

## El modelo pedagógico de educación física relacionado con la salud. Una revisión sistemática siguiendo las directrices PRISMA

### Health-based physical education model. A systematic review according to PRISMA guidelines

David Díaz-Tejerina, Javier Fernández-Río

Universidad de Oviedo (España)

**Resumen.** La salud siempre ha sido un tema de especial interés para la humanidad. Buscando una forma efectiva de integrarla en el aula ha surgido el modelo pedagógico de educación física relacionado con la salud. El objetivo de este estudio ha sido realizar una revisión sistemática de toda la literatura científica que ha habido del modelo desde que Haerens et al sentaran sus bases en 2011, tanto de estudios meramente teóricos, como prácticos, desde primero de primaria hasta último curso del bachillerato (6-18 años). La metodología seguida ha sido en base a las directrices PRISMA, buscando los términos 'health-based physical education' AND 'pedagogical model' y 'educación física relacionada con la salud' AND 'modelo pedagógico' en las principales bases de datos (Web of Science, Scopus y Dialnet) entre los años 2011-2023. La evidencia científica del modelo pedagógico de educación física relacionado con la salud ha mostrado efectos positivos, así como un aumento de la motivación, un mayor conocimiento físico, un mejor análisis crítico de la actividad física, una mayor autonomía y una transferencia de aprendizajes fuera del aula. Consideramos que se hacen necesarios más estudios empíricos, así como la elaboración y validación de una herramienta que sirva para comprobar sus efectos.

**Palabras clave:** modelos pedagógicos, educación física, salud, etapa escolar, deporte.

**Abstract.** Health has always been a special subject of interest to humanity. Looking for an effective way to integrate it into the classroom, the pedagogical model of physical education based-health has emerged. The objective of this study has been to carry out a systematic review of all the scientific literature of the model since Haerens et al laid its foundations in 2011, both purely theoretical and empirical studies, from first grade to last year of high school (6-18 years). The methodology followed has been based on the Prisma method, looking for the terms 'health-based physical education' AND 'pedagogical model' and 'educación física relacionada con la salud' AND 'modelo pedagógico' in the main databases (Web of Science, Scopus and Dialnet) between 2011-2023. The scientific evidence of the pedagogical model of health-based physical education has shown positive effects such as increased motivation, greater physical knowledge, better critical analysis of physical activity, greater autonomy and a transfer of learning outside the classroom. We believe that more empirical studies are needed, as well as the development and validation of a tool to verify its effects.

**Keywords:** pedagogical models, physical education, health, school years, sport.

Fecha recepción: 22-07-23. Fecha de aceptación: 02-09-23

David Díaz-Tejerina

diaztejerina.david1992@gmail.com

### Introducción

La salud siempre ha sido un tema de especial interés a lo largo de la historia del ser humano. Desde los Asklepiad, adoradores de la deidad religiosa de Asclepio supuestamente capaz de restaurar la salud de las personas en la Grecia Antigua, a la neuro-medicina en la actualidad, y pasando por las figuras de Hipócrates y Avicena en el Renacimiento, que sentaron las bases del origen de las enfermedades con sus estudios en microbiología (Di Stefano, 2020). En el ámbito educativo también ha comenzado a ser hace unos años un tema muy relevante, y ha sido abordada de formas muy variadas. Sánchez Bañuelos (1996), Delgado y Tercedor (2002), Quennerstedt (2008) o Chillón (2010), son solo unos ejemplos de estas prácticas. Y es que, además, nuestra ley educativa actual, la Ley Orgánica 3/2020, de 29 de diciembre, por la que se modifica la Ley Orgánica 2/2006, de 3 de mayo, de Educación (LOMLOE) considera la salud un tema a tratar de forma transversal, en todas las asignaturas. Lo expone de la siguiente forma: "Sin perjuicio de su tratamiento específico en algunas de las materias de la etapa, la educación para la salud, incluida la afectivo-sexual, la educación emocional y en valores se trabajarán en todas las materias" (p.25).

Sin embargo, la educación para la salud es un concepto muy amplio, que abarca una amplia gama de aspectos, y que, para su desarrollo, es necesario un marco común tanto

del centro educativo como de la comunidad que le rodea (Sharma, 2021). Las bases de este "marco común" ya las establecerían Haerens et al en 2011, en su estudio "*Toward the development of a pedagogical model for health-based physical education*" en el cual establecerían los cimientos del modelo pedagógico de educación física relacionado con la salud (EFRS) que marcaría unas bases sólidas del camino a seguir. Pero ¿Qué es un modelo pedagógico?

Siguiendo a Pérez-Pueyo et al. (2021) un modelo pedagógico es aquel que centra su atención en los cuatro elementos del sistema de enseñanza-aprendizaje (docente, estudiante, contenido y contexto), pero que no sustituyen a los estilos ni estrategias de enseñanza, sino que las incorporan en su estructura. Los mismos autores, continúan exponiendo que para que un planteamiento se considere modelo pedagógico éste debe tener una fundamentación teórica adecuada (marco conceptual, bases pedagógicas, temática principal, implicaciones de enseñanza y aprendizaje y unos elementos clave) y unas evidencias científicas con apoyo institucional (publicaciones y resultados empíricos, y, redes y organizaciones que confirmen el impacto del planteamiento).

Y bien, la fundamentación teórica del modelo de EFRS se centra en el objetivo de mejorar y mantener el bienestar general a través del ejercicio y otras actividades relacionadas con la salud. Esta definición incluye tanto actividades recreativas como competitivas, así como actividades dirigidas

a mejorar las habilidades motrices básicas. Haerens et al. (2011) destacan que esta definición se diferencia significativamente de los programas tradicionales de educación física, que se centran principalmente en el rendimiento deportivo y no tienen como objetivo mejorar el bienestar general. Por otro lado, las actividades de este modelo se deben sustentar en el desarrollo de los dominios motor, cognitivo y afectivo, y no solamente en el motor como ha tendido la educación física tradicional a desarrollar en sus sesiones (Díaz-Tejerina y Fernández-Río, 2021). Teniendo en consideración las aportaciones de Sammon (2019), Julián-Clemente et al. (2021) concretaron que el modelo de EFRS posee cuatro ideas clave: la primera de ellas hace referencia a cómo deben ser las intervenciones, éstas deben ser multicomponente y sustentadas en el modelo multinivel, la segunda idea clave se base en la conexión que la educación física debe tener con la realidad social del contexto próximo, por otro lado en que en el modelo de EFRS se deben cuidar las interacciones interpersonales que se producen en el aula para promover una implicación del alumnado hacia la práctica de actividad física presente y futura, y finalmente la última idea es la necesidad de ir aumentando el tiempo que se dedica a la promoción de la salud en los centros educativos. A través de estas ideas, y siguiendo a Bowler (2019) se busca que el alumnado sea un habitual practicante de actividad física, y que esté informado de todo lo que se refiere a aspectos relativos al mantenimiento y mejora de su salud que ofrece el centro educativo y su entorno. Además, que, en base a esta información, el alumnado, sea crítico, y, por último, que esté motivado. El modelo pedagógico de EFRS nace con la idea de poder aplicarse tanto en educación primaria, como en secundaria, y tanto en sesiones puntuales, como en unidades didácticas, semanas culturales, encuentros intercentros o proyectos de centro (Julián-Clemente et al., 2021). Pero ¿Cómo se ha utilizado en el modelo desde que Haerens et al sentaran las bases en 2011? El modelo pedagógico de EFRS, se considera aun emergente por la comunidad científica, y nuestra hipótesis es, que tal vez, esto sea debido a la escasa evidencia científica que aún existe del mismo. Por ello, el objetivo de este estudio es analizar de forma sistemática todos los estudios disponibles acerca de este modelo pedagógico, tanto teóricos, como empíricos, para que sirva como referencia para futuras investigaciones del modelo y marcar así, un camino para su consolidación.

## Método

En este estudio se ha llevado a cabo una revisión sistemática de la literatura científica publicada en materia de educación física, deporte y salud, y en relación con el modelo pedagógico de educación física relacionado con la salud, del cual Haerens et al. (2011) sentaron las bases. Para su elaboración, se han seguido las directrices de la declaración PRISMA (Moher et al., 2009; Urrutia y Bonfill, 2013) para la correcta realización de revisiones sistemáticas (Figura 1). A continuación, se detallará el proceso de elaboración en sus distintas fases.

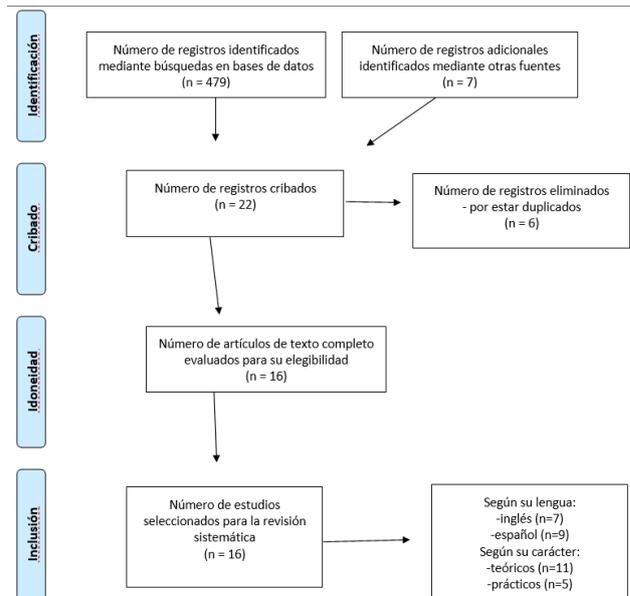


Figura 1. Diagrama de flujo del modelo pedagógico de EFRS. Fuente: Moher et al. (2009)

## Criterios de inclusión y exclusión

### Criterios de inclusión

- Tratarse de artículos, tesis tradicionales, libros o capítulos de libro.
- Que aborden el modelo pedagógico de educación física relacionado con la salud (health-based physical education model), ya sea de forma teórica o mediante investigación empírica.
- Que sean estudios únicamente del modelo de educación física relacionado con la salud o híbrido con otros modelos pedagógicos.
- Que el estudio haya sido publicado entre los años 2011 y 2023 (ambos inclusive).

### Criterios de exclusión

- Se excluyen las tesis doctorales por compendio de artículos.
- Se excluyen los Trabajos fin de grado (TFG) y los trabajos fin de máster (TFM)
- Se excluyen las comunicaciones y posters enviadas a congresos.
- Estudios que buscan promocionar la salud con otros métodos que no sea el modelo pedagógico de educación física relacionado con la salud (Health-based physical education model).
- Estudios que aborden la salud fuera del ámbito educativo.

## Procedimiento

### Búsqueda inicial

Las primeras búsquedas se realizaron en abril de 2023 combinando los términos 'pedagogical model', 'health-based physical education', 'modelo pedagógico' y 'educación física relacionada con la salud' en las bases de datos PubMed, Web of Science y Scopus. Posteriormente, se utilizó el operador booleano, 'o' de la siguiente forma:

(‘pedagogical model’ AND ‘health-based physical education’) y, por otro lado (‘modelo pedagógico’ AND ‘educación física relacionada con la salud’). De esta forma quedaron los diferentes términos incluidos en la búsqueda. Debido a que los resultados arrojados por Pubmed fueron prácticamente inexistentes y no parecían aportar ningún estudio que no estuviera incluido en las otras dos bases de datos, se decidió su eliminación de la búsqueda sistemática.

#### Búsqueda sistemática

La búsqueda sistemática fue constante durante los meses de abril, mayo y junio. La última realizada fue el 7 de junio de 2023. Se realizó nuevamente en Web of Science y Scopus, y se añadió la base de datos de Dialnet, acotando los resultados a las publicaciones realizadas desde 2011 (inclusive) hasta la actualidad. Los resultados que dieron las combinaciones de términos han sido:

Web of Science: (pedagogical model) AND (health-based physical education): n=184

(modelo pedagógico) AND (educación física relacionada con la salud): n=0

Scopus: (pedagogical model) AND (health-based physical education): n=83

(modelo pedagógico) AND (educación física relacionada con la salud): n=0

Dialnet: (pedagogical model) AND (health-based physical education): n=161

(modelo pedagógico) AND (educación física relacionada con la salud): n=51

El total de estudios encontrados han sido 479.

Por último, se utilizó Google Scholar con las combinaciones de los términos de búsqueda ya mencionados para comprobar si podía haber quedado fuera algún artículo que debiera ser incluido. Estas búsquedas revelaron 7 nuevos estudios que podían tener cabida en la revisión.

De todos estos estudios, siguiendo el procedimiento de búsqueda descrito, y con la lectura del título y el resumen, se consideraron adecuados 22 estudios, de los cuales se eliminaron 6 por tratarse de duplicados. Finalmente, tras una lectura profunda de los 16 restantes, todos ellos cumplieron los criterios de inclusión y exclusión de la presente revisión. Todos abordaban el uso del modelo pedagógico de educación física relacionado con la salud en el ámbito educativo sea de una forma teórica (n=11) o práctica (n=5). Por otro lado, había algunos escritos en lengua inglesa (n=7) y otros en lengua española (n=9) (Ilustración 1).

## Resultados y discusión

Una síntesis de los resultados de los estudios seleccionados puede consultarse en las tablas 1 y 2. El análisis llevado a cabo, sin embargo, sigue el orden que hemos considerado más pertinente para facilitar la comprensión e integración de los resultados. La mayoría parece estar de acuerdo en que el modelo de educación física relacionado con la salud debe ser el presente y futuro de nuestras intervenciones en centros educativos de cualquier nivel.

Tabla 1.  
Revisión de estudios teóricos del modelo pedagógico de EFRS.

Estudio	Aportaciones del modelo pedagógico de EFRS a la literatura científica
Haerens et al. (2011)	Este artículo ha sentado las bases del modelo de EFRS y es todo un referente. Expone los diferentes intentos de fomentar la salud en los años previos, las necesidades de hacer este modelo y cómo hacerlo.
Abarca-Sos et al. (2015)	Este artículo expone las características que se espera de la EF. Expone que debe promover hábitos saludables que se mantengan para toda la vida, proporcionar experiencias satisfactorias, ser un estímulo para practicar actividad física fuera del centro escolar y que el docente debe ser un facilitador de todos estos objetivos. Concluyen diciendo que estas características van en coherencia con el modelo de EFRS, y que debe ser un modelo referente en la EF del presente y del futuro.
Peiró-Velert & Julián-Clemente (2015)	En este artículo se presentan las características generales del modelo y se expone un ejemplo de cómo integrar una aplicación de la EFRS con los resultados de aprendizaje, las estrategias de enseñanza, el contenido curricular y el contexto particular de cada centro educativo y su alumnado.
Fernández-Río et al. (2016)	Este artículo aporta las características de todos los modelos pedagógicos hasta 2016. Respecto al modelo de EFRS concluyen que, con él, el desarrollo de la salud debe ser el objetivo principal de la EF. Se debe focalizar en el dominio afectivo y no solo en el motor. El modelo busca desarrollar la autonomía, la motivación y el aprendizaje para toda la vida. Debe ofrecer oportunidades de práctica para elegir a los estudiantes, incluir el conocimiento de la actividad que realizan y desarrollar estrategias de autogestión.
Evangelio et al. (2017)	Este artículo aporta información acerca de cómo diseñar una propuesta para un centro educativo hibridando los modelos pedagógicos de educación deportiva y educación física relacionado con la salud.
Fernández-Río et al. (2018)	Toma como referencia el artículo de Fernández-Río et al. (2016). Sin embargo, en este caso ofrecen ideas clave para incorporarlas al aula. Respecto al modelo de EFRS exponen que es clave: realizar proyectos de centro en los que la EF este implícita, trabajar interdisciplinariamente con otras áreas, trabajar contenidos alternativos, implicar a las familias y a otros miembros de la comunidad educativa y permitir ver al alumnado/familias la evolución del alumnado.
Díaz-Tejerina & Fernández-Río (2021)	Capítulo de libro en el que se analizan las bases del modelo pedagógico de EFRS con las de la neurociencia aplicada a la actividad física. Se proponen cinco unidades didácticas bajo estas bases.
Julián-Clemente et al. (2021)	Este capítulo de libro agrupa gran cantidad de información del modelo: orígenes, características, cómo usar el modelo, ejemplos de dinámicas y elementos a considerar.
Bowler et al. (2022)	En este capítulo de libro, los autores exponen que la idea principal del modelo es que el alumnado valore el tener una vida físicamente activa y que el modelo tiene un gran potencial para cambiar la concepción de la actividad física tradicional. El capítulo justifica las ideas clave del modelo de EFRS, sus aspiraciones respecto al aprendizaje, sus principales componentes y sus elementos pedagógicos.
Evangelio et al. (2022)	Este artículo explica cómo se deben hibridar los modelos de ED, Cooperativo y EFRS en quinto y sexto curso de primaria bajo una aplicación de crossfit educativo. Ofrece recomendaciones y elementos clave para los docentes al llevar a cabo este tipo de hibridaciones.
Arufe-Giráldez et al. (2023)	En esta revisión de los modelos pedagógicos, respecto al modelo de EFRS, exponen que surge para que la EF potencie la salud del alumnado. Se basan principalmente en Haerens et al. para concluir que con este modelo el alumnado debe valorar positivamente la vida físicamente activa, sabiendo identificar en cada momento las actividades físicas apropiadas para mejorar su salud para toda su vida, además de favorecer la autorrealización, la reconstrucción social y el dominio afectivo.

EFRS: Educación Física Relacionada con la Salud; EF: Educación Física; ED: Educación Deportiva

## Publicaciones Teóricas

### Las bases

Hablar de un modelo pedagógico relacionado con la

salud no sería posible sin las bases que sentaron Haerens et al. (2011). Los autores crean estas bases con el objetivo de que "los alumnos valoren una vida físicamente activa, para

que aprendan a valorar y practicar actividades físicas apropiadas que mejoren la salud y el bienestar por el resto de sus vidas" (p. 321). Proponen que el modelo se debe enfatizar en la importancia de que los maestros orienten sus intervenciones hacia la autorrealización y la reconstrucción social, y hacia el dominio afectivo (valorar la actividad física) y cognitivo (aprendizaje) y no solamente al motor, como venía haciendo la educación física tradicional. En este estudio los autores exponen que las intervenciones relacionadas con la salud realizadas hasta el momento no abordan directamente las necesidades de todos los estudiantes, y consideran que esto es debido a que estas intervenciones no tenían un enfoque holístico. Los autores también exponen que el modelo puede fomentar la inclusión y proporcionar oportunidades para que todos los estudiantes participen en la educación física, independientemente de sus habilidades o antecedentes. En el estudio también se describen los beneficios potenciales que la implementación de este modelo podría producir, éstos incluyen: promover la actividad física de por vida, enfoque holístico del bienestar al contribuir al desarrollo físico, mental y social, general de los estudiantes, y el aprendizaje individualizado. Finalmente, hacen referencia a posibles desafíos potenciales al implementar el modelo: la escasa formación docente, la necesidad de cambios en el currículo y apoyo institucional, y la confirmación de que el conocimiento y las habilidades aprendidas en las sesiones de educación física se transfieran más allá del entorno escolar y se adhieran a la vida del alumnado.

Abarca-Sos et al. (2015), realizaron un estudio en el que se exponen las características que debe presentar la educación física para que se produzca un efecto en la salud del alumnado: incluir más tiempo de educación física en el horario escolar, promover la actividad física durante el recreo, fomentar el uso de medios de transporte activos, ofrecer programas extracurriculares de actividad física y colaborar con el entorno de los centros educativos. Concluyen exponiendo que estas características son compartidas con el modelo pedagógico de educación física relacionado con la salud, y que este modelo debería ser el camino a seguir en los centros educativos.

#### *La educación física relacionada con la salud como modelo pedagógico*

A partir del año 2015, serían varias las ocasiones en las que distintos autores agruparían las características aportadas por Haerens et al. (2011) del modelo de EFRS y las expondrían como un modelo pedagógico emergente, adaptándolo a las necesidades educativas del momento. Peiró-Velert y Julián-Clemente (2015) presentan las características generales del modelo y exponen un ejemplo de cómo integrar una aplicación de la EFRS con los resultados de aprendizaje, las estrategias de enseñanza, el contenido curricular y el contexto particular de cada centro educativo y su alumnado. Fernández-Río et al. (2016) y Fernández-Río et al. (2018) lo incluyen en su análisis de los modelos pedagógicos más relevantes hasta el momento, exponen que el desarrollo de la salud debe ser el objetivo principal de la educación

física y que se debe focalizar en el dominio afectivo y no solo en el motor. El modelo debe buscar desarrollar la autonomía, la motivación y el aprendizaje para toda la vida. Debe ofrecer oportunidades de práctica para elegir a los estudiantes, incluir el conocimiento de la actividad que realizan y desarrollar estrategias de autogestión, y aportan una idea clave: la necesidad de realizar proyectos de centro en los que la educación física este implícita, se trabaje interdisciplinariamente con otras áreas y se implique a las familias y a otros miembros de la comunidad educativa. En una reciente revisión de modelos pedagógicos Arufe-Giráldez et al. (2023) siguen incluyendo el modelo de EFRS como emergente, y afirman que surge para potenciar la salud del alumnado, y que, con este modelo, el alumnado debe valorar positivamente la vida físicamente activa, sabiendo identificar en cada momento las actividades físicas apropiadas para mejorar su salud para toda su vida, además de favorecer la autorrealización, la reconstrucción social y el dominio afectivo.

#### *Avanzando en el modelo pedagógico de EFRS, los capítulos de libro*

Díaz-Tejerina y Fernández-Río (2021) realizarían un capítulo de libro analizando, en una primera parte, las similitudes de las bases teóricas del modelo de EFRS con las de la neurociencia. Y en una segunda parte, proponen una serie de unidades didácticas bajo el modelo de EFRS, dirigidas a alumnado de 9 a 11 años. Julián-Clemente et al. (2021) participarían en la escritura de un capítulo del libro "Modelos pedagógicos en educación física: qué, cómo, por qué y para qué" de Pérez-Pueyo et al. (2021). En este extenso capítulo, los autores aportan gran cantidad de información del estado actual del modelo. Desde orígenes y fundamentos, hasta la aportación de un instrumento para comprobar su correcta aplicación, pasando por sus características esenciales, los elementos a considerar, las opciones para la aplicación del modelo y los pasos a seguir en su puesta en práctica. Exponen que el modelo de EFRS puede aplicarse en cualquier etapa educativa, y en diferentes momentos: en sesiones puntuales, como unidad didáctica completa, como proyectos interdisciplinarios, en semanas culturales o especiales, como medio de coordinación de etapas, como herramienta de inclusión o en encuentros intercentros. Se exponen ejemplos de cada una de estas aplicaciones. Y concluyen aportando tres aspectos que consideran fundamentales para que el modelo se aplique correctamente: 1) Que las/los profesionales de la educación (ya sean de educación física o no) colaboren con agentes vinculados con la salud que están próximos a los centros educativos (pediatras, centros de salud, departamentos de salud pública de los gobiernos autonómicos, etc.) a través de programas como las Escuelas Promotoras de Salud, 2) Conectar la realidad social (eventos deportivos, programas de intercambio, encuentros intercentros, etc.) con la realidad escolar para organizar itinerarios educativos atractivos, y 3) Ajustar la formación del profesorado a sus demandas, en forma de documentos claros, materiales curriculares contrastados e intercambio de experiencias.

Bowler et al. (2022), también escribieron un extenso capítulo de libro en el que volvieron a agrupar las características principales del modelo. Focalizan en el gran potencial que el modelo de EFRS tiene para cambiar la concepción de la actividad física tradicional. Además, como novedad, justifican y revisan sus ideas clave, concluyendo que, aunque aún queda mucho trabajo por delante, sobre todo en lo que a formación del profesorado respecta, nos encontramos en un camino adecuado para conseguir implementar de forma óptima dicho modelo.

#### *Hibridando el modelo de EFRS*

A lo largo de los años, han ido surgiendo hibridaciones de modelos pedagógicos. Evangelio et al. (2017) exponen que la hibridación surge como una necesidad de adaptar los modelos pedagógicos existentes a las necesidades de

cada centro educativo y alumnado. El modelo de EFRS ha sido objeto de hibridaciones en múltiples estudios, debido tal vez, a que la salud es considerada como transversal en todas las leyes educativas actuales. Los autores nos describen cómo realizar una hibridación del modelo pedagógico de educación deportiva con el modelo pedagógico de EFRS en la realización de una coreografía con combas, y concluyen diciendo que el aprendizaje situado y la enseñanza centrada en el alumnado deben ser elementos vertebradores. Unos años más tarde, Evangelio et al. (2022) hibridarían el modelo de EFRS con la educación deportiva y con el aprendizaje cooperativo. Ofrecen recomendaciones y elementos clave para los docentes al llevar a cabo este tipo de hibridaciones.

Tabla 2.  
Revisión de estudios empíricos del modelo pedagógico de EFRS.

Estudio	Muestra	Método/Diseño	Resultados/Conclusiones
Bowler (2019)	9 docentes de EF y 263 estudiantes de 11-14 años. (102 chicas)	Cuantitativo y cualitativo: implementación de una intervención de EFRS: primero se formó al profesorado y después se aplicó al alumnado. Uso de entrevistas, grupos de discusión y cuestionarios.	El alumnado aumentó su práctica física, su motivación, su conocimiento físico y se sintió más crítico con las actividades físicas que realizaba.
Sammon (2019)	9 docentes de EF de dos institutos	Cualitativa: implementación de un programa de formación de los docentes en el modelo de EFRS. Uso de técnicas variadas como: reflexiones del docente, entrevistas, anecdotario y notas de campo	Los docentes formados en el modelo de EFRS experimentaron un cambio respecto a la importancia de mantener la práctica física fuera del aula. Se hace hincapié en la importancia del entorno y comunidad en la aplicación de este modelo.
Evangelio et al. (2021)	115 alumnos de 5° y 6° curso divididos en 4 grupos. (53 chicas)	Cualitativo: Implementación de una intervención (UID de crossfit bajo hibridación de 3 modelos pedagógicos: ED, EFRS y Cooperativo) y posteriores entrevistas (4, una a cada uno de los 4 grupos).	El alumnado reconoció aprender a ser más autónomo, reconoció su competencia motriz y motivación, se construyeron nuevas relaciones e influyó en la creación de una identidad activa.
Sánchez-Silva & Lamondena-Prieto (2021)	Estudiantes de secundaria de 12-16 años (no aporta número)	Cualitativo: Implementación de UID de crossfit adaptado bajo hibridación de 3 modelos pedagógicos: Gamificación, EFRS y MITAA. Cuaderno del docente.	Se promueve la autonomía, la educación para la salud, la motivación intrínseca y la mejora de las relaciones sociales.
Valencia-Peris et al. (2022)	62 alumnos de bachiller (16-18 años). (33 chicas)	Cuantitativo: Pre-Intervención: cuestionario ASAQ (Hardy et al., 2007). Post-intervención: cuestionario de satisfacción con el docente y con la experiencia de innovación. Ambos de escala Likert 1-4	Se observó un tiempo de sedentarismo alto (más en chicos). Por otro lado, la experiencia de hibridación ha satisfecho tanto la vertiente educativa de sensibilización y concienciación, como en la propia conducta motriz y alfabetización física.

EF: Educación Física; EFRS: Educación física relacionada con la salud; UID: Unidad Didáctica; ED: Educación Deportiva; MITAA: Modelo Integral de Transición Activa hacia la Autonomía; ASAQ: Adolescent Sedentary Activity Questionnaire

### **Publicaciones Prácticas**

#### *Investigaciones Mixtas*

Consideramos que la investigación de Bowler (2019) ha sido todo un referente para el desarrollo del modelo de EFRS. En este estudio, que formó parte de su tesis doctoral, primero se formó a nueve docentes, y después se realizó una intervención basada en el modelo de EFRS a 263 estudiantes de 11-14 años. Como instrumentos de obtención de datos se utilizaron tanto cuantitativos (cuestionarios) como cualitativos (entrevistas y grupos de discusión). Una vez analizados todos los datos, se trianguló toda esta información, y se observó que el alumnado aumentó su práctica física, su motivación, su conocimiento físico y se sintió más crítico con las actividades físicas que realizaba.

#### *Investigaciones Cuantitativas*

Valencia-Peris et al. (2022) realizarían una intervención hibridando los modelos pedagógicos de EFRS y de educación aventura a 62 alumnos y alumnas de bachillerato (16-18 años). Utilizarían como instrumentos de obtención

de datos, el cuestionario ASAQ (Adolescent Sedentary Activity Questionnaire) previo a la intervención, y cuestionarios de satisfacción con el docente y con la experiencia realizada después de la intervención. Observaron un tiempo de sedentarismo alto (más en chicos). Por otro lado, la experiencia de hibridación ha satisfecho tanto la vertiente educativa de sensibilización y concienciación, como en la propia conducta motriz y alfabetización física.

#### *Investigaciones Cualitativas*

Evangelio et al. (2021) implementarían una unidad didáctica de crossfit hibridando los modelos pedagógicos de educación deportiva, cooperativo y EFRS. Esta unidad estaría dirigida a 115 alumnos y alumnas de quinto y sexto de primaria, divididos en cuatro grupos (5°A, 5°B, 6°A y 6°B). Como instrumentos de obtención de datos utilizarían cuatro entrevistas, una a cada uno de los grupos. Una vez analizados los datos, observarían que el alumnado reconoció aprender a ser más autónomo, reconoció su competencia

motriz y motivación, que construyeron nuevas relaciones y que la intervención influyó en la creación de una identidad activa. En la misma línea, Sánchez-Silva y Lamonedá-Prieto (2021) realizarían otra hibridación, esta vez de los modelos pedagógicos de gamificación, EFRS y el modelo integral de transición activa hacia la autonomía. Los autores proponen una propuesta de innovación de Crossfit educativo dirigida a cuatro grupos de estudiantes de educación secundaria (12-16 años). Durante la intervención, el docente ha ido obteniendo datos y registrándolos en su cuaderno. Una vez finalizada la intervención, los autores analizaron estos datos y observaron mejoras en la promoción de la autonomía del alumnado, la educación para la salud, la motivación intrínseca y la mejora de las relaciones sociales.

Por último, hemos querido dejar para el final, el estudio de Sammon (2019) que formó parte de su tesis doctoral y en el que elaboró y aplicó un programa de formación docente en el modelo de EFRS. Es la única publicación en lo que respecta a formación docente, sin embargo, ésta es considerada como clave en la aplicación correcta del modelo de EFRS (Julián-Clemente et al., 2021). En este estudio, Sammon, realizó y aplicó el programa de formación en nueve docentes de educación física de dos institutos diferentes, y utilizó reflexiones del docente, entrevistas, anecdotario y notas de campo como instrumentos de obtención de datos. Una vez analizados, observó que los docentes formados en el modelo de EFRS experimentaron un cambio respecto a la importancia de mantener la práctica física fuera del aula (transferencia). Y remarcó la importancia que tiene el entorno y la comunidad en la aplicación de este modelo, aspectos que también confirmaron otros estudios (Haerens et al., 2011; Julián-Clemente et al., 2021; Bowler et al., 2022).

### Conclusiones y perspectivas de investigación

La investigación en el modelo de EFRS ha ido aumentando desde que, en 2011, Haerens et al. sentaran sus bases. Sin embargo, hasta el momento, la gran parte de éstas son de aspecto teórico, y apenas aportan novedades unas respecto a otras. En las escasas investigaciones prácticas existentes hasta la actualidad, destacan las investigaciones de carácter cualitativo. Por otro lado, hay pocos estudios que analicen el impacto del modelo de EFRS sin que éste esté hibridado con otros modelos pedagógicos.

El modelo de educación deportiva es el modelo

pedagógico con el que más se hibrida.

Y es que el modelo de EFRS se diferencia de otros modelos pedagógicos como la educación deportiva, o el cooperativo, en que necesita de todo el centro educativo, de la comunidad y/o su entorno e incluso de un proyecto/programa global como el de las redes de centros escolares promotores de la actividad física y salud que empiezan a aparecer en algunas comunidades autónomas, para su correcta aplicación.

Realizada esta revisión, nuestra hipótesis inicial era

cierta, aún existen pocas investigaciones del modelo pedagógico de educación física relacionado con la salud. Ese podría ser el motivo de que se siga considerando un modelo emergente y no consolidado. Sin embargo, después de realizar esta revisión creemos que el motivo por el cual aún existen pocas investigaciones podría ser debido a su dificultad a la hora de aplicarlo, ya que requiere de una mayor organización que otros modelos pedagógicos o intervenciones.

Sin embargo, los beneficios que se han observado en los estudios realizados son muy positivos. Estos abarcan aspectos como aumento de motivación, mayor conocimiento físico, mejor análisis crítico de la actividad física, mayor autonomía y, sobre todo, una transferencia de aprendizajes, es decir, que el alumnado incorpora las actividades físicas que realiza en el contexto educativo, a su vida diaria.

### Aplicaciones prácticas

Aunque este estudio se trata de una revisión sistemática, hemos decidido introducirlas en función de los estudios que se han valorado. El modelo pedagógico de educación física relacionado con la salud se puede aplicar de formas variadas: en sesiones puntuales, en unidades didácticas completas, en proyectos interdisciplinarios, en semanas culturales o especiales, en programaciones didácticas completas, en proyectos de autogestión, o en encuentros intercentros. Además, puede ser aplicado de forma individual o hibridado con otros modelos pedagógicos o metodologías.

### Futuras líneas de investigación

Finalmente, el objetivo de la presente revisión ha sido conseguido, y creemos que puede ser útil para estudios futuros del modelo pedagógico de educación física relacionado con la salud. Por otro lado, creemos necesario se realicen más investigaciones empíricas que analicen el impacto de dicho modelo tanto sin hibridar, como con hibridaciones con otros modelos pedagógicos, así como comprobar los efectos positivos que puedan producir. Para ello creemos que podría ser necesario el diseño y validación de una herramienta que evalúe de forma adecuada si las intervenciones realizadas siguen los fundamentos del modelo de EFRS o no, ya que existen muchas intervenciones relacionadas con la salud que no son el modelo pedagógico de educación física relacionado con la salud, lo que puede crear cierta confusión.

### Referencias

- Abarca-Sos, A., Murillo Pardo, B., Julián Clemente, J. A., Zaragoza Casterad, J., & Generelo Lanaspá, E. (2015). La Educación Física: ¿Una oportunidad para la promoción de la actividad física? (Physical Education: ¿An opportunity to promote physical activity?). *Retos*, 28, 155–159. <https://doi.org/10.47197/retos.v0i28.34946>
- Arufe-Giráldez, V., San-Miguel-Rodríguez, A., Ramos-Álvarez, O. & Navarro-Patón, R. (2023). News of the Pedagogical Models in Physical Education. A Quick Review. *Int. J. Environ.*

- Res. Public Health 2023,20, 2586.  
<https://doi.org/10.3390/ijerph20032586>
- Bowler, M. (2019). *Developing a pedagogical model for health-based Physical Education*. Loughborough University. Thesis. <https://hdl.handle.net/2134/37704>
- Bowler, M., Sammon, P., & Casey, A. (2022). Health-Based Physical Education: A Pedagogical Model in Focus. In Lorraine, J. & Harris, J. (Eds.). *Physical Education Pedagogies for Health*. (pp. 62-76). Routledge Focus.
- Chillón, P. (2010). *Unidades didácticas de educación física orientadas a la salud*. Wanceulen editorial deportiva. Sevilla.
- Delgado, M. & Tercedor, P. (2002). *Estrategias de intervención en educación para la salud desde Educación Física*. Inde. Barcelona.
- Díaz-Tejerina, D. & Fernández-Río, J. (2021). El modelo pedagógico de Educación Física basada en la Salud y la neuroeducación. Propuestas prácticas para la Educación Física en Educación Primaria. En González-Víllora, S. & Bodoque, A., (Eds.), *Neuroeducación: ayudando a aprender desde las evidencias científicas* (pp. 177-197). Morata.
- Di Stefano, V. (2020). *Holism and complementary medicine: origins and principles*. Routledge.
- Evangelio, C., Fernández-Río, J., Peiró-Velert, C. & González-Víllora, S. (2021) Sport Education, Cooperative Learning and Health-Based Physical Education: Another Step in Pedagogical Models' Hybridization, *Journal of Physical Education, Recreation & Dance*, 92:9, 24-32, DOI: 10.1080/07303084.2021.1977739
- Evangelio, C., González-Víllora, S., Fernández-Río, J. & Peiró-Velert, C. (2022). Students' perceptions on three-way pedagogical models hybridization: contributing to the development of active identities, *Sport, Education and Society*, 27:6, 717-731, DOI: 10.1080/13573322.2021.1907327
- Evangelio, C., Peiró-Velert, C., & González-Víllora, S. (2017). Hibridación como innovación: Educación deportiva y educación física relacionada con la salud. *Tándem: Didáctica de la educación física*, (57), 24-30. <http://hdl.handle.net/11162/178630>
- Fernández-Río, J., Calderón, A., Hortigüela-Alcalá, D., Pérez-Pueyo, A. y Cebamanos, A. (2016). Modelos pedagógicos en educación física: consideraciones teórico-prácticas para docentes. *Revista Española de Educación Física y Deportes*, 413, 55-75.
- Fernández-Río, J., Hortigüela-Alcalá, D. y Pérez-Pueyo, A. (2018). Revisando los modelos pedagógicos en educación física. Ideas clave para incorporarlos al aula. *Revista Española de Educación Física y Deportes*, 423, 57-80.
- Haerens, L., Kirk, D., Cardon, G. & De Bourdeaudhuij, I. (2011). Toward the Development of a Pedagogical Model for Health-Based Physical Education, *Quest*, 63:3, 321-338, DOI: 10.1080/00336297.2011.10483684
- Julián-Clemente, J.A., Peiró-Velert, C., Zaragoza-Casterad, J. & Solana, A. (2021). Educación física relacionada con la Salud. En Pérez-Pueyo, A., Hortigüela-Alcalá, D. & Fernández-Río, J. (Eds). *Modelos Pedagógicos en educación física: Qué, cómo, por qué y para qué*. Universidad de León. <http://hdl.handle.net/10612/13251>
- Ley Orgánica 2/2006, de 3 de mayo, de Educación (LOE). *Boletín Oficial de Estado*, 106, de 4 de mayo de 2006. <https://www.boe.es/eli/es/lo/2006/05/03/2/con>
- Ley Orgánica 3/2020, de 29 de diciembre, por la que se modifica la Ley Orgánica 2/2006, de 3 de mayo, de Educación (LOMLOE). *Boletín Oficial del Estado*, 340, de 30 de diciembre de 2020, 122868-122953. <https://www.boe.es/boe/dias/2020/12/30/pdfs/BOE-A-2020-17264.pdf>
- Moher D., Liberati A., Tetzlaff J. & Altman D.G. (2009). Preferred reporting items for systematic reviews and meta analyses: the PRISMA statement. *PLoS Med.*, 6: e1000097. <https://doi.org/10.1371/journal.pmed.1000097>
- Peiró-Velert, C. & Julián-Clemente, J.A. (2015). Los modelos pedagógicos en educación física : un enfoque más allá de los contenidos curriculares. *Tándem : didáctica de la educación física*, 50, 9-15. <http://hdl.handle.net/11162/179084>
- Pérez-Pueyo, A., Hortigüela-Alcalá, D. & Fernández-Río, J. (Eds) (2021). *Modelos Pedagógicos en educación física: Qué, cómo, por qué y para qué*. Universidad de León.
- Quennerstedt, M. (2008). Exploring the Relation Between Physical Activity and Health—A Salutogenic Approach to Physical Education. *Sport, Education and Society* 13 (3): 267–283.
- Sammon, P. (2019). *Adopting a new model for health-based physical education: the impact of a professional development programme on teachers' pedagogical practice*. Loughborough University. Thesis. <https://doi.org/10.26174/thesis.lboro.8299685>
- Sánchez-Bañuelos, F. (1996). *La actividad física orientada hacia la salud*. Biblioteca Nueva. Madrid.
- Sánchez-Silva, A., & Lamonedá-Prieto, J. (2021). Hibridación de la Gamificación, la educación física relacionada con la salud y el Modelo Integral de Transición Activa hacia la Autonomía en la iniciación al Crossfit en estudiantes de Secundaria (Hybridization of Gamification, Health Based Physical Educ. *Retos*, 42, 627–635. <https://doi.org/10.47197/retos.v42i0.87274>
- Sharma, M. (2021). *Theoretical foundations of health education and health promotion*. Jones & Bartlett Learning.
- Urrutia G. & Bofill X. (2013) La declaración PRISMA: un paso adelante en la mejora de las publicaciones de la Revista Española de Salud Pública. *Rev Esp Salud Publica*, 87: 99102. <https://dx.doi.org/10.4321/S11355727201300020001>
- Valencia-Peris, A., Lizandra, J., Cebriá-Carrión, S. & Evangelio, C. (2022). Sensibilización sobre el sedentarismo en Educación Física a partir de la hibridación de dos modelos pedagógicos. *ENSAYOS, Revista de la Facultad de Educación de Albacete*, 37(2), 64-82.