

# Transversalidad socioemocional en la educación física post-COVID-19: una oportunidad para el trabajo permanente de la corporeidad

<sup>1</sup>Beltrán Pérez, Felipe de Jesús

Secretaría de Educación de Gobierno del Estado de San Luis Potosí

## Resumen

Se presenta una revisión teórica sobre la perspectiva de gestión socioemocional en el ámbito educativo ante el posible regreso a clases presenciales en México, puesto que las experiencias adquiridas durante el confinamiento social y las medidas emergentes para este retorno, demandan un currículo flexible y transversal que favorezca el proceso adaptativo post COVID-19 de los actores educativos; en este sentido, en la asignatura de educación física, se identifica la oportunidad de coadyuvar con la atención de dicha necesidad, mediante el trabajo permanente de la corporeidad como componente pedagógico transversal de la educación socioemocional.

**Palabras Clave:** corporeidad, educación física, post COVID-19, transversalidad socioemocional.

## Abstract

A theoretical review is presented on the perspective of socioemotional management in the educational field in view of the possible return to on-site classes in Mexico, since the experiences acquired during the social confinement and the emerging measures for this return, demand a flexible and transversal curriculum that favors the post COVID-19 adaptive process of the educational actors; in this sense, in the subject of physical education, the opportunity to contribute to the attention of this need is identified, through the permanent work of corporeality as a transversal pedagogical component of socioemotional education.

**Keys Words:** corporeality, physical education, post COVID-19, socioemotional transversality.

## I. Introducción

El confinamiento social a causa de COVID-19 trajo consigo desafíos educativos, entre los que se encuentra el trabajo a distancia y la priorización de contenidos. El posible regreso a clases presenciales en México permite reflexionar sobre las condiciones que han de

procurar los actores educativos para favorecer el recibimiento y adaptación de los educandos en esta etapa, “reconocer esta diversidad de vivencias y experiencias es crucial a la hora de comenzar a preparar a nuestros equipos docentes: ellos también han cambiado” (UNICEF, 2020, p. 10)

Así entonces, “el Sistema Educativo Nacional se ha enfrentado a un desafío sin precedentes, implementando clases a distancia ante el cierre temporal de las escuelas, impactando tanto la conclusión del ciclo escolar 2019-2020 como en el actual ciclo 2020-2021” (INEGI, 2021), procurando atender las medidas sanitarias en beneficio de nuestra salud pública. Sin embargo, no se debe olvidar que los niños, niñas, jóvenes y adolescentes, se han encontrado de tiempo completo en sus hogares y conviviendo con tutores o cuidadores, algunos cumpliendo con los requerimientos escolares, pero otros casos vulnerables ante la desigualdad social, lo cierto es que, todos han sufrido cambios en su respectiva rutina y por lo tanto en sus emociones, elemento a considerar por los diferentes actores educativos ante un próximo regreso a las aulas.

Las autoridades educativas prevén en un primer momento el regreso a clases presenciales en la educación básica antes de culminar el ciclo escolar 2020-2021, si es que la situación sanitaria lo permite. Es ineludible un trabajo conjunto del profesorado para contener, educar y desarrollar habilidades socioemocionales de los alumnos para la etapa post COVID-19. En ese sentido, la asignatura de educación física como “forma de intervención pedagógica que contribuye a la formación integral de niñas, niños y adolescentes al desarrollar su motricidad e integrar su corporeidad” (SEP, 2017a, p. 161), tiene también el compromiso de flexibilizar su orientación hacia objetivos prioritarios que le permitan contribuir con el tratamiento de los temas emergentes que acontecen la realidad educativa; uno de estos es, favorecer en los alumnos la inclusión a las escuelas tras la

Beltrán Pérez, Felipe de Jesús

Se presenta en este documento de revisión teórica, la propuesta de ampliar transversalmente el componente pedagógico “integración de la corporeidad” en la asignatura educación física, partiendo de que, entre sus bondades se encuentra el fomento para que los alumnos puedan reconocerse a sí mismos, además, de generar expresión con relación a sus sentimientos. Lo anterior, abre la ventana a revalorizar el enfoque corpóreo en la educación

y específicamente ampliar su visión en la educación física para contribuir transversalmente a la atención de desarrollar y fortalecer las habilidades socioemocionales necesarias para afrontar la etapa post COVID-19.

## **II. El desafío del profesorado de la educación básica tras el asentamiento de COVID-19 en México**

Los coronavirus son una familia de virus que causan enfermedades, desde el resfriado común hasta enfermedades respiratorias más graves, y circulan entre humanos y animales. El coronavirus SARS-CoV2 ocasionó la enfermedad infecciosa COVID-19, que fue declarada pandemia global (Gobierno de México [coronavirus], s.f) y la cual se propaga principalmente a través de las gotículas de saliva o las secreciones nasales que se generan cuando una persona infectada tose o estornuda.

La Organización Mundial de la Salud (2010) definió como pandemia a “la propagación mundial de una nueva enfermedad. Se produce una pandemia de gripe cuando surge un nuevo virus gripal que se propaga por el mundo y la mayoría de las personas no tienen inmunidad contra él”. La pandemia ocasionada por COVID-19, generó consecuencias en la actualidad social; en México, la Secretaría de salud mediante su informe técnico diario del 2 de abril de 2021, dio a conocer que a esa fecha se contaba con 2 millones 247 mil 357 casos confirmados en este país y 203 mil 854 muertes.

Es primordial destacar que si bien la propagación COVID-19 se dio de una manera alarmante en nuestro país como en el resto del mundo, también el confinamiento social generado como medida preventiva ha creado focos de atención en el ámbito psicosocial, pues enfrentar una realidad de desempleo, pérdidas familiares, déficit económico, modificación en hábitos de sueño y la mediatización en tiempos de pandemia, por mencionar sólo algunas de las situaciones de nuestra actualidad, que, sin duda alguna ha afectado las emociones de la sociedad en general.

La actualización 2020 del diccionario de la Lengua Española (Real Academia Española) define como emoción a la “alteración del ánimo intensa y pasajera, agradable o penosa, que va acompañada de cierta conmoción somática”, asimismo, el experto en inteligencia emocional Goleman (2012), refiere las emociones como “un sentimiento y a los

pensamientos, los estados biológicos, los estados psicológicos y el tipo de tendencia a la acción que lo caracterizan” (p. 4320). Por su parte Obiols y Bisquerra (2006) detallan que la emoción incluye tres componentes:

1. Componente Neurofisiológico: se manifiesta en respuestas como la taquicardia, la sudoración, la vasoconstricción, la hipertensión, el tono muscular, el rubor, la sequedad de boca, cambios en los neurotransmisores, secreciones hormonales, la respiración, etc. Todas estas son respuestas involuntarias.
2. Componente Conductual: la observación del comportamiento de un individuo permite inferir qué tipo de emociones está experimentando. Las expresiones faciales, el lenguaje no verbal, el tono de la voz, el ritmo, los movimientos del cuerpo, etc., aportan señales de bastante precisión sobre el estado emocional.
3. Componente cognitivo: el componente cognitivo o vivencia subjetiva es lo que a veces se denomina sentimiento. Sentimos angustia, rabia y muchas otras emociones. (p. 26)

Para autores como Steiner y Perry (1997) las emociones pueden gestionarse, surgiendo así el concepto de educación emocional, donde el educador debe dirigirse al desarrollo de tres capacidades básicas: “la capacidad para comprender las emociones, la capacidad para expresarlas de una manera productiva y la capacidad para escuchar a los demás y sentir empatía respecto de sus emociones”; en este sentido, la Secretaría de Educación Pública (SEP) ha promovido el rol del docente como sujeto activo en la enseñanza de la gestión emocional, refiriendo que:

La Educación Socioemocional es un proceso de aprendizaje a través del cual los niños y los adolescentes trabajan e integran en su vida los conceptos, valores, actitudes y habilidades que les permiten comprender y manejar sus emociones, construir una identidad personal, mostrar atención y cuidado hacia los demás, colaborar, establecer relaciones positivas, tomar decisiones responsables y aprender a manejar situaciones retadoras, de manera constructiva y ética. Tiene como propósito que los estudiantes desarrollen y pongan en práctica herramientas fundamentales para generar un sentido de bienestar consigo mismos y hacia los demás, mediante experiencias, prácticas y rutinas asociadas a las actividades escolares (p. 518)

Ante el escenario de un próximo regreso a clases presenciales, la figura docente será sin duda el actor educativo clave para promover en el alumnado la gestión emocional, tomando como referente en un primer momento el currículo de educación socioemocional implementado por la SEP en 2017; asimismo, entre las consideraciones de la Organización Panamericana de la Salud (OPS) de 2020, se sugiere que, para el regreso a clases debe ayudarse al alumnado a encontrar maneras positivas de expresar sus sentimientos, previendo además que los niños observarán los comportamientos y emociones de los adultos para buscar señales que les indiquen cómo manejar sus propias emociones en los momentos difíciles, y considerando que la UNICEF (2020), declara que “los docentes tienen que estar preparados para apoyar el aprendizaje socioemocional de los estudiantes, proporcionarles los primeros auxilios psicológicos necesarios e implementar las medidas necesarias para una vuelta segura a las aulas” (p. 16) por ello, es importante que el profesorado cuente con los conocimientos teórico-prácticos que le permitan a los alumnos desenvolverse de manera proactiva y positiva favoreciendo sus habilidades socioemocionales.

Desde finales de 2020, la OMS ha difundido recomendaciones sobre la actividad física ante los estragos físicos, emocionales y sociales, destacando de esta manera la relevancia de la asignatura de educación física en el ámbito escolar, toda vez que la educación física, “genera interacciones emocionales, afectivas y sociales, desencadenando la comprensión y la relación del sujeto frente a determinadas actividades” (Obregón, Martínez, Cresp, Arellano y Vargas, 2015, p. 44)

Según la SEP (2017a), la educación física “es una forma de intervención pedagógica que contribuye a la formación integral de niñas, niños y adolescentes al desarrollar su motricidad e integrar su corporeidad”, delimitando su finalidad a la edificación de la competencia motriz, sin embargo, los propósitos logran que la asignatura tenga mayores alcances en esta etapa social donde nos preparamos para la etapa post confinamiento, lo que abre una oportunidad de fortalecer más aun el área de la corporeidad, lo que Alicia Grasso denominó en 2001 “el aprendizaje no resuelto de la educación física”

Desde 2003, los programas de educación física emitidos por la SEP han abordado la corporeidad como un elemento de intervención puntual y permanente, sin embargo su comprensión ha sido todo un desafío para el profesorado, a lo que la conceptualización de

corporeidad ha ido evolucionando, destacando que en 2017 ya es expuesta la definición como “una construcción permanente que las personas hacen de sí; una unidad que fusiona la parte física y funcional del cuerpo con lo cognitivo, afectivo, emocional, actitudinal, social y cultural” (p. 175), declarando además que la salud es un tema transversal de la educación física, siendo de relevancia entonces para la asignatura, no sólo la competencia motriz, sino además el bienestar físico, emocional y social del alumnado.

### **III. La educación física como espacio favorecedor de habilidades socioemocionales**

La asignatura de educación física tiene como principal aportación la competencia motriz, con la premisa aplicativa de los conocimientos declarativos, procedimentales y estratégicos, sin embargo cada uno de estos lleva un elemento implícito, el conocimiento actitudinal, donde suele mostrarse tendencias emocionales acorde a la situación presentada, y desde luego estas son complementarias para edificar la competencia motriz, y sobre todo de relevancia en este escenario de adaptación post COVID-19, a fin de retomar el saber hacer, saber actuar y saber desempeñarse.

Es primordial señalar, que la conformación curricular de actualidad, privilegia la educación física como asignatura transversal a la salud, elemento multifactorial que vincula a los actores educativos para lograr ampliar la cultura física mediante el bienestar físico, emocional y social, pues en su naturaleza lúdica, genera espacios motivadores para la participación de que cada uno de los participantes, disfrute de las actividades de la sesión.

La educación física se encuentra estrechamente vinculada con las emociones y el docente apela a estas para favorecer la experiencia motriz, sin embargo, los alcances permiten además generar “un espacio donde el alumnado se implica en todas sus dimensiones (física-motriz, mental, afectiva y social)” (Mujica, Orellana y Cocha, 2017, p. 121), y por lo tanto representa un campo para fomentar la educación emocional, puesto que teniendo al juego como aliado, el alumnado se conceptualiza a sí mismo, se desarrolla con sus compañeros de clase y con su entorno.

En este sentido “La transversalidad Socioemocional requiere, para ser más efectiva, que haya oportunidades de trabajar las cinco dimensiones socioemocionales las cuales son,

(autoconocimiento, autorregulación, autonomía, empatía y colaboración)” (SEP, 2017b, p. 523), resultando la asignatura de educación física, el espacio ideal donde la socialización del alumnado de una manera más abierta, favorece la expresión de las emociones pero sobre todo amplía la función del profesor, quien si bien tiene orientaciones didácticas específicas, tiene también la oportunidad de promover actitudes y valores.

De acuerdo al plan curricular de educación socioemocional y tutoría (SEP, 2017b), este tiene un espacio de 30 minutos de trabajo lectivo a la semana en nivel primaria y una hora a la semana en el nivel secundaria, procurando la construcción de la identidad, la comprensión y regulación de las emociones, y el establecimiento de relaciones interpersonales, de manera muy similar al enfoque corpóreo de la educación física, pero a diferencia de este, se propone el trabajo de 5 dimensiones, en la que cada una contiene indicadores de logro, siendo estos los siguientes:

Autoconocimiento: atención, conciencia de las propias emociones, autoestima, aprecio y gratitud y bienestar

Autorregulación: metacognición, expresión de las emociones, regulación de las emociones, autogeneración de las emociones y perseverancia.

Autonomía: Bienestar y trato digno hacia otras personas, toma de perspectiva en situaciones de desacuerdo o conflicto, reconocimiento de prejuicios asociados a la diversidad, sensibilidad hacia las personas y grupos que sufren exclusión o discriminación y cuidado de otros seres vivos y de la naturaleza.

Colaboración: comunicación asertiva, responsabilidad, inclusión, resolución de conflictos e interdependencia. (p. 538)

Si bien mediante dicho plan se pueden trabajar las dimensiones socioemocionales con sus respectivos indicadores, la sesión de educación física es un espacio que ofrece grandes posibilidades de desarrollo y aplicación de las habilidades para el saber desempeñarse y saber convivir. La práctica pedagógica de la educación física procura de manera permanente identificar y promover las motivaciones necesarias para que el alumnado muestre actitudes, valores y necesidades, y es a través de su componente “integración de la corporeidad” que puede abordarse de manera permanente y transversal a la gestión de las emociones ante el proceso de adaptación post COVID-19.

## IV. Conclusiones

La presencia de COVID-19 en México, así como en el resto del mundo, ha causado nuevas maneras de pensar y de reflexionar sobre el quehacer educativo, así como los factores sociales a los que el alumnado se ha sometido en esta etapa de confinamiento. El panorama que espera a los actores educativos en la post pandemia, demanda que el profesorado se encuentre preparado para implementar relaciones constructivas y responder positivamente a los desafíos de su contexto escolar, con especial atención al desarrollo socioemocional, reconocido como el “elemento clave para el aprendizaje” (SEP, 2021, p. 10)

La asignatura de educación física al ser transversal con la salud, aporta desde luego beneficios físicos debido a su competencia motriz, sin embargo sus alcances son más amplios, pues “La salud es un estado de completo bienestar físico, mental y social, y no solamente la ausencia de afecciones o enfermedades” (OMS, 2006, p. 1), hecho que brinda la oportunidad para que el profesorado de esta asignatura, asuma la “integración de la corporeidad” como un componente permanente durante sus sesiones, armonizando con este los indicadores del plan de educación socioemocional, a fin de proveer ambientes de aprendizaje y convivencia con actitudes de participación asertiva en la etapa post COVID-19.

Finalmente, cabe destacar que al referir la asignatura de educación física como un espacio sumamente valioso para favorecer las habilidades socioemocionales, no debe limitarse a la idea de que este sea solo responsabilidad del educador físico, sino que la naturaleza del enfoque corpóreo fortalece la transversalidad curricular en el desarrollo de la educación socioemocional, hecho que coadyuva con trabajo colaborativo de toda la

Beltrán Pérez, Felipe de Jesús

is condiciones de aprendizaje.

## Referencias bibliográficas

Aguilar, C. y López, J. (2019). Cuerpo, corporeidad y educación, una mirada reflexiva desde la educación física, *Federación Española de Asociaciones de Docentes de Educación Física* (FEADEF), 35. Recuperado en: <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=6761710>



- AprendemosJuntos (5 de noviembre de 2018). Versión Completa. Los beneficios de la inteligencia emocional para nuestros hijos. Daniel Goleman [archivo de video]. Youtube. <https://www.youtube.com/watch?v=k6Op1gHtdoo>
- CEPAL (2020). La educación en tiempos de la pandemia de COVID-19, Informe COVID-19 CEPAL-UNESCO. Recuperado en [https://repositorio.cepal.org/bitstream/handle/11362/45904/1/S2000510\\_es.pdf](https://repositorio.cepal.org/bitstream/handle/11362/45904/1/S2000510_es.pdf)
- Gobierno de México, Coronavirus (s.f.). COVID-19, ¿qué es el coronavirus? Recuperado el 8 de abril de 2021 de <https://coronavirus.gob.mx/covid-19/>
- Goleman, D. (2012). *Inteligencia emocional*. Barcelona: Kairós.
- González, A. y González, C. (2010). Educación física desde la corporeidad y la motricidad, *Revista Hacia la Promoción de la Salud*, 15 (2). Recuperado de: <http://www.scielo.org.co/pdf/hpsal/v15n2/v15n2a11.pdf>
- Hall, J. y Ochoa-Martínez, P. (2020). Enseñanza virtual en educación física en primaria en México y la pandemia por COVID-19. *Revista Ciencias de la Actividad Física UCM*, 21 (2). DOI <https://doi.org/10.29035/rcaf.21.2.4>
- Jiménez, C. (2020). Impacto de la Pandemia por SARS-CoV2 sobre la Educación. *Revista electrónica Educare*, 24 (1). DOI: <https://doi.org/10.15359/ree.24-S.1>
- Mujica, F., Orellana, N. y Concha, R. (2017). Emociones en la clase de educación física: revisión narrativa (2010-2016), Universidad de Valladolid. Recuperado en <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=6011677>
- Murillo, F. y Duk, C. (2020). El covid-19 y las brechas educativas, *Revista Latinoamericana de Educación Inclusiva*, 14 (1). DOI: <http://dx.doi.org/10.4067/S0718-73782020000100011>
- INEGI (2021). Encuesta para la medición del impacto COVID-19 en la educación (ECOVIED). Recuperado de [https://www.inegi.org.mx/contenidos/investigacion/ecovided/2020/doc/ecovid\\_ed\\_2020\\_presentacion\\_resultados.pdf](https://www.inegi.org.mx/contenidos/investigacion/ecovided/2020/doc/ecovid_ed_2020_presentacion_resultados.pdf)

Obregón, C., Martínez, C., Cresp, M., Arellano, R. y Vargas, R. (2015). Formación inicial docente, teorías y paradigmas en educación física, *Revista Ciencias de la Actividad Física*, 16 (2). Recuperado de <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=525652731008>

Obiols, M. y Bisquerra, R. (2006). *Emoción y conflicto: aprender a manejar las emociones*. Barcelona: Paidós.

OMS. (2020a). COVID-19: cronología de la actuación de la OMS. Recuperado de <https://www.who.int/es/news-room/detail/27-04-2020-who-timeline---covid-19>

OMS (2010). ¿Qué es una pandemia? Recuperado de [https://www.who.int/csr/disease/swineflu/frequently\\_asked\\_questions/pandemic/es/](https://www.who.int/csr/disease/swineflu/frequently_asked_questions/pandemic/es/)

OMS (2006). Constitución de la Organización Mundial de la Salud (suplemento de la 45ª Edición). Recuperado de [https://www.who.int/governance/eb/who\\_constitution\\_sp.pdf](https://www.who.int/governance/eb/who_constitution_sp.pdf)

OPS (2020). Consideraciones psicosociales y de salud mental durante el brote de COVID-19. Recuperado de <https://www.paho.org/sites/default/files/2020-03/smmaps-coronavirus-es-final-17-mar-20.pdf>

Beltrán Pérez, Felipe de Jesús  
Real Academia Española (2020). *Diccionario de la lengua española*, edición de tricentenario.

Rivas, M. y Avilés, D. (2020). *La motivación académica y el contacto socioemocional e estudiantes en el contexto de la pandemia*, Escuela de Psicología. Universidad Dr. José Matías Delgado, Recuperado de <http://www.redicces.org.sv/jspui/handle/10972/4228>

Secretaría de Salud [@SSalud\_mx]. (2 de abril de 2021). Comunicado técnico diario: nuevo coronavirus en el mundo [Tweet]. Twitter. <https://t.co/kNl2BxfJSQ?amp=1>

Steiner, V. y Perry, R. (1998). *La educación emocional*. Buenos Aires: Javier Vergara Editor.

SEP (2017a). *Aprendizajes clave para la educación integral, educación física, educación básica*. México: SEP.

SEP (2017b). *Aprendizajes clave para la educación integral, plan y programas de estudio para la educación básica*. México: SEP.

SEP (2021). *Consejo técnico, sesión ordinaria, guía de trabajo (5ª. Sesión), Dirección General de Gestión y Enfoque Territorial*. Recuperado de <https://educacionbasica.sep.gob.mx/multimedia/RSC/BASICA/Documento/202102/202102-RSC-Ke7rDRrmXK-GUAPPSQUINTASESINORDINARIACTEFEB-2021.pdf>

UNICEF (2020). El reencuentro en la vuelta a las clases presenciales, 5 desafíos, 5 propuestas. Recuperado de <https://www.unicef.org/argentina/media/8736/file/6%20-%20El%20Reencuentro%20en%20la%20vuelta%20a%20las%20clases%20presenciales.pdf>

UNICEF (2020). Notas de orientación sobre la reapertura de las escuelas en el contexto COVID-19 para los administradores y directores escolares en América Latina y el Caribe. Recuperado de <https://www.unicef.org/lac/media/14316/file>

UNICEF (2020). Regreso seguro a la escuela; una guía para la práctica. Recuperado en <https://en.unesco.org/sites/default/files/regreso-seguro-a-la-escuela-guia-para-la-practica.pdf>

Vivas, M. (2003). La educación emocional: conceptos fundamentales, *Sapiens Revista Universitaria de Investigación*, 4 (2). Recuperado en <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=41040202>