

Planeación Docente de Educación Física, una Revisión Sistemática de la Literatura

Teaching Planning in the Educational Practice of Physical Education

Jose Luis González Cabrera¹

Autor de correspondencia: Jose Luis González Cabrera, joglex3@gmail.com

¹ESEF Ciudad de México

Cómo citar:

González Cabrera, J. L. (2026). La Planeación Docente de Educación Física, una Revisión Sistemática de la Literatura. Revista De Ciencias Del Ejercicio FOD, 21(1). 10-22. <https://doi.org/10.29105/rce-fod.v21i1.154>

DOI: DOI: 10.29105/rce-fod.v21i1.155

Enero-Junio-154

Link para acceder al artículo:

<https://doi.org/10.29105/rce-fod.v21i1.154>



Este artículo es un artículo de acceso abierto distribuido bajo los términos y condiciones de Creative Commons Licencia de atribución (CC BY-NC) (Creative Commons Atribución-No-Comercial 4.0)

Resumen

La planeación docente que realiza un educador físico para una sesión, es una guía didáctica que organiza para un grupo de alumnos en un tiempo y espacio determinado, la cual mediante estrategias y métodos de enseñanza persigue un propósito educativo para que el alumno se apropie del aprendizaje. El objetivo del estudio fue realizar una revisión sistemática de literatura sobre planeación didáctica de educación física para analizar las tendencias en la organización, diseño y aplicación que realiza el educador físico en su práctica educativa. El método utilizado fue PRISMA estableciendo diferentes filtros de identificación, cribado, elegibilidad e inclusión. La selección de los artículos se dio apartir de las fases de búsqueda, selección y extracción de resultados de 10 artículos encontrados en las bases de datos Scielo, Google Scholar y Dialnet. A partir del análisis las conclusiones revelan que una planeación docente requiere una apropiada organización y sistematización de los contenidos con una intención apegada al currículum, mediante nuevos métodos de planeación para maximizar los tiempos de la clase y adaptar la planeación a los modelos más actuales sobre la didáctica específica. Asimismo, que las escuelas superiores formadoras de docentes brinden las herramientas básicas al docente en formación para que cuente con los aspectos disciplinares, pedagógicos y contextuales para aplicar una planeación apropiada a las necesidades de los alumnos.

Palabras Clave: educación física, planeación docente, enseñanza.

Abstract

The lesson plan a physical education teacher creates for a session is a didactic guide organized for a group of students in a specific time and place. Through teaching strategies and methods, it pursues an educational purpose, enabling students to internalize the learning. The objective of this study was to conduct a systematic literature review on lesson planning in physical education to analyze trends in the organization, design, and application of this planning by physical education teachers in their educational practice. The PRISMA method was used, establishing different filters for identification, screening, eligibility, and inclusion. Articles were selected through the search, selection, and extraction of results from 10 articles found in the Scielo, Google Scholar, and Dialnet databases. The analysis reveals that effective lesson planning requires appropriate organization and systematization of content, aligned with the curriculum, through new planning methods to maximize class time and adapt planning to current models of specific didactics. Furthermore, teacher training colleges should provide trainee teachers with the necessary disciplinary, pedagogical, and contextual knowledge to implement planning appropriate to students' needs.

Key words: physical education, teacher planning, teaching

Introducción

Entre las múltiples tareas que desarrolla en su práctica educativa el educador físico, probablemente la planeación no figura entre las acciones prioritarias de su ejercicio profesional, quizá al considerar que solo es una exigencia de la autoridad educativa o un requisito administrativo al que se le invierte tiempo y además que genera estrés. La planeación didáctica de acuerdo a Monetti y Molina (2024) “no se reduce a la aplicación de saberes teóricos, sino que concierne más bien a un espacio de construcción de saberes profesionales, un lugar de diálogo, reflexión y trabajo colaborativo en el que se materializan los propósitos de la enseñanza” (p. 267). La planeación docente en el ámbito educativo es la estructura principal que fundamenta la enseñanza en la práctica educativa en la cultura escolar sin importar el currículum que prevalezca o el programa de estudios que se implemente en alguna nación. La planificación del educador físico da pauta a organizar los contenidos pedagógicos, material didáctico, tiempos y espacios en la cual se pretende llevar una sistematización de actividades programadas de acuerdo al número de alumnos y con una intención pedagógica específica (Núñez Campos & Arias Aguilar, 2024; Sánchez-Alcaraz Martínez et al., 2016).

Desde la perspectiva de Núñez Campos y Arias Aguilar (2024) “la planificación didáctica requiere que en la práctica docente tengan plena conciencia de fundamentos pedagógicos y didácticos que garanticen la generación de aprendizajes en los estudiantes de educación básica” (p. 6143). Por lo tanto, la planeación persigue objetivos claros para atender situaciones problemáticas. Carriazo Diaz et al. (2020) señalan que:

la planificación puede surgir tanto a partir de la detección de un problema particular como de la proyección de las necesidades institucionales y sus posibles respuestas. Usualmente, contempla aspectos como el qué, el cómo, el para qué, los recursos disponibles, los responsables y el momento oportuno para ejecutar las acciones (p. 88).

Por consiguiente, la toma de decisiones que efectúa el docente tiene la intención de prevenir diferentes situaciones y es una ruta estratégica con diversas actividades motrices y cognitivas, que permite optimizar los tiempos de la clase; organizar los contenidos temáticos con métodos y técnicas para el aprendizaje de los educandos. Por lo tanto, el plan de clase que desarrolla el educador físico determina si los alumnos mediante las actividades programadas alcanzan los propósitos educativos determinados (Cuervo Zapata & González Palacio, 2025; Mora Santiago et al., 2022; Valencia Moreno, 2023).

En la actualidad, los cambios en las reformas político educativas en diferentes países tienen una incidencia directa con la práctica educativa del educador físico y repercuten en diferentes aspectos del proceso enseñanza aprendizaje con respecto a los enfoques, metodologías activas de aprendizaje, modelos pedagógicos y la evaluación formativa, dichos cambios es probable obliguen al docente a renovar la planeación mediante un marco normativo para ir en concordancia a los contenidos de las estrategias y contenidos curriculares e incorporarlos al ejercicio pedagógico del profesorado en servicio y a los docentes en formación en la educación normal quienes deben estar a la vanguardia en estos temas. Como señala Sarni et al. (2023) “la educación superior se fortalece al integrar de forma deliberada la formación académica y la preparación inicial del profesorado de educación física, utilizando estructuras que posibilitan la conexión entre la dinámica curricular y la dinámica social” (p. 9).

Es necesario puntualizar que la planeación docente es un documento legítimo que se diseña y elabora para ser autorizada de manera oficial por la autoridad educativa, de hecho, una planeación docente antes de ser aplicada debe tener filtros de revisión y tener el visto bueno del director del centro escolar o el supervisor de educación física, quienes validan todos y cada uno de los contenidos que se encuentran en ella y que firman de conformidad para que el docente proceda con el acto educativo. Esta revisión por lo regular da pauta a ser una retroalimentación que permita mejorar el proceso, no obstante, las planeaciones presentan variantes de quien las realiza y de quien las revisa de acuerdo a los años de servicio docente. Para Rivera y Riccetti (2022) “la planificación no implica solo el hecho de colocar contenidos a enseñar, objetivos, competencias o propósitos en unidades didácticas, secuencias didácticas, planes didácticos, planes de clase y proyectos didácticos” (p. 2). Por consiguiente, no solo la planeación tiene diferentes tipologías que se deben validar, firmar y autorizar por la directora, sino que lo que la enriquece es la retroalimentación que hace el director o supervisor mediante un asesoramiento técnico pedagógico específico en términos disciplinares, didácticos y metodológicos para corregir o mejorar en cualquiera que sea el caso. Si bien, la planeación docente en educación física, se puede realizar de diferentes formas a petición de la autoridad educativa ya sea que se solicite por medio de un plan de clase (diaria), secuencia didáctica (semanal), unidad didáctica (mensual) o de acuerdo a métodos y estilos de aprendizaje, también es cierto que no se tiene un criterio unificado en cuanto a cómo plasmar y organizar los contenidos a desarrollar en la clase. Incluso Hernández-Beltrán et al. (2021) señalan que “los profesionales de la educación debe llevar a cabo una correcta planificación y organización aprovechando al máximo el tiempo útil en sus sesiones” (p. 101).

En efecto, dentro de las múltiples variantes, el tiempo destinado a la clase, puede tener una duración oficial de 60 minutos y en otros casos no oficial de 30 minutos, situación que repercute en la disminución de actividades motrices en cada parte de la clase y que afecta los propósitos y la dinámica del proceso enseñanza aprendizaje. Por lo tanto, el que no exista un criterio unificado en cuanto al tiempo, puede afectar la intención didáctica y que se piense que se pueden alcanzar los objetivos sin importar los minutos destinados a la clase y la pertinencia de los contenidos disciplinares apegados al currículum vigente.

En ese orden de ideas, consideramos que al menos en el formato y su estructura general debe existir un grado de unificación en los criterios y que esta puede comprender los componentes como: a) Encabezado; b) Datos generales; c) Intención pedagógica; d) Clase propiamente dicha (introducción, inicio, desarrollo y cierre); e) Observaciones (adaptaciones curriculares); f) Referencias; g) Evaluación formativa y; h) Firmas autorizadas. Es decir, la planeación docente al ser un tema esencial para los profesores en ejercicio de su función y para los docentes en formación, no solo es una responsabilidad normativa y para sistematizar la enseñanza, sino para mejorar entre otras cosas la búsqueda de información con respecto a la innovación educativa, pertinencia de los contenidos de acuerdo con las estrategias de enseñanzas, ambientes de aprendizaje y con esto encaminarse a la evaluación formativa. En ese sentido tanto la planeación como la evaluación formativa son tareas docentes pilares en el ejercicio educativo y que precisan de especial dedicación para elaborarse. Al respecto González Cabrera y Lujan Albiter (2025) advierten que “[...] realizar evaluación formativa es un proceso complejo y que implica tiempo más allá de la jornada laboral y una tarea docente extra no remunerada” (p. 23).

Lo que implica tener ciertos hábitos docentes arraigados en la práctica para revitalizar el ejercicio profesional y que con esto sean cada vez más eficientes las prácticas evaluativas y de planeación. Porque el tiempo destinado para la evaluación y planeación docente que se debe invertir, por lo regular es amplio y con frecuencia se elabora fuera de la jornada escolar invadiendo espacios personales y familiares.

Metodología

Se realizó una revisión sistemática de literatura (RSL) sobre la planeación docente de educación física para analizar las tendencias en la organización, diseño y aplicación que realiza el educador físico en su práctica educativa. De acuerdo a Hernández Sampieri et al. (2014) la revisión de literatura implica detectar, consultar y obtener la bibliografía (referencias) y otros materiales que sean útiles para los propósitos del estudio de donde se tiene que extraer la información relevante y necesaria. El análisis se efectuó en el periodo del 2020 al 2025 y se basó en los criterios del método Preferred Reporting Items for Systematic reviews and Meta-Analyses (PRISMA) estableciendo diferentes filtros de identificación, cribado, elegibilidad e inclusión. La metodología PRISMA es una guía diseñada para mejorar la calidad y transparencia en la elaboración de revisiones sistemáticas que proporciona una serie de directrices con el fin de garantizar los informes (Chocobar Reyes & Barreda Medina, 2025). Para lo cual se desarrollaron tres fases en el proceso: a) Búsqueda, b) Selección y, c) Extracción de los resultados.

a) Búsqueda

Al inicio de la RSL se estableció como estrategia la búsqueda de artículos que consistió en utilizar palabras clave con respecto al tema de planeación en educación física, se utilizaron operadores booleanos AND y ORD para ser más puntual al indagar sin embargo, debido a la diversidad de interpretaciones que se le da a este concepto en diferentes países las palabras que se emplearon fueron planeación didáctica, planificación, programación, unidad didáctica, secuencia didáctica y plan de clase. Las bases de datos utilizadas fueron Scielo, Google Scholar y Dialnet debido a dificultades de acceso a otras bases de pago. La búsqueda se efectuó del mes de enero a julio del 2025 en la cual se encontraron estudios de diferentes revistas indexadas que por lo regular correspondían a diversos niveles educativos como primaria, secundaria y preescolar.

a) Selección

En la fase de selección, se analizaron los estudios para que en la etapa de cribado del método PRISMA se eligieran los estudios tras realizar la lectura del resumen, y se eliminaron los trabajos duplicados en diferentes bases de datos. Por protocolo se establecieron ciertos criterios de inclusión y exclusión que permiten analizar el tema de forma más apropiada. Los criterios de inclusión fueron:

- Estudios publicados en revistas científicas sobre planeación docente de educación física de la fecha establecida.

- Artículos en idioma español.

- Se contemplaron estudios originales y revisiones sistemáticas de literatura publicados en revistas científicas.

Los criterios de exclusión fueron:

- Artículos con fecha anterior a lo establecido.

- Se excluyeron estudios sobre planificación de entrenamiento deportivo

- Estudios duplicados.

- No se contemplaron tesis de licenciatura o posgrado, libros, ensayos o documentos oficiales como planes y programas de estudio.

Uno de los problemas que se presentó en la revisión sistemática fue la escasa producción de estudios sobre el tema central. Por tal motivo, se decidió recuperar tanto estudios originales como revisiones sistemáticas para contar con más elementos de análisis y no limitarse a pocas investigaciones. Por ello, la discusión se desarrolla en el apartado de análisis de resultados, donde se contrastan los hallazgos con los estudios analizados.

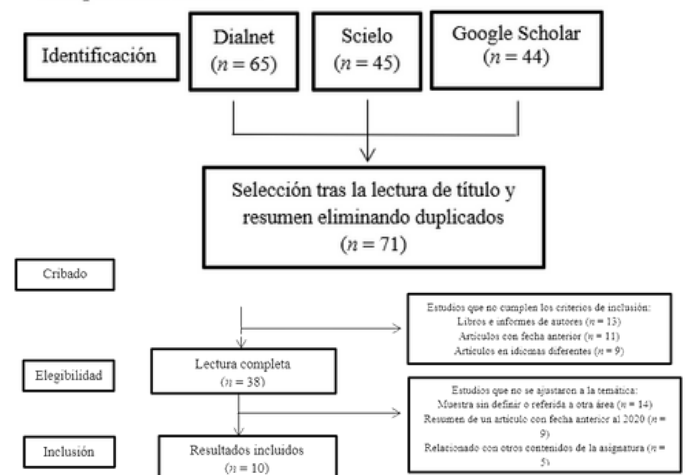
a) Extracción de los resultados

En la tercera fase de extracción de resultados de la RSL se obtuvo la información central de las fuentes primarias y se hizo la elegibilidad de los estudios sobre planeación docente haciendo la lectura completa de los estudios para quedar con la muestra que se estableció en 10 investigaciones. En su momento, la lectura de los estudios reveló que respondían a textos sobre planeación, pero de diverso formato al de artículos de investigación como ensayos, libros, tesis o ensayos, por consiguiente, se fue depurando la información, y se eligieron solo artículos científicos sobre planeación docente en el área y dentro de esta categoría que englobara aspectos de programación o planificación que tiene que ver con la temporalidad de aplicación en la planeación en educación física. Posteriormente se organizó la información y datos de los estudios en una tabla en donde se recuperó información de interés para el estudio y que permitió hacer un análisis más objetivo sobre las tendencias de la planeación. También se recuperó el contexto educativo en el que se realizó la investigación y si esta se llevó a cabo en alguna escuela pública o privada.

Los resultados en la primera etapa de identificación del modelo PRISMA fueron 154 estudios con temáticas como planeación docente, planificación, plan didáctico y plan de clase que la mayoría de estos correspondían a otros niveles educativos o asignaturas. Los resultados de los filtros establecidos se muestra en la siguiente Figura 1.

Figura 1

Búsqueda de artículos



Nota. Construcción personal.

Al final en la etapa de inclusión del modelo PRISMA al no tener un criterio unificado en diferentes países en cuanto al tema de planeación docente se tuvo que contemplar otras vertientes de la temática que tienen que ver con una relación directa o indirectamente con el tópico de la planeación que se efectúa en la educación física sin importar el nivel educativo que se haya trabajado.

Análisis de resultados

La escases de publicaciones en revistas científicas sobre la temática de planeación didáctica de Educación Física dio pauta a analizar 10 estudios en dos categorías correspondientes a estudios originales y revisiones sistemáticas de literatura. Con respecto a los cinco estudios originales incluyen temas como modalidades, gestión y organización de la clase relacionados a la planeación (Cuevas-López et al., 2023; Mora Santiago et al., 2022; Núñez-Campos & Arias-Aguilar, 2024; Rivera & Riccetti, 2021; Sarni et al. 2023) que se caracterizan por tener en su estructura un enfoque, diseño metodológico, hipótesis, escenario, muestra y utilizar instrumentos para recabar datos.

Por otro lado, los otros estudios que se presentan son revisiones sistemáticas de literatura (Cuervo Zapata & González Palacio, 2025; Hernández-Beltrán et al., 2021; Posso-Pacheco et al. 2020; Rosa Guillamón et al., 2020; Sarni et al., 2023; Valencia Moreno, 2023) que permiten conocer los antecedentes y el estado del arte sobre el tema en cuestión.

La muestra seleccionada y los documentos analizados se concentraron en un organizador gráfico para una mejor descripción de sus características en donde se recupera el autor, año de publicación, título, objetivo, metodología y la conclusión como se presenta en el siguiente ordenador gráfico.

Tabla 1
Estudios seleccionados en la revisión de la literatura

Autor	Año	Título	Objetivo	Metodología	Conclusiones
Rosa Guillamón, García-López y Moral.	2020	La organización y la gestión de la clase de educación física.	Analizar la organización de la clase de Educación Física para conocer que rol tiene en los procesos de enseñanza aprendizaje.	Revisión documental de diferentes textos y artículos.	La organización y la gestión de todos los elementos que configuran la clase y las relaciones que entre ellos se establecen, tienen como finalidad garantizar las máximas posibilidades del alumnado, teniendo en cuenta la equidad y la atención a la diversidad.
Posso-Pacheco, Barba-Miranda, Rodríguez-Torres, Núñez-Sotomayor, Ávila y Rendón.	2020	Modelo de aprendizaje microcurricular activo: Una guía de planificación áulica para educación física.	Presentar un Modelo de aprendizaje microcurricular de educación física.	33 artículos mediante una revisión documental	Esta nueva propuesta de planificación áulica de educación física, denominada Modelo de aprendizaje microcurricular activo, responde al análisis bibliográfico realizado en esta investigación; será de gran importancia para el personal docente de educación física del Ecuador.
Hernández-Beltrán, Gámez-Calvo y Martínez-Gamonal.	2021	Evolución de las sesiones de educación física.	Analizar el modelo de sesión de la asignatura de educación física y como se utilizan para planificar.	Revisión documental de 13 estudios sobre los tipos de modelos de la sesión de educación física.	La asignatura de EF es una de las materias que más debe aprovechar el tiempo en cada una de las clases con la finalidad de desarrollar al máximo posible las habilidades motrices de los diferentes alumnos y adquieran aprendizajes significativos. Por ello, es importante una buena organización por parte del docente en sus sesiones, teniendo una buena planificación y ejecución de las diferentes actividades.
Rivera y Riccetti.	2021	Modalidades de planificación en educación física en el nivel primario.	Describir las modalidades de planificación que proponen los/las docentes de educación física en el nivel primario del sistema educativo argentino.	El estudio es descriptivo-exploratorio. Realizamos entrevistas semi-estructuradas a 30 profesores de educación física.	La importancia de pensar en alternativas que coloquen al estudiante como protagonista de su proceso de formación en relación con los saberes de la cultura corporal, con propuestas emancipadoras, que visibilicen el posicionamiento ideológico de los/las docentes, esto es, pensar la planificación como proyecto de EF.
Mora, Flores, González-Alarco,	2022	Planificación, orientación y control de sesiones de	El objetivo del estudio se encamina a mitigar los factores	Muestra de nueve expertos mediante el método Delphi que consiste en un	La modelación del método Delphi identificó las brechas existentes en la planificación y

Garrido y González Reyes.		aprendizaje en el área de educación física.	que intervienen en la planificación de la sesión de aprendizaje de educación física, en función de detectar los principales efectos negativos y proponer posibles soluciones para impulsar la práctica de la actividad física y de los deportes.	interrogatorio a los expertos mediante una serie de preguntas realizadas sucesivamente. La recopilación de datos se realiza por medio de reuniones, entrevistas y rondas de preguntas dirigidas.	orientación de las sesiones de aprendizaje del área de educación física, así como las propuestas de soluciones potenciales para lograr que todos los alumnos de las escuelas públicas puedan con el curso de educación física de calidad.
Sarni, Pérez-López, Cal, Salva y Peri.	2023	Observatorio de prácticas de planificación, metodología y evaluación en educación física.	Analizar la evaluación del observatorio de prácticas preprofesionales de planificación, metodología y evaluación de educación física.	Muestra de 116 estudiantes, enfoque de investigación mixta y el instrumento para recabar datos fue cuestionario estructurado.	Se concluye que la experiencia mejora la comprensión de los temas de PMEEF y, a la vez, impulsa la creación de los colectivos de aprendizaje entre pares de estudiantes de la licenciatura.
Valencia Moreno.	2023	Planes de área en educación física escolar; una evidencia del CDC en el marco de la enseñanza comprensión.	El propósito de este estudio fue interpretar y describir las relaciones epistemológicas, didácticas y metodológicas inmersas en los planes de área en el marco de la enseñanza para la comprensión".	La investigación se abordó desde el enfoque cualitativo con diseño metodológico etnográfico educativo. Con respecto a las técnicas para la recolección de datos, se realizó una revisión documental en cuatro colegios de la ciudad de Bogotá.	Los documentos institucionales examinados, se hallan elementos soportados en las orientaciones pedagógicas del 2010 y las recomendaciones por la OMS, pero poco se asocian con la comprensión como propósito educativo. Lo anterior presume poco CDC comprensivo de los docentes, lo cual puede limitar el desarrollo de las competencias en los escolares.
Cuevas-López, Vergara-Torres, Mendoza-Baldenebro y Ceballos Gurrola.	2023	Propiedades psicométricas de la escala de planificación contextualizada en la educación física.	El objetivo de este estudio fue adaptar y validar al contexto mexicano el Cuestionario de Influencia en la Planificación en la Educación Física (CIPEF).	Estudio de tipo instrumental, comparativo, transversal y correlacional. Participaron 748 docentes de educación física de México.	Se concluyó que la Escala de Planificación Contextualizada en la Educación Física es un instrumento válido, fiable y estandarizado que permite medir el grado de influencia que ejercen diversos factores sobre la planificación del profesor en el contexto mexicano.
Núñez-Campos y Arias-Aguilar.	2024	La planificación didáctica consciente (PDC) en la formación inicial docente en educación física.	Analizar un modelo pedagógico centrado en la planificación didáctica consciente orienta la formación docente de los estudiantes del 4° de la licenciatura en educación física.	El estudio se realizó mediante investigación acción y enfoque cualitativo por medio de grupo focal.	Es importante destacar que el uso congruente de los elementos o categorías didácticas (realidad, contexto, sujeto, resultado, objeto, problema, objetivo, contenido, método, medios de enseñanza, espacio, tiempo y evaluación) son insoslayables, el no considerar algunas de ellas,

					limita y condiciona el proceso de enseñanza y aprendizaje de los sujetos a formar.
Cuervo Zapata y González Palacio.	2025	La unidad didáctica como programación en la educación física escolar. Una revisión sistemática.	“Identificar la producción científica con relación a la articulación de la unidad didáctica en la educación física escolar entre los años 2019-2023”.	Se empleó un enfoque cualitativo y una revisión sistemática de la literatura de 30 artículos.	Se destaca que la unidad didáctica permite responder a las necesidades motivacionales, psicológicas y motrices de los estudiantes; más aún, en la sensibilización frente la inclusión escolar y el aprendizaje cooperativo.

Nota. Construcción personal.

La literatura que se analizó sobre planeación docente en el área de educación física se rescata de diferentes países como México, España, Uruguay, Argentina, Ecuador y Perú. Los autores coinciden en que la planeación del educador físico constituye una acción fundamental en la práctica docente para que los alumnos alcancen de forma sistemática los aprendizajes y que esto da pie a mejorar la calidad del acto educativo (Mora Santiago et al., 2022; Rivera & Riccetti, 2021).

Concordamos con los autores que han realizado investigaciones sobre la planeación centradas en el nivel superior en donde se forman los futuros docentes, que en esta etapa, van adquiriendo los conocimientos y habilidades didácticas básica para reforzar el perfil de egreso al término de la licenciatura, por consiguiente, debe adquirir los elementos básicos, disciplinares y metodológicos que constituyen aspectos esenciales de la práctica educativa para que cuando egrese, pueda investigar apropiadamente y diseñar planeaciones para utilizar diferentes teorías de aprendizaje, modelos de enseñanza y metodologías activas para enriquecer el acto educativo y mejorar los procesos de la didáctica específica que requiere la educación física contemporánea. En ese sentido Núñez-Campos y Arias-Aguilar (2024) señalan que analizar un enfoque pedagógico basado en una planificación didáctica reflexiva guía el proceso formativo de los futuros docentes en la carrera de educación física.

Es importante destacar que el uso congruente de los elementos o categorías didácticas (realidad, contexto, sujeto, resultado, objeto, problema, objetivo, contenido, método, medios de enseñanza, espacio, tiempo y evaluación) son insoslayables y el no considerar algunas de ellas, limita y condiciona el desarrollo del proceso educativo de los sujetos a formar. Por consiguiente, mientras más factores contemple el educador físico en su formato de planeación centrados en el contexto socioeducativo con una intención didáctica permitirá tener elementos para alcanzar los propósitos establecidos.

Con respecto a las habilidades y capacidades docentes, es de resaltar el estudio de Valencia Moreno (2023) de Colombia, cuyo objetivo con respecto a los planes de área en educación física, señala que es primordial contemplar el Conocimiento Didáctico de Contenido (CDC) en el marco de la enseñanza para una mejor comprensión de la planificación. Situación que no siempre se contempla, ya que por lo regular no se discute o reflexiona en el área de educación física qué tipo de conocimiento tiene el educador físico o que áreas en el ámbito de la pedagogía o disciplina se deben de fortalecer en la práctica docente (Sarni et al., 2023). Por lo regular, se asume que un docente por el hecho de ser educador físico conoce y domina de igual forma su disciplina y las temáticas de motricidad, recreación, corporalidad, iniciación deportiva, expresión corporal o deporte educativo.

De igual forma, se establece de facto que el profesor domina los aspectos pedagógicos con referencia al conocimiento del currículum de estudios, aplicación apropiada de estilos de enseñanza, metodologías activas de aprendizaje y estrategias de enseñanza. Sin embargo, no siempre es así y por lo regular suele predominar en algunos docentes más el conocimiento disciplinar que el pedagógico y didáctico. También se advierte que los documentos institucionales analizados evidencian la presencia de elementos fundamentados en las orientaciones pedagógicas de 2010 y en las recomendaciones de la OMS; sin embargo, muestran una escasa vinculación con la comprensión como finalidad educativa. Esta situación sugiere un limitado CDC por parte de los docentes, lo que podría obstaculizar el desarrollo de competencias en los estudiantes.

En términos de planeación a mayor conocimiento de los planes de estudio y temas disciplinares puede favorecer una adaptación que da pauta a reconocer que los docentes con mayor bases didácticas tiene la posibilidad de utilizar diferentes métodos de planeación, solo adaptando las necesidades contextuales y curriculares sin importar el enfoque y metodologías implementadas desde la autoridad educativa. Tal es el caso del estudio original que se realizó en Argentina por Rivera y Riccetti (2021), cuyo objetivo consistió en describir las formas de planeación propuestas por los docentes en el nivel primario del sistema educativo argentino y cuyas conclusiones resultan fundamentales para reflexionar sobre la necesidad de generar alternativas que sitúen al estudiante como eje central de su propio proceso formativo en torno a los saberes de la cultura corporal. Por consiguiente, se debe llevar a formas innovadores de dar la clase de educación física mediante métodos que propicien una participación más activa del alumno y se responsabilice más de su proceso de aprendizaje. No obstante, se requiere de modificar desde que se genera esta forma de enseñar, es decir, desde que el docente esta en formación para que adquiera apropiados métodos y técnicas.

Dichas propuestas deben tener un carácter emancipador y reflejar el posicionamiento ideológico del docente, entendiendo la planeación como un verdadero proyecto de educación física. Para ello recurrir a las metodologías activas podría ser una opción apropiada ya que estas en sus principios didácticos establecen un cambio de rol entre sus actores educativos, en el cual el proceso enseñanza aprendizaje el alumno adquiere el papel protagónico y el docente solo se encarga de guiar y retroalimentar y mediante el cual se busca un aprendizaje experiencial, dialógico, cooperativo (León-Díaz et al., 2020; González Cabrera, 2026).

Asimismo, el estudio de Posso-Pacheco et al. (2020) realizado en Ecuador, analiza el Modelo de aprendizaje microcurricular activo: Una guía de planeación áulica en el cual concluye que esta nueva propuesta responde a un análisis bibliográfico realizado y que da mayor sustento pedagógico a las prácticas de planeación. En el cual los autores le apuestan a la implementación de nuevas formas de planeación para que el educador físico tenga un impacto integral en el aprendizaje del niño y no solo se enfoque la planeación a la dimensión motriz y cubra los aspectos cognitivos, sociales y afectivas para garantizar un desarrollo integral y que tenga una repercusión directa con estilos de vida activos y saludables.

Otra vertiente analizada fue desde el carácter técnico para validar un mecanismo de evaluación para la planeación. El estudio realizado en México por Cuevas-López et al. (2023) tuvo como objetivo evaluar el Cuestionario de Influencia en Planeación de Educación Física como un instrumento para dar validez y confiabilidad a la planeación. Esta investigación permite, a partir de sus resultados, ser una herramienta útil para los supervisores de educación física y educadores para comprender la influencia de diferentes factores asociados al contexto socioeducativo de la reforma que prevalece en esta nación de la Nueva Escuela Mexicana.

Además sirve para mejorar los estilos de enseñanza, métodos de aprendizaje y las prácticas de planeación y evaluación. La investigación concluye que la escala de planificación contextualizada constituye una herramienta válida, fiable y estandarizada, adecuada para medir el impacto de diversos factores en la planificación del profesorado dentro del contexto nacional.

Los estudios que se centran en el proceso de la administración resaltan la importancia de la planificación de educación física y contemplan la planeación, organización, aplicación y evaluación del proceso de enseñanza aprendizaje y como este es necesario para fomentar el carácter axiológico y los propósitos educativos (Hernández-Beltrán et al. 2021). En ese sentido, Rosa Guillamón et al. (2020) en España, enfocaron su estudio de revisión documental al tipo de organización que genera en la clase. Uno de los aspectos que caracteriza este estudio es la gestión del conflicto para el cambio social y la transformación de estructuras educativas. Las conclusiones señalan la adecuada disposición y gestión de los distintos elementos que conforman la clase, junto con las interacciones que se establecen entre ellos, busca garantizar las mayores oportunidades de aprendizaje para los estudiantes, atendiendo a la equidad y a la diversidad. Por su parte, Hernández-Beltrán et al. (2021) se dieron a la tarea de analizar el modelo de sesión de la asignatura de educación física y como se utilizan para planificar. El estudio hecho en España se centró en la organización de la clases desde el tiempo que esta conlleva, por consiguiente muestra los diferentes momentos de la clase y como estos han ido evolucionando desde la parte tradicional (inicio, desarrollo y cierre), hasta lo actual que va más allá de esos tres momentos. Diferentes autores (Torres Solís, 2012; Viciano Ramírez, 2002) discuten cómo los modelos y formas de establecer la planeación de educación física debe evolucionar y adaptarse a los ajustes curriculares.

En sus conclusiones señala que la asignatura requiere un uso óptimo del tiempo en cada sesión con el propósito de potenciar al máximo las habilidades motrices de los estudiantes y favorecer la construcción de aprendizajes significativos. En este sentido, resulta fundamental que el docente organice adecuadamente sus clases, a través de una planificación estructurada y una ejecución eficaz de las distintas actividades. El artículo original de Mora Santiago et al. (2022) utilizó una muestra de nueve expertos, la cual tuvo como objetivo analizar la planificación, orientación y control de sesiones de aprendizaje con la intención de detectar los principales efectos negativos y proponer posibles soluciones para impulsar la práctica de la actividad física y de los deportes. Con la intención de analizar el método Delphi para identificar las deficiencias presentes en la planificación y el enfoque de las sesiones de aprendizaje en el área de educación física en el Perú en la cual se pretende enseñar de mejor forma a estudiantes de nivel superior de Educación Física para que adquieran las herramientas fundamentales en su práctica docente.

Con respecto a los tipos de planeación que se aplican en la sesión de educación física, sigue prevaleciendo a nivel internacional la unidad didáctica para programar las sesiones con una intención pedagógica y alcanzar los objetivos de la curricula (Cuervo Zapata & González Palacio, 2025; Hernández-Beltrán et al. 2021; Torres Solís, 2012; Viciano Ramírez, 2002) ya que cada vez es menos frecuente utilizar el plan de clase que se aplica a una clase o al plan anual de trabajo o planificación del ciclo escolar.

La forma de organizar la planeación docente fue la que propone Cuervo Zapata y González Palacio (2025) quien en su estudio tuvo como objetivo analizar la unidad didáctica como programación en la educación física escolar, en donde se revisaron 30 documentos y cuyas conclusiones resaltan que la unidad didáctica posibilita atender las necesidades motivacionales, psicológicas y motrices de los estudiantes. Además, cumple un papel fundamental en la sensibilización hacia la inclusión escolar y en la promoción del aprendizaje cooperativo, en donde se busca dar mayor sustento a otros aspectos y no solo al motriz.

Conclusiones

La planeación docente de educación física constituye un recurso esencial dentro del proceso de enseñanza aprendizaje y una actividad inherente a la profesión de la cual no se puede deslindar. Los beneficios que genera en el proceso educativo tiene diferentes matices entre los cuales están: gestionar los contenidos curriculares y disciplinares, organizar los materiales didácticos y recursos humanos; prevenir accidentes en la clase, capitalizar los aprendizajes esperados y sistematizar el proceso enseñanza aprendizaje. La mayoría de investigaciones revisadas de estudios originales o revisiones sistemáticas coinciden que la planeación gestiona los aprendizajes para mejorar la calidad educativa. Algunas investigaciones sobre la planeación en educación física se centran en términos de planeación y organización en cómo maximizar el tiempo de la duración de la clase para aprovechar las actividades en los momentos que contempla, las estrategias de enseñanza establecidas y el tiempo de compromiso motor en beneficio del aprendizaje del alumno. Para esto, el tiempo destinado a las clases debe ser efectivo para que en cada espacio determinado y se cumpla con la intención pedagógica y el docente tenga mayores elementos para dar una retroalimentación y andamiaje apropiado a los alumnos de acuerdo a sus necesidades y por otro lado, para mejorar su práctica educativa.

Es por eso que investigadores especialistas en el tema de planificación docente en esta área se han enfocado a utilizar diversas formas para encontrar diferentes métodos para diseñar y aplicar la planificación para que hagan eficiente la enseñanza mediante estudios sobre unidades didácticas, modelos de aprendizaje micro curriculares o método Delphi que evitan que de acuerdo a sus autores se facilite la apropiación del aprendizaje.

Al parecer, las reformas de los sistemas educativos que se han realizado hasta el momento en diversos países sugieren que haya un cambio estructural y de fondo en los mecanismos de organizar, diseñar y aplicar la evaluación ya que estos cambios permitieran avanzar para desarrollar una planeación docente más profesional y de acuerdo a algunas necesidades de los contextos escolares en donde se realizan. Sin embargo, el cambio ha sido lento y requiere que las adaptaciones en la planeación sean al ritmo de las necesidades contextuales y que se exponen en investigaciones sobre este tema para vislumbrar innovación en la práctica del educador físico.

Por consiguiente, para encontrar nuevos métodos de planeación, maximizar los tiempos de la clase y adecuar los avances científicos más actuales de este tema en el educador físico, se debe, por un lado, ofrecer cursos de capacitación y actualización sobre la didáctica específica.

Asimismo, que las escuelas superiores formadoras de docentes brinden las herramientas básicas al docente en formación para que cuente con los aspectos disciplinares, pedagógicos y contextuales y le sea más fácil adaptar los contenidos. Hasta ahora, al parecer los cambios con respecto a la planeación didáctica se deben seguir trabajando para desapegarse de las prácticas de planeación anglosajonas, ya que las necesidades pedagógicas de los niños en la actualidad requieren de innovadoras formas de planeación, organización, diseño y aplicación de la sesión de la educación física a partir de una intención didáctica.

Referencias

- Carriazo Diaz, C., Perez Reyes, M., & Gaviria Bustamante, K. (2020). Planificación educativa como herramienta fundamental para una educación con calidad. *Utopía y Praxis Latinoamericana*, 25, (núm. Esp. 3), 87-95.
- Cuervo Zapata, J. J. & González Palacio, E. V. (2025). La unidad didáctica como programación en la Educación Física escolar. Una revisión sistemática. *Sportis*, 11(2), 1-35
<https://doi.org/10.17979/sportis.2025.11.2.11162>
- Cuevas-López, A. A., Vergara-Torres, A. P., Mendoza-Baldenebro, R. E. & Ceballos Gurrola, O. (2023). Propiedades psicométricas de la Escala de Planificación Contextualizada en la Educación Física. *Cuadernos de Psicología del Deporte*, 23(1), 219-233
<https://doi.org/10.6018/cpd.513791>
- González Cabrera, J., & Lujan Albiter, J. (2025). Evaluación, calificación y acreditación: prácticas evaluativas en la escuela superior de educación física. *EmásF, Revista Digital de Educación Física*, 16(95), 8-27.
- Hernández-Beltrán, V., Gámez-Calvo, L. & Martínez Gamonales, J. (2021). Evolución de las sesiones de Educación Física. *EmásF, Revista Digital de Educación Física*, 13,(73) 99-112.
- Hernández Sampieri, R., Fernández Collado, C., & Baptista Lucio, M. (2014). *Metodología de la investigación*. McGraw Hill Educación.
- González Cabrera, J. L. (2026). Metodologías activas de aprendizaje en la Educación Física mexicana. Un estudio de casos múltiple. *Revista Del Centro De Investigación De La Universidad La Salle*, 17(65), 4428.
<https://doi.org/10.26457/recein.2025.4428>
- Chocobar Reyes, E., & Barreda Medina, R. (2025). Estructuras metodológicas PICO y PRISMA 2020 en la elaboración de artículos de revisión sistemática: lo que todo investigador debe conocer y dominar. *Ciencia Latina Revista Científica Multidisciplinar*, 9(1), 8525-8543.
https://doi.org/10.37811/cl_rcm.v9i1.16491
- León-Díaz, Óscar, Arija-Mediavilla, A., Martínez-Muñoz, L. F., & Santos-Pastor, M. L. (2020). Las metodologías activas en Educación Física. Una aproximación al estado actual desde la percepción de los docentes en la Comunidad de Madrid. *Retos*, 38, 587-594.
<https://doi.org/10.47197/retos.v38i38.77671>
- Mora Santiago, R., Flores Marchan G., González Alarco, E., Garrido Calatayud, F., & González Reyes, L. V. (2022). Planificación, orientación y control de sesiones de aprendizaje en el área de educación física escolar. *Revista Dilemas Contemporáneos: Educación, Política y Valores*, 19(2). 62.
- Monetti, E., & Molina, M. (2024). La planificación didáctica y su enseñanza en la formación docente: entramado de sentidos, representaciones y prácticas. *Espacios en blanco*, 1(34), 259-271.
<https://doi.org/10.37177/UNICEN/EB34-387>

Núñez Campos, J., & Arias Aguilar, M. (2024). La planificación didáctica consciente (PDC) en la formación inicial docente en Educación Física. *Ciencia Latina Revista Científica Multidisciplinar*, 8(2), 6143-6163. https://doi.org/10.37811/cl_rcm.v8i2.11031

Posso-Pacheco, R. J., Barba-Miranda, L. C., Rodríguez-Torres, Á. F., Núñez-Sotomayor, L. F. X., Ávila-Quinga, C. E., & Rendón-Morales P. A (2020). Modelo de aprendizaje microcurricular activo: Una guía de planificación áulica para Educación Física. *Revista Electrónica Educare*, 24(3). 294-311. <http://dx.doi.org/10.15359/ree.24-3.14>

Rivera, S. & Riccetti, A. (2021). Modalidades de planificación en Educación Física en el nivel primario. 14° Congreso Argentino de Educación Física y Ciencias, 18 al 23 de octubre y 1 al 4 diciembre de 2021, Ensenada, Argentina. Educación en Pandemia y Pospandemia. En: 14° Congreso de Educación Física y Ciencias. Ensenada : Universidad Nacional de La Plata. Facultad de Humanidades y Ciencias de la Educación. Rosa Guillamón, A., Carrillo López, P. J., García Cantó, E., & Moral García, J. E. (2020). La organización y la gestión de la clase de Educación Física. *VIREF Revista De Educación Física*, 9(4), 81-96.

Sánchez-Alcaraz Martínez, B., Valero Valenzuela, A., Gómez-Mármol, A., & Juan Rey, V. (2016). Planificación de los profesores de Educación Física. *Athlos: Revista internacional de ciencias sociales de la actividad física, el juego y el deporte*, 11(11). Sarni, M., Pérez López, D., Cal, F., Salvá, N., & Peri, A. (2023). Observatorio de prácticas de planificación, metodología y evaluación en Educación Física. *InterCambios. Dilemas Y Transiciones De La Educación Superior*, 10(2), 108-117.

Torres Solís, J. (2012). *Didáctica de la Educación Física*. Trillas.

Valencia Moreno, J. E. (2023). Planes de área en Educación Física escolar; una evidencia del Conocimiento Didáctico de Contenido en el marco de la enseñanza comprensión. *Educación Física y Ciencia*, 25(4), e278. <https://doi.org/10.24215/23142561e278> Vicianá Ramírez, J. (2002). *Planificar en Educación Física*. INDE.