



Planeación didáctica de Educación Física en el contexto de la Nueva Escuela Mexicana

Didactic planning of Physical Education in the context of the New Mexican School

Autores

José Luis González Cabrera ¹

¹ Escuela Superior de Educación Física (México)

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

Recibido: 07-10-2025

Aceptado: 02-02-2026

Cómo citar en APA

González Cabrera, J. L. (2026). Planeación didáctica de Educación Física en el contexto de la Nueva Escuela Mexicana. *Retos*, 78, 53-64. <https://doi.org/10.47197/retos.v78.117811>

Resumen

Introducción: A tres años de la implementación del Plan de Estudio 2022 en México, hay escasa información sobre las adaptaciones pedagógicas realizadas a la planeación didáctica de Educación Física para vincular los preceptos de las metodologías activas que estipula la Nueva Escuela Mexicana.

Objetivo: Analizar el tipo de planificación, formato y componentes que realiza el educador físico, así como los obstáculos que enfrenta para vincular los contenidos de la asignatura con las directrices de la reforma educativa.

Metodología: El estudio tuvo un enfoque mixto con método concurrente (Hernández Sampieri y Mendoza Torres, 2018) de alcance exploratorio y el instrumento utilizado fue un cuestionario estructurado y una encuesta aplicada a una muestra por conveniencia de 120 educadores físicos.

Resultados: El tipo de planeación que más utiliza el docente es la secuencia didáctica con un 46.8%, seguido del plan de clase con 36.2% y 17% la unidad didáctica. El 52.3% elabora su propio formato de planificación, sin embargo, solo el 29.8% lo modifica con algún componente del plan de estudio y el 34.1% señala que no utiliza ninguna metodología activa en la clase.

Discusión: Es necesario conocer el currículum para realizar una planeación didáctica apropiada (Valencia Moreno, 2023). Modificar el formato de planeación es una transición obligatoria para perseguir los propósitos educativos (Cuevas, et al. 2023).

Conclusiones: La planeación del educador físico requiere renovarse, ya que ha presentado dificultades para incorporar los contenidos de la reforma y las metodologías activas por considerar que es complicado y no tuvo una actualización pertinente.

Palabras clave

Educación Física; metodologías activas; planeación docente; secuencia didáctica.

Abstract

Introduction: Three years after the implementation of the 2022 National Curriculum in Mexico, there is limited evidence regarding the pedagogical adaptations made to physical education in order to align with the active learning methodologies stipulated by the Nueva Escuela Mexicana framework.

Objective: This study aimed to analyze the type of planning, formats, and components used by physical education teachers, as well as the challenges they face when attempting to align subject content with the guidelines of the educational reform.

Methodology: The study employed a mixed-methods approach with a concurrent design (Hernández Sampieri & Mendoza Torres, 2018) of exploratory scope. Data were collected through a structured questionnaire and a survey administered to a convenience sample of 120 physical education teachers.

Results: The most frequently used planning format was the instructional sequence (46.8%), followed by the lesson plan (36.2%) and the instructional unit (17%). While 52.3% of the participants reported designing their own planning format, only 29.8% indicated modifying to incorporate some of the components of the national curriculum. Additionally, 34.1% reported not implementing any active learning methodology in their classes.

Discussion: A thorough understanding of the curriculum is essential for effective instructional planning (Valencia Moreno, 2023). Modifying planning formats appears to be a necessary transition to achieve educational goals of the reform (Cuevas-López, et al., 2023).

Conclusions: Physical education teaching planning requires substantive renewal, as teachers continue to experience difficulties in incorporating the reform content and active methodologies, often due to perceived complexities and insufficient professional development.

Keywords

Physical Education; active methodologies; teaching planning; teaching sequence.

Introducción

En México, en los últimos quince años se han implementado tres reformas educativas en nivel básico preescolar, primaria y secundaria por parte de la Secretaría de Educación Pública ([SEP] 2011, 2017 y 2022), estos cambios en la política educativa nacional trajeron consigo diferentes ajustes en el contexto escolar y en particular en la didáctica general y específica con respecto al enfoque, teorías de aprendizaje y en las metodologías de enseñanza, por lo tanto, es probable que simultáneamente a estos cambios, también se tuvo que haber renovado la forma en la que se realiza la planeación docente en la Educación Física debido a los ajustes propuestos en los contenidos de los Planes y Programas de Estudio, independientemente del nivel educativo. De manera que, estos cambios deberían respetar y apegarse a los principios que rigen la planificación en Educación Física, como lo expone Viciano (2002) quien señala que la planeación debe ser “sistematizada, con jerarquización vertical, con jerarquización horizontal, adecuada, flexible, útil e innovadora” (p. 37). Por su parte Rosa-Guillamón et al., (2020) advierten que “La organización de la clase refiere a la disposición y estructuración adecuada del elemento humano, condiciones materiales, espaciales y temporales, de manera que facilite el desarrollo de la clase, consecución de valores y los propósitos educativos de la EF” (p. 81).

Bajo estos términos y de acuerdo a lo que establece la Nueva Escuela Mexicana (NEM), la planeación del docente de Educación Física es probable que haya sufrido ciertas adecuaciones en el tipo de planteamiento didáctico, ya que se busca que el alumno sea el protagonista activo de su aprendizaje. Sin embargo, podría ser que las adaptaciones curriculares no siempre se pueden establecer en la planeación de la clase y en su práctica educativa de acuerdo a las tendencias de la reforma, por considerar que dichos cambios no son de fondo, son solo un requisito y que no tienen relevancia. Al respecto Torres Solís (2012) concuerda que “De ordinario los profesores que realizan planes didácticos lo hacen obligados por la autoridad, convencidos de que deben cumplir con una exigencia administrativa” (p. 80). Aunado a la poca importancia que se tiene de la planeación, también existen resistencias a la NEM como lo asegura el estudio publicado sobre la percepción del profesor de Educación Física con respecto a la reforma educativa hecha en México por Juvera et al., (2021) quienes manifiestan que “El profesor de Educación Física muestra un nivel bajo de satisfacción respecto al nuevo modelo educativo” (p. 922); lo que podría suponer que las adecuaciones no se dan en su totalidad por diferentes factores entre los cuales podría estar la resistencia al cambio, desinterés por actualizarse y la falta de capacitación docente a los nuevos contenidos.

De acuerdo a lo que establece en su marco curricular la NEM, los docentes de Educación Física en su planeación de clase deben retomar algunos de los siete ejes articuladores, cuatro campos formativos y los procesos de desarrollo de aprendizaje (PDA) de acuerdo a la fase educativa en donde se encuentre trabajando, esto, mediante el establecimiento de alguna metodología activa de aprendizaje por lo cual la autoridad educativa recomienda para Educación Física el aprendizaje servicio como el más idóneo. Como plantea la SEP en la Guía operativa para la organización y funcionamiento de los servicios de educación básica, especial y para adultos de escuelas públicas en la Ciudad de México SEP (2024) “La NEM pondrá en marcha los principios pedagógicos del Plan y Programas de Estudio 2022, con los que se busca favorecer los procesos de enseñanza y aprendizaje. Se trata de propiciar un aprendizaje situado, activo, autorregulado y colaborativo” (p. 9). En ese sentido, de acuerdo al documento oficial en el eje 1 del apartado 27 numeral 3 señala que el docente:

Elaborará la planeación didáctica por grado y grupo, de acuerdo con el Plan y Programas de estudio vigente de cada fase, a partir de los siguientes contenidos: capacidades y habilidades motrices; interacción motriz; estilos de vida activos y saludables: pensamiento lúdico, divergente y creativo; y posibilidades cognitivas, expresivas, motrices, creativas y de relación SEP (2024, p. 25).

Estos preceptos de la reforma, sin duda favorecen una intención pedagógica en la planeación docente ya que guían el proceso enseñanza aprendizaje durante el trabajo en el patio escolar con los alumnos. No obstante, que estos aspectos se encuentren plasmados en el plan de clase no garantiza que se logren los aprendizajes, ya que puede que la intención pedagógica no esté relacionada con las actividades que se intentan desarrollar en la parte inicial, medular y final de la clase, lo cual puede ser evidencia de un déficit en el manejo del Conocimiento Didáctico de Contenido (CDC). Bajo este esquema Rivera y Riccetti (2021) señalan que “Existe una función dialógica que cumple la planificación entre la teoría y la práctica,

utilizada como dispositivo de reflexión, se configura como el motor de la praxis docente” (p. 2). Asimismo, en la actual reforma educativa se establecen diferentes niveles de concreción curricular que abarcan el programa sintético que es una mirada nacional de los contenidos en materia de educación; el programa analítico que es un análisis del colectivo docente del contexto de su escuela que da pauta al co-diseño curricular y por último el plano didáctico, que es la planeación docente en donde se vinculan y desarrollan todos estos contenidos en un plan de clase, secuencia didáctica o unidad didáctica. De modo que, la unidad didáctica de acuerdo a Pérez-Hernández, et al., (2022) “Constituye una herramienta para el proceso de planificación que permite la incorporación de todos los elementos considerados dentro del currículum” (p. 1143).

Por lo tanto, la complejidad de la planeación radica en que es diversa y amplia, los estilos de la práctica educativa del educador físico son distintos en comparación a otras áreas educativas como lo advierten Mora, et al., (2022) “Cada profesor tiene un estilo y experiencia propia, que utiliza al planificar y desarrollar la sesión de aprendizaje. Por ende, no hay modelos, procedimientos ni esquemas únicos que se deben seguir” (p. 5). No obstante, podría ser prudente unificar algunos criterios en el campo de la Educación Física para vincular los principios de la reforma de la NEM.

Planeación docente de Educación Física un elemento indispensable para la práctica educativa

En el actual escrito se parte de la idea que la planeación docente es un elemento fundamental en el ejercicio profesional del educador físico para sistematizar el proceso enseñanza aprendizaje y alcanzar los PDA alineados a los propósitos del programa de estudio, además de ser un documento oficial indispensable para la profesión docente que a futuro puede entre otros temas prevenir accidentes y evitar problemas legales. Como lo señalan Rosa-Guillamón et al. (2020) “La gestión de la prevención de accidentes en el entorno educativo abarca una pluralidad de aspectos relacionados con el entorno, las tareas, los espacios, los materiales y los equipamientos deportivos, así como factores vinculados a la personalidad del alumnado” (p. 94). Por lo tanto, es un tema que requiere de actualización constante para reconocer los nuevos tipos o métodos de planeación y la forma que estos permiten adaptar los contenidos de enseñanza que exige el currículum de estudios para desarrollarlos en la clase y reconocer el tipo de evaluación que se debe aplicar. No obstante, no es lo único que el docente debe conocer, también es indispensable saber sobre el contexto escolar, la infraestructura con la que se cuenta, los materiales con los que se va a trabajar, las características de desarrollo cognitivo, motriz, conductual, emocional y social del niño, lo que permite entender qué tipo de teoría del aprendizaje se debe desarrollar y cuál estilo y progresión de la enseñanza es la más óptima para el proceso.

Las consecuencias de no realizar una planeación apropiada para la clase de Educación Física, radican en varias directrices desde no alcanzar los objetivos, propiciar aprendizajes mecánicos, no atender el déficit motor, no favorecer el pensamiento creativo y axiológico que tiene una repercusión directa en etapas posteriores en el desempeño escolar del estudiante, por lo tanto, de acuerdo a Rivera y Riccetti (2021):

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 (p. 5).

Por lo tanto, la planeación docente es un documento que diseña, organiza y aplica un profesor y que en su contenido establece la ruta de acción sistematizada en el proceso enseñanza aprendizaje con una puntual intención pedagógica de acuerdo a las características del alumno. Torres Solís (2012) sostiene que “... planear es una práctica que implica esfuerzo y trabajo extra clase, pero también es cierto que es una acción ineludible para incrementar la eficiencia en la práctica... por lo cual, es una tarea irrenunciable” (p. 80). Al respecto Rosa-Guillamón, et al. (2020) señalan que “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 diversidad” (p. 81). En consecuencia, la planeación debería ser una proyección que se diseña meticulosamente por parte del docente para entender la relación pedagógica con los contenidos disciplinares del currículum.

Por consiguiente, son varias las características que debe tener el plan de clase de Educación Física y que en cierta medida el docente está obligado a considerarlas para organizarla; incluso de acuerdo a Mora



et al. (2022) “La sesión de Educación Física debe ser planeada y conducida, y considerar principios psicopedagógicos, fisiológicos y didácticos, para garantizar una intervención pedagógica auténtica” (p. 4). Aunado a lo anterior, algunas otras características que consideramos relevantes son: intención pedagógica, especificidad, concreta, vinculada a los programas de estudio actuales, que sea transversal a otras materias y que se adapte al contexto escolar en el cual se va a trabajar, sin embargo, de acuerdo a Viciana (2002) se debe priorizar “el proceso de la planificación y sus fases: diagnóstico, diseño, realización y evaluación” (p. 48).

Las finalidades que tiene una planeación docente son múltiples, una de las principales es alcanzar el aprendizaje esperado, que se logra al optimizar los recursos pedagógicos del docente con los que cuenta, en ese sentido Mora, et al. (2022) señalan que “La Educación Física presenta características especiales en relación con otras áreas del conocimiento; por eso, materiales educativos, equipamiento, además de una preparación pedagógica del docente son imprescindibles en el desarrollo de aprendizajes motores de diversa índole” (p. 15). Otras finalidades de la planeación podrían ser: establecer estrategias pertinentes a los contenidos disciplinares del programa de estudio; sistematizar el proceso enseñanza aprendizaje para mejorar su práctica docente, prevención de accidentes, favorecer el trabajo en equipo y los valores en el niño; lo que da lugar a una prevención de la improvisación que propicia entretenimiento sin sentido y pérdida de tiempo.

En la planeación docente de Educación Física probablemente no existe un formato unificado que pueda determinar todo lo que debe comprender la planeación, no obstante, se podrían homogenizar algunos aspectos de la estructura en general, para tal efecto, consideramos que un plan de clase puede agrupar tres apartados básicos (encabezado, cuerpo y pie) y sus componentes que lo conforman. En la primera estructura del encabezado se encuentra el componente de las instituciones como: el nombre de la dependencia educativa, escuela, nombre del docente, fase, grupo, intención pedagógica (objetivos, problemáticas, ejes articuladores, campos formativos y PDA). El segundo apartado (cuerpo) lo conforma: la clase propiamente dicha (parte inicial, medular y final) así como la evaluación formativa y materiales. El último apartado de la estructura (pie) lo compone: observaciones o ajustes, referencias y las firmas del docente y autoridades educativas.

En la diversidad de formatos que pueden existir, probablemente algunos de ellos cumplen o no con los aspectos elementales que conlleva una planeación, sin embargo, el educador físico tiene la libertad de utilizar el que más le convenga pedagógicamente. Sin embargo, ante esta falta de unificación surgen propuestas que no son bien vistas y se puede llegar al extremo, ya que en la actualidad hay campañas de marketing en Facebook que venden planeaciones de todo un ciclo escolar para que los docentes interesados puedan adquirirlas mediante un pago. Al respecto González Cabrera (2024) advierte que:

En los últimos años ha proliferado en diferentes redes sociales el negocio de vender planes de clase... de la Nueva Escuela Mexicana en donde el docente que los compra favorece la cultura del copy-paste, solo adaptando lo que se requiere en su centro escolar en un acto antiético y de deshonestidad docente, perjudicando al campo de la Educación Física ya que la planeación debería ser específica de cada centro escolar y surgir de la evaluación que se realiza de los grupos a cargo, y no a la carta como se vende en Facebook (p. 29).

Al igual que el formato, los componentes de la planeación didáctica no se han logrado unificar, no al menos en la Ciudad de México, siendo una situación que se debe solucionar institucionalmente para trabajar en pro del mismo objetivo. No obstante, en la cultura escolar del educador físico no es solo un problema de los docentes en servicio, desde nuestro entender estas cuestiones tienen su origen desde la formación superior ya que en reiteradas ocasiones se trabaja con el mismo formato que se aprende como estudiante en la escuela normal, sin actualizar y solo se replica lo que se aprendió sin cuestionar si es apropiado o no. En ese sentido Sarni, et al. (2023) señalan que “El profesorado en formación debe tomar conciencia tanto de las teorías que contribuyen al mejoramiento y la proposición de sus prácticas como de aquellas que las gobiernan invisiblemente” (p. 5). Situación que el docente en formación debe adaptar de acuerdo a su realidad contextual y como manifiestan Núñez-Campos y Arias-Aguilar (2024) “Es importante destacar que el uso congruente de los elementos o categorías didácticas (realidad, contexto, sujeto, resultado, objeto, problema, contenido, método, medios de enseñanza, espacio, tiempo y evaluación) son insoslayables” (p. 6160).

La reforma de la NEM en su justificación pedagógica sugiere que en la planeación docente del educador físico implemente en sus clases las metodologías activas (Aprendizaje Basado en Proyectos [ABP], Aprendizaje Servicio [AS], Aprendizaje Basado en Problemas [ABPr] y Aprendizaje indagación [STEAM]). De acuerdo a González Cabrera (2025) “Las metodologías activas en la práctica docente del educador físico es una perspectiva que ofrece múltiples formas de enseñanza para facilitar los aprendizajes y alcanzar los propósitos educativos estipulados en el plan de estudios de la NEM” (p. 17). Dichas metodologías tienen como principio que el alumno sea el protagonista del acto educativo. Al respecto Posso, et al. (2020) advierten que “Las metodologías activas aplicadas en el aula ayudan al profesorado a generar estrategias metodológicas innovadoras y de calidad, centradas específicamente en las necesidades y características del estudiantado” (p. 7). Por consiguiente, la planeación docente debe realizarse en función de la metodología activa de aprendizaje a trabajar con el grupo de alumnos de acuerdo a lo que estipula la SEP (2022). Por consiguiente, el estudio pretende responder a las preguntas ¿Qué tipo de planeación docente se desarrolla para la clase de Educación Física? ¿Cuáles obstáculos presenta el educador físico sobre la planeación docente? y por último ¿Qué ajustes en su estructura, formato y componentes se han realizado en la planeación didáctica ante las metodologías activas que propone la NEM?

Método

El estudio tuvo un alcance exploratorio con enfoque mixto y diseño anidado concurrente que Hernández Sampieri y Mendoza Torres (2018) señalan que “Los métodos mixtos representan un conjunto de procesos sistemáticos, empíricos y críticos de investigación e implican la recolección y el análisis de datos cuantitativos y cualitativos” (p. 612). Para la fase cualitativa el objetivo fue analizar el tipo, formato, estructura y las adaptaciones con respecto a las metodologías activas que realiza el educador físico en la planeación didáctica. Para la vertiente cuantitativa se analizaron los tiempos que invierte el educador físico al elaborar la planeación, los niveles educativos en donde hay más problemáticas y la frecuencia de entrega de planeación de acuerdo a los requerimientos de la autoridad educativa.

Participantes

El tipo de muestreo fue por conveniencia y se conformó por 120 docentes de Educación Física de los niveles de preescolar, primaria y secundaria pertenecientes a escuelas adscritas a la SEP en la Ciudad de México de diferentes zonas escolares de las alcaldías de Benito Juárez, Coyoacán, Iztapalapa e Iztacalco. A los docentes, se les dio a conocer la investigación y su objetivo general en juntas de Educación Física organizadas por supervisores y Direcciones Operativas para que participaran voluntariamente, posteriormente con los docentes interesados se obtuvo la carta de consentimiento y las consideraciones éticas para su participación. Los criterios de inclusión que se tomaron en cuenta de los participantes es que fueran educadoras y educadores físicos de escuelas públicas, con al menos cinco años de experiencia en clase directa y que tuvieran al menos 20 horas de servicio en una escuela sin importar el nivel educativo.

Instrumento

Se diseñó un cuestionario ad hoc dirigido a docentes de Educación Física en servicio activo de su función denominado “Cuestionario sobre planeación docente en educación Física”. El cuestionario tipo Likert fue diseñado por tres ítems y organizado con 12 preguntas con respuesta de frecuencia (tabla 1). Asimismo, se aplicó una encuesta simultáneamente para complementar la información del cuestionario. El proceso de validación de ambos instrumentos se dio por tres docentes expertos pertenecientes el área de Educación Física de la Secretaria de Educación Pública de la Ciudad de México. Al ser un enfoque mixto de diseño anidado concurrente se recaba la información simultáneamente cuantitativamente y cualitativamente... para ser transformada de manera que puedan ser integrados para su análisis conjunto (Hernández Sampieri y Mendoza Torres, (2018).

Tabla 1. Cuestionario sobre planeación docente en Educación Física

Cuestionario sobre planeación docente en Educación Física	
Apartados	Preguntas
I. Tipos de planeación docente	¿Qué tipo de planeación utiliza para su clase? ¿Cada cuando entrega su planeación a la directora?



		¿Cuánto tiempo se tarda en elaborar su planeación?
II.	Formato y componentes	¿El formato que utiliza para planear ha tenido algún cambio? ¿Qué aspectos recupera en la intención pedagógica de la NEM? ¿Qué componentes en el formato adaptó o cambió?
III.	Modificaciones en la planeación	¿Conoces las metodologías activas de aprendizaje que propone la SEP? ¿Durante su formación superior aprendió sobre metodologías activas? ¿En la actualidad recibiste capacitación sobre el uso de metodologías activas? ¿Cuáles metodologías activas aplicas en la clase? ¿Qué metodología activa es la que más funciona? ¿Conoces alguna otra metodología activa de aprendizaje?

Procedimiento

La investigación se realizó en diferentes fases, la primera etapa consistió en pilotear los instrumentos para recabar datos y se pilotearon *presencialmente* en diferentes momentos con estudiantes de escuelas normales y docentes de Educación Física de educación básica. Posteriormente se presentó el proyecto a docentes que fueron informados sobre el estudio y los objetivos de este, para que accedieran a participar de forma voluntaria en donde se obtuvo la muestra representativa y su respectivo consentimiento informado de los participantes. El cuestionario y la encuesta se aplicaron de forma presencial y se efectuó en un solo momento en una junta de consejo técnico de Educación Física de una Dirección Operativa de la SEP en presencia de Supervisores, directivos del centro escolar en el mes de septiembre en el ciclo escolar 2024.

Resultados

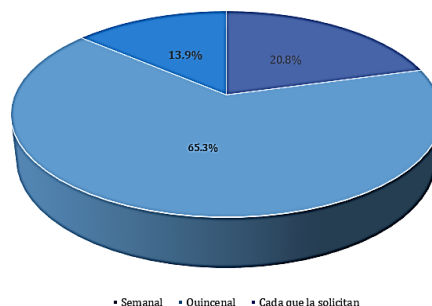
El resultado obtenido de la aplicación de los instrumentos se concentró y para el aspecto cuantitativo se utilizó la estadística descriptiva y medidas de tendencia central por medio del software Jamovi. Los hallazgos generales arrojan que los docentes que participaron en el estudio se conformó con un 36.2% de educadoras físicas y un 63.8% de educadores físicos (tabla 2) con un promedio de 34.6% años de edad. Debido a que la estructura de la autoridad educativa se organiza por Direcciones Operativas y zonas escolares, los niveles educativos en donde se desempeñaban los participantes fueron los siguientes:

Tabla 2. Niveles educativos de los docentes de Educación Física

Niveles educativos	Niveles educativos de los docentes de Educación Física		
	Preescolar	Primaria	Secundaria
Educadoras físicas	18.6%	13.6%	11.2%
Educadores físicos	13.2%	27.3%	16.1%
Total	31.8%	40.9%	27.3%

Los datos indican que el nivel educativo de primaria es el más presente con 40.9% debido a la mayor densidad de planteles de escuelas primarias en las diferentes alcaldías de la Ciudad de México con alta matrícula de alumnos y una mayor cobertura docente en la educación básica en donde se cubre el servicio de Educación Física. En relación a la frecuencia con la que los docentes entregan la planeación didáctica a su autoridad educativa para que sea autorizada y firmada para dar su clase, se muestran los siguientes resultados.

Figura 1. Frecuencia de entrega de planeación.



• Semanal • Quincenal • Cada que la solicitan

Como se aprecia en la gráfica 1, la frecuencia semanal de planeaciones docentes equivale a 20.8% de profesoras en donde representa un formato con dos o tres clases a la semana. Con respecto al periodo quincenal las profesoras tienen un 65.3% que se organiza en de cuatro a seis clases en el formato. Con respecto a un periodo de entrega de planeación cada que la solicitan fue de un 13.9% del total de la muestra. Otro factor indispensable para el estudio es el tiempo que le dedican los educadores físicos para elaborar, diseñar y organizar la planeación didáctica (tabla 3) que se relaciona principalmente con la cantidad de grupos que tiene a su cargo y al tipo de planeación que solicita la autoridad educativa.

Tabla 3. Tiempo para elaborar la planeación de Educación Física

Tiempo	Tiempo para elaborar la planeación de Educación Física		
	1 hora	2 a 3 horas	Más de 4 horas
Educadoras físicas	3.3%	45.2%	13.3%
Educadores físicos	7.1%	22.0%	9.1%
Total	10.4%	67.2%	22.4%

Análisis de datos

Con la intención de ordenar los datos cualitativos se realizaron categorías y subcategorías de análisis que se presentan en la tabla 4. El análisis de datos mixto con diseño anidado concurrente se realizó de forma cuantitativa en un primer momento y simultáneamente el aspecto cualitativo para una mejor descripción, para lo cual se recuperaron algunos extractos de las respuestas del cuestionario. Se resguardo la identidad de los participantes con una codificación de los participantes (P1, E1, R3) en donde P1 es el participante, E1, cuestionario y R3, respuesta de la pregunta tres.

Tabla 4. Categorías y subcategorías

Categoría	Categorías y subcategorías	
	Subcategoría	
I. Tipos de planeación docente en la clase de Educación Física.	a) Plan de clase.	
	b) Secuencia didáctica.	
	c) Unidad didáctica.	
II. Formato y componentes de la planeación didáctica.	a) No se realizaron cambios de fondo al formato.	
	b) Adaptaron componentes de la NEM.	
III. Modificaciones en la planeación con respecto a las metodologías activas de aprendizaje.	a) Incorpora metodologías activas de aprendizaje.	
	b) Requiere capacitación sobre planeación.	

I. Tipos de planeación docente en la clase de Educación Física.

Los tipos de planeación docente de Educación Física de acuerdo a la temporalidad de organización de clases en México son plan de clase, secuencia didáctica y unidad didáctica que muestran en general como se organizan los contenidos de la disciplina.

a) Plan de clase

La planeación tipo plan de clase tuvo 36.2% en la muestra seleccionada, los docentes señalan que tienen esta modalidad antes mencionada porque no se les exige otra y de cierta manera están familiarizados a este tipo de planeación.

No me solicitan un tipo particular, por lo cual realizo plan de clase, realmente se me hace más práctico hacer el plan de clase y es más específico para cada grupo (P35, E1, R1).

Realmente lo hago porque es una indicación del director de la escuela, así lo exige y así lo entregamos, de otra forma no las acepta, en particular a mí me gusta más la forma de secuencia didáctica pero no tengo de otra que aceptar (P13, E1, R1).

b) Secuencia didáctica

El tipo de planeación más utilizado fue la secuencia didáctica con un 46.8% de acuerdo a la muestra y datos recabados, los docentes señalan que ese tipo de planeación es el que se les facilita y pueden organizar más su trabajo y concentrar mayor información.

La verdad no me solicita una específica la directora y tengo la oportunidad de entregar el que yo quiera, por eso, realizo secuencia didáctica, porque creo que es lo mejor (P41, E1, R1).

El colectivo docente de la escuela desde el inicio del ciclo escolar en la fase intensiva decidió que utilizáramos la secuencia didáctica porque agrupa de mejor forma las clases que se realizan (P24, E1, R1).

c) Unidad didáctica

La unidad didáctica de acuerdo a la muestra representó un 17% y fue de las menos utilizada. Aunque ha retomado fuerza en los últimos años en México por la reforma educativa la unidad didáctica se utiliza en un bajo porcentaje en comparación de los otros dos tipos de planeación. Si bien no es algo novedoso en el ámbito de la Educación Física, sigue estando activa en las prácticas docentes.

En particular la unidad didáctica me ayuda a organizar de mejor forma más clases y tiene y puedo hacer la planeación más allá de tres semanas, lo que permite entregar mi planeación cada mes (P74, E1, R1).

Desde siempre he utilizado unidad didáctica porque de esa forma tengo toda la programación de mis clases y me ahorro estar haciendo planeaciones por semana lo que me quita mucho tiempo (P25, E1, R1).

II. Formato y componentes de la planeación didáctica.

El formato de planeación es indispensable para conocer cómo se vinculan la intención pedagógica con las estrategias de enseñanza y alguna teoría pedagógica o metodología de aprendizaje. Por consiguiente, el formato y sus componentes deben tener directrices de la NEM y de los PDA. El formato de la planeación docente que utiliza la muestra, de acuerdo a los resultados fue de 52.3% el cual lo realizan de acuerdo a sus conocimientos propios. El otro 47.3% señala que se lo proporciona o pasa alguna autoridad educativa o algún colega de Educación Física.

Tengo un formato con el cual trabajo desde hace años y me funciona bien, no he tenido problemas con él y ajusté solos algunos elementos de la Nueva Escuela Mexicana como los PDA y campos formativos, pero solo lo adecuó a lo que me solicitan (P6, E1, R4).

Me dio un plan de clase un compañero de Educación Física y es con el cual vengo trabajando desde hace un año, honestamente solo relleno lo que solicita y no me han dicho nada, inclusive la directora me dice que así está bien (P6, E1, R4).

a) No se realizaron cambios de fondo al formato.

El 33.3% de los docentes manifiestan que no realizaron cambios significativos al formato en la planeación y solo incorporaron los PDA ya que la autoridad tampoco se les exigió, algunos argumentan que de cierta manera la información que les proporcionaron acerca de la NEM fue bastante y no les queda claro que se tiene que hacer.

No me queda claro lo de la NEM y la verdad trabajo con un formato que me proporcionó mi supervisor que tiene varios aspectos de la reforma actual, así que utilice ese formato para no tener problemas con mi supervisor (P105, E1, R5).

En nuestra escuela con el director actual no hubo cambios, así que tenemos la oportunidad de trabajar con el programa anterior de aprendizajes clave, por lo tanto, utilizamos el mismo formato (P71, E1, R5).

b) Adaptaron componentes de la NEM

La gran mayoría de docentes, el 66.7% señala que incorporó varios aspectos de la NEM y en la intención pedagógica se realizaron adaptaciones al formato para incorporar no solo los PDA sino los campos formativos, ejes articuladores metodologías activas y en cierta manera se vieron obligados a realizar las adaptaciones por la autoridad.

Me ha costado mucho entender la NEM, pero estoy tratando de adecuar el plan de clase y he modificado mi formato, me han puesto a leer y tengo mis planes según yo como debe ser, hasta el momento no me ha dicho nada la directora ni el supervisor (P17, E1, R6).

Trato de incorporar lo que solicita el plan de estudios y los PDA, he sufrido con los formatos porque creo que no quedan, pero ahí vamos tratando de cumplir con lo que debe ser (P29, E1, R6).

III. Modificaciones en la planeación con respecto a las metodologías activas de aprendizaje.

En cifras en un 68.1%, los docentes modificaron su planeación y señalan que los cambios se realizaron principalmente por la exigencia de las autoridades educativas por la reforma que aconteció ya hace unos años. El 29.8% de los docentes modificó solo algunos aspectos y fue porque consideran pertinente hacerlo. Si bien en la mayoría de docentes señalan que realizaron cambios en su planeación, utilizaban el mismo formato en general, es decir solo recuperaron algunos conceptos para que los directores o supervisores al revisar aceptaran sus planes de clase.

a) Incorporó metodologías activas de aprendizaje

Solo incorporó en su planeación didáctica un 35.7% de la muestra, señala que utiliza alguna metodología activa de aprendizaje y la más recurrente es aprendizaje basado en proyectos y los que lo hicieron fue por instrucción del directivo a cargo de la escuela. Un 30.2% de la muestra señala que está aprendiendo a utilizar las metodologías de aprendizaje activo y no ha tenido ningún problema con la autoridad y un 34.1% no aplica en ninguna la ocasión las metodologías activas de aprendizaje.

Si las utilizo, en el plan de clases vienen las metodologías activas pero su aplicación me ha costado trabajo, incluso lo de proyectos ya lo hacíamos desde antes, eso lleva mucho tiempo (P83, E1, R9).

Por lo regular trabajo con ABP es la que más me ha gustado y en algunas ocasiones he intentado utilizar aprendizaje servicio. (P37, E1, R11).

Incorporo aprendizaje servicio como solicita lo SEP al principio no lo entendí y con el pasar de los años he ido mejorando. Ahora pienso aplicar aprendizaje basado en proyectos para probar otras (P56, E1, R10).

b) Requiere capacitación sobre planeación.

De acuerdo a las respuestas de los docentes un 80.9% señala que se han actualizado y capacitado para la NEM pero no específicamente para el tema la planeación. Un 19.1% señala que la capacitación que ofrece la SEP no es de todo clara y que no ha tenido necesidad de actualizarse.

En los últimos años hemos tenido diferentes cursos para capacitarnos el problema es que es mucha información y no se entiende con claridad, a veces se contradicen, pero si considero relevante actualizarme más en este tema. (P37, E1, R11).

Discusión

La planeación didáctica es una tarea indispensable en la práctica docente del educador físico que permite sistematizar el proceso enseñanza aprendizaje y gestionar de mejor forma los recursos con los que se dispone (Mora, et al., 2022; Rosa-Guillamón, et al. 2020; Rivera y Riccetti, 2021). Estudios recientes concuerdan en que es imperativo conocer los planes y programas de estudio y otros documentos oficiales para realizar una apropiada planeación (Valencia Moreno 2023).

El tipo de planeación de secuencia didáctica es el más utilizado por el educador físico, no obstante, la unidad didáctica debe tomar mayor protagonismo para hacer una planeación de clases más larga en cuanto a la temporalidad ya que Cuervo y González Palacio (2025) “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” (p. 1).

Al parecer el modificar y adaptar el formato de planeación con los aspectos curriculares de la NEM es un proceso que debe reforzarse para transitar de forma apropiada (Cuevas-López, et al. 2023) ya que algunos docentes no comprenden en su totalidad los cambios o consideran que no es relevante hacer cambios, lo que podría suponer cierta resistencia por cambiar las prácticas de planificar.

Es necesario reforzar la planeación y actualizar otras áreas de la práctica educativa para entender de mejor forma las teorías de aprendizaje y los estilos de enseñanza, lo que permitiría comprender las metodologías activas de aprendizaje para incorporarlas de mejor forma en la organización de la clase (González Cabrera, 2025; Hurtado-Guerrero, et al. 2025; Romero González y Romero Enríquez, 2022). Sin duda, en este sentido la formación superior de docentes juega un papel fundamental (Valencia Moreno

2023; Sarni, et al. 2023) y es probable que los alumnos deban egresar de la universidad con mejores herramientas didácticas que le permitan dar una lectura más apropiada al contexto escolar para aplicar los conocimientos pedagógicos, disciplinares y metodológicos de forma conveniente a la planeación didáctica (Núñez-Campos y Arias-Aguilar, 2024).

Con respecto al tiempo que se invierte para realizar la planeación, los docentes señalan que invierten algunas horas en hacerla, no obstante, para algunos puede ser una pérdida de tiempo esta acción docente (González Cabrera 2026; Torres Solís, 2012; Viciano, 2002).

Conclusiones

Los resultados sugieren que el inestable clima político educativo en México hace que las reformas sean una constante en los últimos años, por lo cual, la práctica educativa del educador físico y en específico la planeación didáctica se debe adaptar lo más rápido posible para vincular los contenidos disciplinares y pedagógicos con los preceptos que establece el currículo vigente. En la actualidad en la Educación Física mexicana es necesario seguir replanteando las prácticas de planeación por medio de su estructura para encontrar un balance para ajustar los estilos de enseñanza y teorías de aprendizaje a las metodologías activas de aprendizaje que estipula la NEM.

Es necesario replantear la secuencia didáctica o plan de clase con respecto a su formato y componentes para vincularla con las metodologías de aprendizaje activo que propone la SEP y se relacionen con las fases y elementos que estas requieren. Esto ayudaría a replantear la organización y sistematizar el proceso de enseñanza aprendizaje para ir incorporando este tipo de práctica en la clase e ir abandonando el tradicional estilo de esta.

Si bien la planificación en el área es un requisito con el que se debe cumplir, también es cierto, que es necesario potencializar todos los aspectos. Al respecto, es fundamental que la preparación de los docentes en las escuelas normalistas sea sólida para que mediante sus clases de didáctica estos aprendan los aspectos básicos, principios, características y finalidades de la planeación para que comprendan la didáctica específica del campo y cuenten con las herramientas necesarias para afrontar los dilemas de los contextos escolares y del programa analítico y sintético que propone la reforma educativa.

Aunque falta por consolidar estos cambios en el ámbito de la planeación, queda claro que se debe empezar a entrar en estos términos sin temor a equivocarse e involucrarse en una dinámica de ensayo error para mejorar en diversos aspectos.

Es importante señalar que los tiempos para la clase son fundamentales y si estos son reducidos, alteran las finalidades de la asignatura ya que incluso con una planificación didáctica apropiada, es probable que los propósitos de Educación Física no se logren. Las clases de 30 minutos alteran toda la estructura de la sesión y recortan significativamente los contenidos y ejercicios establecidos. Homogenizar los tiempos y mayor número de clases a la semana tienen un origen desde el diseño curricular que establece la autoridad educativa en la malla curricular para estar en concordancia con lo que establece la SEP y en ese sentido ir trabajando para hacer eficiente el tiempo de compromiso motor (TCM) en la clase de Educación Física. Los alcances del estudio son reveladores y muestran una parte del contexto de la planeación docente del educador físico para tomarse en consideración en la toma de decisiones para optimizar los recursos.

El estudio debe y será uno de los estudios pioneros en México en analizar la planeación didáctica del educador físico. Sin embargo, presenta múltiples limitaciones que deben considerarse y entre las cuales están que presenta una muestra representativa que podría ser más amplia lo que provoca que sus resultados estadísticamente no sean representativos y no pueda generalizarse. Asimismo, el enfoque mixto debe sistematizarse de manera más puntual para el análisis e interpretación de los datos.

Agradecimientos

A los educadores físicos de clase directa y autoridades educativas que contribuyeron a realizar el estudio y a Lizbeth y Ali por el apoyo incondicional



Financiación

El estudio fue autofinanciado por el autor.

Referencias

- Cuervo Zapata, J.J.; González Palacio, E.V. (2025). La unidad didáctica como programación en la Educación Física escolar. Una revisión sistemática. *Sportis Sci J*, 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.; CeballosGurrola, O. (2023). Propiedades psicométricas de la Escala de Planificación Contextualizada en la Educación Física. *Cuadernos de Psicología del Deporte*, 23(1), 219-233 <https://psycnet.apa.org/doi/10.6018/cpd.513791>
- González Cabrera, J. L. (2024). Evaluación formativa en la sesión de Educación Física: prácticas y obstáculos. *Educación Física y Ciencia*, 26(1), e292. <https://doi.org/10.24215/23142561e292>
- González Cabrera, J. L. (2025). Metodologías activas de aprendizaje en la Educación Física mexicana. Un estudio de casos múltiple. *Revista Del Centro De Investigación De La Universidad La Salle*, 4428. Recuperado a partir de <http://doi.org/10.26457/recein.2025.4428>
- 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>
- Hernández Sampieri y Mendoza Torres, (2018). Metodología de la investigación. Las rutas cuantitativa, cualitativa y mixta. Edit. Mc Graw Hill Educación, primera edición.
- Hurtado-Guerrero, M., Espoz-Lazo, S., Yáñez-Sepúlveda, R., Soto-González, M., Castro-Dávila, A., Galeano-Rojas, D., Valdivia-Moral, P., & Hinojosa-Torres, C. (2025). Instrumentos y estrategias de evaluación auténtica en Educación Física escolar: una revisión sistemática. *Retos*, 73, 784-797. <https://doi.org/10.47197/retos.v73.117462>
- Juvera, J., Ceballos, O., Zamarripa, J., Rodríguez-Rodríguez y Fernández Barradas, E. (2021). Percepción del profesor de Educación Física respecto al nuevo modelo educativo en México 2021, *Retos*, 42, 916-923 <https://doi.org/10.47197/retos.v43i0.88188>
- Mora, R. Flores G., González Alarco, E., Garrido, F. y González Reyes, L. (2022). Planificación, orientación y control de sesiones de aprendizaje en el área de educación física escolar. *Revista Dilemas Contemporáneos: Educación, Política y Valores*. No. 2. Art.62, Período: 1ro de enero al 30 de abril del 2022. <https://doi.org/10.46377/dilemas.v9i2.3108>
- Núñez Campos, J. y Arias Aguilar, M. (2024). La planificación didáctica consciente (PDC) en la formación inicial docente en Educación Física. *Ciencia Latina Revista Científica Multidisciplinar*, Ciudad de México. ISSN 2707-2207/ ISNN 2707-2215 (en línea) Marzo-abril 2024, Vol. 8, No. 2. https://doi.org/10.37811/cl_rcm.v8i2.11031
- Pérez-Hernández, E., Simoni, C., Fuentes Rubio, M. y Castillo (2022). Ludomotricidad y Habilidades Motrices Básicas Locomotrices (Caminar, Correr y Saltar). Una propuesta didáctica para la clase de Educación Física en México. *Retos* 44, 1141-1146. <https://doi.org/10.47197/retos.v44i0.91338>
- Posso, R., Barba-Miranda, L., Rodríguez-Torres, Á., Núñez-Sotomayor, L., Ávila, C., Rendón, P. (2020). Modelo de aprendizaje microcurricular activo: Una guía de planificación áulica para Educación Física. *Revista Electrónica Educare*, vol. 24, núm. 3, 2020, septiembre-diciembre, pp. 294-311. Universidad Nacional. CIDE <http://doi.org/10.15359/ree.24-3.14>
- Rivera, S. y Riccetti, A. (2021). Modalidades de planificación en Educación Física en el nivel primario. Universidad Nacional de la Plata, Facultad de Humanidades y Ciencias de la Educación. ISSN 1853-731. https://www.memoria.fahce.unlp.edu.ar/trab_eventos/ev.14627/ev.14627.pdf
- Romero González, K. L., & Romero Enríquez, O. S. (2022). Uso de Metodologías Activas y su relación en la formación inicial del profesorado Educación Física. *MENTOR Revista de investigación Educativa Y Deportiva*, 1(3), 247-259 <https://doi.org/10.56200/mried.v1i3.3487>

- Rosa-Guillamón, A. García López, E., Moral, J. (2020). La organización y la gestión de la clase de Educación Física. Instituto Universitario de Educación Física y Deporte ISSN 2322-9411, octubre-diciembre 2020, Volumen 9 Número 4. <https://revistas.udea.edu.co/index.php/viref/article/view/342238>
- Sarni, M., Pérez López, D., Cal, F., Salva, N. y Peri, A. (2023). Observatorio de prácticas de planificación, metodología y evaluación en Educación Física. 10.29156/ INTER. 10.2.11 <https://doi.org/10.29156/inter.10.2.11>
- SEP (2011). Programas de estudio 2011. Guía para el maestro. Educación básica y primaria. Educación física. México: SEP, p.151. Recuperado de: https://www.gob.mx/cms/uploads/attachment/file/19013/Sec_1ro_fisica2011.pdf
- SEP (2022). Planes de Estudio para la educación preescolar, primaria y secundaria 2022. Versión preliminar. México. <https://educacionbasica.sep.gob.mx/wp-content/uploads/2022/12/Plan-de-Estudios-para-la-Educacion-Preescolar-Primaria-y-Secundaria.pdf>
- SEP (2017). Aprendizaje clave para la educación integral. Educación Física. México. SEP pp.161- 283. <https://www.gob.mx/sep/articulos/aprendizajes-clave-para-la-educacion-integral>
- SEP (2024). Plan de Estudio para la educación preescolar, primaria y secundaria 2022. Primera edición DGME 2024. México. <https://educacionbasica.sep.gob.mx/wp-content/uploads/2024/06/Plan-de-Estudio-ISBN-ELECTRONICO.pdf>
- SEP (2024). Guía operativa para la organización y funcionamiento de los servicios de educación básica, especial y para adultos de escuelas públicas en la Ciudad de México. AEFM Ciclo escolar 2024-2025 www.aefcm.gob.mx/normateca/disposiciones_normativas/guias-operativas.html
- Torres Solís, J. (2012). Didáctica de la Educación Física, 3ª. Ed. México: Trillas 2012 (reimp 2016) ISBN 978-607-17-1287-5
- Valencia Moreno, J. (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, vol. 25, núm. 4, e278, 2023 Universidad Nacional de La Plata. Disponible en: <https://memoria.fahce.unlp.edu.ar/library?a=d&c=arti&d=Jpr17253>
- Viciano Ramírez, J. (2002). Planificar en Educación Física. Primera edición INDE. España.

Datos de los/as autores/as y traductor/a:

José Luis González Cabrera
Jorge Eduardo Guillen Mendoza

joglex3@gmail.com
jorgeguillen.elt@gmail.com

Autor
Traductor

