

MENTOR

Revista de Investigación Educativa y Deportiva

Volumen 4
Número 12 | 2025

Director: Ph.D. Richar Posso Pacheco

Email: rjposso@revistamentor.ec

Web: <https://revistamentor.ec/>

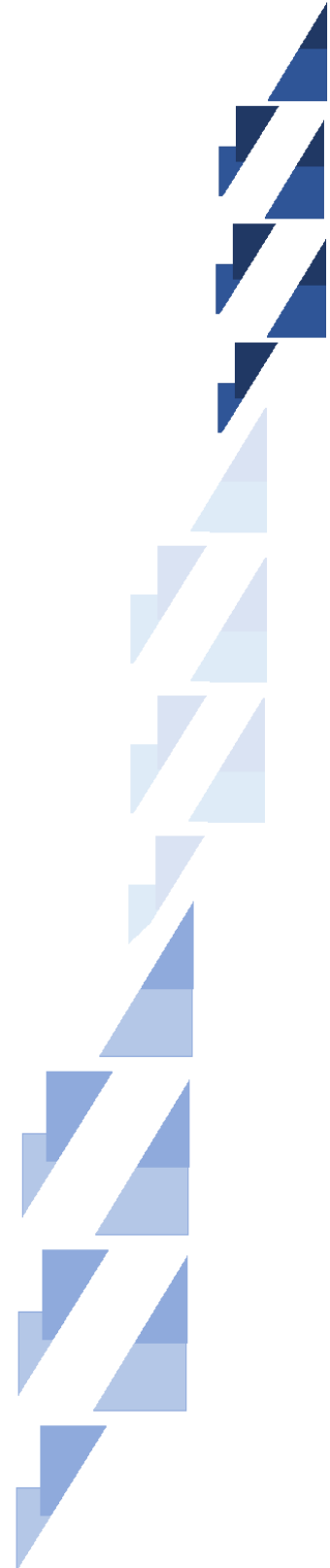
Editora en Jefe: Ph.D. Susana Paz Viteri

Coordinador Editorial: Ph.D. (c) Josue Marcillo Ñacato

Coordinadora Comité Científico: Ph.D. Laura Barba Miranda

Coordinadora Comité de Editores: Msc. María Gladys Córdor Chicaiza

Coordinador del Consejo de Revisores: PhD. Javier Fernández-Rio



Original

Green Exercise and Schoolyards: Educational Innovation Facing the Challenge of Digital Sedentarism

Ejercicio verde y patios escolares: innovación educativa frente al reto del sedentarismo digital

Edison Tarpuk Analuisa Analuisa¹

ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-5277-3943>

Ronald Gabriel Garces Quilambaqui²

ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-8851-8554>

Denys Alexis León Ramos³

ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-7570-3646>

Danny Alexander Guzmán Murillo⁴

ORCID: <https://orcid.org/0009-0000-3761-5082>

Jorge Alberto Arguello Añapa⁵

ORCID: <https://orcid.org/0009-0001-6294-3931>

Martha Beatriz Molina Cárdenas⁶

ORCID: <https://orcid.org/0009-0002-8365-938x>

Universidad Central del Ecuador. Quito-Ecuador¹

Universidad Técnica de Machala. Machala-Ecuador²

Unidad Educativa Pérez Pallares. Quito-Ecuador³

Unidad Educativa 15 de Diciembre. Quito-Ecuador⁴

Unidad Educativa Calazacón. Santo Domingo de los Tsachilas-Ecuador⁵

Escuela de Educación Básica "12 de Octubre". Camilo Ponce-Ecuador⁶

Autor de correspondencia

efanaluisa@uce.edu.ec

Recibido: 23-05-2025

Aceptado: 12-09-2025

Disponible en línea: 15-05-2025

Abstract

Digital sedentary behavior is an emerging issue with a high impact on the physical, mental, and social health of children and adolescents, resulting from the excessive use of screens and a significant reduction in daily physical activity. The research aimed to analyze the perception of Physical Education teachers regarding the phenomenon of digital sedentary behavior and their role in implementing strategies based on green exercise and innovation in schoolyards. A quantitative, descriptive, and cross-sectional study was conducted through a survey administered to 113 teachers. The results reveal that teachers clearly perceive the risks associated with digital sedentary behavior, such as obesity, postural disorders, anxiety, and low academic performance, and they recognize green exercise and the transformation of schoolyards as a viable strategy to foster active, healthy, and inclusive lifestyles. It is concluded that the re-signification of schoolyards as "green exercise" spaces is projected as an innovative and contextualized educational alternative to combat digital sedentary behavior in Ecuador, provided that it is articulated with public policies, teacher training, and the active participation of the educational community.

Keywords: digital sedentary behavior, green exercise, schoolyards, educational innovation, Physical Education.

Resumen

El sedentarismo digital constituye una problemática emergente de alto impacto para la salud física, mental y social de la niñez y la adolescencia, producto del uso excesivo de pantallas y la reducción

significativa de la actividad física cotidiana. La investigación tuvo como objetivo analizar la percepción de los docentes de Educación Física sobre el fenómeno del sedentarismo digital y su rol en la implementación de estrategias basadas en el ejercicio verde y la innovación en patios escolares. Se desarrolló un estudio cuantitativo, descriptivo y de corte transversal mediante encuesta aplicada a 113 docentes. Los resultados revelan que los docentes perciben con claridad los riesgos asociados al sedentarismo digital como obesidad, trastornos posturales, ansiedad y bajo rendimiento académico, y reconocen en el ejercicio verde y en la transformación de los patios escolares una estrategia viable para fomentar estilos de vida activos, saludables e inclusivos. Se concluye que la resignificación de los patios escolares como espacios de “ejercicio verde” se proyecta como una alternativa educativa innovadora y contextualizada para combatir el sedentarismo digital en Ecuador, siempre que se articule con políticas públicas, formación docente y la participación activa de la comunidad educativa.

Palabras clave: sedentarismo digital, ejercicio verde, patios escolares, innovación educativa, Educación Física.

Introducción

El sedentarismo digital constituye uno de los mayores desafíos de salud pública y educativa en el siglo XXI, se entiende como el tiempo prolongado que niños, adolescentes y adultos permanecen sentados o físicamente inactivos debido al uso excesivo de dispositivos electrónicos, plataformas de entretenimiento digital, redes sociales y videojuegos (Sandford et al., 2022). Este

fenómeno, potenciado por la digitalización acelerada de la vida cotidiana, reduce las oportunidades de movimiento, sino que también sustituye experiencias fundamentales para el desarrollo humano, como el juego libre, la interacción social presencial y la exploración de entornos naturales (Rodríguez-Ayllon et al., 2019).

En el caso de Ecuador, las estadísticas del Instituto Nacional de Estadística y Censos (INEC) y del Ministerio de Educación evidencian que más del 88 % de niños y adolescentes entre 5 y 17 años presentan niveles insuficientes de actividad física (Alvarado Alvarado et al., 2023), lo que los expone a riesgos crecientes de obesidad, diabetes tipo 2, hipertensión, enfermedades cardiovasculares y problemas musculoesqueléticos. Asimismo, la inactividad prolongada y la sobreexposición a pantallas se relacionan con trastornos del sueño, dificultades de concentración, ansiedad y depresión, configurando una crisis integral que afecta tanto al bienestar físico como al rendimiento académico y a la salud emocional (Russell et al., 2025).

En este contexto, el “ejercicio verde” emerge como una estrategia innovadora que combina los beneficios de la actividad física con el contacto directo con la naturaleza. Diversos estudios internacionales destacan que la práctica de ejercicio en entornos naturales mejora la condición física, fortalece el sistema inmunológico mediante la síntesis de vitamina D y la exposición a compuestos bioactivos como los fitoncidas (Díaz-Pérez et al., 2023). La combinación de movimiento y naturaleza genera efectos fisiológicos, sino que también favorece la motivación intrínseca y la adherencia a largo plazo a estilos de vida activos, lo que lo convierte en un recurso pedagógico de gran valor.

La Organización Mundial de la Salud (OMS) sostiene que la actividad física diaria, particularmente en espacios abiertos, incrementa el rendimiento académico y estimula el desarrollo de competencias cognitivas, motoras y socioemocionales (Ospina Romero et al., 2022). Por tanto, integrar el ejercicio verde al ámbito escolar responde a una necesidad de salud, sino también a una estrategia de innovación educativa.

Los patios escolares, históricamente concebidos como lugares de recreo, han adquirido en la última década un valor pedagógico renovado. En lugar de ser espacios pasivos y subutilizados, se conciben hoy como entornos de aprendizaje activo que promueven la inclusión, la equidad y el desarrollo integral del alumnado (Gehris et al., 2012). Sin embargo, en Ecuador persisten limitaciones estructurales y culturales: la mayoría de los patios están dominados por una sola actividad (fútbol), lo que restringe la participación de las niñas y de estudiantes con menores habilidades motoras, reproduciendo desigualdades de género y exclusión social.

Reformar los patios escolares implica repensar su diseño y uso, integrando zonas verdes, espacios para el juego diverso, áreas de descanso y ambientes que promuevan la interacción positiva. Este proceso, además, requiere ser participativo, involucrando a docentes, estudiantes, familias y comunidades, de modo que el espacio se convierta en un verdadero eje de innovación educativa.

Aunque la literatura internacional ha documentado ampliamente los beneficios del ejercicio verde y la necesidad de innovar en los espacios escolares (Timken & McNamee, 2012), pero en el

Ecuador no hay evidencia ejercicios verdes, vacío de conocimiento limita la posibilidad de diseñar políticas y estrategias contextualizadas que respondan a la realidad del país.

La presente investigación se justifica porque sitúa al docente de Educación Física como actor clave en la reconceptualización del patio escolar y en la implementación de propuestas pedagógicas que enfrenten el sedentarismo digital. Además, ofrece evidencia empírica que puede servir de base para políticas educativas, proyectos de infraestructura escolar y programas de capacitación docente, alineados con la promoción de estilos de vida saludables. En este marco, el objetivo de la investigación fue analizar la percepción de los docentes de Educación Física sobre el fenómeno del sedentarismo digital y su rol en la implementación de estrategias basadas en el ejercicio verde y la innovación en patios escolares.

Metodología

La investigación se enmarcó en un enfoque cuantitativo, considerado pertinente para describir y analizar las tendencias perceptivas de los docentes frente al fenómeno del sedentarismo digital. Se adoptó un diseño no experimental, transversal y descriptivo, el cual permitió recolectar información en un único momento sin manipulación de variables, con el propósito de caracterizar percepciones y actitudes docentes en su contexto natural (Hernández et al., 2014)

La muestra, seleccionada por conveniencia debido a la accesibilidad y disponibilidad de los participantes, alcanzó un total de 113 docentes. Este número se consideró suficiente para los fines

de un estudio de carácter descriptivo, ya que permitió obtener una aproximación representativa de las percepciones predominantes en el ámbito educativo provincial.

El instrumento de recolección de datos fue una encuesta estructurada, diseñada específicamente para este estudio y organizada en bloques temáticos orientados a explorar la percepción sobre la prevalencia e impacto del sedentarismo digital, el conocimiento y las actitudes frente al ejercicio verde y la educación al aire libre, así como las estrategias pedagógicas vinculadas al uso de los patios escolares.

La encuesta incluyó ítems en escala Likert de cinco puntos, preguntas cerradas y un pequeño número de preguntas abiertas con el fin de recoger información complementaria sobre las experiencias y valoraciones de los docentes. Para garantizar la validez de contenido, el instrumento fue sometido a un riguroso proceso de juicio de expertos. Siete especialistas en educación, actividad física y salud revisaron la pertinencia, claridad y coherencia de cada ítem, realizando observaciones que permitieron ajustar la redacción y eliminar posibles ambigüedades, lo cual fortaleció la confiabilidad y relevancia del cuestionario.

La aplicación de la encuesta se realizó de manera virtual durante el mes de marzo de 2025, a través de formularios en línea enviados a los correos institucionales de los docentes participantes. Previamente, se obtuvo el consentimiento informado, lo que garantizó que la participación fuera voluntaria, anónima y confidencial. Los docentes recibieron un documento explicativo que detallaba los objetivos del estudio, los posibles riesgos y beneficios, así como la libertad de retirarse en cualquier momento sin consecuencias (González Arroyo & Bermeo Escalona, 2024).

Los datos recopilados fueron procesados mediante el software SPSS versión 28. Para los ítems de escala Likert y las preguntas cerradas se aplicaron análisis descriptivos basados en frecuencias, porcentajes, medias y desviaciones estándar. Las preguntas abiertas, por su parte, fueron examinadas mediante un análisis categorial de contenido, lo que permitió identificar patrones de respuesta y organizar la información cualitativa de acuerdo con los objetivos del estudio.

Resultados

Los datos obtenidos en la encuesta a 113 docentes de Educación Física de la provincia de Pichincha ofrecen un panorama claro sobre la magnitud del sedentarismo digital en el contexto escolar, así como sobre el nivel de conocimiento y la disposición hacia estrategias innovadoras como el ejercicio verde y la transformación de los patios escolares.

Tabla 1

Percepción de los docentes sobre la prevalencia e impacto del sedentarismo digital

Ítem	% De acuerdo / Totalmente de acuerdo	% En desacuerdo / Totalmente en desacuerdo
El uso excesivo de pantallas ha reducido drásticamente la actividad física en los estudiantes.	94,7 %	5,3 %
La inactividad física se asocia a problemas de salud física (obesidad, problemas posturales).	96,5 %	3,5 %
El sedentarismo digital está relacionado con problemas de salud mental (ansiedad, bajo rendimiento).	89,4 %	10,6 %
La alta prevalencia de sedentarismo digital es un desafío educativo importante.	92,9 %	7,1 %

Nota. Elaboración propia a partir de encuesta aplicada en marzo de 2025.

El análisis de la Tabla 1 muestra un consenso prácticamente unánime en torno a la relación entre el uso excesivo de pantallas y la reducción de la actividad física. La gran mayoría de los docentes identifica impactos tanto en la salud física como en la mental, lo que refuerza la visión del sedentarismo digital como un problema multidimensional que exige intervención pedagógica y comunitaria.

Tabla 2

Conocimiento y actitud docente hacia el ejercicio verde y la educación al aire libre

Ítem	% De acuerdo / Totalmente de acuerdo	% En desacuerdo / Totalmente en desacuerdo
Estoy familiarizado con el concepto de "ejercicio verde".	85,8 %	14,2 %
El ejercicio verde es una estrategia efectiva para mejorar la salud física y mental de los estudiantes.	97,3 %	2,7 %
La actividad física en la naturaleza aumenta la adherencia y el disfrute del ejercicio.	98,2 %	1,8 %
La educación al aire libre mejora el rendimiento académico y la concentración.	90,3 %	9,7 %

Nota. Elaboración propia a partir de encuesta aplicada en marzo de 2025.

Tal como refleja la Tabla 2, existe un conocimiento relativamente amplio del concepto de ejercicio verde, acompañado de una valoración muy positiva respecto a sus beneficios físicos, emocionales y académicos. Este hallazgo demuestra que los docentes no solo reconocen la importancia de la actividad física en la naturaleza, sino que también la consideran un recurso pedagógico capaz de mejorar la motivación y el rendimiento estudiantil.

Tabla 3

Estrategias docentes y percepción del uso del patio escolar

Ítem	% De acuerdo / Totalmente de acuerdo	% En desacuerdo / Totalmente en desacuerdo
El patio escolar es principalmente un lugar para el fútbol y juegos pasivos.	77,9 %	22,1 %
La infraestructura actual del patio limita la diversidad de actividades.	88,5 %	11,5 %
Utilizo “descansos activos” o pausas de movimiento en mis clases.	65,5 %	34,5 %
Es necesario transformar los patios escolares para promover el juego diverso y activo.	93,8 %	6,2 %
La reforma del patio escolar debe ser un proceso participativo con la comunidad.	95,6 %	4,4 %

Nota. Elaboración propia a partir de encuesta aplicada en marzo de 2025.

La información sintetizada en la Tabla 3 confirma que los patios escolares continúan siendo espacios infrautilizados, dominados por actividades tradicionales como el fútbol. A pesar de este escenario limitado, los docentes muestran una fuerte disposición al cambio, enfatizando la necesidad de diversificar los espacios y de emprender procesos participativos que incluyan a toda la comunidad educativa.

En conjunto, los resultados evidencian tres tendencias centrales: la percepción del sedentarismo digital como un problema grave y extendido, la alta valoración del ejercicio verde como alternativa pedagógica y terapéutica, y la identificación de los patios escolares como espacios clave cuya transformación requiere superar barreras estructurales, culturales y de participación.

Discusión

Los resultados de este estudio muestran una percepción docente muy favorable hacia la gravedad del sedentarismo digital, así como una alta valoración del ejercicio verde y de la transformación de patios escolares como estrategias para combatirlo. Estos hallazgos coinciden con la literatura que sugiere que intervenciones en ambientes escolares verdes y renovaciones de patios incrementan la actividad física y mejoran el bienestar psicológico en niños y adolescentes, donde se halló que los patios escolares rediseñados tienen tasas significativamente mayores de utilización y actividad física en comparación con escuelas que no realizaron esas mejoras (Anthamatten et al., 2011).

Asimismo, el trabajo de Green spaces and cognitive development in primary schoolchildren” de Dadvand et al. (2015) reporta que la exposición a espacios verdes en entornos escolares se asocia con mejoras en el desarrollo cognitivo. Esto apoya lo observado en tus datos, donde los docentes estiman que la educación al aire libre y el ejercicio en la naturaleza podrían favorecer la concentración y el rendimiento académico, no solo la dimensión física o de salud mental.

Sin embargo, también emergen barreras que limitan la implementación plena de estas estrategias, como la falta de infraestructura adecuada, recursos limitados y prácticas tradicionales arraigadas de uso de los patios (principalmente para fútbol o juegos pasivos). Este tipo de limitaciones aparece reflejado en otros estudios. Hamer et al. (2017) evaluaron el efecto de

reconstrucciones mayores en patios escolares (“playground reconstruction”) y encontraron que, aunque no hubo un aumento significativo en la actividad física de moderada a vigorosa para todos los grupos, sí se observó una reducción del tiempo sedentario en niños más jóvenes y una mejora en la actividad ligera, lo que sugiere que los cambios de infraestructura pueden generar beneficios, aunque sus efectos pueden variar según la edad y las condiciones previas.

Un aspecto importante es la brecha entre percepción y práctica: aunque los docentes creen en el valor del ejercicio verde y desean transformación, la aplicación aún es limitada. Esto concuerda con estudios que muestran que la mera disponibilidad de espacios renovados no garantiza su uso óptimo si no se acompaña de intervenciones pedagógicas, formación docente y participación activa de la comunidad. Brink et al. (2010) observó que los patios escolares renovados mejoran el uso y la actividad física, pero también que ciertos componentes del diseño influyen más que otros: superficies blandas, variedad de espacios, equipamiento y que la antigüedad de la renovación afecta la intensidad del uso.

Otra dimensión a considerar es la salud mental, ya que el ejercicio verde no solo reduce el sedentarismo, sino que también tiene efectos comprobados sobre el bienestar psicológico. En la revisión sistemática “Psychosocial and Physiological Health Outcomes of Green Exercise in Children and Adolescents” se documentan beneficios como reducción del estrés, la ansiedad, mejoras en el estado de ánimo y la autoestima (Mnich et al., 2019). Este reforzamiento psicológico aparece en tus datos cuando los docentes perciben impactos negativos del sedentarismo digital

sobre la salud mental (ansiedad, bajo rendimiento) y valoran los beneficios del ejercicio en naturaleza más allá de lo físico.

En suma, los resultados de tu estudio validan la literatura existente, resaltan la urgencia de intervenciones integrales. No basta con observar que los docentes están sensibilizados; se requiere articular estrategias que incluyan inversión en infraestructura, equipamientos variados, capacitación docente en metodologías de educación al aire libre, y procesos participativos con la comunidad educativa. Solo de esta manera la percepción positiva puede traducirse en cambio real y sostenible.

Conclusión

Los resultados de este estudio permiten afirmar que el sedentarismo digital constituye una problemática reconocida y ampliamente percibida por los docentes de Educación Física como un desafío que afecta de manera significativa la salud física, mental y social de los estudiantes. Esta percepción se encuentra alineada con la evidencia científica internacional que vincula la exposición prolongada a pantallas con la disminución de la actividad física y con la aparición de trastornos metabólicos, posturales, emocionales y de rendimiento académico.

En este contexto, el ejercicio verde se proyecta como una estrategia pedagógica innovadora y viable para contrarrestar los efectos negativos del sedentarismo digital. Los docentes encuestados manifestaron un alto nivel de aceptación hacia la actividad física en entornos naturales, reconociendo su potencial para favorecer la adherencia al ejercicio, mejorar la salud mental y

estimular el rendimiento académico. Esta valoración resulta relevante, ya que posiciona a los profesionales de Educación Física como actores clave en la promoción de prácticas educativas que trascienden los límites del aula y recuperan el valor formativo del contacto con la naturaleza.

De igual manera, los patios escolares aparecen como escenarios con un potencial aún no plenamente aprovechado. Si bien los resultados revelan que estos espacios suelen estar dominados por actividades homogéneas y excluyentes, también muestran un consenso casi unánime en la necesidad de transformarlos en entornos inclusivos, diversos y activos. Esta reconceptualización del patio escolar no solo responde a un cambio físico de infraestructura, sino que implica un proceso pedagógico y social de mayor alcance, donde la participación de la comunidad educativa resulta determinante para garantizar la sostenibilidad de las transformaciones.

Referencias

- Alvarado Alvarado, H. M., López Barrera, A. J., Vega Gordillo, M. V., & Ochoa Loor, J. R. (2023). Sedentarismo en niños y adolescentes en Ecuador. *RECIMUNDO*, 7(2), 199-208.
[https://doi.org/10.26820/recimundo/7.\(2\).jun.2023.199-208](https://doi.org/10.26820/recimundo/7.(2).jun.2023.199-208)
- Anthamatten, P., Brink, L., Lampe, S., Greenwood, E., Kingston, B., & Nigg, C. (2011). An assessment of schoolyard renovation strategies to encourage children's physical activity. *International Journal of Behavioral Nutrition and Physical Activity*, 8(1), 27.
<https://doi.org/10.1186/1479-5868-8-27>

Brink, L. A., Nigg, C. R., M. R. Lampe, S., Kingston, B. A., Mootz, A. L., & Van Vliet, W. (2010).

Influence of Schoolyard Renovations on Children's Physical Activity: The Learning Landscapes Program. *American Journal of Public Health, 100*(9), 1672-1678.

<https://doi.org/10.2105/AJPH.2009.178939>

Dadvand, P., Nieuwenhuijsen, M. J., Esnaola, M., Forn, J., Basagaña, X., Alvarez-Pedrerol, M.,

Rivas, I., López-Vicente, M., De Castro Pascual, M., Su, J., Jerrett, M., Querol, X., & Sunyer, J. (2015). Green spaces and cognitive development in primary schoolchildren.

Proceedings of the National Academy of Sciences, 112(26), 7937-7942.

<https://doi.org/10.1073/pnas.1503402112>

Diaz-Perez, J. C., Caballero-Julia, D., & Cuellar-Moreno, M. (2023). Revisión bibliográfica sobre

la actividad física en el medio natural en Educación Física (Bibliographic review on physical activity in the natural environment in physical education). *Retos, 48*, 807-815.

<https://doi.org/10.47197/retos.v48.95801>

Gehris, J., Myers, E., & Whitaker, R. (2012). Physical activity levels during adventure-physical

education lessons. *European Physical Education Review, 18*(2), 245-257.

<https://doi.org/10.1177/1356336X12440365>

González Arroyo, A. P., & Bermeo Escalona, J. R. (2024). Metodología para la construcción y

validación de instrumentos en el área de la salud. *IBN SINA, Vol. 15 Núm. 1*, 84-94 Páginas.

<https://doi.org/10.48777/IBNSINA.V15I1.2541>

- Hamer, M., Aggio, D., Knock, G., Kipps, C., Shankar, A., & Smith, L. (2017). Effect of major school playground reconstruction on physical activity and sedentary behaviour: Camden active spaces. *BMC Public Health, 17*(1), 552. <https://doi.org/10.1186/s12889-017-4483-5>
- Hernández, R., Fernández, C., & Baptista, P. (2014). *Metodología de la investigación*. McGraw-Hill.
- Mnich, C., Weyland, S., Jekauc, D., & Schipperijn, J. (2019). Psychosocial and Physiological Health Outcomes of Green Exercise in Children and Adolescents—A Systematic Review. *International Journal of Environmental Research and Public Health, 16*(21), 4266. <https://doi.org/10.3390/ijerph16214266>
- Ospina Romero, A. M., Angarita Rodríguez, D. C., Niño Hernández, C. A., España Pineda, M. J., & Mayorga Álvarez, J. H. (2022). Relación entre la realización, tiempo y tipo de actividad física preferida entre escolares en Colombia (The relation between the practice, quantity of time, and type of preferred physical activity amongst schoolchildren in Colombia). *Retos, 45*, 1113-1118. <https://doi.org/10.47197/retos.v44i0.93206>
- Rodriguez-Ayllon, M., Cadenas-Sánchez, C., Estévez-López, F., Muñoz, N. E., Mora-Gonzalez, J., Migueles, J. H., Molina-García, P., Henriksson, H., Mena-Molina, A., Martínez-Vizcaíno, V., Catena, A., Löf, M., Erickson, K. I., Lubans, D. R., Ortega, F. B., & Esteban-Cornejo, I. (2019). Role of Physical Activity and Sedentary Behavior in the Mental Health of Preschoolers, Children and Adolescents: A Systematic Review and Meta-Analysis. *Sports Medicine, 49*(9), 1383-1410. <https://doi.org/10.1007/s40279-019-01099-5>

- Russell, E., Kirk, A., Dunlop, M. D., Hodgson, W., Patience, M., & Egan, K. (2025). Digital Physical Activity and Sedentary Behavior Interventions for Community-Living Adults: Umbrella Review. *Journal of Medical Internet Research*, 27, e66294. <https://doi.org/10.2196/66294>
- Sandford, R., Beckett, A., & Giulianotti, R. (2022). Sport, disability and (inclusive) education: Critical insights and understandings from the *Playdagogy* programme. *Sport, Education and Society*, 27(2), 150-166. <https://doi.org/10.1080/13573322.2021.1902299>
- Timken, G. L., & McNamee, J. (2012). New Perspectives for Teaching Physical Education: Preservice Teachers' Reflections on Outdoor and Adventure Education. *Journal of Teaching in Physical Education*, 31(1), 21-38. <https://doi.org/10.1123/jtpe.31.1.21>

Financiación

Los autores no recibieron financiación para el desarrollo de la presente investigación.

Conflicto de Intereses

Los autores declaran no tener conflictos de intereses.

Contribución de Autoría:

Los autores han participado en la construcción del documentos