

# PODIUM

Revista de Ciencia y Tecnología en la Cultura Física

EDITORIAL UNIVERSITARIA

Volumen 17  
Número 2

2022

Universidad de Pinar del Río "Hermanos Saíz Montes de Oca"

Director: Fernando Emilio Valladares Fuente

Email: fernando.valladares@upr.edu.cu

**Artículo de revisión**

**Enseñanza del estilo crol: una propuesta de continuidad deportiva durante la pandemia**

**Teaching of the front crawl style: a proposal for sports continuity during the pandemic**

**Ensinar o estilo crawl: uma proposta de continuidade desportiva durante a pandemia**

**Héctor Raúl Pilca Bermudes<sup>1\*</sup>**  <https://orcid.org/0000-0003-2085-7653>

<sup>1</sup>Universidad Central del Ecuador. Ecuador.

\*Autor para la correspondencia: [hrpilca@uce.edu.ec](mailto:hrpilca@uce.edu.ec)

**Recibido:** 29/11/2021.

**Aprobado:** 09/05/2022.

Cómo citar un elemento: Pilca Bermudes, H. (2022). Enseñanza del estilo crol: una propuesta de continuidad deportiva durante la pandemia /Teaching of the front crawl style: a proposal for sports continuity during the pandemic. *PODIUM - Revista de Ciencia y Tecnología en la Cultura Física*, 17(2), 858-870. Recuperado de <https://podium.upr.edu.cu/index.php/podium/article/view/1231>

---

**RESUMEN**

La pandemia ha generado muchos estragos en todas las áreas, especialmente en la práctica deportiva, por lo que se necesita de estrategias que permitan su continuidad. El objetivo de esta investigación consistió en proponer estrategias de enseñanza del estilo crol, en el contexto de la pandemia para el retorno a los entrenamientos y evitar contagios. Este estudio fue de carácter teórico y se realizó por medio de la revisión de documentos científicos de la base de datos de Google Académico, entre libros y artículos; estos fueron seleccionados en dos dimensiones: la natación para la enseñanza del estilo crol y las interpretaciones de seguridad durante la práctica en el ámbito de la pandemia. Se pudo establecer una propuesta de enseñanza del estilo crol para la continuidad deportiva durante la pandemia, estructurada en dos estrategias, la primera denominada enseñanza segura y la segunda, entrenamientos seguros. Esto permitirá aportar de



forma directa, como un documento práctico de utilidad a los entrenadores para la enseñanza segura de la natación no solo en el crol, sino en los diferentes estilos.

**Palabras clave:** Natación; Entrenamientos; Pandemia; Enseñanza; Estilo crol.

## ABSTRACT

The pandemic has generated much damage in all areas, especially in sports, so strategies are needed to allow its continuity. The objective of this research is to reflect and propose strategies for teaching the crawl style, in the context of the pandemic for the return to training avoiding contagion. This study is of a theoretical nature through the review of scientific documents from the Google Scholar database, among books, theses and articles, which were selected in two dimensions: swimming for teaching the crawl style and safety interpretations during practice in the pandemic setting. A proposal for teaching the crawl style could be established for sports continuity during the pandemic, structured in two strategies, the first called safe teaching and the second safe training. This will allow to contribute directly, as a practical document useful to coaches for the safe teaching of swimming not only in crawl but in different styles.

**Keywords:** Swimming; Training; Pandemic; Teaching; Crawl style.

## RESUMO

A pandemia causou estragos em todas as áreas, especialmente na prática do desporto, pelo que são necessárias estratégias para permitir a sua continuidade. O objectivo desta investigação era propor estratégias para ensinar o estilo crawl no contexto da pandemia, a fim de regressar à formação e evitar o contágio. Este estudo foi de natureza teórica e foi realizado através da revisão de documentos científicos da base de dados do Google Scholar, incluindo livros e artigos; estes foram seleccionados em duas dimensões: natação para o ensino da natação de crawl stroke e interpretações de segurança durante a prática no contexto da pandemia. Foi possível estabelecer uma proposta de ensino do derrame de crawl para a continuidade desportiva durante a pandemia, estruturada em duas estratégias, a primeira chamada ensino seguro e a segunda, treino seguro. Isto permitirá contribuir de forma direta, como um documento prático útil aos treinadores para o ensino seguro da natação não só em rastejamento, mas também nos diferentes estilos.

**Palavras-chave:** Natação; Formação; Pandemia; Ensinar; Traumatismo; Traumatismo de Rastejamento.

## INTRODUCCIÓN

La pandemia originada por la Covid-19 provocó que todos los países en el mundo establecieran normativas para evitar los contagios entre la ciudadanía. El Ecuador no fue la excepción debido a que el 16 de marzo del 2020, mediante decreto presidencial, se declaró el estado de emergencia por calamidad pública (Córdor *et al.*, 2021) determinando entre varias disposiciones, la suspensión de gimnasios, centros de entrenamientos y lugares de prácticas deportivas (Presidencia de la República del Ecuador, 2020).



Conforme pasaba el tiempo, las autoridades locales flexibilizaron (Molina y Mejías, 2020) estas disposiciones, además, autorizaron las reaperturas sin que hayan disminuido los contagios (Chicaiza *et al.*, 2021), con el fin de reactivar la economía y apoyar la continuidad deportiva, determinando el cumplimiento de planes piloto (Municipio del Distrito Metropolitano de Quito, 2020).

Frente a esto, el Comité de Operaciones de Emergencia del Ecuador [Coe] reguló estas autorizaciones con aforo al 30 % de la capacidad que preste el centro de entrenamiento. (COE, 2021), con lo que se generaron pausas en el cumplimiento de las planificaciones de los deportistas. Se pudo apreciar esta problemática en la utilización de piscinas.

En este sentido, la Secretaría del Deporte del Ecuador (2020) estableció diferentes lineamientos para el retorno a la práctica deportiva, con la finalidad de que deportistas y entrenadores no se contagiaron (Posso, Marcillo y Bedón, 2021); se establecieron medidas de bioseguridad, sugeridas por la Organización Mundial de la Salud [OMS] como el distanciamiento, uso de alcohol y mascarilla, ventilación, desinfección de superficies contaminadas como implementos deportivos, entre otros (OMS, 2020).

Sin embargo, no existió ningún direccionamiento o lineamiento específico para la práctica de la actividad física y el entrenamiento deportivo, solo se planteó una serie de medidas de prevención para el contagio (Posso, *et al.*, 2021), pero no se dice cómo hacerlo, es decir, no se proponen estrategias de enseñanza donde el entrenador pueda guiar (Posso, 2018) y direccionar al deportista para que alcance el nivel técnico, físico y mental deseado.

Para mejorar el nivel técnico, es necesario optimizar la energía y seguir los lineamientos del entrenador. Álvarez *et al.*, (2020) menciona que, además de estos elementos, la confianza emitida por el entrenador durante las prácticas es un factor fundamental para el desarrollo del trabajo técnico (Posso *et al.*, 2021); por lo que se debe garantizar un nivel de confianza y las medidas tomadas para evitar que la enfermedad se expanda.

Por esto fue necesario que los entrenamientos durante la pandemia tuvieran continuidad, pero no se establecieron lineamientos específicos de entrenamientos, uso de espacios, manipulación de equipos, entre otros, de acuerdo con las características propias de cada disciplina deportiva, solo se establecieron recomendaciones de bioseguridad, con las que muchos entrenadores las adecuaron a sus realidades (Marcillo *et al.*, 2021).

Como ya se había argumentado, estos protocolos no son específicos para ser aplicados en los entrenamientos, por lo que muchos entrenadores tuvieron que incorporarlas en los planes de entrenamientos diarios para cumplir con las exigencias de bioseguridad, pero no con una estandarización y, mucho menos, con una base investigada (Posso *et al.*, 2020).

Sin dudas, uno de los lineamientos más utilizados es buscar un espacio seguro, en el que los deportistas puedan retirarse la mascarilla sin ningún peligro de contagio; en este lugar podrá realizar la recuperación entre ejercicio (Posso *et al.*, 2021), pero esto no se puede aplicar durante los entrenamientos en la piscina, debido a que, por su contexto, no se puede utilizar la mascarilla, por lo que se debe generar la alternativa de un espacio seguro durante la inactividad.

Con este fundamento, se propone que la práctica de la natación debe tener lineamientos de bioseguridad específicos como áreas para la desinfección, horarios de entrenamiento



para grupos reducidos o personalizados, seguimientos y evaluaciones de estado de salud de los deportistas, con lo que se podría partir para plantear estrategias que permitan a entrenadores y deportistas la enseñanza y práctica segura (Pinto *et al.*, 2020).

La enseñanza de la natación en sus diferentes estilos, en especial el crol, ha cambiado durante la pandemia debido a las nuevas condiciones como el distanciamiento y el uso de mascarilla (Córdor *et al.*, 2021); es decir, como el entrenador es el que enseña, tendrá que tomar en cuenta estos lineamientos al momento de dirigirse a sus deportistas, adecuando estrategias de enseñanza que le permitan llegar con sus conocimientos, correcciones y recomendaciones.

En este sentido, la comunicación verbal y corporal deberán ser las prioritarias (Posso *et al.*, 2020) en el momento de los entrenamientos. Se exige a los entrenadores a buscar alternativas nuevas de cómo transmitir lograr sus objetivos para el desempeño deportivo, lo que permitirá plantear múltiples estrategias de enseñanza (Posso, Barba, Otáñez, 2020) de la natación en el estilo crol, para el desarrollo de los entrenamientos y la continuidad deportiva en el contexto de la pandemia. Se toman en cuenta los lineamientos establecidos por las autoridades locales y seccionales (Posso y Bertheau, 2020), para disminuir los riesgos de contagios. Debido a esto, el objetivo de esta investigación es proponer estrategias de enseñanza del estilo crol, en el contexto de la pandemia para el retorno a los entrenamientos y así evitar contagios (Infante, 2020; Tascón, 2020).

La investigación realizada fue de tipo teórica (Ledesma, 2021), debido a que se realizó una revisión de 35 documentos científicos entre libros y artículos sobre la natación para la enseñanza del estilo crol y las interpretaciones de seguridad durante la práctica en el ámbito de la pandemia. El criterio de selección se basó en documentos de la base de datos de Google Académico referentes a dos dimensiones: la natación para la enseñanza del estilo crol y las interpretaciones de seguridad durante la práctica en el ámbito de la pandemia, con lo que se garantizará una amplia y eficaz recolección de la información, permitiendo realizar la propuesta de enseñanza del estilo crol para la continuidad deportiva durante la pandemia.

## DESARROLLO

### La enseñanza del estilo crol y las interpretaciones de seguridad durante la práctica en el ámbito de la pandemia

De acuerdo con la revisión documental realizada sobre las dos dimensiones: en la natación para la enseñanza del estilo crol y las interpretaciones de seguridad durante la práctica en el ámbito de la pandemia, se pudieron obtener varios aportes, los cuales brindaron a través de la interpretación diferentes estrategias (Tabla 1).

**Tabla 1.** -Resultados revisión documental

Dimensiones	Aportes	Estrategias
-------------	---------	-------------



<b>Enseñanza del estilo crol</b>	Orientaciones al entrenamiento	Reuniones permanentes con los deportistas antes y después de los entrenamientos (García y Raposo, 2002) Charlas cortas con los deportistas durante los entrenamientos (Domínguez, 2020)
	Planificaciones flexibles	Diseño de series de actividades con volumen, intensidad y descansos modificables de acuerdo con la necesidad presentada (Rojas et al., 2020)
	Entrenamientos	Práctica de actividades con aplicación de diferentes tipos de enseñanza de acuerdo con las necesidades y requerimientos (Terán, 2021)
	Retroalimentación	Corrección de técnicas y estrategias de estilo crol (Londoño, 2017)
<b>Interpretaciones de seguridad durante la práctica en el ámbito de la pandemia</b>	Accesos y áreas seguras	No asistir a los entrenamientos si se encuentra con síntomas de COVID- 19 Utilizar mascarilla en todo momento en las áreas secas Distanciamiento de dos metros en todas las áreas de la piscina Ingresar por el área de desinfección y toma de temperatura (Real Federación Española de Natación, 2021)
	Sitios y equipos de entrenamiento	Desinfectar materiales y equipos de entrenamiento después de su utilización (Sociedad Española de Medicina del Deporte, 2020) Evitar el contacto con superficies no desinfectadas (Furelos et al., 2020) Mantenerse en el área establecida para su entrenamiento (Instituto Distrital de Recreación y Deporte, 2020) Utilizar equipos deportivos personales. (Palacios et al., 2020) Respetar la señalética en la piscina. (Sociedad Española de Medicina del Deporte, 2020) Respetar el espacio, la utilización de lavamanos, duchas y camerinos. (Real Federación Española de Natación, 2021)

Esto permitió identificar aportes significativos como se pudo rescatar en su primera dimensión como orientaciones necesarias para el entrenamiento en el medio acuático, planificaciones de tipo flexibles para que los entrenadores puedan dirigir mejor sus entrenamientos, entrenamientos con alternancia en las estrategias de enseñanza, retroalimentación permanente que permitirá corregir la técnica y táctica; la segunda dimensión que aporta con generar un ambiente seguro en el acceso y dentro de las áreas que conforman la piscina, como también la utilización adecuada de los sitios y equipos de entrenamiento.

Con el establecimiento de diferentes estrategias de acuerdo con los aportes recogidos, se tendrán elementos fundamentales para el establecimiento de una propuesta de enseñanza del estilo crol para la continuidad deportiva durante la pandemia, lo que permite generar entrenamientos seguros a través de cumplir los lineamientos y normativas de prevención de contagios, la complejidad de los ejercicios y la corrección de errores técnicos, como la seguridad y confianza de los deportistas durante las prácticas, en respuesta a la necesidad de la continuidad deportiva.



Una vez que se tienen los resultados determinados en estrategias, se puede desarrollar la propuesta de enseñanza del estilo crol para la continuidad deportiva durante la pandemia; para esto, se deben señalar algunas consideraciones como que la pandemia ha generado un redescubrimiento del rol del entrenador, debido a que debe considerar nuevas estrategias de enseñanza con la finalidad de consolidar diferentes exigencias y garantizar la integridad del deportista.

Las formas de enseñanza en el entrenador son primordiales al momento de transmitir sus conocimientos en función a los objetivos planificados, es decir, que si se desea llegar a la perfección de la técnica es fundamental que el deportista comprenda lo que quiere el entrenador; esto, sin dudas, va acompañado de las interacciones positivas y la motivación como la cordialidad, respeto, consideración, sugerencias, orientaciones, exaltación, entre otras, que se generen a través de las estrategias de enseñanza deportiva.

Cabe considerar que, si se quiere mejorar la técnica y la táctica del estilo crol, se debe planificar un sinnúmero de ejercicios y actividades y cada uno de estos deberá ser plantado con la adecuada estrategia de enseñanza. La crisis sanitaria provocada por la Ccovid-19 es un verdadero reto para el entrenador, por lo que se deben establecer lineamientos o estándares a seguir debido a las diferentes realidades vividas en los entrenamientos, para determinar alternativas que se deben considerar en mayor o en menor porcentaje.

En la tabla 2, se observan el contenido y la metodología de enseñanza realizados en las reuniones permanentes con los deportistas antes y después de los entrenamientos y el cruce de estrategias planteadas para la práctica segura del estilo crol (Tabla 2).

**Tabla 2.** - Reuniones permanentes con los deportistas antes y después de los entrenamientos

Contenido	Método de enseñanza	Práctica segura
<b>Teóricos: Reglamentación y descripción técnica</b>	Explicativa autoevaluación	Utilizar mascarilla en todo momento en las áreas secas
		Distanciamiento de dos metros en todas las áreas de la piscina
		No asistir a los entrenamientos si se encuentra con síntomas de Covid -19
		Ingresar por el área de desinfección y toma de temperatura
		Evitar el contacto con superficies no desinfectadas
		Respetar la señalética en la piscina.

En la tabla 3, se observan el contenido y la metodología de enseñanza realizados en las charlas cortas con los deportistas durante los entrenamientos y el cruce de estrategias planteadas para la práctica segura del estilo crol (Tabla 3).



**Tabla 3.** - Charlas cortas con los deportistas durante los entrenamientos

Contenido	Método de enseñanza	Práctica segura
<b>Descripción técnica, táctica y estrategia.</b>	Explicativa	Distanciamiento de dos metros en todas las áreas de la piscina
	Correctivas	Mantenerse en el área establecida para su entrenamiento
	Simulaciones	Utilizar equipos deportivos personales.
	Comparación	
	Observación	

En la tabla 4, se observan el contenido y la metodología de enseñanza realizados en el diseño de series de actividades con volumen, intensidad y descansos modificables de acuerdo con la necesidad presentada y el cruce de estrategias planteadas para la práctica segura del estilo crol (Tabla 4).

**Tabla 4.** - Diseño de series de actividades con volumen, intensidad y descansos modificables de acuerdo con la necesidad presentada

Contenido	Método de enseñanza	Práctica segura
<b>Posición: alineación horizontal y lateral</b>	Control	Distanciamiento de dos metros en todas las áreas de la piscina
	Evaluación	
<b>Respiración</b>	Correctivas	Desinfectar materiales y equipos de entrenamiento después de su utilización.
<b>Brazos: coordinación, entrada y extensión, barridos, propulsión y recobro</b>		Evitar el contacto con superficies no desinfectadas.
		Mantenerse en el área establecida para su entrenamiento.
<b>Piernas: trayectorias, amplitud de patada y acción lateral</b>		Utilizar equipos deportivos personales.
		Respetar la señalética en la piscina.
<b>Coordinación brazo-piernas: batido 6, 2</b>		

En la tabla 5, se observan el contenido y la metodología de enseñanza realizados en la práctica de actividades con aplicación de diferentes tipos de enseñanza de acuerdo con las necesidades y el cruce de estrategias planteadas para la práctica segura del estilo crol (Tabla 5).





**Tabla 5.** - Práctica de actividades con aplicación de diferentes tipos de enseñanza de acuerdo con las necesidades y requerimientos

Contenido	Método de enseñanza	Práctica segura
<b>Posición: alineación horizontal y lateral</b>	Explicativa	Distanciamiento de dos metros en todas las áreas de la piscina.
<b>Respiración</b>	Demostrativa	
<b>Brazos: coordinación, entrada y extensión, barridos, propulsión y recobro</b>	Correctiva	Desinfectar materiales y equipos de entrenamiento después de su utilización.
<b>Piernas: trayectorias, amplitud de patada y acción lateral</b>	Simulación	
<b>Coordinación brazo-piernas: batido 6, 2</b>	Observación	Evitar el contacto con superficies no desinfectadas.
	Comparativa	Mantenerse en el área establecida para su entrenamiento
	Descriptiva	Utilizar equipos deportivos personales.
	Control	
	Evaluación	
	Autoevaluación	

En la tabla 6, se observan el contenido y la metodología de enseñanza realizados en la Corrección de técnicas y estrategias de estilo crol y el cruce de estrategias planteadas para la práctica segura (Tabla 6).

**Tabla 6.** - Corrección de técnicas y estrategias de estilo crol

Contenido	Método de enseñanza	Práctica segura
<b>Posición: alineación horizontal y lateral</b>	Explicativa	Distanciamiento de dos metros en todas las áreas de la piscina.
<b>Respiración</b>	Demostrativa	
<b>Brazos: coordinación, entrada y extensión, barridos, propulsión y recobro.</b>	Correctiva	Mantenerse en el área establecida para su entrenamiento.
<b>Piernas: trayectorias, amplitud de patada y acción lateral.</b>	Simulación	
<b>Coordinación brazo-piernas: batido 6, 2</b>	Observación	Utilizar equipos deportivos personales.
	Comparativa	
	Descriptiva	
	Control	
	Evaluación	
	Autoevaluación	

Esta propuesta garantiza el retorno de entrenamientos seguros, se plantean los mismos contenidos que se desarrollan en las planificaciones del estilo crol; la aplicación de estas recomendaciones precautelaré la salud de los deportistas y entrenadores.



## CONCLUSIONES

La pandemia ha permitido que los entrenadores deportivos valoren más a sus deportistas, definiendo protocolos propios de seguridad y buscando nuevas formas y estilos de enseñanza, pero el ambiente acuático no permite el uso de mascarillas, ante esto la propuesta asegura la tranquilidad durante las prácticas.

La propuesta desarrollada en este estudio permitirá ser aplicada en los entrenamientos del estilo crol y, sin duda, en todos los entrenamientos de las disciplinas del medio acuático en el contexto de la pandemia, con lo que se aportará de forma directa, como un documento práctico de utilidad a los entrenadores para la enseñanza segura.

Sin duda el retorno a los entrenamientos presenciales permitirá retomar la condición física, técnica y táctica de los deportistas, seguir estas recomendaciones abrirá las puertas de la continuidad y la progresión para obtener el tan deseado logro deportivo competitivo.

## REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Álvarez Rojas, C., Carlín Chávez, E. y Gutiérrez Cruz, M. (2020). El entrenamiento de los fundamentos técnicos del estilo crol en los nadadores de 10-12 años. *Deportiva*, 17(43), 115-128. <https://www.deportiva.uho.edu.cu/index.php/deportiva/article/view/585/1575>
- Chicaiza, J. del R., Chimba Santillán, A. N., Córdor Chicaiza, M. G., Romero Obando, M. F. y Posso Pacheco, R. J. (2021). Desarrollo de proyectos interdisciplinarios en la educación remota ecuatoriana. *Revista EDUCARE - UPEL-IPB - Segunda Nueva Etapa 2.0*, 25(2), 306-321. <https://doi.org/10.46498/reduipb.v25i2.1527>
- Comité de Operaciones de Emergencia del Ecuador. (2021). Resolución COE Nacional 01 de abril de 2021. Quito, Ecuador. 01 de abril de 2021. <https://www.gestionderiesgos.gob.ec/wp-content/uploads/2021/04/Resoluciones-01-de-abril.pdf>
- Córdor Chicaiza, J., Chimba Santillán, A., Córdor Chicaiza, M., Romero Obando, M. y Posso Pacheco, R. (2021). Desarrollo de proyectos interdisciplinarios en la educación remota ecuatoriana. *Revista EDUCARE - UPEL-IPB - Segunda Nueva Etapa 2.0*, 25(2), 306-321. <https://doi.org/10.46498/reduipb.v25i2.1527>
- Córdor Chicaiza, M., Córdor Chicaiza, J. y Posso Pacheco, R. J. (2021). Propuesta educativa para el desarrollo personal y social de los adolescentes en la pandemia. *Revista científica Olimpia*, 18(3), 15-27. <https://revistas.udg.co.cu/index.php/olimpia/article/view/2714>
- Infante, F. P. (2020). *Plan de acción para deportistas en tiempos de COVID-19. Rugby Chile*. <https://www.rugbychile.cl/wp-content/uploads/2020/03/Plande-accio%CC%81n-para-deportistas-en-tiempos-de-COVID-19.pdf.pdf>
- Londoño, M. L. (2017). Estrategia para mejorar el tiempo de arrancada del estilo espalda en la natación escolar. *Lecturas: Educación Física y Deportes, Revista Digital*. (229), 1-13. [https://www.researchgate.net/profile/Mario-Vaca-Garcia/publication/319349486\\_Estrategia\\_para\\_mejorar\\_el\\_tiempo\\_de\\_arranca](https://www.researchgate.net/profile/Mario-Vaca-Garcia/publication/319349486_Estrategia_para_mejorar_el_tiempo_de_arranca)



da\_del\_estilo\_espalda\_en\_la\_natacion\_escolar  
/links/59a626344585156873cd8a3c/Estrategia-para-mejorar-el-tiempo-de-  
arrancada-del-estilo -espalda-en-la-natacion-escolar.pdf

Marcillo Ñacato, J. C., Otáñez Enríquez, N. R., Carrera Toapanta, P. F. y Posso Pacheco, R. J. (2021). Desafío del entrenamiento en la pandemia: Una mirada prospectiva desde lo pedagógico. *Revista científica Olimpia*, 18(3), 64-76. <https://revistas.udg.co.cu/index.php/olimpia/article/view/2718>

Molina Prendes, N., & Mejías Herrera, M. L. (2020). Impacto social de la COVID-19 en Brasil y Ecuador: donde la realidad supera las estadísticas. *EDUMECENTRO*, 12(3), 277-283. [http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S2077-28742020000300277](http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2077-28742020000300277)

Municipio del Distrito Metropolitano de Quito. (2020). Resolución No. A071. Autorización de reapertura de gimnasios y centros de entrenamiento. Quito, Ecuador, 8 de octubre de 2020. [https://www.quito.gob.ec/documents/covid19/resolucion\\_a071.pdf](https://www.quito.gob.ec/documents/covid19/resolucion_a071.pdf)

Organización Mundial de la Salud. (2020). Brote de enfermedad por coronavirus (COVID-19): orientaciones para el público. Ginebra. OMS. <https://www.who.int/es/emergencias/diseases/novel-coronavirus-2019/advice-for-public>

Pinto, A. J., Dunstan, D. W., Owen, N., Bonfá, E., & Gualano, B. (2020). Combating physical inactivity during the COVID-19 pandemic. *Nature Reviews Rheumatology*, 1-2. <https://www.nature.com/articles/s41584-020-0427-z.pdf?origin=ppub>

Posso-Pacheco, R., Barba-Miranda, Laura Cristina, Rodríguez-Torres, Ángel Freddy, Núñez-Sotomayor, Luis Fernando Xavier, Ávila-Quinga, Carlos Efrén, & Rendón-Morales, Pablo Anthony. (2020). An Active Microcurricular Learning Model: A Guide to Classroom Planning for Physical Education. *Revista Electrónica Educare*, 24(3), 294-311. <https://dx.doi.org/10.15359/ree.24-3.14>

Posso Pacheco, R., Otáñez Enríquez, J., Paz Viteri, S., Ortiz Bravo, N. y Núñez Sotomayor, L. (2020). Por una Educación Física virtual en tiempos de COVID. *Podium. Revista de Ciencia y Tecnología en la Cultura Física*, 15(3), 705-716. [http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1996-24522020000300705&lng=es&tlng=es](http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1996-24522020000300705&lng=es&tlng=es).

Posso Pacheco, R. J., Barba Miranda, L. C., & Otáñez Enríquez, N. R. (2020). El conductismo en la formación de los estudiantes universitarios. *Revista EDUCARE - UPEL-IPB - Segunda Nueva Etapa 2.0*, 24(1), 117-133. <https://doi.org/10.46498/reduipb.v24i1.1229>

Posso Pacheco, R. J., & Bertheau, E. L. (2020). Validez y confiabilidad del instrumento determinante humano en la implementación del currículo de educación física. *Revista EDUCARE - UPEL-IPB - Segunda Nueva Etapa 2.0*, 24(3), 205-223. <https://doi.org/10.46498/reduipb.v24i3.1410>



- Posso Pacheco, R., Marcillo Ñacato, J. y Bedón Noboa, E. (2021). Las tecnologías de la Información y comunicación como alternativa para el entrenamiento en la pandemia. *Revista Científica Olimpia*, 17(2), 1090-1100. <https://revistas.udg.co.cu/index.php/olimpia/article/view/2682>
- Posso Pacheco, R. J., Barba Miranda, L. C., Marcillo Ñacato, J. C. y Beltrán Vásquez, S. J. (2021a). Educación Física Interdisciplinaria ecuatoriana en el contexto de la covid-19. *Acción*, 17, 1-5. <http://accion.uccfd.cu/index.php/accion/article/view/154>
- Posso Pacheco, R., Otáñez Enríquez, N., Cóndor Chicaiza, J., Cóndor Chicaiza, M. y Lara Chala, L. (2021b). Educación Física remota: juegos motrices e inteligencia kinestésica durante la pandemia COVID-19. *PODIUM -Revista de Ciencia y Tecnología en la Cultura Física*, 16(2), 564-575. <https://podium.upr.edu.cu/index.php/podium/article/view/1096>
- Posso Pacheco, R. J., Pereira Valdez, M. J., Paz Viteri, B. S., y Rosero Duque, M. F. (2021). Gestión educativa: factor clave en la implementación del currículo de educación física. *Revista Venezolana De Gerencia*, 26(5), 232-247. <https://doi.org/10.52080/rvgluz.26.e5.16>
- Presidencia de la República del Ecuador. (2020). Decreto Ejecutivo No. 1017. Estado de excepción por emergencia sanitaria. Quito, Ecuador, 16 de marzo de 2020. [https://www.propiedadintelectual.gob.ec/covid\\_19/files/Decreto\\_Ejecutivo\\_No.\\_1017\\_20200216213105.pdf](https://www.propiedadintelectual.gob.ec/covid_19/files/Decreto_Ejecutivo_No._1017_20200216213105.pdf)
- Rojas, A. R., Neira, D. J. M., Pinargoti, A. M. R., Estupiñán, A. A. P., López, L. W. L., & González, D. R. I. (2020). *Iniciación, etapas de desarrollo y preparación física en la natación y sus beneficios en el campo deportivo*. Grupo de Capacitación e investigación Pedagógica. [https://www.researchgate.net/profile/David-Izurieta-2/publication/343360550\\_Iniciacion\\_etapas\\_de\\_desarrollo\\_y\\_preparacion\\_fisica\\_en\\_la\\_natacion\\_y\\_sus\\_beneficios\\_en\\_el\\_campo\\_deportivo\\_2020/links/5f32c1c1a6fdccc43c1e2d7/Iniciacion-etapas-de-desarrollo-y-preparacion-fisica-en-la-natacion-y-sus-beneficios-en-el-campo-deportivo-2020.pdf](https://www.researchgate.net/profile/David-Izurieta-2/publication/343360550_Iniciacion_etapas_de_desarrollo_y_preparacion_fisica_en_la_natacion_y_sus_beneficios_en_el_campo_deportivo_2020/links/5f32c1c1a6fdccc43c1e2d7/Iniciacion-etapas-de-desarrollo-y-preparacion-fisica-en-la-natacion-y-sus-beneficios-en-el-campo-deportivo-2020.pdf)
- Secretaría del Deporte del Ecuador. (2020). Lineamientos de deporte formativo en el marco del COVID19. Quito, SDE. [https://www.gestionderiesgos.gob.ec/wp-content/uploads/2020/08/MANUAL-Deporte-en-formaci%C3%B3n-1\\_compressed.pdf](https://www.gestionderiesgos.gob.ec/wp-content/uploads/2020/08/MANUAL-Deporte-en-formaci%C3%B3n-1_compressed.pdf)
- Tascón, M. G. (2020). *Covid-19 y el "otro gran invisible" del deporte: el equipamiento deportivo*. AgesSoprt. <https://www.agesport.org/covid-19-y-el-otrogran-invisible-del-deporte-el-equipamiento-deportivo/>



**Conflicto de intereses:**

El autor declara no tener conflictos de intereses.

**Contribución del autor:**

**Pilca Bermudes Héctor Raúl:** Concepción de la idea 100 %, búsqueda y revisión de literatura 100 %, confección de instrumento 100 %, aplicación de instrumento 100 %, recopilación de la información resultado del instrumento aplicado 100 %, análisis 100 %, confección de tablas, gráficos e imágenes 100 %, confección de base de datos 100 %, asesoramiento general por la temática abordada 100 %, corrección del artículo 100 %, traducción de términos o información obtenida 100 %, revisión de la aplicación de la norma bibliográfica aplicada 100 %.



This work is licensed under a Creative Commons Attribution-NonCommercial 4.0 International license  
Copyright (c) 2022 Héctor Raúl Pilca Bermudes

