

Gamification in Physical Education Classes: A Systematic Review

La gamificación en clases de Educación Física: una revisión sistemática.

Autores:

Guiracocha-De La Torre, Samir Alejandro
UNIVERSIDAD CENTRAL DEL ECUADOR
Egresado
Quito – Ecuador



saguiracocha@uce.edu.ec



<https://orcid.org/0009-0005-6167-7060>

Fechas de recepción: 16-OCT-2025 aceptación: 07 -DIC-2025 publicación: 30-DIC-2025



<https://orcid.org/0000-0002-8695-5005>

<http://mqrinvestigar.com/>

Resumen

En la actualidad, el mundo se enfrenta a un gran cambio y avance tecnológico, por lo cual ha sido esencial innovar la práctica pedagógica. Además, se ha observado que la mayoría de los docentes se basan en un modelo tradicionalista. En contraposición ahora se han incorporado nuevos métodos como la gamificación y el uso de las TICS en las clases de Educación Física. La presente investigación tiene como **objetivo** sistematizar la evidencia científica existente sobre la gamificación en clases de Educación Física mediante una revisión sistemática de estudios indexados en bases de datos. La **metodología** del estudio aplicó las directrices establecidas en el protocolo PRISMA, además, se seleccionó documentos a través de las siguientes bases de datos: Scielo, Dialnet y Scopus. Publicados entre 2019 y 2025. Referente al idioma, documentos en español e inglés. De los cuales se escogieron 20 artículos para esta revisión. Las palabras claves empleadas son: gamificación, Educación Física, tecnología, innovación y educación. Los **resultados** del estudio evidencian que la gamificación al ser implementada de forma adecuada en las clases de Educación Física, resulta ser una herramienta innovadora que favorece en el desarrollo de habilidades, actitudes y aptitudes.

Palabras clave: Educación Física; Educación; Gamificación; Innovación; Tecnología.

Abstract

Today, the world is facing significant advancements in technology, which makes it essential to innovate teaching practices. Furthermore, it has been observed that most teachers rely on a traditional model. In contrast, new methods such as gamification and the use of ICTs have now been incorporated into physical education classes. This research aims to systematize the existing scientific evidence on gamification in physical education classes through a systematic review of studies indexed in databases. The study methodology applied the guidelines established in the PRISMA protocol, and documents were selected from the following databases, such as Scielo, Dialnet, and Scopus, published between 2019 and 2025. Regarding language, the documents are in Spanish and English. Twenty articles were chosen for this review. The keywords are gamification, physical education, technology, innovation, and education. The results of the study showed that implementing gamification properly in physical education classes is an innovative tool that promotes the development of skills, attitudes, and aptitudes.

Keywords: Physical Education; Education; Gamification; Innovation; Technology.

Introducción

El mundo se ha visto inmerso en un gran cambio frente al avance de la tecnología, lo cual ha llevado a innovar ciertas áreas, como lo es la práctica pedagógica. Dicho evento impulsó a la enseñanza en las escuelas, colegios y universidades a optar por una educación más innovadora, emocionante y desafiante (Martínez et al., 2024). Lo cual llevó a las personas a sumergirse en el mundo digital, donde las plataformas se volvieron una herramienta esencial para lograr el aprendizaje a base de nuevas experiencias. Una de las técnicas de aprendizaje utilizadas dentro de esta línea es la gamificación, la cual se ha podido evidenciar mediante la revisión bibliográfica que contribuye en la motivación, diversión, autonomía y retroalimentación (Martínez et al., 2024). De la misma manera, logra un trabajo colaborativo y permite que los estudiantes adquieran sus conocimientos tanto dentro como fuera de la institución. Por esto, las clases de Educación Física deben brindar una experiencia emocionante y gratificante mediante distintas plataformas digitales que se enfoquen en las necesidades e intereses de sus estudiantes. Por ende, es de suma importancia realizar una revisión sistemática sobre la gamificación en las clases de Educación Física, puesto que esta es una técnica de aprendizaje que posibilita una mejora en el proceso de enseñanza-aprendizaje.

La variabilidad en los procesos metodológicos que se emplean al momento de la práctica pedagógica se ve desafiada por el avance vertiginoso de la ciencia y la tecnología. Aun así, la mayoría de profesorado se basa en un modelo tradicionalista en el cual el conocimiento es transmitido de forma jerárquica. El mismo que limita a los estudiantes a desarrollar nuevas habilidades, lo cual no fomenta un ambiente transformador y participativo. En contraposición, se incorpora nuevos métodos y técnicas dentro de la educación, como lo es la gamificación y el uso de las TICS, que ha demostrado ser de gran ayuda, como lo demuestran muchos estudios. Además, se ha podido evidenciar que los estudiantes, mediante la gamificación, pueden entender, desarrollar y comprender los contenidos de la actividad física y la salud (Alarte-Hernández y Arias-Estero, 2021). La implementación de este tipo de técnicas ha logrado una motivación continua en el alumnado; por consiguiente, la mejora considerable en el rendimiento académico de los individuos en la materia (Acebes-Sánchez y Bernal, 2022). La gamificación es un elemento clave al momento de planificar y desarrollar una clase para que esta sea interactiva, dinámica y participativa, con el fin de aumentar la motivación, reflexión y conocimiento de los estudiantados.

La gamificación aprovecha los elementos de los juegos en diversos entornos y aplicaciones digitales para potenciar la concentración, esfuerzo y valores. Dicha técnica surge con base en las necesidades e intereses de los estudiantes y del profesorado, permite crear un mejor ambiente educativo y participativo, el cual beneficie a la construcción de saberes. Benítez et al., (2019) afirma que “dentro de la gamificación encontramos la metodología del M-Learning, la cual ayuda en el desarrollo de nuevas habilidades, además en el proceso de enseñanza-aprendizaje y resolución de conflictos, logrando la autonomía” (p.5). La

gamificación se convierte en una herramienta que ayuda a los estudiantes en su motivación, les impulsa a una participación continua en clase; además, fomenta las habilidades y competencias, pues es esta técnica muy eficaz al momento de implementar distintas metodologías y dejar de lado al tradicionalismo, el cual ha sido constante en la educación (García-Casaus et al., 2021).

En varios estudios realizados acerca de la gamificación en las clases de Educación Física, encontramos a Sevilla-Sánchez et al., (2023), el cual menciona que dicha estrategia conlleva a los estudiantes a una mejora en el aprendizaje motriz y cognitivo, para estimular distintas habilidades fundamentales para su desarrollo. De la misma manera, Flores-Aguilar et al., (2023) indican que se halló diversas situaciones al implementar la gamificación dentro de las clases de cultura física, como el aumento en la motivación de autoaprendizaje, además de un mejor rendimiento académico. En el mismo sentido, Loaiza y Tenelema, (2023) concluyen que la intervención de la gamificación dentro de los procesos educativos mejora la motivación tanto extrínseca como intrínseca, de esta manera fortalece y enriquece los procesos de enseñanza-aprendizaje.

El realizar la presente revisión sistemática sobre la gamificación en clases de Educación Física resulta fundamental, puesto que la enseñanza-aprendizaje debe ir acorde al avance de la tecnología. La técnica de la gamificación logra que las clases sean más interesantes y motivadoras para el alumnado, lo que favorece un mayor trabajo colaborativo y aumento del rendimiento académico. La presente investigación es de importancia, debido a que nos permite identificar la relación, criterios y metodologías positivas que existen entre las dos variables. La temática presentada es útil y de interés debido a que en la revisión bibliográfica se puede evidenciar que la implementación de la gamificación hace las clases más llamativas y a su vez fortalece la creación de conocimiento dentro y fuera de la institución educativa. Los beneficiarios de este artículo académico de revisión sistemática serán todos los interesados en el tema, como docentes, entrenadores, estudiantes y autoridades, que contarán con evidencia sistematizada para la mejora de su práctica profesional, así como los investigadores, quienes lograrán detectar vacíos en el conocimiento. El interés de esta investigación es proporcionar información a la sociedad sobre el efecto de la gamificación en el aprendizaje de los estudiantes al momento de ser partícipes de las clases de Educación Física. Este estudio es viable porque se cuenta con la disponibilidad de literatura relevante, además, con directrices metodológicas claras para revisiones sistemáticas (PRISMA) y acceso a bases de datos científicas, las cuales contienen estudios sobre la gamificación en las clases de Educación Física. Los resultados de esta investigación ofrecen de una base sólida para comprender el impacto y beneficios de la implementación de la gamificación en las clases de Educación Física. En este sentido, el objetivo planteado en el presente estudio es sistematizar la evidencia científica existente sobre la gamificación en clases de Educación Física mediante una revisión sistemática de estudios indexados en las bases de datos.

Material y métodos

En el presente estudio se llevó a cabo una revisión sistemática que sigue las directrices establecidas en el protocolo PRISMA, el cual permitió garantizar la transparencia del proceso de búsqueda, selección y análisis de la literatura pertinente. La selección de los documentos empleados para la revisión sistemática se realizó a través de las siguientes bases de datos: Scopus, Dialnet y SciELO. La revisión se llevó a cabo durante los meses de mayo y octubre del 2025. Para ejecutar esta revisión sistemática, se seleccionaron artículos enfocados en la gamificación en clases de Educación Física en idiomas español e inglés. Las palabras claves empleadas fueron las siguientes: gamificación, Educación Física, tecnología, innovación y educación. Para combinarlos, se ha seleccionado los operadores booleanos and/y.

Los criterios de inclusión incorporados para esta revisión fueron: artículos publicados 2019 y 2025, en idioma español o inglés, además en los cuales se tuvo el acceso completo al texto y el tema principal era la gamificación en clases de Educación Física. Por el contrario, los criterios de exclusión fueron: artículos, libros, informes, tesis o revisiones bibliográficas que no relacionen las variables establecidas, de la misma manera artículos duplicados.

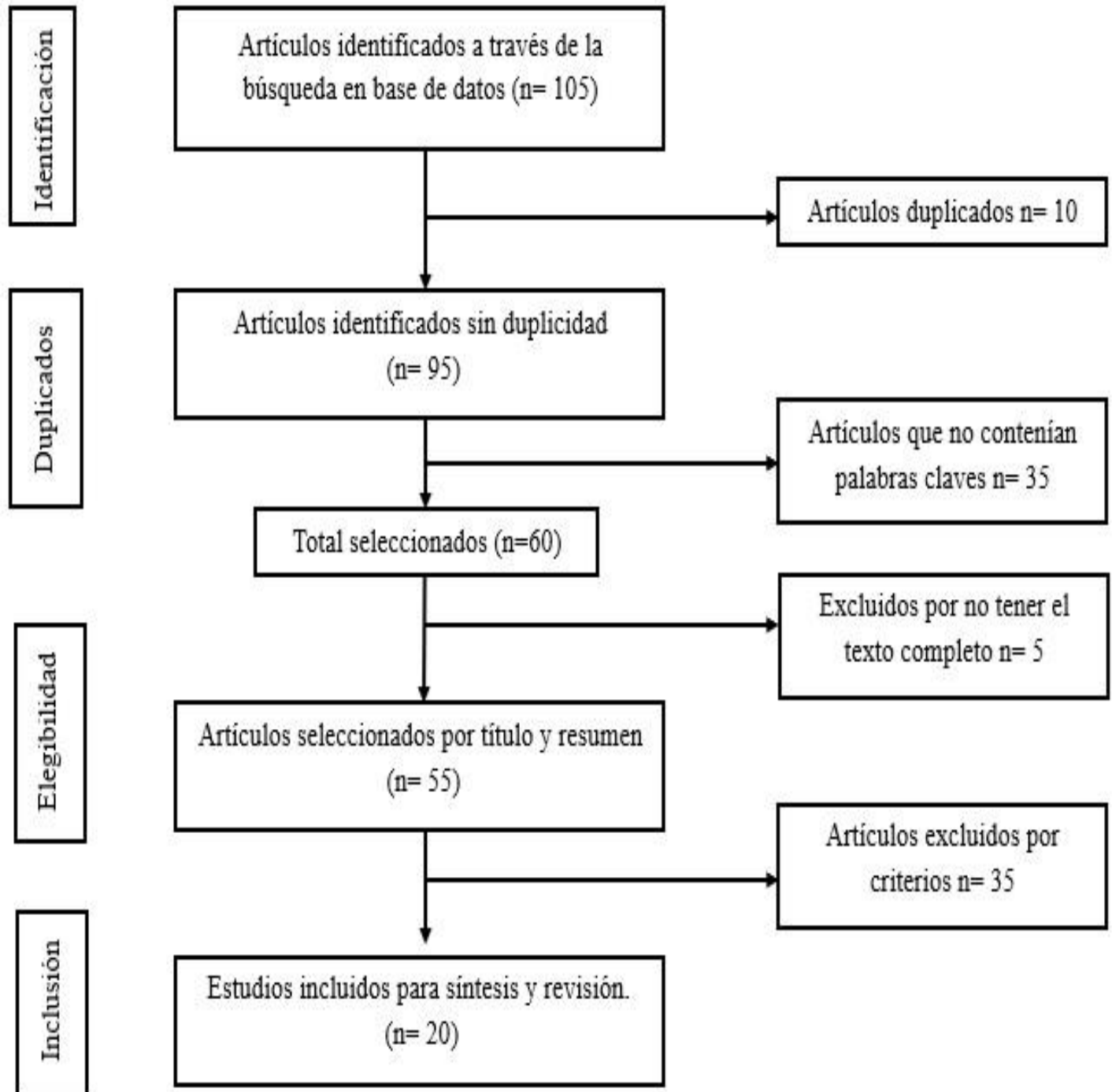
En consecuencia, a través de una filtración de datos, se elaboró el diagrama de flujo el cual facilita la comprensión de los procesos empleados dentro de la revisión y selección de estudios requeridos para este artículo. La información recolectada de los diversos artículos guarda relación con el objetivo y metodología del enfoque sistemático para garantizar la validez y confiabilidad del análisis. Los datos se refirieron exclusivamente a la gamificación en las clases de Educación Física, se priorizo aquellos que doten de evidencia relevante en la aplicación de esta metodología. De la misma manera, se extrajo y contrastó la información en la literatura seleccionada, enfocándose en los beneficios, herramientas o prácticas pedagógicas efectivas de gamificación dentro de las clases de Educación Física.

Proceso de búsqueda y selección de artículos

Los artículos seleccionados para esta revisión sistemática tuvieron un proceso de filtrado de distintas fases (Figura 1 “Diagrama de flujo”).

1. **Identificación.** Se realizó una búsqueda de los documentos indexados en las bases de datos SciELO, Scopus y Dialnet, que estén publicados entre el 2019 y 2025, con ayuda de operadores booleanos “and”, además en conjunto con las palabras claves, las cuales fueron: gamificación; Educación Física (Tabla 1).
2. **Duplicados.** De los artículos hallados se eliminaron para esta revisión los duplicados.
3. **Elegibilidad.** Se aceptó solo a los artículos en los cuales se evidenciaba las palabras claves en el título, tema, resumen e índice.
4. **Inclusión.** Se incluyeron a esta revisión sistemática todos los artículos que cumplan con los criterios de inclusión, los cuales son: publicados entre 2019 y 2025, escritos en español o inglés y que contengan ambas variables.

Figura 1
Diagrama de flujo



Fuente: Elaboración propia

Tras realizar una búsqueda en las distintas bases de datos previamente mencionadas se han seleccionado 105 artículos en total. Luego de un proceso de filtrado se eliminaron duplicados y se aplicaron criterios de inclusión y exclusión predefinidos para la selección final. Como resultado de este proceso de selección, se escogió 20 artículos los cuales cumplieron los requisitos establecidos y fueron incluidos dentro de esta revisión sistemática.

Tabla 1
Proceso de búsqueda bibliográfica

Refinación de búsqueda	Dialnet	SciELO	Scopus
Descriptores	(1) Gamificación	(1) Gamificación	(1) Gamificación
	(2) Educación Física	(2) Educación Física	(2) Educación Física
Conector de descriptores	AND/Y	AND/Y	AND/Y
Ubicación de descriptores	(1) Título	(1) y (2) en todos los	(1) y (2) Article title,
	(2) Tema	índices	Abstract, Keywords
AND	(1) Título	(1) Título	(1) Título
	(2) Tema	(2) Tema	(2) Tema
Período de tiempo	2019 - 2025	2020 – 2025	2020 – 2025
Áreas de investigación	Todas	Todas	Todas
Tipo de documento	Artículo	Artículo	Artículo
Idioma	Español e inglés	Español e inglés	Español e inglés

Fuente: (Mella-Norambuena et al., 2019)

Resultados

En la Tabla 2 se presenta las bases de datos y número de artículos encontrados en cada una de ellas, de la misma manera en la Tabla 3 se reúnen los artículos incluidos para esta revisión sistemática, los cuales se enfocan en la gamificación en las clases de Educación Física. En cada investigación se especifica el título, autores, objetivo y la principal conclusión. La selección de dichos artículos se realizó mediante un proceso de filtrado a base de criterios de inclusión y exclusión.

Tabla 2
Artículos seleccionados

Nro.	Bases de datos	Número de artículos
1	Dialnet	10
2	SciELO	3
3	Scopus	7

Tabla 3
Resultados

Nro.	Título	Autor	Año	Objetivo	Conclusiones
1	Gamificación en Educación Física: efecto de la metodología Learning en la asimilación de contenidos.	Benítez, J; Romero, O; Fernández, E; Merino, Rafael y López, I	2019	Estudiar los efectos que trae consigo la implementación de una metodología gamificada en la asimilación y evaluación de contenidos en Educación Física.	La metodología gamificada (M-Learning) resulta favorable en el proceso de enseñanza-aprendizaje, al momento de revisar y asimilar los contenidos que se encuentren integrados.
2	Una experiencia gamificada en Educación Física.	Rouissi, A., García, S., y Ferriz, A.	2020	Se busca analizar el nivel de satisfacción de los estudiantes en las clases de Educación Física, a través de una experiencia gamificada, además de observar sus ventajas y desventajas.	Una experiencia gamificada aumenta el interés de los estudiantes; de la misma manera, estos mejoran en su percepción, beneficiando su aprendizaje a través del juego mismo que debe estar bien diseñado.
3	Hybridisation of the teaching personal and social responsibility model and gamification in physical education.	Valero-Valenzuela, A., García, D. G., Camerino, O., y Manzano, D.	2020	Analizar el resultado de una intervención basado en un modelo pedagógico de responsabilidad personal y social con la gamificación.	El programa de intervención a base del modelo pedagógico MRPS y la gamificación fue beneficioso para los estudiantes, fortaleciendo su autonomía, responsabilidad y motivación.

- 4 Propuesta práctica Redondo, H., 2020 Analizar la influencia del En las clases de Educación desde la clase de Ruiz, V., docente en las clases de Física el docente debe Educación Física para López-García, Educación Física; además, se fomentar la práctica la mejora de la S., y Moral- desarrolla una propuesta habitual de la actividad adherencia a la García, J. gamificada mediante el física, por lo que es actividad física. videojuego de Fortnite. esencial que se lo realice mediante la implementación de clases atractivas y motivadoras, logrando una motivación intrínseca en los estudiantes.
- 5 Experiencia práctica Alarte- 2021 Desarrollar una unidad El uso adecuado de las TIC empleando la Hernández, Á y la metodología de la gamificación y las y Arias-Estero, gamificación resultan TICS en la clase de J conocimiento significativo beneficiosos para fomentar educación física en y desarrollar hábitos educación secundaria. sobre la actividad física y la salud. saludables, trabajando conjuntamente con contenidos de Educación Física en secundaria.
- 6 Propuesta de Chacón 2021 Elaborar y desarrollar una La propuesta resulta intervención de Borrego, F., y propuesta metodológica beneficiosa en el gamificación en Ortega gamificada en Educación aprendizaje, además de una educación física Jiménez, R. Física en estudiantes para mayor implicación de los basada en el universo trabajar los deportes individuos, tanto de forma de Harry Potter. alternativos. individual como grupal.
- 7 Resultados de un Serrano-Durá, 2021 Comparar el efecto de dos Se concluye que una programa de J., Cabrera programas de intervención intervención en educación educación postural, González, A., con distinta metodología mediante una metodología gamificada vs Rodríguez- aplicada, una gamificada y gamificada logra aumentar intervención Negro, J., y los niveles de motivación y tradicional. Monleón esfuerzo de los estudiantes. García, C.

- | | | | | |
|----|--|--|---|---|
| 8 | Proyecto África «La Real, Leyenda de Faro»: Efectos de una metodología basada en la gamificación sobre la motivación situacional respecto al contenido de expresión corporal en Educación Secundaria África. | Real, M., 2021
Sánchez, D., y Padilla, C. | Contrastar el resultado de una intervención en una unidad didáctica empleando distintas metodologías, una gamificada y otra enfocada en un estilo de enseñanza tradicional. | Se recomienda implementar metodologías activas e innovadoras, puesto que se muestra favorable en la autonomía, motivación intrínseca, identificada y externa de los estudiantes, logrando así un mayor compromiso y predisposición en las clases de Educación Física. |
| 9 | La gamificación en el proceso de enseñanza-aprendizaje de la Educación Física | González-González, V., y Jarrín-Navas, S. | 2021
Conocer cómo impacta la gamificación en niños dentro de las clases de Educación Física, con una investigación con un enfoque descriptivo exploratorio. | La gamificación resulta un método innovador para ser utilizado dentro de las clases de Educación Física para lograr el desarrollo integral de los estudiantes involucrados. |
| 10 | Efecto de un programa gamificado de Educación Física en la habilidad del salto. | Cenizo-Benjumea, J., Vázquez-Ramos, F., Ferreras-Mencia, S., y Gálvez-González, J. | 2022
Analizar el efecto que produce un programa de gamificación, además de observar la mejora del salto en los estudiantes involucrados dentro del horario de Educación Física. | Un ambiente gamificado resulta eficaz para el desarrollo del salto en los estudiantes. |
| 11 | Gamificación y valores: una propuesta transversal motivadora en Educación Física | Acebes-Sánchez, J., y Bernal, I. | 2022
Resaltar la Educación Física como una asignatura para lograr la transmisión de valores y actitudes, además de delimitar dicha transmisión a base de una experiencia gamificada. | La gamificación resulta ser una metodología que depende de un gran tiempo y esfuerzo para el diseño de este, pero los resultados son favorables, puesto que se evidenció una mayor motivación en el alumnado. |

12	Patina con Sonic: Efectos de un entorno de aprendizaje gamificado basado en el videojuego Sonic en una muestra de adolescentes en clase de Educación Física	Carrera Moreno, D	2023	Analizar los efectos de un ambiente gamificado que se basa en el videojuego Sonic en estudiantes dentro de las clases de Educación Física.	Este tipo de ambiente gamificado resulta innovador, además, motivador para los estudiantes y favorable en su desarrollo físico-motor.
13	“PE Money Heist”: Gamification, Motivational Regulations and Qualifications in Physical	Flores-Aguilar, G; Inieta-Pizarro, M y Fernández-Río, J	2023	Evaluar el impacto que tiene la gamificación en las clases de Educación Física sobre la motivación y calificaciones de los estudiantes, en comparación con la enseñanza tradicional.	Un ambiente gamificado trae consigo distintos impactos positivos en los estudiantes, como lo es en la motivación y en el rendimiento académico, puesto que se mostró un aumento significativo en las calificaciones finales de los individuos.
14	La gamificación para la enseñanza de la educación física: revisión sistemática	García, J	2023	Indagar en la literatura existente sobre la implementación de la gamificación en clases de Educación Física.	Se observó a través de una revisión que la gamificación en Educación Física hace las clases más llamativas y motivadoras, logrando un trabajo colaborativo entre pares.
15	Gamification and cooperative learning: effects of a hybridization in Physical Education	Jiménez-Parra, J. F; Valero-Valenzuela, A.; Conde, A y Manzano-Sánchez, D.	2023	Observar el impacto que posee la gamificación sobre la satisfacción en las clases de Educación Física al momento de ser implementada en una unidad didáctica.	El uso de una metodología gamificada resulta positiva en los estudiantes, puesto que mejora el grado de satisfacción de estos hacia la Educación Física.

16	Gamification as an active learning methodology for school Physical Education	Añazco, L.	2025	Implementación de la gamificación dentro de la Educación Física como metodología activa y los beneficios que otorga a los individuos.	Una metodología activa es la gamificación, en la cual se hace uso de juegos dentro del contexto educativo; dicha metodología logra una mayor motivación y rendimiento académico en estudiantes de primaria y secundaria.
17	La gamificación dentro de las clases de educación física en la motivación escolar.	Loaiza, L., y Tenelema, E.	2023	Examinar el integrar la gamificación en las clases de Educación Física dirigido hacia la motivación de los estudiantes.	Una adecuada implementación de la gamificación dentro de las clases de Educación Física refuerza la motivación en los estudiantes, impulsando al compromiso e interés de estos en el proceso de creación de conocimiento.
18	La gamificación en educación física: efectos sobre la motivación y el aprendizaje.	Sevilla- Sanchez, M., Dopico, X., Morales, J., Iglesias-Soler, E., Fariñas, J., y Carballeira, E.	2023	Evaluar los efectos que tiene la implementación de una unidad didáctica gamificada con respecto a una metodología tradicional, enfocándose en la motivación y aprendizaje de los estudiantes.	La metodología de la gamificación es una herramienta útil para ayudar en el aprendizaje motor de los estudiantes. Además, es favorable para que los docentes de Educación Física la utilicen y así mejorar la creación de conocimiento en unidades didácticas de iniciación deportiva.

19	Could a gamified intermittent teaching unit in Physical Education enhance primary schoolchildren's regular physical activity?	Viciano, J., 2025 Mayorga-Vega, D., Berdonces-Sola, J. A., y Guijarro-Romero, S.	Analizar el efecto de una unidad didáctica intermitente gamificada con pulseras de actividad; se establecen objetivos, asesoramiento y recordatorios, dentro del ámbito de la Educación Física.	Una unidad didáctica intermitente gamificada ayuda en la mejora de la actividad física de los estudiantes, mejorando los pasos semanales que estos realicen, logrando así modificar su conducta.
20	Gamification in physical education: improving rhythmic gymnastics skills and student engagement through coaching games.	Wahyuniati, C., Marsudi, I., Rusdiawan, A., Dafun, P., Kumaat, N., Yudhistira, D., y Fathir, L.	Analizar los efectos que traen consigo los Coaching Games en las habilidades e interés de salto de estudiantes, en relación con los métodos tradicionales.	Este modelo establecido resultó positivo, puesto que mejora la participación de los individuos en la gimnasia rítmica, logrando así disminuir la monotonía.

Análisis de resultados

La tabla de resultados presentada comprende artículos que se enfocan en la aplicación de la gamificación en las clases de Educación Física. Esta metodología mejora el proceso de enseñanza-aprendizaje en el alumnado mediante la creación de un ambiente lúdico que consta de un sistema de recompensas y desafíos progresivos. Esto genera de esta manera el incremento de la motivación intrínseca, extrínseca y el rendimiento académico. Al contrario de una metodología tradicional, la gamificación ha resultado ser beneficiosa al momento de ser implementada dentro de las distintas unidades didácticas, para lograr de esta manera un mayor interés en los estudiantes hacia las clases de Educación Física y la práctica de actividad física. Para respaldarlo, los autores Rouissi et al., (2020), Valero-Valenzuela et al., (2020) entre otros, concluyen que los estudiantes mejoran su interés, autonomía, responsabilidad y motivación hacia las clases de Educación Física a base de una experiencia gamificada, la cual debe ser desarrollada de forma adecuada para que los estudiantes participen de forma activa en esta; además, la intervención de esta metodología mejora la satisfacción en el proceso de aprendizaje de los individuos.

Además, los estudios analizados destacan que la gamificación no solo impacta y mejora la motivación e interés, sino que también resulta ser beneficiosa en el desarrollo motriz y la participación de los estudiantes. Un modelo de juegos gamificados posee un mayor beneficio que un método convencional dentro de la unidad didáctica a impartir, puesto que esta técnica promueve la autonomía, competencia sana, conexión entre pares; de la misma manera ayuda en el desarrollo de movimientos motrices coordinativos y sincronizados (Wahyuniati et al., 2025).

Discusión

Los estudios seleccionados para esta revisión destacan la notable efectividad de la gamificación dentro de las clases de Educación Física, la cual ha sido una herramienta eficaz en el desarrollo de distintas actitudes y aptitudes de los estudiantes. Esta metodología ha evidenciado ser muy alta. Redondo et al., (2020) coincide con Serrano-Durá et al., (2021) y Real et al., (2021) e indican que una correcta implementación de la gamificación logra que las clases de Educación Física sean más llamativas e interesantes; para ello sugieren que se diseñen clases más dinámicas, interactivas y participativas para el alumnado, que permitan desarrollar motivación, interés, curiosidad y compromiso en dichas clases, con el objetivo de mejorar así el proceso de enseñanza-aprendizaje.

Además, en cuanto a la mejora de conocimiento de los estudiantes se ha evidenciado que este tipo de metodología activa resulta favorable en la creación de nuevos aprendizajes y hábitos en los individuos. Estudios actuales, como las de Alarte-Hernández y Arias-Estero, (2021) Chacón y Ortega, (2021) concuerdan que el integrar las TICS junto a la gamificación como metodología se ha convertido en una técnica fundamental para el desarrollo del alumnado, dado que aumenta la concentración, facilita la comprensión de contenidos, el trabajo colaborativo y una mejor relación entre pares. Además, dicha técnica al ser utilizada en las distintas unidades didácticas hace de la actividad física una experiencia más a gusto. Alcanza de este modo que los individuos adopten hábitos saludables, para fomentar así la práctica continua de actividad física en el alumnado.

El estudio de González-González y Jarrín-Navas, (2021) coinciden con nuestros hallazgos, que al momento de aplicar la gamificación como una herramienta de innovación dentro del proceso de enseñanza-aprendizaje, contribuye significativamente en el desarrollo de destrezas y habilidades en los estudiantes. Los resultados indican: antes de la intervención, un 63 % de estudiantes presentaba un bajo nivel de coordinación motriz. Sin embargo, tras aplicar la gamificación, se presentaron mejoras notables, que redujeron el previo porcentaje a un 17%, y confirmaron que la gamificación no solo aumenta la motivación en las clases de Educación Física, sino que además ayuda en el desarrollo de sus habilidades motrices.

Una revisión sistemática realizada por García, (2023) de artículos publicados entre 2018 y 2023, concluye que, a base de los estudios analizados, se pudo constatar que la aplicación de la gamificación en clases de Educación Física hace estas más llamativas para el alumnado, permite la asimilación de contenidos de forma más orgánica y participativa, llevándolos a una mejor experiencia educativa, además de fomentar la autonomía de aprendizaje.

De igual manera, Flores-Aguilar et al., (2023) y Sevilla-Sanchez et al., (2023) respaldan, a base de sus estudios en adolescentes, que la gamificación resulta más favorable para los estudiantes que una metodología tradicional. Dichos estudios demuestran que esta metodología activa contribuye de manera significativa en el aprendizaje motor y cognitivo, lo que genera así un mayor rendimiento académico, en comparación con una metodología tradicional en la cual no se pudieron evidenciar mejoras relevantes de los individuos.

Conclusiones

Tras el análisis de los estudios de esta revisión sistemática, se concluye que la gamificación, al ser implementada de forma adecuada en las clases de Educación Física, resulta ser una herramienta innovadora que favorece en el desarrollo, la motivación, interés y compromiso de los estudiantes, además de que esta metodología facilita la comprensión de contenidos impartidos por los docentes, lo que hace sus clases más interactivas y participativas.

De la misma manera, una gamificación correctamente elaborada, que integre los elementos adecuados, muestra un impacto significativo en el desarrollo motor y cognitivo del aprendiz, fortalece el proceso de enseñanza-aprendizaje de forma integral. De este modo genera un ambiente enriquecedor para el aprendizaje y convivencia entre pares. Por lo cual, resulta clave realizar investigaciones de forma nacional e internacional que busquen integrar la gamificación para una mejora en el rendimiento progresivo del alumnado, por consiguiente, explorar la integración de la inteligencia artificial a la gamificación y crear de este modo un impacto positivo en la comunidad educativa.

Referencias bibliográficas

- Acebes-Sánchez, J., y Bernal, I. R. (2022). Gamificación y valores: una propuesta transversal motivadora en Educación Física. *Retos*, 43, 336–341.
<https://recyt.fecyt.es/index.php/retos/index>
- Alarte-Hernández, Á., y Arias-Estero, J. (2021). Experiencia práctica empleando la gamificación y las TICS en la clase de educación física en educación secundaria. *Deporte International Journal of Social Sciences of Physical Activity*, 24, 38–35.
- Añazco, L. (2025). Gamification as an active learning methodology for school Physical Education. *Ciencia y Deporte*, 10(1), 288.
- Benítez, J., Romero, O., Fernández, E., Merino, R., y López, I. (2019). Gamificación en Educación Física: efecto de la metodología M-Learning en la asimilación de contenidos. *Riuma*, 1–13.
- Carrera Moreno, D. (2023). Patina con Sonic: Efectos de un entorno de aprendizaje gamificado basado en el videojuego Sonic en una muestra de adolescentes en clase de Educación Física. *Sportis. Scientific Journal of School Sport, Physical Education and Psychomotricity*, 9(1), 187–219. <https://doi.org/10.17979/sportis.2023.9.1.9216>
- Cenizo-Benjumea, J., Vázquez-Ramos, F., Ferreras-Mencia, S., y Gálvez-González, J. (2022). Efecto de un programa gamificado de Educación física en la habilidad del salto. *Retos*, 46, 358–367. <https://recyt.fecyt.es/index.php/retos/index>

- Chacón Borrego, F., y Ortega Jiménez, R. (2021). Propuesta de intervención de gamificación en educación física basada en el universo de Harry Potter. *Sportis. Scientific Journal of School Sport, Physical Education and Psychomotricity*, 8(1), 81–106. <https://doi.org/10.17979/sportis.2022.8.1.8738>
- Flores-Aguilar, G., Iniesta-Pizarro, M., y Fernández-Río, J. (2023). “PE Money Heist”: Gamification, Motivational Regulations and Qualifications in Physical Education. *Apunts. Educacion Fisica y Deportes*, 151, 36–48. [https://doi.org/10.5672/apunts.2014-0983.es.\(2023/1\).151.04](https://doi.org/10.5672/apunts.2014-0983.es.(2023/1).151.04)
- García, J. (2023). La gamificación para la enseñanza de la educación física: revisión sistemática. *GADE: Revista Científica*, 3, 51–73.
- García-Casaus, F., Cara-Muñoz, J., Martínez-Sánchez, J., y Cara-Muñoz, M. (2021). La gamificación en el aula como herramienta motivadora en el proceso de enseñanza-aprendizaje. *Logía, Educación Física y Deporte.*, 2021(2), 43–52.
- González-González, V., y Jarrín-Navas, S. (2021). La gamificación en el proceso de enseñanza-aprendizaje de la Educación Física. *Revista Arbitrada Interdisciplinaria Koinonía*, 6(2), 258. <https://doi.org/10.35381/r.k.v6i2.1239>
- Jiménez-Parra, J. F., Valero-Valenzuela, A., Conde, A., y Manzano-Sánchez, D. (2023). Gamificación y aprendizaje cooperativo: efectos de una hidratación en educación física. *Revista Internacional de Medicina y Ciencias de La Actividad Física y Del Deporte*, 23(91), 321–342. <https://doi.org/10.15366/rimcafd2023.91.019>
- Loaiza, L., y Tenelema, E. (2023). *La gamificación dentro de las clases de educación física en la motivación escolar*. 85(11), 541–573. <https://doi.org/10.23857/pc.v8i11.6225>
- Martínez, J., Borja, G., y Martínez, I. (2024). *Innovando en educación con la plataforma Quizizz* (Octaedro, pp. 254–265).
- Mella-Norambuena, J., Celis, C., Sáez-Delgado, F., Aeloiza, A., Echeverría, C., Nazar, G., y Petermann-Rocha, F. (2019). Revisión sistemática de práctica de actividad física en estudiantes universitarios. *Revista Iberoamericana de Ciencias de La Actividad Física y El Deporte*, 8(2), 37. <https://doi.org/10.24310/riccafd.2019.v8i2.6452>
- Real, M., Sánchez, D., y Padilla, C. (2021). Proyecto África «La Leyenda de Faro»: Efectos de una metodología basada en la gamificación sobre la motivación situacional respecto al contenido de expresión corporal en Educación Secundaria Africa. *Retos*, 42, 567–574. <https://recyt.fecyt.es/index.php/retos/index>
- Redondo, H., Ruiz, V., López-García, S., y Moral-García, J. (2020). Propuesta práctica desde la clase de Educación Física para la mejora de la adherencia a la actividad física. *Papeles Salmantinos de Educación*, 24, 163–176.
- Rouissi, A., García, S., y Ferriz, A. (2020). Una experiencia gamificada en Educación Física. *Lecturas: Educación Física y Deportes*, 25(269), 126–138. <https://doi.org/10.46642/efd.v25i269.1974>
- Serrano-Durá, J., Cabrera González, A., Rodríguez-Negro, J., y Monleón García, C. (2021). Resultados de un programa de educación postural, con una intervención gamificada vs intervención tradicional. *Sportis. Scientific Journal of School Sport, Physical Education and Psychomotricity*, 7(2), 267–284. <https://doi.org/10.17979/sportis.2021.7.2.7529>
- Sevilla-Sanchez, M., Dopico, X., Morales, J., Iglesias-Soler, E., Fariñas, J., y Carballeira, E. (2023). La gamificación en educación física: efectos sobre la motivación y el aprendizaje. *Retos*, 47, 87–95.

- Valero-Valenzuela, A., García, D. G., Camerino, O., y Manzano, D. (2020). Hybridisation of the teaching personal and social responsibility model and gamification in physical education. *Apunts. Educacion Fisica y Deportes*, 141, 63–74.
[https://doi.org/10.5672/APUNTS.2014-0983.ES.\(2020/3\).141.08](https://doi.org/10.5672/APUNTS.2014-0983.ES.(2020/3).141.08)
- Viciano, J., Mayorga-Vega, D., Berdonces-Sola, J. A., y Guijarro-Romero, S. (2025). Could a gamified intermittent teaching unit in Physical Education enhance primary schoolchildren's regular physical activity? *Sportis: Scientific Technical Journal of School Sport, Physical Education and Psychomotricity*, 11(2).
<https://doi.org/10.17979/sportis.2025.11.2.11242>
- Wahyuniati, C., Marsudi, I., Rusdiawan, A., Dafun, P., Kumaat, N., Yudhistira, D., y Fathir, L. (2025). Gamification in physical education: improving rhythmic gymnastics skills and student engagement through coaching games. *Pedagogy of Physical Culture and Sports*, 29(2), 131–141.
<https://doi.org/10.15561/26649837.2025.0207>

Conflicto de intereses:

Los autores declaran que no existe conflicto de interés posible.

Financiamiento:

No existió asistencia financiera de partes externas al presente artículo.

Agradecimiento:

Con profunda estima y reconocimiento, extiendo mi más sincero agradecimiento a mis padres por haberme forjado a lo largo de mi vida y apoyarme en cada decisión que he tomado, a mis hermanos Cristhian y Dayana que han sido un apoyo indispensable en mi vida. A todos ellos dedico la presente investigación, porque han inculcado en mí, el deseo de superación y de triunfo en la vida. Espero contar siempre con su incondicional apoyo.

Además, quisiera expresar mi más profundo agradecimiento a mi tutora, la Dr. Jenny Martínez. Su guía constante, experiencia, comprensión y paciencia contribuyeron en el complejo y gratificante camino de la investigación.