

Escape Room “Coronavirus COVID-19” en escolares de Educación Primaria

Escape Room "Coronavirus COVID-19" in primary schoolchildren

Pedro José Carrillo-López¹; Eliseo García Cantó²; Andrés Rosa Guillamón²

¹Docente en Consejería de Educación, Juventud y Deportes de Canarias (España).

²Universidad de Murcia - Facultad de Educación - Departamento de Educación Física –
Murcia – España.

Contacto: pj.carrillolopez@um.es

Cronograma editorial: Artículo recibido: 12/08/2020 Aceptado: 14/12/2020 Publicado: 01/01/2021

<https://doi.org/10.17979/sportis.2021.7.1.6911>

Resumen

En las últimas décadas se ha producido un aumento en la percepción de la escolarización tradicional como ineficaz. El objetivo fue mejorar los hábitos nutricionales y competencia corporal para la salud del alumnado. Bajo un diseño de Investigación-Acción (I-A) se elaboró un escape Room. Participaron 93 escolares de la Isla de Fuerteventura (48 niños y 45 niñas ($M \pm DE$; 10.65 ± 0.71)). El Escape Room favorece mejoras en las conductas alimenticias más saludables y competencia corporal para la salud del alumnado de Educación Primaria. El contexto educativo en cooperación con el ambiente familiar puede contribuir al desarrollo integral del alumnado.

Palabras clave

Dieta mediterránea; nutrición; escolares; salud; coronavirus.

Abstract

In recent decades there has been an increase in the perception of traditional schooling as ineffective. The objective was to improve nutritional habits and body competence for student health. Under an Action-Research (I-A) design, a Room exhaust was developed. 93 schoolchildren from the Island of Fuerteventura participated (48 boys and 45 girls ($M \pm DE$; 10.65 ± 0.71)). The escape room favors improvements in healthier eating behaviors and body competence for the health of Primary Education students. The educational context in cooperation with the family environment, it can contribute to the integral development of the student body.

Key words

Mediterranean diet; nutrition; schoolchildren; health; coronavirus.

1. Introducción

a) Fundamentación teórica.

En las últimas décadas se ha producido un aumento en la percepción de la escolarización en los centros ordinarios como ineficaz y aburrida para muchos estudiantes debido a la escasa participación activa de los mismos (Dichev, y Dicheva, 2017), viéndose incrementado el interés por metodologías alternativas e innovadoras en distintas etapas educativas que fomenten un aprendizaje activo, donde el docente actúe como mediador y el estudiante participe con un rol activo que permita una transposición didáctica entre la escuela y la sociedad (Rosa-Guillamón, Carrillo-López, y García-Cantó, 2020).

El aprendizaje basado en juegos (del inglés *Game Based Learning*) y la introducción de las estrategias del juego vinculadas a la tecnología en las prácticas educativas son tendencias metodológicas emergentes (Monguillot-Hernando, González-Arévalo, Zurita-Mon, Almirall-Batet, y Guitert-Catasús, 2015). Entre estas tendencias metodológicas se encuentra la gamificación (del inglés *gamification*), considerada a su vez como herramienta o estrategia, que traslada la mecánica de los videojuegos al ámbito educativo-profesional con el fin de mejorar el proceso de enseñanza-aprendizaje al ayudar tanto a docentes como a estudiantes a alcanzar sus objetivos educativos (Secanell, y Torres, 2019); bajo el amparo de una innovación educativa que contemple: (I) introducir nuevos contenidos curriculares, (II) utilizar nuevos materiales y tecnologías curriculares, (III) generar un cambio de las creencias pedagógicas de los diferentes actores educativos y, (IV) aplicar nuevos enfoques y estrategias de los procesos de enseñanza y aprendizaje (Pueyo, y Alcalá, 2020).

Uno de esos enfoques es la técnica de *escape room*, la cual adquiere importancia como un juego de aventura físico y mental que consiste en encerrar a un grupo de personas en una habitación, donde deberán resolver enigmas y rompecabezas de todo tipo, para ir desenlazando una historia y conseguir escapar antes de que finalice el tiempo disponible. El juego comienza con una pequeña introducción en un lugar ficticio en la que se establecen las

Experiencias didácticas. Escape Room “Coronavirus COVID-19” en escolares de Educación Primaria. Vol. 7, n.º 1; p. 218-238, enero 2021.
A Coruña. España ISSN 2386-8333

reglas y cómo conseguir los objetivos. Si un equipo no consigue seguir hay mecanismos para solicitar pistas, que pueden ser en formato papel, audio, vídeo, por ejemplo (Sánchez-Rodríguez, Ruiz-Palmero, Sánchez-Rivas, y Sánchez-Vega, 2020).

En el área de Educación Física (EF), la bibliografía revisada hace referencia a que la gamificación ha aumentado de forma exponencial en los últimos años, ofreciendo realidades alternativas, combinando una gran variedad de teorías, definiciones y características que sustentan su implementación, así como diferentes justificaciones sobre la base de las necesidades o respuestas a través de propuestas didácticas que apuesten por diversos *escape room* inter y transdisciplinares (Secanell, y Torres, 2019; León-Díaz, Martínez-Muñoz, y Santos-Pastor, 2019).

Una revisión bibliográfica indica el potencial de la gamificación como herramienta facilitadora de la inclusión educativa y la necesidad de ir introduciendo esta metodología activa en las aulas, todo ello, con el fin de conseguir una mayor motivación e implicación por parte de los docentes y discentes en el proceso de enseñanza-aprendizaje (Jiménez, Navas-Parejo, Villalba, y Campoy, 2019). Asimismo, un estudio longitudinal de tres años (Gómez del Río, González-González, Martín-González, Navarro-Adelantado, Toledo-Delgado, y García-Peñalvo, 2019) y un meta análisis (Fadhli, Brick, Setyosari, Ulfa, y Kuswandi, 2020) muestran la efectividad de la gamificación en niños de 6 a 10 años para su desarrollo integral. En concreto, el estudio de la gamificación en el área de la salud es reciente (Kostenius, Hallberg y Lindqvist, 2018), así como en la promoción de hábitos de vida saludables (Ferreira, 2019; Hortigüela-Alcalá, Hernando-Garijo, y Pérez-Pueyo, 2018) en términos del conocimiento de actividad física (Monguillot Hernando, González Arévalo, Zurita Mon, Almirall Batet, y Guitert Catasús, 2015), una nutrición saludable y su adherencia a la dieta mediterránea (Gómez del Río, González-González, Martín-González, Navarro-Adelantado, Toledo-Delgado, y García-Peñalvo, 2019).

Dado su carácter novedoso, se ha solicitado precaución al aplicar ciertas mecánicas de gamificación a entornos educativos, pues existe escasa evidencia científica de la aplicación de la gamificación en el aula de EF, pues la literatura científica se centra en propuestas y experiencias, pero no investigación, por lo que el poco recorrido de la misma impide saber qué ocurrirá a posteriori (Pérez-Pueyo y Hortigüela-Alcalá, 2020). Algunos docentes en

Experiencias didácticas. Escape Room “Coronavirus COVID-19” en escolares de Educación Primaria. Vol. 7, n.º 1; p. 218-238, enero 2021.
A Coruña. España ISSN 2386-8333

matemáticas muestran que su experiencia con este tipo de actividad termina provocando el hastío y el aburrimiento en el alumnado que pretendemos motivar, pues si bien aquellos estudiantes descolgados se animan poderosamente al enfrentarse ante algo nuevo, en cuanto tienen que aplicar unos conocimientos que no tienen, y que no suelen aprender con estas actividades, terminan desconectando rápidamente (Muñoz, Hans, y Fernández-aliseda, 2019).

Sobre la base de estos precedentes, se ha elaborado desde el área de EF una situación de aprendizaje (SA) gamificada para escolares de Educación Primaria con una edad comprendida entre los 10 y los 13 años bajo un diseño de investigación-Acción (I-A; Blández, 2010). El objetivo general es mejorar los hábitos nutricionales y competencia corporal para la salud del alumnado desde el área de EF a través del Escape Room fuera del centro educativo debido al confinamiento provocado por el virus Covid-19. Este confinamiento a causa del estado de alarma queda recogido en el Real Decreto 463/2020, de 14 de marzo.

b) Fundamentación curricular

Esta intervención educativa se plantea dentro del marco legal establecido por la LOMCE (2013), bajo la premisa de la excelencia educativa; el Real Decreto 126/2014, de 28 de febrero, que establece los aprendizajes básicos de la etapa (objetivos de etapa B, E, G, J y K). En concreto, en la Comunidad de Canarias partimos del contexto legal establecido por la Ley 6/2014 Canaria de Educación, y en concreto de los criterios de evaluación establecidos en el Decreto 89/2014, de 1 de agosto, ya que sirven de conexión entre el resto de elementos curriculares, en coherencia con la Orden ECD 65/2015, de 21 de enero y la Orden de 21 de abril de 2015. En esta SA, se tendrán en cuenta los criterios de evaluación 1, 5 y 7 recogidos en el anexo 2 del Decreto 89/2014, de 1 de agosto.

Asimismo, se tendrán en cuenta los contenidos relacionados con el bloque de aprendizaje I “Realidad corporal y conducta motriz”, que nos permiten el desarrollo de sesiones y productos finales para la adquisición de las competencias: aprender a aprender, comunicación lingüística, Matemática y competencias básicas en Ciencia y Tecnología, y, sociales y cívicas.

Atención a la diversidad

Experiencias didácticas. Escape Room “Coronavirus COVID-19” en escolares de Educación Primaria. Vol. 7, n.º 1; p. 218-238, enero 2021.
A Coruña. España ISSN 2386-8333

La EF es una de las áreas del currículo que contribuye de forma decisiva al desarrollo pleno de la persona, la maduración y la inclusión social efectiva (Decreto 89/2014, de 1 de agosto). Al amparo del Decreto 25/2018, en esta SA se adoptarán medidas necesarias para la atención personalizada, la prevención de dificultades y el refuerzo educativo que contribuyan a la inclusión de todo el alumnado.

Esta SA se diseña teniendo en cuenta las características psico-evolutivas del alumnado con un rango de edad entre los 10-13 años, que pueden presentar las características evolutivas asociadas al estadio de las operaciones concretas descritas por Piaget e Inhelder (2015), reflejando un desarrollo físico acelerado en el plano motriz, una adquisición progresiva de autonomía respecto a los adultos en el plano socio-afectivo y una mejora de conceptos sin necesidad de relacionarlos directamente con la experiencia en el plano cognitivo.

Respecto a los alumnos con necesidad específica de apoyo educativo (ACNEAE), el presente estudio incluye a un alumnado que presenta trastorno del espectro autista (TEA). Desde el punto de vista médico, Ríos (2016) señala que el TEA se define como una alteración severa, crónica y generalizada del desarrollo, que consta de un conjunto amplio de factores que afectan al neurodesarrollo y al funcionamiento cerebral, dando lugar a dificultades en la comunicación e interacción social. Algunas de las peculiaridades cognitivas que puede presentar los alumnos TEA son dificultades en la anticipación. Para ello, dicho manual indica que debemos: I) facilitar una agenda de anticipación con pictogramas de las sesiones de la semana, en la que indicamos al niño/a las actividades a seguir en su clase de EF II) establecer rutinas estables y funcionales, con uso frecuente de ayudas visuales o de compensaciones verbales simplificadas

Una vez vistas, algunas de las medidas o adaptaciones para dichos alumnos, vamos a pasar al desarrollo de la propuesta.

2. Intervención educativa

En esta SA del tipo “tareas” se van a desarrollar seis sesiones de 60 minutos desde el 16 de marzo de 2020 al 2 de abril de 2020. Esta SA está ubicada en esta época del año debido al periodo no lectivo de clase a causa del confinamiento por el COVID-19 (Real Decreto 463/2020, de 14 de marzo).

Este proceso de aprendizaje se inicia en la sesión 1, con la detección de conocimientos previos sobre el COVID-19, el desarrollo de hábitos nutricionales saludables y la experimentación motriz, y finaliza en la sesión 6 con un ambiente de aprendizaje (Producto competencial final) donde se manifiesten todas las habilidades perceptivo-motrices y dimensiones de la salud trabajadas durante la SA. En las sesiones 2 y 3 se trabajarán conceptos del ámbito físico y social (AF leve, modera e intensa, frecuencia cardiaca, CORE, alineación del raquis y contacto social) y en las sesiones 4 y 5 se trabajarán conceptos del ámbito mental y emocional (emociones primarias y secundarias, resiliencia, motivación, autoestima) complementando los contenidos con otros aprendizajes, sobre la base del art. 20 del Decreto 89/2014, dentro de una programación docente elaborada siguiendo unos principios pedagógicos coherentes con la Programación General Anual y el Proyecto Educativo.

Fundamentación metodológica

La didáctica de la sesión se fundamenta en los principios educativos generales (art. 2) y metodológicos (art. 8) recogidos en el Decreto 25/2018, de 26 de febrero y acorde a la realidad del centro. Las actividades parten de las acciones motrices recogidas en el anexo 2.º.

Las técnicas a emplear son: la indagación mediante el descubrimiento guiado, empleando el feedback interrogativo durante el transcurso de los juegos. El estilo será la resolución de problemas empleando estilos cognitivos como los ambientes de aprendizaje. Se utilizará el *escape room* como una actividad basada en una estrategia didáctica que fomenta la autonomía, la implicación cognitiva y el desarrollo competencial, favoreciendo el tratamiento de los elementos transversales establecidos en el artículo 10 del Real Decreto 126/2014, de 28 de febrero.

La posición del docente o del tutor educativo será de narrador externo. Se tendrán en cuenta las estrategias metodológicas del MECD (2014) para favorecer el aprendizaje mediante un mayor tiempo de compromiso motor. Entre otras, los indicios que se aporten estarán adaptados al nivel madurativo del alumnado, serán breves y precisos. Se adoptarán medidas de seguridad siguiendo el Real Decreto 132/2010 de 12 de febrero, tales como una

Experiencias didácticas. Escape Room “Coronavirus COVID-19” en escolares de Educación Primaria. Vol. 7, n.º 1; p. 218-238, enero 2021.
A Coruña. España ISSN 2386-8333

sala polivalente que permita realizar estas actividades sin percances. Asimismo, se emplearán materiales potencialmente estimulantes de la práctica física.

Se seguirá el modelo de sesión de García-Manso y cols. (2018), planteando una propuesta práctica basada en dos tiempos pedagógicos.

Primer tiempo pedagógico: La sesión.

Instrucciones para quienes jueguen con el alumno o alumna

*Un **Escape Room** es una actividad que se desarrolla en un espacio cerrado (en este caso, nuestro hogar) donde un grupo de personas trabaja en equipo para resolver tareas y/o acertijos para poder salir de él. En este caso, para hallar la vacuna y eliminar del cuerpo humano al “Coronavirus Covid-19”.*

La tarea de las personas (padres, familiares, amigos o tutores legales, etc) que jueguen con el alumno o alumna es preparar y envolver el ambiente en una narrativa estimulante sobre las distintas tareas que deben ir superando el alumno o alumna con el fin de vencer al “Coronavirus Covid-19”.

Una de las habilidades que se espera desarrollar es el trabajo colaborativo en equipo. No obstante, el alumno o alumna debe intentar resolver todas las tareas por sí mismo. Sin embargo, las personas que juegan junto al alumno o alumna pueden ir aportando pistas o ayudas para resolver las tareas.

El comienzo de la actividad debe ser leyendo en un tono elevado por parte del narrador (al alumno o alumna y las personas que jueguen) el siguiente fragmento:

a) Encuentro y animación (5’).

¡Atención todo el mundo! A partir de este momento estáis todos recluidos en este laboratorio (señalando la casa) hasta que resolváis el misterio del “Coronavirus Covid-19”. Elaborar la fórmula mágica os llevará varios días, puede que semanas o meses, así que no intentéis escapar. La policía está vigilando las calles, así que repito.... ¡No intentéis escapar! Ellos me informarían de vuestra escapada y el consecuencias para la humanidad sería eterno (cara de tristeza).

*Según me informan los altos cargos del **CEO**, estáis seleccionados por vuestra infinita inteligencia ¿esta información es cierta (esperar a que digan que sí rotundamente)? Esta*

Experiencias didácticas. Escape Room “Coronavirus COVID-19” en escolares de Educación Primaria. Vol. 7, n.º 1; p. 218-238, enero 2021.
A Coruña. España ISSN 2386-8333

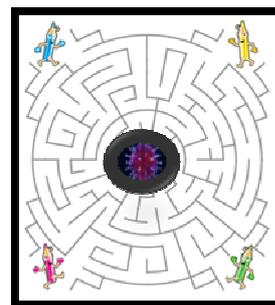
inteligencia que tanto os caracteriza debe ser usada para resolver las distintas tareas que os harán llegar a la fórmula mágica y diseñar la vacuna que permita eliminar al “Coronavirus Covid-19” del cuerpo humano para siempre.

A partir de este momento tenéis la posibilidad de salvar a la humanidad de este encierro si sois capaces de demostrar que sí sabéis mantener una actitud positiva y superar los retos que pondrán a prueba vuestro coraje. Para ello, deberéis superar una serie de pruebas; al comienzo de cada prueba encontraréis una tarjeta con instrucciones; cada prueba superada os permitirá tener más posibilidades de formular la vacuna y vencer al virus... ¿Estáis preparados (esperar a que digan que sí rotundamente)? Es hora de comenzar, ¡AL SALÓN, CIENTÍFICO!

b) Educación integral a través del cuerpo y el movimiento (30’).

TAREA 1. “Acércate al Covid-19 (conocimiento de ideas previas).

¡Muy bien, ya estáis en el salón! Para poder conocer más sobre el virus debéis acercaros a él sin mostrar dudas o nervios. Por ello, con vuestro lápiz mágico con el cual escribiréis la fórmula mágica debéis acercaros al virus. Si cuentas con la ayuda de alguien, esta persona puede ayudarte a acercarte en su respectiva casilla (Esperar a que resuelva el ejercicio). ¡Muy



bien, habéis superado el reto! Ahora puedes conocer más sobre el virus (leer lo siguiente). “El COVID-19 es una enfermedad infecciosa causada por un nuevo virus que no había sido detectado en humanos hasta la fecha. El virus causa una enfermedad respiratoria con diversos síntomas (tos, fiebre, etc.) que, en casos graves, puede producir una neumonía y caer muy enfermo. Para protegernos de él debéis lavaros las manos regularmente y evitar tocaros la cara” Por ello, si ¡hallar la formular contra el “Coronavirus Covid-19” queréis, lavar las manos primero debéis! ¡AL BAÑO, CIENTÍFICO!

TAREA 2. “Lavarse las manos” (poner video mientras van a lavarse las manos 20” <https://www.youtube.com/watch?v=e0pecj7ZCcQ> y leer la siguiente información) (trabajo del contenido higiene personal)

Una buena higiene de manos es muy importante para evitar que el virus nos contagie. Cada día nuestras manos pueden entrar en contacto con 10 millones de bacterias como los

Experiencias didácticas. Escape Room “Coronavirus COVID-19” en escolares de Educación Primaria. Vol. 7, n.º 1; p. 218-238, enero 2021.
A Coruña. España ISSN 2386-8333

espías del COVID 19, “los SARS II”. Nuestros juguetes son los agentes patógenos que más virus nos pueden transmitir. Los geles desinfectantes ayudan a mantener nuestras manos libres de bacterias, pero siempre deben ser usados después del lavado y no como único elemento de higiene.

Ahora que tenéis las manos limpias debéis protegeros también la boca. Por ello, debéis colocaros un pañuelo tapando la boca e ir a la cocina, donde encontrareis el siguiente desafío. Sin embargo, el virus no os lo va a poner fácil. Él tiene espías “los SARS_II” a su servicio por toda la casa. Así que para evitar que sus espías informen al COVID 19 de vuestra misión, debéis subiros a vuestra alfombra mágica e ir a la cocina en silencio. (Debe colocar la toalla en el suelo y sentarse sobre la toalla. Debe llegar a la cocina transportándose sobre la toalla haciendo fuerza con el abdomen). ¡A LA COCINA, CIENTÍFICO!

TAREA 3. “Pirámide de alimentación (trabajo del contenido: alimentación equilibrada)”

Una vez en la cocina no olvides recoger la alfombra mágica para evitar dejar pistas a “los SARS_II”. Para ello, debes dar un giro por el suelo (como si fueras una croqueta) ya que los virus están alerta y pueden verte. De esta manera evitas que te vean. Una vez que superes la prueba, podréis dejar la alfombra y el pañuelo en la cocina ya que estáis inmunizados, al menos por el momento.



Sobre la encimera de la cocina encontrareis la siguiente tarea. Una sopa de letras y una pirámide de la alimentación. Para acceder a la información privilegiada de la pirámide nutricional debéis encontrar las palabras secretas de esta sopa de letras. En ella, hay escondidos 7 nombres de los nutrientes esenciales que debemos consumir: carbohidratos, fibra, grasas, minerales, proteínas, vitaminas y agua. Por ello, si completar tu fórmula mágica quieres, los nutrientes esenciales encontrar debes.

¡Muy bien, has superado el reto! Ahora puedes conocer más sobre el virus (leer lo siguiente).

Experiencias didácticas. Escape Room “Coronavirus COVID-19” en escolares de Educación Primaria. Vol. 7, n.º 1; p. 218-238, enero 2021.
A Coruña. España ISSN 2386-8333

“La importancia de la alimentación saludable es debido a que es el principal factor que contribuye al normal crecimiento de las personas. Una alimentación saludable y variada que contenga todos los nutrientes permite aumentar tus defensas para el buen funcionamiento del organismo. No sólo se trata de ingerir alimentos, sino también de tomarlos en una cantidad y variedad suficiente. El objetivo es lograr una alimentación equilibrada y nutritiva capaz de asegurar al organismo un buen desarrollo físico e intelectual. Es bien conocido que el virus no afecta tanto a aquellas personas con una alimentación saludable”.

Ahora, científico, además de la higiene personal como lavarte las manos, conoces otro elemento clave en la fórmula para vencer al virus. Este elemento son unas proporciones adecuadas en la alimentación. Una alimentación equilibrada debe cumplir:

- **Proteínas: 10-15%: lácteos, legumbres, carne, pescado.**
- **Lípidos: 30-35%: aceites y grasas.**
- **Hidratos de carbono: 50-60%: pasta, cereales, pan, patatas.**



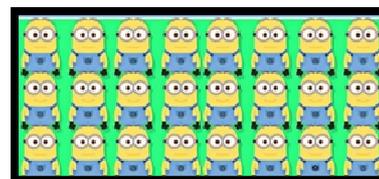
Por ello, estas proporciones debes apuntarlas en tu fórmula mágica (que copien en un folio: 10% proteínas-30% lípidos-60% hidratos de carbono). Ahora que sabes esta información debes nutrirte adecuadamente por el resto de tu vida. Para que no se te olvide debes hacer una lista sobre la dieta diaria que has llevado a cabo esta semana y comprobar si estás siguiendo las recomendaciones que ofrece el laboratorio de la universidad de Harvard, ya que te ayudaran a combatir al virus aumentando tus defensas.



A su vez, debes beber agua y comer una fruta para reponer tus energías durante este desafío. Pero no te retrases, la siguiente prueba te espera. ¡AL PASILLO, CIENTÍFICO!

TAREA 4. “El pasillo de la Esperanza (trabajo del contenido: habilidades motrices básicas y genéricas)”

¡Enhorabuena, has alcanzado el pasillo “Esperanza”! Sin embargo, es posible que mientras rellenabais la tarea anterior “los SARS_II” hallan



Experiencias didácticas. Escape Room “Coronavirus COVID-19” en escolares de Educación Primaria. Vol. 7, n.º 1; p. 218-238, enero 2021.
A Coruña. España ISSN 2386-8333

*intentando contagiarnos. ¡Malditos virus, nunca os dejan tranquilos! Para evitar que el virus os haga enfermar, debes dejar un espacio de 1 metro aproximadamente. Para comprobar que es un metro, como mínimo, debes dar un giro, como si fuerais una peonza, sobre vosotros mismos con las manos extendidas. Una vez comprobado que hemos dejado el espacio suficiente, cada uno de ustedes debe pasar **coordinadamente** de una losa de la casa a otra de puntillas. Si caéis de la losa debéis volver al inicio del pasillo, volviendo a empezar y retrasando el tiempo para encontrar la fórmula mágica. Intenta no caer, ya que no queréis llegar tarde a la siguiente prueba, ¿no? La humanidad os está esperando... Al final del pasillo, en el suelo os espera la siguiente prueba. Gracias al agua y a la fruta que os habéis tomado podréis mantener la concentración para la siguiente prueba e identificar al virus. Pero esta energía no os durará mucho tiempo, tiene una duración limitada. Por ello, si vencer al virus quieres, debes identificarlo del resto de sus espías rápidamente. En la siguiente imagen aparecen algunos de los SARS II y el malvado COVID-19. Debes identificar al único COVID-19. No esperes. ¡Adelante! ¡Muy bien, has superado el reto! Ahora puedes conocer más sobre el virus COVID-19 (leer lo siguiente).*

*“El COVID-19 además de espías cuenta con otros amigos villanos como **Descoordinator, Lípidus, Sedentarius, Vertebrín y Arrítmico**. Estos amigos han surgido debido al mal uso de las nuevas tecnologías como los video juegos. Estos villanos han generado un cambio en el estilo de vida de las personas, en especial en las personas más jóvenes, provocando que los niños del mundo realicen cada vez menos actividades al aire libre que requieran de movimiento físico, pasando la mayor parte del tiempo en actividades sedentarias como: mirar televisión, conectados a internet o con juegos electrónicos”.*

*No obstante, El COVID -19 también tiene enemigos que te pueden ayudar a vencerlo. Son solo tres y vive cada uno en países muy alejados. Estos enemigos son los llamados: “**Citius, altius y fortius**” si quieres conocerlos y que te ayuden a vencerlo debes ponerte en contacto con ellos. El siguiente reto se encuentra en el escritorio de tu habitación y debes ir **reptando** como una serpiente. ¡A TU HABITACIÓN, CIENTÍFICO!*

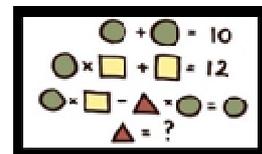
c) Despedida (5’).

Reflexión sobre el aprendizaje mediante una escalera de metacognición basada en preguntas como: ¿Qué has aprendido? ¿En qué otras ocasiones puedes usarlo? ¿Cómo lo has aprendido? ¿Para qué te ha servido?

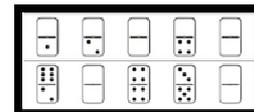
SEGUNDO TIEMPO PEDAGÓGICO. Antes de terminar, se recomendará al alumnado que haga una grabación con su familia explicando los contenidos aprendidos, con el objetivo del desarrollo competencial de la competencia digital en particular.

TAREA 5. “Citius, altius y fortius”

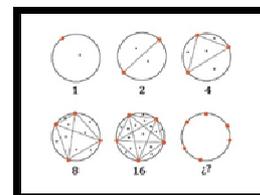
¡Muy bien, ya estás en tu escritorio! 😊. Ahora debes resolver el enigma calculando el valor de cada uno. Una vez que lo consigas, debes ponerte en contacto con ellos. Para ello, debes hallar sus coordenadas superando el siguiente reto.



Ahora debes dibujar en las fichas en blanco los puntitos necesarios que nos indiquen las coordenadas de los planetas de “Citius y altius”.



Como verás, cada serie aumenta en dificultad debido a que cada uno vive en un planeta más lejano. Pero tú puedes conseguirlo, Por supuesto no te olvides de fortius. Él vive en el planeta más lejano, pero no por ello inalcanzable. Así que tienes que obtener también las coordenadas ¡ÁNIMO! ¡Muy bien, habéis superado el reto! Ahora puedes ponerte en contacto con Citius, altius y fortius. ¡ESPERA UN MOMENTO! Los villanos pueden rastrear la llamada desde tu casa y estropear toda la misión.



Por tanto, debes enviarme un video enseñándome las coordenadas a mi (al correo pj.carrillolopez@um.es). Yo me pondré en contacto con ellos y te informaré de la situación. A su vez, debes informarme de todo lo que has hecho y los avances que has conseguido para elaborar la fórmula mágica. ¿Qué has aprendido? ¿En qué otras ocasiones puedes usarlo? Debes indicarme que aspectos crees que son necesarios para vencer al virus COVID-19, sus espías “SARS II” y sus amigos **Descoordinator, Lípidus, Sedentarius, Vertebrín y Arrítmico**. Además debes decirme cómo te sientes después de tanto tiempo encerrado en casa. Entiendo que es posible que estés muy cansado o cansada. Pero es hora de ser fuerte y no mostrar

Experiencias didácticas. Escape Room “Coronavirus COVID-19” en escolares de Educación Primaria. Vol. 7, n.º 1; p. 218-238, enero 2021.
A Coruña. España ISSN 2386-8333

debilidad ante el virus. Si crees que es preciso, puedes descansar ya que la misión es larga y debes reponer fuerzas para el próximo día. ¡ÁNIMO, CIENTIFICO! ¡LO ESTÁS HACIENDO GENIAL!

3. Evaluación y calificación

Teniendo en cuenta las orientaciones de López-Pastor y Pérez-Pueyo (2017), la evaluación será formativa (adaptada al alumnado, orientada al proceso y coordinada con la calificación final), compartida por docente y alumnado (mediante puestas en común), objetiva (utilizando el cuaderno del docente) y viable (evaluando los aspectos más importantes de las sesiones y organizando de manera coherente los criterios). Todo ello en línea con la Orden ECD/65/2015, de 21 de enero, que indica la necesidad de evaluar el proceso para la mejora de la intervención educativa.

Los referentes de evaluación y calificación serán las rúbricas (*Resolución de 13 de mayo de 2015*) de los criterios de evaluación 1 (estándares 1, 3 y 12), 5 (estándares 18, 20 y 42) y 7 (estándar 39). En cuanto a las herramientas se emplearán una escala descriptiva de 1 a 4 para cada criterio. Como agentes de la evaluación utilizaremos la heteroevaluación para los aprendizajes del alumnado y la autoevaluación del alumnado sobre su proceso de desarrollo.

El conocimiento y creencias que tienen los alumnos una vez llevado a cabo el escape room se inferirá indirectamente a partir del análisis inductivo del estudio de casos mediante los videos y fotografías mandadas al docente.

4. Resultados

En los videos se ha puesto de manifiesto: *“Aquí tengo las soluciones que he hecho para el escape room profe. He sido capaz de resolver todas las tareas. Yo aquí estoy muy bien ya que tengo mucho espacio para correr. El plato de Harvard es como el de mi casa. Se han copiado de nosotros. En mi casa comemos un poco de todo. Me ha encantado que allí hagan lo mismo. Espero pronto el siguiente desafío ya que me quiero ir de casa”*.

Asimismo, en la realización de una alumna en la tarea 4 “el pasillo de la esperanza” dijo: *“la tarea que he hecho ha servido para vencer al coronavirus. Me ha gustado mucho ya que ha sido divertido y he aprendido mucho..., ha sido flipante. He aprendido que las*

Experiencias didácticas. Escape Room “Coronavirus COVID-19” en escolares de Educación Primaria. Vol. 7, n.º 1; p. 218-238, enero 2021.
A Coruña. España ISSN 2386-8333

proporciones de la alimentación son muy importantes. Yo como muchas frutas y verduras. Ahm, y el agua también la he bebido”.

A su vez, otra alumna se grabó en video durante todo el escape Room, mostrando gran destreza motriz en la resolución de las distintas tareas. En el video señala: *“A través del escape room me he divertido mucho. He pasado la tarde genial con mi familia y no quería que acabase. He aprendido un montón con los retos matemáticos y en la parte alta de la pirámide aparece lo que no tengo que comer. Para salir de casa tengo que comer bien, por eso lo voy a hacer”.*

Por su parte, otros alumnos en el video final señalan que se han divertido mucho y han sabido cooperar en los distintos retos. Indican: *“Profe estas son las coordenadas. Nos hemos lavado las manos a cada rato y hemos elaborado las comidas sanas de la semana gracias a la pirámide de la alimentación. Hemos intentado comer sano hasta ahora pero ahora sabemos que debemos hacerlo para vencer al COVID-19”.*

Asimismo, otro alumno tras resolver el reto comentó: *“Me encantó todo el escape room. Aunque si es verdad que la última tarea fue súper difícil. Para la próxima vez espero que pongas más retos ya que me ha encantado. Lo que más me preocupe fue lo de fortius ya que ese me encantó. La prueba que más me gusto fue la de la pirámide llena de alimentos. Buscar los alimentos fue súper entretenido. Aprendí mucho. Hasta pronto profe, espero que estés bien”.*

Un alumno TEA indicó: *“Ño profe, súper liado el juego. Me costó coger un poco las tareas pero las conseguí hacer todas. Espero que mis coordenadas sean correctas para salvar a la humanidad. Espero que me respondan mis amigos ¿son tus amigos? Respecto a la pirámide ya sabía que debo comer bien, frutas y verduras. Yo lo hago, por eso no tengo el virus que está matando a la gente. Yo estoy bien en casa. Mi familia también. Me han ayudado un poco a resolver el reto, pero la gran parte lo he hecho yo. Un saludo profe”*

Respecto a un alumno que no consiguió resolver una parte del reto comentó: *“Hola profe. Yo estoy bien. Hoy nos hemos acercado al covid-19, le hemos identificado y a sus espías también. Mi familia y yo nos hemos alimentado de maravilla. Los valores de citius, altius y fortius están calculados. Todas las coordenadas las hemos encontrado. Pero*

Experiencias didácticas. Escape Room “Coronavirus COVID-19” en escolares de Educación Primaria. Vol. 7, n.º 1; p. 218-238, enero 2021. A Coruña. España ISSN 2386-8333

mecachis, con fortius no hemos podido contactar. Solo nos sales 31 puntos y no encontramos el error. Aun así nos hemos divertido mucho y hemos aprendido con tu escape Room. Estoy ilusionada ya que he aprendido que la salud y la alimentación son muy importantes.

Una vez llevada a cabo esta experiencia didáctica se solicitó un *feedback* al alumnado a través de una redacción en su cuaderno viajero y en videos. Los docentes, que a su vez eran los encargados de la investigación, extrajeron una serie de fortalezas y debilidades de este recurso educativo como es el Escape Room a través de los medios solicitados anteriormente:

Fortalezas de esta propuesta

- Favorece mejoras en los hábitos nutricionales del alumnado.
- Se mejora su perfil competencial y corporal para la salud y la calidad de vida.
- Se vinculan y mejoran las dimensiones de la salud; física, social, mental y emocional.
- El alumnado requiere de todas las competencias para encontrar la solución en el escape room.
- Se generan experiencias de éxito y motivación para todo el alumnado que lo ha llevado a cabo, con o sin NEAE.
- El carácter inter y transdisciplinar del escape Room llevado a cabo desde el área de EF.
- Los escolares, en colaboración con los padres, pueden desarrollar un aprendizaje autónomo fuera del centro escolar.

Debilidades de esta propuesta

- El 80% del alumnado llevo a cabo el Escape Room. A un 5% le parecido largo y aburrido.
- El Escape Room requiere de una laboriosa preparación y análisis antes, durante y después de su práctica, algo que no ocurre con el juego tradicional desarrollado en las sesiones de EF.
- Si el alumnado no supera algunas tareas propuestas puede caer en la desmotivación y verse perjudicado el desarrollo de los canales motor, cognitivo, social y afectivo.

5. Discusión

El objetivo de este estudio fue mejorar los hábitos nutricionales y competencia corporal para la salud del alumnado desde el área de EF a través del Escape Room fuera del centro

Para citar este artículo utilice la siguiente referencia: Carrillo-López, P.J.; García Cantó, E.; Rosa Guillamón, A.. (2021). Escape Room “Coronavirus COVID-19” en escolares de Educación Primaria. *Sportis Sci J*, 7 (1), 218-238. <https://doi.org/10.17979/sportis.2021.7.1.6911>

Experiencias didácticas. Escape Room “Coronavirus COVID-19” en escolares de Educación Primaria. Vol. 7, n.º 1; p. 218-238, enero 2021.
A Coruña. España ISSN 2386-8333

educativo. Los principales resultados señalan que el alumnado puede mejorar sus conductas hacia hábitos nutricionales más saludables, su competencia corporal para la salud y la calidad de vida a través del *escape room*. Estos resultados son similares a los hallados en otros estudios (León-Díaz, Martínez-Muñoz, y Santos-Pastor, 2019) llevado a cabo en escolares de Primaria en el área de EF mediante un *escape Room* cooperativo (Hortigüela-Alcalá, Hernando-Garijo, y Pérez-Pueyo, 2018). En concreto, un estudio longitudinal de 3 años en escolares de Canarias, enfatiza que un programa de intervención educativa gamificado apoyado por las TIC ayuda a motivar y promover mejoras en la nutrición de los niños (Gómez del Río, González-González, Martín-González, Navarro-Adelantado, Toledo-Delgado, y García-Peñalvo, 2019). En este sentido, un meta análisis sobre la efectividad de la gamificación ha identificado resultados positivos del método de gamificación para niños de 6 a 10 años en diversas disciplinas y otros aspectos del desarrollo, mostrando que la efectividad del diseño posterior a la prueba muestra que el método de gamificación puede mejorar las habilidades cognitivas, actitud, lenguaje, salud y habilidades socioemocionales (Fadhli, Brick, Setyosari, Ulfa, y Kuswandi, 2020). Aspecto en sintonía con un estudio en escolares de 10 a 12 años que proporciona conceptos de gamificación y combinaciones de diferentes aplicaciones tecnológicas para aumentar la salud y el aprendizaje, así como los aspectos motivacionales sugeridos por los escolares (Kostenius, Hallberg y Lindqvist, 2018). En esta línea, encontramos experiencias exitosas en escolares de primaria (Jiménez, Navas-Parejo, Villalba, et al., 2019) de matemáticas (Claudio, Machancoses, y Piqueras, 2019) en educación secundaria obligatoria (Monguillot-Hernando, González-Arévalo, Zurita-Mon, et al., 2015) y adultos (Aguilar, 2019; Prieto-Andreu, 2020; Kinio, Dufresne, Brandys, y Jetty, 2019).

Por otro lado, en el presente estudio encontramos que el *escape room* requiere de una laboriosa preparación y análisis para su práctica. Además, el 60% llevó a cabo el *escape room* y, un 10% le pareció largo y aburrido. En este sentido, en un estudio se puso de manifiesto que estudiantes en un curso gamificado mostraron menos motivación, satisfacción y empoderamiento con el tiempo que aquellos en la clase no gamificada (Hanus y Fox, 2015). A su vez, en otros estudios se ha indicado que el *escape room* crea una gran expectación cuando se realizan la primera vez, pero como no se pueden volver a repetir, o si se hace todo resulta conocido, pierden el potencial de motivación que tenían al inicio (Muñoz, Hans, y

Experiencias didácticas. Escape Room “Coronavirus COVID-19” en escolares de Educación Primaria. Vol. 7, n.º 1; p. 218-238, enero 2021. A Coruña. España ISSN 2386-8333

Fernández-aliseda, 2019). No obstante, en el presente estudio a través del *feedback* extraído en los videos y comentarios de texto del alumnado, se refleja un estado de ilusión esperando al próximo *escape room*. Sin embargo, este aspecto debe tomarse con cautela ya que la gamificación puede conseguir a corto plazo que la motivación para la participación del alumnado aumente pero se debe controlar que la búsqueda continua de recompensas, el trabajo en contextos de prácticas no reales y la jerarquización inmediata que la caracteriza no invierta esa motivación a largo plazo y volvamos al punto de partida de desmotivación (Pueyo, y Alcalá, 2020).

Por ello, dado que la investigación y la evidencia en el campo científico respecto a este tema aún son escasas, los docentes deben tomar estos resultados con cautela. No obstante, se sugiere en investigaciones futuras desarrollar esta propuesta práctica con el fin de contrastar los resultados obtenidos. Asimismo, es previsible en los próximos años un creciente interés de la comunidad científica en relación con el potencial educativo de las salas de escape se eleve, especialmente en el desarrollo de habilidades para el siglo XXI (Benassi, 2019).

6. Conclusión

El Escape Room favorece la mejora de hábitos nutricionales y competencia corporal para la salud del alumnado de Educación Primaria desde el área de EF fuera del centro educativo. El desarrollo de una óptima experiencia gamificada, como son los Escape Room, requieren de un laborioso análisis. Sin embargo, su aplicación es una experiencia muy valorada por los alumnos y alumnas, aumentando su motivación e interés para resolver las distintas tareas que se le proponen. En este sentido, la colaboración con los padres, madres o tutores legales es de vital importancia. El contexto educativo en cooperación con el ambiente familiar puede contribuir a la mejora de hábitos saludables como son los hábitos nutricionales en estas edades.

Agradecimientos

Agradecemos a todas las familias por su apoyo para el desarrollo de este trabajo.

Conflicto de intereses

Los autores declaran que no existe ningún conflicto de intereses.

Experiencias didácticas. Escape Room “Coronavirus COVID-19” en escolares de Educación Primaria. Vol. 7, n.º 1; p. 218-238, enero 2021.
A Coruña. España ISSN 2386-8333

5. Referencias

Aguilar, G. F. (2019). ¿Jugamos al Súper Mario Bros? Descripción de una experiencia gamificada en la formación del profesorado de Educación Física. *Retos*, 36(36), 529-534. <https://doi.org/10.47197/retos.v36i36.67816>

Benassi, A. (2019). Escape room a scuola: ambienti fisici e virtuali per l'apprendimento. *Italian Journal of Educational Technology*, 27(2), 174-185.

Blández, J. (2010). La clase de Educación Física: Escenario de la investigación. En C. González Arévalo & T. Lleixà Arribas (Coords.), *Formación del profesorado. Educación Secundaria. Educación Física. Investigación, innovación y buenas prácticas* (pp. 44-45). Barcelona: Graó.

Borrego, C., Fernández, C., Blanes, I., y Robles, S. (2017). Room escape at class: Escape games activities to facilitate the motivation and learning in computer science. *JOTSE: Journal of Technology and Science Education*, 7(2), 162-171. <https://doi.org/10.3926/jotse.247>

Claudio, N. Z., Machancoses, M., y Piqueras, R. F. (2019). La eficacia de la escape room como estrategia de motivación, cohesión y aprendizaje de matemáticas en sexto de Educación Primaria. *Edetania. Estudios y propuestas socioeducativas*, (56), 23-42. https://doi.org/10.46583/edetania_2019.56.507

Decreto 25/2018, de 26 de febrero, por el que se regula la atención a la diversidad en el ámbito de las enseñanzas no universitarias de la Comunidad Autónoma de Canarias.

Decreto 89/2014, de 1 de agosto, por el que se establece la ordenación y el currículo de la Educación Primaria en la Comunidad Autónoma de Canarias.

Del Moral Pérez, M. E., Fernández García, L. C., y Guzmán-Duque, A. P. (2016). Proyecto Game to Learn: Aprendizaje Basado en Juegos para potenciar las inteligencias lógico matemática, naturalista y lingüística en Educación Primaria. *Píxel-Bit: Revista de Medios y Educación*, 49, 177-193. <http://dx.doi.org/10.12795/pixelbit.2016.i49.012>

Experiencias didácticas. Escape Room “Coronavirus COVID-19” en escolares de Educación Primaria. Vol. 7, n.º 1; p. 218-238, enero 2021. A Coruña. España ISSN 2386-8333

Dichev, C., y Dicheva, D. (2017). Gamifying education: what is known, what is believed and what remains uncertain: a critical review. *International Journal of Educational Technology in Higher Education*, 14(9), 1-36. <https://doi.org/10.1186/s41239-017-0042-5>

Fadhli, M., Brick, B., Setyosari, P., Ulfa, S., y Kuswandi, D. (2020). A Meta-Analysis of Selected Studies on the Effectiveness of Gamification Method for Children. *International Journal of Instruction*, 13(1), 845-854. <https://doi.org/10.29333/iji.2020.13154a>

Ferreira, S. C. (2019). A gamificação na área da saúde: um mapeamento sistemático. *Anais do Seminário de Jogos Eletrônicos, Educação e Comunicação*, 3(1).

García-Manso, V., Fraile-García, J., Cambronero-Resta, M., y Manso-Lorenzo, J. (2018). Goubak as an alternative sport of collaboration-opposition (regulated): didactic offer for Physical Education in Primary.

Gómez del Río, N., González-González, C. S., Martín-González, R., Navarro-Adelantado, V., Toledo-Delgado, P., y García-Peñalvo, F. (2019). Effects of a gamified educational program in the nutrition of children with obesity. *Journal of medical systems*, 43(7), 198. <https://doi.org/10.1007/s10916-019-1293-6>

Hanus, M.D.; Fox, J. (2015). Assessing the effects of gamification in the classroom: A longitudinal study on intrinsic motivation, social comparison, satisfaction, effort, and academic performance. *Elsevier*, 80,152-161. <https://doi.org/10.1016/j.compedu.2014.08.019>

Hortigüela-Alcalá, D., Hernando Garijo, A. y Pérez-Pueyo, A. (2018). El escape room: una propuesta cooperativa con infinitud de posibilidades en educación física In xi congreso internacional de actividades (p. 101).

Jiménez, C. R., Navas-Parejo, M. R., Villalba, M. J. S., y Campoy, J. M. F. (2019). El uso de la gamificación para el fomento de la educación inclusiva. *International Journal of New Education*, 2(1).

Kinio, A. E., Dufresne, L., Brandys, T., y Jetty, P. (2019). Break out of the classroom: the use of escape rooms as an alternative teaching strategy in surgical education. *Journal of surgical education*, 76(1), 134-139. <https://doi.org/10.1016/j.jsurg.2018.06.030>

Kostenius, C., Hallberg, J. y Lindqvist, A. (2018), "Gamification of health education: Schoolchildren's participation in the development of a serious game to promote health and

Para citar este artículo utilice la siguiente referencia: Carrillo-López, P.J.; García Cantó, E.; Rosa Guillamón, A.. (2021). Escape Room “Coronavirus COVID-19” en escolares de Educación Primaria. *Sportis Sci J*, 7 (1), 218-238. <https://doi.org/10.17979/sportis.2021.7.1.6911>

Experiencias didácticas. Escape Room “Coronavirus COVID-19” en escolares de Educación Primaria. Vol. 7, n.º 1; p. 218-238, enero 2021. A Coruña. España ISSN 2386-8333

learning”, Health Education, Vol. 118 No. 4, pp. 354-368. <https://doi.org/10.1108/HE-10-2017-0055>

León-Díaz, Ó., Martínez-Muñoz, L. F., y Santos-Pastor, M. L. (2019). Gamificación en Educación Física: un análisis sistemático de fuentes documentales. Revista Iberoamericana de Ciencias de la Actividad Física y el Deporte, 8(1), 110-124. <https://doi.org/10.24310/riccafd.2019.v8i1.5791>

Ley 6/2014, de 25 de julio, Canaria de Educación no Universitaria.

Ley Orgánica 8/2013, de 9 de diciembre, para la mejora de la calidad educativa.

López-Pastor, V. y Pérez-Pueyo, A. (2017). Evaluación formativa y compartida en educación: experiencias de éxito en todas las etapas educativas. León: Universidad de León.

Monguillot Hernando M., González Arévalo, C, Zurita Mon, C., Almirall Batet, L., y Guitert Catasús, M (2015). Play the Game: gamificación y hábitos saludables en educación física. Apunts: Educació Física i Esports, (119). [https://doi.org/10.5672/apunts.2014-0983.es.\(2015/1\).119.04](https://doi.org/10.5672/apunts.2014-0983.es.(2015/1).119.04)

Muñoz, J., Hans, J. A., y Fernández-aliseda, A. (2019). Gamificación en matemáticas, ¿un nuevo enfoque o una nueva palabra? Épsilon, 101, 29-45.

Nebot, P. D. D., y Campos, N. V. (2017). Escape Room: gamificación educativa para el aprendizaje de las matemáticas. Suma: Revista sobre Enseñanza y Aprendizaje de las Matemáticas, 85, 33-40.

Orden de 21 de abril de 2015, por la que se regula la evaluación y la promoción del alumnado que cursa la etapa de la Educación Primaria.- Real Decreto 126/2014 de currículo básico de Primaria.

Pérez-Pueyo, Á., y Hortigüela-Alcalá, D. (2020). ¿Y si toda la innovación no es positiva en Educación Física? Reflexiones y consideraciones prácticas (Is innovation always positive in Physical Education? Reflections and practical considerations). Retos, 37(37), 579-587. <https://doi.org/10.47197/retos.v37i37.74176>

Piaget, J. e Inhelder, B. (2015). Psicología del niño. Madrid: Morata.

Experiencias didácticas. Escape Room “Coronavirus COVID-19” en escolares de Educación Primaria. Vol. 7, n.º 1; p. 218-238, enero 2021. A Coruña. España ISSN 2386-8333

Piñero, J. C. (2019). Análisis sistemático del uso de salas de escape educativas. Estado del arte y perspectivas de futuro. *Revista ESPACIOS*, 40(44).

Prieto-Andreu, J. M. (2020). Una revisión sistemática sobre gamificación, motivación y aprendizaje en universitarios. *Teoría de la Educación. Revista Interuniversitaria*, 32(1 (en-jun)), 73-99. <https://doi.org/10.14201/teri.20625>

Real Decreto 463/2020, de 14 de marzo, por el que se declara el estado de alarma para la gestión de la situación de crisis sanitaria ocasionada por el COVID-19.

Ríos, M. (2016). *Manual de educación física adaptada al alumnado con discapacidad*. Barcelona: Paidotribo.

Rosa-Guillamón, A., Carrillo-López, P. J., y García-Cantó, E. (2020). The learning of sports in Physical Education through project work. *ESHPA - Education, Sport, Health and Physical Activity*, 3(1): 141-159.

Sánchez-Rodríguez, J., Ruiz-Palmero, J., Sanchez-Rivas, E., y Sánchez-Vega, E. (2020). Escape room y breakout. Aproximación bibliométrica en bases de datos. *DOE - Contribuciones a congresos científicos*.

Secanell, I. L., y Torres, E. O. (2019). Escape room educativa: Concepción de los futuros maestros de Educación Secundaria en especialidad de Educación Física y Tecnología sobre la experiencia de diseñar y participar en una escape room educativa. *Didacticae: Revista de Investigación en Didácticas Específicas*, (7-10).

Segura-Robles, A., y Parra González, M. E. (2019). How to implement active methodologies in Physical Education: Escape Room.