humano. En las últimas décadas, el enfoque pedagógico ha girado desde la perspectiva biomédica y de rendimiento deportivo hacia una visión holística que integra dimensiones motrices, cognitivas y afectivas (López-Pastor et. al., 2013).

El cambio de paradigma responde a la necesidad de dotar al estudiantado de una alfabetización física que les permita desenvolverse con autonomía, en una sociedad cada vez más sedentaria. Sin embargo, la transición no ha estado exenta de dificultades, lo que motiva el análisis profundo sobre la realidad actual en las instituciones educativas.

A nivel global, organismos internacionales como la Organización de las Naciones Unidas para la Educación, la Ciencia y la Cultura (UNESCO) han subrayado que la EF es la única asignatura escolar que combina la actividad física con el aprendizaje de valores y el desarrollo personal (UNESCO, 2015).

No obstante, existe una paradoja persistente: mientras el discurso político y académico ensalza sus beneficios, la realidad en los centros escolares muestra una marginación sistémica de la asignatura en comparación con las áreas llamadas *instrumentales* como matemáticas o lengua. Esta jerarquización del conocimiento genera un reto estructural que condiciona no solo el tiempo lectivo, sino la percepción que la comunidad educativa posee sobre la importancia de la motricidad en el desarrollo infantil.

El escenario actual de la enseñanza de la EF en primaria se ve influenciado por una serie de fenómenos sociales y tecnológicos. La digitalización y el aumento del ocio pasivo han modificado los perfiles del alumnado, quienes presentan niveles de competencia motriz cada vez más heterogéneos.

Según autores como Baena-Extremera et. al (2016), la motivación hacia la asignatura se convierte en un factor crítico; si la enseñanza no logra conectar con los intereses del niño o no ofrece la experiencia de éxito, la oportunidad de crear hábitos de vida saludables se pierde. Por lo tanto, el profesorado se enfrenta al desafío de diseñar propuestas curriculares que sean atractivas, inclusivas y que, al mismo tiempo, cumplan con los estándares de aprendizaje oficiales.

Desde la perspectiva metodológica, la inclusión se presenta como uno de los retos más complejos y urgentes. La escuela contemporánea es diversa por definición, y la EF, al desarrollarse en espacios abiertos y con alta exposición social, requiere de estrategias que garanticen la participación de todo el alumnado, más allá de sus capacidades físicas o condiciones socioeconómicas.

La literatura reciente señala que la formación inicial del profesorado es, en ocasiones, insuficiente para abordar esta diversidad con garantías, lo que deriva en prácticas excluyentes o en la simplificación excesiva de las tareas (Hortigüela-Alcalá et. al., 2019).

En contraposición a los desafíos, emergen oportunidades significativas ligadas a la innovación pedagógica. La integración de los Modelos de Enseñanza Deportiva (MED), el Aprendizaje Cooperativo y la Gamificación demuestran ser herramientas potentes para transformar la clase de EF.

Las metodologías no solo mejoran el compromiso motor, sino que fomentan habilidades sociales y la autorregulación. Asimismo, el uso de las Tecnologías de la Información y la Comunicación (TIC) y las aplicaciones de monitoreo físico ofrecen una ventana de oportunidad para personalizar el aprendizaje, hacer visible el progreso del estudiante y vincular la escuela con el entorno digital en el que vive el niño (Monguillot et. al., 2015).

La necesidad de realizar esta revisión sistemática radica en la urgencia de organizar el corpus de conocimiento generado en el último decenio. La declaración PRISMA (Preferred Reporting Items for Systematic Reviews and Meta-Analyses) se adopta en el estudio como el estándar de rigor para garantizar que la selección y el análisis de la literatura sean transparentes y replicables (Page et. al., 2021).

Ante el volumen masivo de publicaciones sobre didáctica de la EF, es imperativo filtrar aquellas investigaciones que aportan evidencia sólida sobre qué estrategias funcionan y cuáles son las barreras que impiden una educación física de calidad (EFC).

La justificación de este estudio también reside en su valor para la política educativa y la toma de decisiones. Al identificar de manera sistemática los vacíos en la investigación y las mejores prácticas, el trabajo pretende servir de puente entre la teoría académica y la praxis docente en el patio de recreo. La sistematización de los retos y oportunidades permitirá a los profesionales del área reorientar sus intervenciones y a las instituciones optimizar los recursos destinados a la motricidad escolar.

A partir de lo expuesto, surge la necesidad de dar respuesta a la siguiente interrogante que guía la investigación: ¿Cuáles son los principales retos y oportunidades en la enseñanza de la educación física en la educación primaria?

Para responder a la pregunta, la presente revisión se plantea como objetivo analizar la producción científica reciente para la caracterización de las tensiones y las potencialidades que definen la práctica actual de la EF en esta etapa. Para ello se propone identificar las barreras institucionales y pedagógicas más recurrentes, así como catalogar las innovaciones metodológicas con mayor impacto reportado en la literatura especializada.

MATERIALES Y MÉTODOS

La presente investigación se desarrolló bajo un enfoque metodológico estructurado, orientado a garantizar la rigurosidad, transparencia y reproducibilidad del proceso de revisión, según las directrices establecidas por la declaración PRISMA. Se realizó una revisión sistemática de la literatura con enfoque cualitativo, dado que el objetivo del estudio se centra en analizar las evidencias científicas relacionadas con los retos y oportunidades en la enseñanza de la Educación Física en el nivel primario. El enfoque

permite integrar resultados de diferentes diseños metodológicos y proporcionar una visión comprensiva del fenómeno estudiado.

Criterios de inclusión

Para la selección de los estudios, se establecieron los siguientes criterios de inclusión:

- Investigaciones publicadas en un periodo comprendido entre los últimos 5 y 10 años, con el fin de garantizar la actualidad de la evidencia.
- Estudios centrados en el nivel de educación primaria o equivalentes en distintos sistemas educativos.
- Artículos científicos originales, revisiones sistemáticas, revisiones narrativas con sustento metodológico y tesis académicas relevantes.
- Publicaciones en idioma español e inglés, por ser los idiomas predominantes en la producción científica del área.
- Estudios que aborden explícitamente retos, barreras, oportunidades o innovaciones metodológicas en la enseñanza de la Educación Física.

Criterios de exclusión

Se excluyeron aquellos estudios que no cumplían con los siguientes parámetros:

- Investigaciones desarrolladas en niveles educativos distintos al nivel primario (educación secundaria o superior).
- Documentos sin acceso al texto completo, lo cual impediera una evaluación adecuada de su contenido.
- Publicaciones sin rigor científico, tales como ensayos de opinión sin respaldo empírico o documentos no arbitrados.
- Estudios duplicados en diferentes bases de datos.

La búsqueda bibliográfica se realizó en bases de datos de reconocido prestigio en el ámbito educativo y científico, con el propósito de garantizar la calidad y relevancia de las fuentes. Las bases de datos consultadas fueron: Scopus, Web of Science, PubMed, ERIC, SciELO, Google Scholar, de ellas se consultaron las siguientes revistas: *Revistas de Referencia en Español (Indexadas en SciELO y Scopus) Retos: Nuevas tendencias en Educación Física, Deporte y Recreación, Revista, Internacional de Medicina y Ciencias de la Actividad Física y del Deporte, Publicaciones de la Facultad de Educación y Humanidades de Ceuta, Revista Electrónica Educare, Movimiento Sport TK, Revista Euroamericana de Ciencias del Deporte.*

Revistas de Referencias en Inglés (Indexadas en Web of Science y Scopus) Sport, Education and Society, Physical Education and Sport Pedagogy, Quest, Sustainability, Frontiers in Psychology, International Journal of Environmental Research and Public Health.

Organismos Internacionales. UNESCO Publishing.

La muestra final estuvo compuesta por artículos publicados en revistas situadas mayoritariamente en los cuartiles Q1 y Q2 de los rankings internacionales (SJR y JCR), lo que garantiza la calidad científica de la evidencia sintetizada.

Se diseñó una estrategia de búsqueda con la combinación de descriptores en español e inglés y se utilizaron operadores booleanos (AND, OR) para maximizar la sensibilidad y especificidad de los resultados. Las principales ecuaciones de búsqueda fueron: *educación física AND educación primaria, educación física AND retos OR oportunidades, physical education AND primary school, AND challenges, physical education AND primary education AND opportunities.*

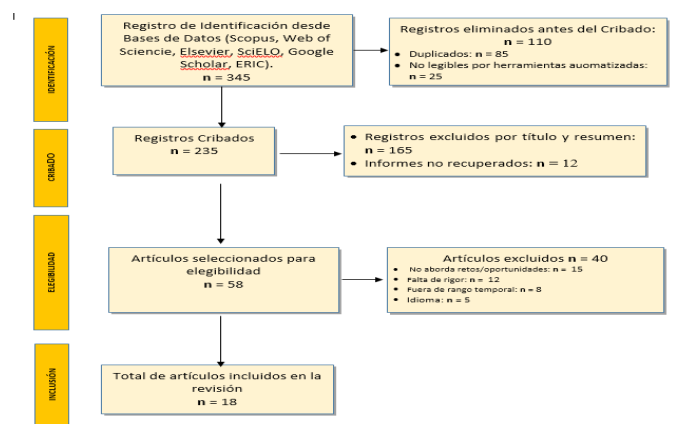
Se emplearon sinónimos y términos relacionados como: *teaching methods, motor development, school physical activity, pedagogical models.*

Para refinar los resultados obtenidos, se aplicaron los siguientes filtros:

- Idioma: español e inglés.
- Periodo de publicación: últimos 5–10 años.
- Tipo de documento: artículos científicos, revisiones y tesis académicas.
- Área temática: educación, ciencias del deporte, pedagogía.

El proceso de selección de la evidencia se rigió por las directrices de la declaración PRISMA. En la fase de identificación inicial, se obtuvo un total de 345 registros procedentes de las bases de datos consultadas. Tras la eliminación de 85 duplicados y 25 documentos no elegibles por criterios automatizados, se procedió al cribado de 235 títulos y resúmenes. En esta etapa, se descartaron 165 registros por no ajustarse al nivel educativo de primaria o carecer de un enfoque pedagógico. De los 70 informes restantes, se logró la recuperación de 58 textos completos, los cuales fueron sometidos a una evaluación exhaustiva de elegibilidad. Se excluyeron 40 trabajos adicionales debido a la ausencia de un análisis explícito sobre retos u oportunidades, falta de rigor metodológico o temporalidad excedida. Finalmente, la muestra quedó constituida por 18 estudios originales que cumplieron con la totalidad de los criterios de inclusión establecidos y garantizaron la solidez del análisis posterior, así se muestra en el Diagrama de flujo.

Fig 1: Diagrama de Flujo



Fuente: Elaboración propia

Tras completar el proceso de cribado y evaluación de elegibilidad, se procedió a la extracción de datos de los 18 estudios seleccionados para el análisis profundo de la

evidencia. En la Tabla 1 se presenta una síntesis estructurada de las investigaciones, se detallan la autoría, el enfoque metodológico empleado y, sobre todo, el desglose de los retos y oportunidades identificados por cada autor en el contexto de la educación primaria.

Esta organización permite observar una convergencia significativa en la literatura científica actual, donde las barreras institucionales y las innovaciones pedagógicas emergen como los ejes articuladores del estado de la cuestión. La información aquí sistematizada constituye la base empírica para la discusión de resultados y la formulación de las conclusiones de la presente revisión.

Tabla 1: Síntesis de los estudios incluidos en la revisión sistemática (N=18)

Autor(es) y Año	Metodología	Principales Retos Identificados	Principales Oportunidades Identificadas
Baena-Extremera & Caballero (2021)	Cualitativa	Resistencia al cambio metodológico y falta de coordinación.	Aprendizaje Cooperativo como eje de inclusión.
Beni et al. (2017)	Rev. Sistemática	Desconexión entre currículo y experiencias del niño.	Priorización del sentido de pertenencia y diversión.
Cárcamo-Oyarzun & Wydra (2018)	Comparativa	Disparidad en las metas docentes según el contexto.	Reorientación de objetivos hacia la alfabetización física.
Dyson & Casey (2016)	Revisión	Dificultad en la formación técnica del profesorado.	Estructuración de clases mediante el Aprendizaje Cooperativo.
Fernández-Río (2017)	Descriptiva	Rigidez en la estructura tradicional de la sesión.	Implementación del Ciclo de Aprendizaje Cooperativo.
Gil-Espinosa et al. (2020)	Cuantitativa	Conflictividad y sedentarismo en los tiempos de recreo.	Transformación del patio en entorno de aprendizaje activo.
Hastie & Wallhead (2016)	Teórica	Fragmentación de los contenidos curriculares.	Adopción de la Práctica Basada en Modelos (PBM).
Hortigüela-Alcalá et al. (2019)	Descriptiva	Baja valoración académica de la Educación Física.	Uso de la Evaluación Formativa para ganar estatus.
Koka et al. (2019)	Cuantitativa	Impacto negativo de feedback controlador en la motivación.	El feedback de autonomía como motor motivacional.
López-Palau et al. (2022)	Rev. Sistemática	Brecha digital y riesgo de distracción tecnológica.	Gamificación para el compromiso y adherencia física.
Martínez-Molina et al. (2020)	Cualitativa	Aislamiento y falta de recursos en la escuela rural.	La Educación Física Inclusiva en entornos reducidos.
Otero-Saborido et al. (2021)	Mix-Methods	Predominio de modelos de instrucción directa.	Implementación de Modelos Pedagógicos contemporáneos.
Pérez-Pueyo et al. (2020)	Estudio Caso	Miedo del docente a ceder el control del aula.	El Modelo de Educación Deportiva para la autonomía.
Quennerstedt (2019)	Teórica	Presión por resultados estandarizados de salud.	La EF como “arte de enseñar” y desarrollo profesional.
Sánchez-Alcaraz et al. (2020)	Descriptiva	Falta de valores sociales en la práctica competitiva.	Modelo de Responsabilidad Personal y Social (MRPS).
Sierra-Díaz et al. (2019)	Cuantitativa	Baja autopercepción de competencia motriz en niños.	Intervención docente basada en el éxito motriz.
UNESCO (2021)	Reporte Global	Reducción de horas lectivas y falta de infraestructura.	Inversión en Educación Física de Calidad (EFC).
Valero-Valenzuela et al. (2020)	Cuantitativa	Complejidad en el diseño de sesiones integradas.	Hibridación de modelos para motivación superior.

Fuente: Elaboración propia.

Tras observar la Tabla 1, se desprende un análisis comparativo que permite sintetizar los hallazgos en tres núcleos fundamentales. Primero, existe una convergencia diagnóstica respecto a los retos: la literatura coincide en que la marginación del área (Hortigüela-Alcalá et al., 2019) y la persistencia de modelos tradicionales de instrucción directa (Otero-Saborido et al., 2021) son las barreras que más frenan el desarrollo motriz e inclusivo en primaria.

Segundo, se identifica una tendencia metodológica clara hacia la democratización del aula. Las oportunidades más reportadas no se limitan al ejercicio físico, sino a la adopción de modelos pedagógicos como el Aprendizaje Cooperativo y la Educación Deportiva, los cuales transforman el rol del alumno de receptor pasivo a protagonista autónomo (Pérez-Pueyo et al., 2020; Valero-Valenzuela et al., 2020).

Los estudios sugieren que la innovación tecnológica y social (gamificación y modelos de responsabilidad) constituye la respuesta más eficaz frente al sedentarismo y la falta de motivación (López-Palau et. al., 2022; Sánchez-Alcaraz et. al., 2020).

En conclusión, la evidencia analizada apunta a que la oportunidad de mejora de la EF en primaria depende menos de los recursos físicos y más de la capacidad del docente para hibridar modelos y generar experiencias de aprendizaje significativas.

RESULTADOS-DISCUSIÓN

La presente revisión sistemática permitió analizar un total de 18 estudios, seleccionados tras la aplicación de los criterios de inclusión y exclusión definidos en el protocolo metodológico. Los resultados se organizan en torno a dos grandes categorías analíticas: retos y oportunidades en la enseñanza de la Educación Física en primaria, emergiendo a su vez subcategorías que permiten una comprensión más profunda del fenómeno.

De acuerdo con el análisis de los estudios seleccionados, los retos en la educación primaria se pueden categorizar en tres dimensiones críticas: Retos Institucionales y Curriculares, Retos Pedagógicos y Formativos y Retos Motivacionales.

Estas tres dimensiones clave extraídas de los 18 estudios analizados, integran la evidencia científica que ofrece una perspectiva crítica sobre el estado actual de la Educación Física (EF) en primaria.

1. Dimensión Estructural y de Estatus: La Marginación del Área

La evidencia recopilada señala que el reto más persistente es la jerarquización curricular que sitúa a la EF en una posición de subordinación frente a las áreas instrumentales. Según Hortigüela-Alcalá et al. (2019), esta baja valoración académica no es solo una percepción docente, sino una realidad institucional que se traduce en la reducción de horas lectivas y el uso de infraestructuras deficientes, como reporta la UNESCO (2021).

Este escenario crea un círculo vicioso: la falta de tiempo impide consolidar procesos de aprendizaje profundos, lo que refuerza la idea social de que la materia es puramente recreativa. Sin embargo, esta crisis de estatus representa una oportunidad para reorientar las metas hacia la alfabetización física, donde el docente debe demostrar, mediante una evaluación formativa y rigurosa, que el desarrollo motriz es inseparable del éxito cognitivo y social del niño (Cárcamo-Oyarzun y Wydra, 2018).

2. Dimensión Pedagógica: Del Mando Directo a la Autonomía del Estudiantado

Una dimensión crítica hallada en la síntesis, es la brecha entre los modelos tradicionales de instrucción directa y las necesidades de una escuela inclusiva. Otero-Saborido et al. (2021) advierten que el predominio de métodos donde el docente controla cada movimiento limita el desarrollo de la competencia motriz autónoma.

Frente a esto, los estudios de Pérez-Pueyo et al. (2020) y Valero-Valenzuela et al. (2020) demuestran que la oportunidad reside en la adopción de Modelos Pedagógicos Contemporáneos. El uso del Aprendizaje Cooperativo (Dyson y Casey, 2016) y el Modelo de Educación Deportiva permite que el alumnado de primaria asuma roles de liderazgo y gestión.

Esta transición pedagógica no solo mejora la motricidad, sino que actúa como un mecanismo de inclusión real, permitiendo que niños con distintos ritmos de aprendizaje encuentren un espacio de éxito personal y colectivo (Baena-Extremera y Caballero, 2021).

3. Dimensión Psicosocial y Tecnológica: Motivación frente al Sedentarismo Digital

La dimensión psicosocial revela que el éxito de la EF en el siglo XXI depende de su capacidad para generar experiencias significativas que compitan con el ocio pasivo.

Beni et. al. (2017) enfatizan que, si la EF no es percibida como divertida y valiosa, no habrá adherencia a la práctica física. En este contexto, la gamificación y el uso de feedback que apoye la autonomía se presentan como herramientas clave para revertir la baja autopercepción de competencia motriz detectada por Sierra-Díaz et al. (2019).

La integración de tecnologías y modelos de responsabilidad social (Sánchez-Alcaraz et. al., 2020) permite conectar la asignatura con la realidad digital y emocional del niño. De este modo, la oportunidad no es solo técnica, sino ética: se trata de transformar el patio en un entorno de aprendizaje activo donde se cultiven valores y resiliencia frente a los retos de la sociedad actual (Gil-Espinosa et al., 2020; Quennerstedt, 2019).

DISCUSIÓN

El análisis de la literatura científica revela que, frente a los retos estructurales y pedagógicos identificados, emergen oportunidades significativas que permiten reconfigurar la Educación Física (EF) en primaria.

La principal oportunidad radica en la transición de un modelo de enseñanza tradicional hacia la implementación de modelos pedagógicos basados en la práctica (Hastie y Wallhead, 2016). Los modelos no solo buscan la mejora de la aptitud física, sino que priorizan la experiencia subjetiva del alumnado y transforman la clase en un espacio de aprendizaje significativo (Beni et al., 2017).

Una de las oportunidades más sólidas identificadas es el Aprendizaje Cooperativo. Según Fernández-Río (2017), esta metodología permite estructurar las sesiones de manera que el éxito individual dependa del éxito del grupo, lo que mitiga directamente el reto de la exclusión en el aula. Baena-Extremera y Caballero (2021) refuerzan esta idea al señalar que el aprendizaje cooperativo actúa como herramienta de cohesión social, permite que alumnos con diversos niveles de competencia motriz participen de forma equitativa y superen las barreras de la enseñanza directiva tradicional.

La hibridación de modelos pedagógicos surge como una oportunidad de vanguardia. Valero-Valenzuela et. al.

(2020) demuestran que combinar el Modelo de Educación Deportiva con el Modelo de Responsabilidad Personal y Social potencia la motivación autodeterminada de los niños de primaria.

Esta sinergia metodológica ofrece una respuesta directa al reto de la falta de compromiso motor, porque otorga al estudiante roles de responsabilidad (árbitro, capitán, preparador físico), fomentando una autonomía que trasciende el ámbito escolar (Pérez-Pueyo et. al., 2020; Sánchez-Alcaraz et al., 2020).

En el ámbito tecnológico, la gamificación se presenta como una oportunidad disruptiva para conectar con la cultura digital del alumnado. A pesar de los riesgos de distracción, López-Palau et. al. (2022) sostienen que, bajo un diseño pedagógico riguroso, el uso de mecánicas de juego y aplicaciones móviles aumenta la persistencia en la tarea y mejora la autopercepción de competencia motriz, un reto crítico detectado por Sierra-Díaz et. al. (2019).

El marco de la Educación Física de Calidad (EFC) propuesto por la UNESCO (2021) representa una oportunidad política y social para reivindicar el área. La necesidad de combatir el sedentarismo post-pandemia ha colocado a la EF en el centro de las agendas de salud pública. Esta coyuntura permite a los docentes de primaria justificar la necesidad de mayores recursos y una mejor gestión de espacios como el recreo escolar, transformándolo en un entorno de aprendizaje activo y seguro (Gil-Espinosa et. al., 2020).

En conclusión, mientras que los retos son predominantemente externos (tiempo, recursos, jerarquía curricular), las oportunidades dependen en gran medida de la agencia docente y la innovación metodológica. La evidencia sugiere que el futuro de la EF en primaria no reside en "hacer más de lo mismo", sino en adoptar enfoques híbridos, inclusivos y tecnológicamente integrados que posicionen al niño como el protagonista de su propio desarrollo motriz (Quennerstedt, 2019).

La literatura reciente no solo confirma los retos expuestos, sino que subraya que la oportunidad de transformar la Educación Física (EF) en primaria reside en una reconceptualización del currículo hacia la alfabetización física. Mientras que los retos estructurales persisten, autores como Lundvall (2015) sugieren que el enfoque debe desplazarse hacia la creación de una base de confianza motriz que perdure toda la vida. Esta visión es fundamental para contrarrestar la marginación de la asignatura, posicionándola no como un descanso del trabajo intelectual, sino como un pilar del desarrollo cognitivo.

Un refuerzo crítico, para la discusión sobre la inclusión (previamente mencionada por Baena-Extremera), se encuentra en las estrategias de evaluación auténtica. La oportunidad de utilizar la evaluación no como un instrumento de calificación, sino de aprendizaje, permite reducir la ansiedad de los estudiantes menos aventajados físicamente.

En este sentido, Chng y Lund (2018) destacan que cuando el docente de primaria emplea rúbricas comprensibles y procesos de coevaluación, se fortalece la percepción de autoeficacia, un factor determinante para superar el reto de la desmotivación escolar.

Respecto a la innovación metodológica, la discusión se fortalece al considerar el Aprendizaje Basado en Proyectos (ABP), aplicado a la motricidad. Esta estrategia permite integrar la EF con otras áreas (oportunidad interdisciplinar), resolviendo en parte el reto de la falta de tiempo lectivo al trabajar contenidos de ciencias o matemáticas a través del movimiento.

Estudios de Moy et. al. (2016) indican que el uso de enfoques no lineales (Pedagogía de las Restricciones), permite que el alumnado de primaria explore soluciones motrices creativas, alejándose del modelo de repetición técnica que a menudo aleja a los niños de la práctica deportiva. La oportunidad de utilizar la EF como plataforma de desarrollo socioemocional adquiere mayor peso con la evidencia de Opstoel et. al. (2020).

Los autores sostienen que la EF es el entorno más potente de la escuela primaria para cultivar la resiliencia y la autorregulación. Al enfrentar retos físicos colectivos, los niños aprenden a gestionar la frustración y el conflicto en tiempo real, lo que convierte a la asignatura en un *laboratorio social* indispensable para la convivencia escolar.

Se recomienda que las futuras políticas educativas no solo garanticen una carga horaria adecuada, sino que promuevan espacios de formación donde los docentes puedan integrar de manera crítica las tecnologías y los modelos pedagógicos emergentes. La EF en primaria debe dejar de ser percibida como una materia secundaria para ser reconocida como el laboratorio social y motriz indispensable donde se construye la salud y la convivencia del futuro ciudadano.

Las limitaciones de la presente revisión sistemática residen, fundamentalmente, en la restricción lingüística a publicaciones en español e inglés, que podría haber excluido hallazgos relevantes de otras tradiciones pedagógicas y, en la presencia de un posible sesgo de publicación que tiende a omitir experiencias de innovación con resultados no significativos.

Por otra parte, la marcada heterogeneidad metodológica de los dieciocho estudios analizados impidió la realización de un metaanálisis estandarizado, que obligó a una síntesis narrativa dependiente de la interpretación de los autores. Además, la celeridad en la evolución de las tecnologías educativas sugiere que los retos y oportunidades identificados podrían transformarse rápidamente, por lo que los resultados deben ser interpretados como una perspectiva que requiere de actualizaciones periódicas frente a los cambios en las políticas y la formación docente.

CONCLUSIONES

La presente revisión sistemática ha permitido identificar de manera diáfana el panorama actual de la Educación Física en la etapa de primaria, caracterizado por la tensión constante entre limitaciones estructurales y la creciente innovación metodológica. En respuesta a la pregunta de investigación, se concluye que los retos fundamentales no son únicamente de carácter logístico, sino profundamente pedagógicos y sistémicos.

La marginación curricular de la asignatura, la escasez de tiempo lectivo y la persistencia de modelos tradicionales de enseñanza constituyen las principales barreras que impiden una Educación Física de Calidad (EFC). Los desafíos se ven agravados por la necesidad urgente de una formación docente continua que capacite al profesorado para gestionar la diversidad y la inclusión de forma efectiva en el patio.

En cuanto a las oportunidades, los hallazgos demuestran que la disciplina se encuentra en un proceso de transformación hacia la alfabetización física y el desarrollo socioemocional. La implementación de modelos pedagógicos basados en la práctica, tales como el aprendizaje cooperativo, el modelo de educación deportiva y la gamificación, representan estrategias más sólidas para aumentar la motivación intrínseca y la autoeficacia del alumnado.

Por lo tanto, los retos institucionales persistentes, la agencia docente y la innovación metodológica representan las herramientas más potentes para convertir dichas dificultades en oportunidades.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Baena-Extremera, A., Granero-Gallegos, A., Sánchez-Fuentes, J. A., & Martínez-Molina, M. (2016). Perfiles motivacionales de apoyo a la autonomía, autodeterminación, satisfacción, importancia de la educación física e intención de práctica física en tiempo libre. *Cuadernos de Psicología del Deporte*, 16(2), 51–58.
- Baena-Extremera, A., & Caballero, B. P. (2021). El aprendizaje cooperativo como oportunidad para la inclusión en educación física primaria. *Retos*, 41, 122-131.
- Beni, S., Fletcher, T., & Ní Chróinín, D. (2017). Meaningful experiences in physical education and youth sport: A review of the literature. *Quest*, 69(3), 291-312.
- Cárcamo-Oyarzun, J., & Wydra, G. (2018). Metas de la educación física desde la perspectiva de los profesores: Un estudio comparativo. *Revista de Educación Física y Deporte*, 37(1), 13-35.
- Chng, L. S., & Lund, J. (2018). Assessment for learning in physical education: The what, why, and how. *Journal of Physical Education, Recreation & Dance*, 89(8), 29–34.
- Dyson, B., & Casey, A. (2016). *Cooperative learning in physical education and physical activity: A theoretical and practical guide*. Routledge.
- Fernández-Río, J. (2017). El Ciclo de Aprendizaje Cooperativo: Una propuesta para estructurar las sesiones de educación física. *Retos*, 32, 264-270.
- Gil-Espinosa, F. J., Chillón, P., Cuesta-Vargas, A., & Aibar, A. (2020). Actividad física en el recreo escolar: Retos para la gestión del patio en primaria. *Revista Internacional de Medicina y Ciencias de la Actividad Física y del Deporte*, 20(78), 241-255.
- Hastie, P. A., & Wallhead, L. F. (2016). Models-based practice in physical education: The potential for positive admissions. *Sport, Education and Society*, 21(4), 490-506.
- Hortigüela-Alcalá, D., Pérez-Pueyo, Á., & Fernández-Río, J. (2019). ¿Para qué evaluar en Educación Física? Desafíos y oportunidades de la evaluación formativa. *Revista Iberoamericana de Evaluación Educativa*, 12(1), 13–27.
- Koka, A., Tilga, H., Kalajas-Tilga, H., Hein, V., & Raudsepp, L. (2019). The role of teachers' feedback in students' motivation in primary physical education. *Journal of Physical Education and Sport*, 19(1), 714-721.
- López-Palau, M., Vallés, C., & Camerino, O. (2022). Gamificación en educación física primaria: Una revisión sistemática de oportunidades y limitaciones. *Journal of Sport and Health Research*, 14(2), 245-260.
- López-Pastor, V. M., Kirk, D., Lorente-Catalán, E., MacPhail, A., & Macdonald, D. (2013). Alternative assessment in physical education: A review of international literature. *Sport, Education and Society*, 18(1), 57–76.
- Lundvall, S. (2015). Physical literacy in the field of physical education-A lived philosophy of embodied understanding. *Svensk Idrottsforskning*, 24(4), 34–37.
- Martínez-Molina, M., Baena-Extremera, A., & Granero-Gallegos, A. (2020). Análisis de los retos de la educación física inclusiva en la escuela rural. *Publicaciones de la Facultad de Educación y Humanidades de Ceuta*, 50(2), 205-225.
- Monguillot, M., González-Arévalo, C., & Guitert, M. (2015). Diseño de situaciones de aprendizaje mediadas por TIC en Educación Física. *Retos: Nuevas Tendencias en Educación Física, Deporte y Recreación*, (28), 65–73.
- Moy, B., Renshaw, I., & Davids, K. (2016). The impact of non-linear pedagogy on physical education teacher education students' intrinsic motivation. *Physical Education and Sport Pedagogy*, 21(5), 517–538.
- Opstoel, K., Chapelle, L., Prins, F. J., De Meester, A., Haerens, L., van Tartwijk, J., & De Martelaer, K. (2020). Personal and social development in physical education and sports: A review study. *European Physical Education Review*, 26(4), 797–813.
- Otero-Saborido, Á. F., Vazquez-Ramos, F. J., Cenizo-Benjumea, J. M., & González-Jurado, J. A. (2021). Pedagogical models and the teaching of physical education in primary schools. *Sustainability*, 13(2), 534.
- Page, M. J., McKenzie, J. E., Bossuyt, P. M., Boutron, I., Hoffmann, T. C., Mulrow, C. D., Shamseer, L., Tetzlaff, J. M., Akl, E. A., Brennan, S. E., Chou, R., Glanville, J., Grimshaw, J. M., Hróbjartsson, A., Lalu, M. M., Li, T., Loder, E. W., Mayo-Wilson, E., McDonald, S., & Moher, D. (2021). The PRISMA 2020 statement: An updated guideline for reporting systematic reviews. *BMJ*, 372(n71).

Pérez-Pueyo, Á., Hortigüela-Alcalá, D., & Fernández-Río, J. (2020). El Modelo de Educación Deportiva en primaria: Retos para la autonomía del alumnado. *Movimento*, *26*, e26042.

Quennerstedt, M. (2019). Physical education and the art of teaching: Opportunities for the profession. *Physical Education and Sport Pedagogy*, *24*(6), 611-623.

Sánchez-Alcaraz, B. J., Gómez-Marmol, A., Valero-Valenzuela, A., & De la Cruz-Sánchez, E. (2020). El modelo de responsabilidad personal y social en la educación física de primaria. *Sport TK*, *9*(1), 63-70.

Sierra-Díaz, M. J., González-Víllora, S., Pastor-Vicedo, J. C., & López-Sánchez, G. F. (2019). Competencia motriz y autopercepción en niños de primaria: Un reto para el docente de educación física. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, *16*(23), 4801.

UNESCO. (2015). *Educación física de calidad (EFC): Guía para los responsables políticos*. Ediciones UNESCO. <https://unesdoc.unesco.org/ark:/48223/pf0000231340>.

UNESCO. (2021). *Global status report on quality physical education*. UNESCO Publishing.

Valero-Valenzuela, A., Camerino, O., Castañer, M., Prat, Q., & Vázquez-Ramos, F. J. (2020). Hybridizing pedagogical models in physical education: Effects on primary students' self-determined motivation. *Frontiers in Psychology*, *11*, 756.