



Revisión. Gamificación y Educación Física: beneficios, desafíos y principios. Revisión narrativa. Vol. 12, n.º 4; p. 1-23, agosto 2026. <https://doi.org/10.55040/vh62sz80>

Gamificación y Educación Física: beneficios, desafíos y principios. Revisión narrativa.

Gamification and Physical Education: benefits, challenges, and principles. A narrative review.

Andrés Felipe Cadena Melo^{1,2}; Oscar Alfredo Montenegro Arjona³.

¹ Universidad de la Amazonia, Florencia, Colombia.

² Universidad Metropolitana de Educación, Ciencia y Tecnología (UMECIT), Panamá.

³ Universidad Surcolombiana, Neiva, Colombia.

Autor de correspondencia: Andrés Felipe Cadena Melo and.cadena@udla.edu.co

Calendario editorial: Artículo recibido el 08/04/2026 Aceptado: 10/06/2026 Publicado: 01/08/2026

<https://doi.org/10.55040/vh62sz80>

Para citar este artículo, utilice la siguiente referencia:

Cadena Melo, A.F.; Montenegro Arjona, O.A. (2026). Gamificación y Educación Física: beneficios, desafíos y principios. Revisión narrativa. *Sportis Sci J*, 12 (4), 1-23 <https://doi.org/10.55040/vh62sz80>

Contribución específica de los autores: Introducción (AFCM), Metodología (OAMA), Resultados, discusiones, conclusiones y recomendaciones (AFCM, OAMA).

Financiación: No existió financiación para este proyecto.

Consentimiento informado participantes del estudio: No se requirió consentimiento informado.

Conflicto de interés: Los autores no señalan ningún conflicto de interés.



Revisión. Gamificación y Educación Física: beneficios, desafíos y principios. Revisión narrativa. Vol. 12, n.º 4; p. 1-23, agosto 2026. <https://doi.org/10.55040/vh62sz80>

Resumen

La Educación Física contemporánea enfrenta desafíos que exigen innovación pedagógica y estrategias didácticas acordes con las demandas de la educación escolar. En este contexto, la gamificación se posiciona como una alternativa metodológica que integra elementos del juego en entornos no lúdicos, favoreciendo la motivación, la interacción y la participación activa de los estudiantes. La presente revisión narrativa tuvo como objetivo analizar críticamente los beneficios, desafíos y principios asociados a la implementación de la gamificación en Educación Física. Se realizó una búsqueda sistematizada en cinco bases de datos Internacionales Scopus, Web of Science, ERIC, Dialnet y PubMed hasta noviembre de 2025, utilizando combinaciones booleanas en inglés y español. De 157 artículos identificados, se seleccionaron 20 estudios publicados entre 2021 y 2025, correspondientes a revisiones e investigaciones empíricas en revistas indexadas. Los resultados evidencian que la gamificación incrementa la motivación, el compromiso, la autonomía y el aprendizaje significativo, así como mejoras en el rendimiento físico, el trabajo en equipo y el clima de aula. Asimismo, fortalece habilidades socioemocionales, la cooperación y la autorregulación, puede promover entornos inclusivos y participativos. No obstante, su implementación demanda rigor pedagógico y enfrenta desafíos relacionados con la formación docente, el acceso desigual a recursos tecnológicos y el uso inadecuado de dinámicas competitivas. Se proponen tres principios orientadores: potenciar la motivación, diseñar experiencias contextualizadas e incentivar la reflexión crítica. Finalmente, se recomienda un uso consciente y formativo de la gamificación que contribuya al desarrollo integral de los estudiantes, su articulación con los objetivos de desarrollo sostenible y la consolidación de prácticas pedagógicas inclusivas.

Palabras clave: gamificación; Educación Física; motivación del estudiante.

Abstract

Contemporary Physical Education faces challenges that demand pedagogical innovation and teaching strategies aligned with current educational needs. In this context, gamification has emerged as a methodological alternative that integrates game elements into non-game environments, promoting motivation, interaction, and active student participation. The aim of this narrative review was to critically analyze the benefits, challenges, and principles associated with the implementation of gamification in Physical Education. A systematized search was conducted in five international databases: Scopus, Web of Science, ERIC, Dialnet y PubMed until November 2025, using Boolean combinations in English and Spanish. Out of 157 identified articles, 20 studies published between 2021 and 2025 were selected, including reviews and empirical research published in indexed journals. The findings indicate that gamification increases motivation, engagement, autonomy, and meaningful learning, while also improving physical performance, teamwork, and classroom climate. Additionally, it strengthens socio-emotional skills, cooperation, and self-regulation, fostering more inclusive and participatory learning environments. However, its implementation requires pedagogical rigor and faces challenges related to teacher training, unequal access to technological resources, and the inappropriate use of competitive dynamics. Three guiding principles are proposed: enhancing motivation, designing contextualized experiences, and encouraging critical reflection. Finally, a conscious and educational use of gamification



Revisión. Gamificación y Educación Física: beneficios, desafíos y principios. Revisión narrativa. Vol. 12, n.º 4; p. 1-23, agosto 2026. <https://doi.org/10.55040/vh62sz80>

is recommended in order to contribute to students' holistic development, support the Sustainable Development Goals, and strengthen inclusive pedagogical practices.

Keywords: gamification; Physical Education; student motivation.

Introducción

La educación actual presenta grandes cambios en su manera de poner en marcha metodologías educativas. En muchos países, la motivación para asistir a las instituciones educativas disminuye con el progreso del ciclo escolar (Ryan & Deci, 2020; Zarama et al., 2025), lo cual es una preocupación central para quienes buscan mejorar la calidad educativa.

La gamificación, desde su inmersión en el campo educativo, se presenta como una estrategia interesante para apoyar los procesos de aprendizaje en diferentes niveles formativos (Jaramillo-Mediavilla et al., 2024). La utilización de juegos en contextos no lúdicos permite a los estudiantes involucrarse de manera efectiva en su proceso de formación. Con base en lo anterior, los estudios que han analizado la implementación de la gamificación en la Educación Física parten de la premisa de que sus elementos favorecen la motivación y la interacción entre estudiantes, contribuyendo a la generación de aprendizajes, incluso de forma indirecta (Florez-Aguilar et al., 2023; Sotos-Martínez et al., 2024). Según Sal-de-Rellán et al. (2025), los juegos constituyen un recurso habitual durante la enseñanza de gestos técnicos deportivos dentro de las clases de Educación Física. No obstante, su potencial pedagógico va más allá de este propósito, ya que el juego, concebido como una herramienta didáctica, permite abordar el conocimiento teórico de manera lúdica, participativa y motivadora.

En líneas generales, la implementación adecuada de la gamificación en la Educación Física ha mostrado un impacto positivo en los procesos de aprendizaje, fortaleciendo la autonomía de los estudiantes, estimulando su motivación y promoviendo prácticas evaluativas acordes con un enfoque formativo. No obstante, a pesar de los resultados alentadores obtenidos en diversos contextos educativos, persisten diferencias en sus fundamentos teóricos y en las estrategias de aplicación, lo que pone de manifiesto la necesidad de avanzar hacia un enfoque pedagógico más fundamentado y metodológicamente riguroso que permita comprender, con mayor profundidad, las



Revisión. Gamificación y Educación Física: beneficios, desafíos y principios. Revisión narrativa. Vol. 12, n.º 4; p. 1-23, agosto 2026. <https://doi.org/10.55040/vh62sz80>

condiciones que potencian o limitan su eficacia educativa (Castelo et al., 2025; Hortigüela-Alcalá et al., 2025).

Por ello, la presente revisión narrativa tiene como objetivo analizar críticamente los beneficios, desafíos y principios identificados en la literatura con respecto a la gamificación en Educación Física. Asimismo, se propone integrar evidencia reciente proveniente de estudios empíricos y revisiones sistemáticas del área, examinando desde una perspectiva crítica y actualizada su efectividad, con el fin de comprender cómo los diseños gamificados pueden favorecer una enseñanza más significativa, participativa y contextualizada.

Metodología

Como lo mencionan Rother (2007) y Theile y Beall (2024), la intencionalidad de la revisión narrativa es lograr mayor amplitud conceptual y descriptiva con relación al estado actual de un tema específico; para el presente estudio, la gamificación en la Educación Física. Este enfoque buscar ofrecer al lector una comprensión más profunda de la temática, mediante un análisis detallado que incorpore perspectivas actuales para el abordaje de la Educación Física, considerando estrategias gamificadas, sus avances, desafíos, principios y posibles futuras líneas de investigación.

Para desarrollar este análisis, se realizó una búsqueda en las siguientes bases de datos internacionales, Scopus, Web of Science, Resources Information Center (ERIC), Dialnet y PubMed. Asimismo, se implementaron estrategias de búsqueda basadas en las palabras clave "gamification", "physical education", "gamificación" y "educación física". Se usó la combinación de operadores booleanos así, "gamification" AND "physical education" y "gamificación" AND "educación física". La búsqueda se limitó hasta noviembre de 2025. Se encontraron 157 artículos de los cuales se tuvieron en cuenta 20 y se establecieron los siguientes criterios de inclusión:

- ✓ Ser artículos de revisión o artículos científicos de revistas indexadas en las bases de datos anteriormente mencionadas.
- ✓ La publicación original en idioma inglés o en español.
- ✓ Haber sido publicado entre los años 2021 y 2025.
- ✓ El título incluye las palabras textuales "gamificación" y "educación física".



Revisión. Gamificación y Educación Física: beneficios, desafíos y principios. Revisión narrativa. Vol. 12, n.º 4; p. 1-23, agosto 2026. <https://doi.org/10.55040/vh62sz80>

Del mismo modo, durante el proceso de cribado de la información, los autores revisaron los títulos y resúmenes de cada artículo, con el fin de determinar la pertinencia de los estudios y realizar un análisis más profundo, minimizando la probabilidad de sesgo. Posteriormente, atendiendo al objetivo del estudio y criterios de inclusión establecidos, se procedió a la lectura en profundidad de los artículos seleccionados, extrayendo la información relevante de cada uno. De igual modo, se llevó a cabo una revisión más exhaustiva de las revisiones sistemáticas, lo que permitió ampliar y fortalecer la cobertura del análisis.

Resultados

Los hallazgos derivados de la revisión narrativa se organizan según las categorías de análisis predefinidas: beneficios, desafíos y principios de la gamificación en el contexto de la Educación Física. Más allá de la descripción, los resultados exponen vacíos investigativos y tendencias que reconfiguran la comprensión de esta estrategia y delimitan el estado actual del área.

Gamificación

La gamificación, comprendida como la incorporación de elementos característicos de los juegos en contextos no lúdicos, se ha consolidado como una estrategia pedagógica eficaz para fortalecer la motivación, el compromiso y la experiencia de aprendizaje de los estudiantes (Çakır et al., 2025).

En este sentido, la gamificación se encuentra cada vez más inmersa en los contextos educativos, permeando diversas asignaturas y niveles formativos. Sin embargo, a pesar de su creciente popularidad, la evidencia empírica disponible continúa mostrando resultados dispares, lo que dificulta establecer conclusiones definitivas sobre su eficacia pedagógica. Asimismo, las investigaciones sobre gamificación en Educación Física presentan diferencias en las metodologías empleadas, los contextos educativos y la duración de las intervenciones (Ferriz-Valero et al., 2023).

Al respecto, Kapp et al. (2014) diferencian entre gamificación estructural y gamificación de contenido. La primera incorpora elementos externos del juego, como puntos, niveles o recompensas, alrededor del contenido educativo; mientras que la segunda transforma el propio contenido en experiencias más inmersivas mediante



Revisión. Gamificación y Educación Física: beneficios, desafíos y principios. Revisión narrativa. Vol. 12, n.º 4; p. 1-23, agosto 2026. <https://doi.org/10.55040/vh62sz80>

narrativas, retos y dinámicas participativas. Desde esta perspectiva, la gamificación en Educación Física no debe limitarse al uso de recompensas o dinámicas competitivas, sino orientarse hacia propuestas pedagógicas contextualizadas y significativas que favorezcan la motivación, la participación y el aprendizaje integral de los estudiantes.

Beneficios de la Gamificación en Educación Física

Los estudios recientes sobre gamificación en el ámbito de la Educación Física convergen en destacar su potencial dentro de los procesos de enseñanza-aprendizaje (Florez-Aguilar et al., 2023; Jaramillo-Mediavilla et al., 2024). La gamificación resalta por su capacidad para aumentar la motivación de los estudiantes y, en esa misma línea, favorece la participación activa, la toma de decisiones y la retención del conocimiento. En el mismo sentido, la incorporación de elementos propios de la gamificación en las clases de Educación Física contribuye a la creación de entornos de aprendizaje más dinámicos, desafiantes y significativos (Sotos-Martínez et al., 2024).

Asimismo, Arufe-Giráldez et al. (2022) destacan que la mayoría de los estudios relacionados con gamificación en contexto educativo han evidenciado mejoras en la motivación y en el compromiso de los estudiantes con la práctica de ejercicio físico. Por su parte, Camacho-Sánchez et al. (2023) reportan beneficios de la gamificación en Educación Física en diversas variables estudiadas como el rendimiento físico, las necesidades psicológicas básicas y la salud física. De igual manera, Ferriz-Valero et al. (2023) identifican mejoras en el aprendizaje y rendimiento académico, la motivación, trabajo en equipo, ambiente de clase, el compromiso y la autonomía. Por último, Sal-de-Rellán et al. (2025) señalan beneficios en la autonomía estudiantil, las habilidades sociales y el ambiente de aula.



Revisión. Gamificación y Educación Física: beneficios, desafíos y principios. Revisión narrativa. Vol. 12, n.º 4; p. 1-23, agosto 2026. <https://doi.org/10.55040/vh62sz80>

Desafíos de la Gamificación en Educación Física

Si bien está ampliamente documentado que la gamificación contribuye de manera positiva a la motivación y la participación de los estudiantes (Camacho-Sánchez et al., 2023; Sal-de-Rellán et al., 2025), resulta imprescindible considerar la rigurosidad del diseño pedagógico en su implementación. Por otra parte, persisten desafíos y vacíos en el conocimiento específico con respecto a la relación entre la gamificación y la Educación Física, lo que evidencia la necesidad de continuar profundizando en esta línea de investigación.

Uno de los principales desafíos radica en la limitada formación continua de los docentes del área, asociada tanto a la escasez de programas de capacitación promovidos por las secretarías de educación como al desinterés de algunos docentes. En este sentido, Arufe-Giráldez et al. (2022) señalan que la implementación de unidades didácticas gamificadas exige docentes debidamente capacitados y con experiencias lúdicas previas que posibiliten una integración curricular coherente al momento de seleccionar los contenidos.

Un segundo desafío consiste en la implementación de la gamificación de manera articulada con la tecnología, entendida no solo como un recurso instrumental, sino como un mediador pedagógico que potencia los procesos de enseñanza y aprendizaje (Montiel-Ruiz et al., 2023). No obstante, persisten limitaciones significativas en el acceso y la disponibilidad de recursos tecnológicos en numerosos entornos escolares, particularmente en instituciones educativas rurales (El-Tanahi et al., 2023), lo que restringe el diseño y desarrollo de experiencias gamificadas coherentes con los objetivos curriculares. A ello, se suma el insuficiente apoyo institucional que dificulta la integración efectiva de propuestas pedagógicas mediadas por la tecnología en el área de Educación Física, limitando su impacto formativo (Taiwo & Adande, 2024).

De igual manera, la gestión adecuada de insignias, competencias y tablas de clasificación constituye un tercer desafío. Su uso inapropiado puede generar desmotivación y efectos negativos en el aprendizaje (Almeida et al., 2023; Prieto-Andreu, 2024). Por ello, es esencial diseñar actividades que vayan más allá de la simple obtención de recompensas, fomentando la participación activa y la motivación intrínseca de todos



Revisión. Gamificación y Educación Física: beneficios, desafíos y principios. Revisión narrativa. Vol. 12, n.º 4; p. 1-23, agosto 2026. <https://doi.org/10.55040/vh62sz80>

los estudiantes, incluidos aquellos con menor desempeño, para garantizar experiencias inclusivas y significativas.

Asimismo, diversos estudios evidencian que gran parte de las intervenciones gamificadas en Educación Física se han centrado principalmente en variables motivacionales y de rendimiento académico (Florez-Aguilar et al., 2023), dejando en un segundo plano la evaluación de dimensiones igualmente relevantes para la formación integral, como las competencias socioemocionales y motrices (Sal-de-Rellán et al., 2025). En este contexto, un cuarto desafío consiste en incorporar la valoración de estos aspectos tras la implementación de unidades didácticas gamificadas, con el objetivo de generar información más completa sobre los efectos de la gamificación en Educación Física y su contribución al desarrollo integral de los estudiantes (Sevilla-Sánchez et al., 2023).

Un quinto desafío, es lograr la integración de la gamificación y la Educación Física con los Objetivos de Desarrollo Sostenible (ODS), establecidos por las Naciones Unidas (2015). La literatura advierte que con frecuencia se implementa la gamificación educativa sin una intencionalidad y rigurosidad clara hacia metas relacionadas con la sostenibilidad y con la Agenda 2030 (Fröberg & Lundvall, 2021; Mabalay, 2024). En este sentido, el reto para la Educación Física consiste en trascender el enfoque exclusivamente motriz y orientar unidades didácticas con diseños gamificados hacia la promoción de valores como la inclusión, la igualdad de género y la responsabilidad social, tal como evidencian experiencias vinculadas a los ODS en este ámbito curricular (Jiménez & González-Palomares, 2023).

En síntesis, los diversos desafíos que se plantean alrededor de la implementación de la gamificación en Educación Física van más allá de aspectos metodológicos y tecnológicos, puesto que el docente debe contar con la capacidad de realizar lectura del contexto educativo, las dimensiones sociales y emocionales existentes. Por tanto, lograr superar estas dificultades, requiere diseñar experiencias gamificadas que, además de estimular la motivación, promuevan la reflexión crítica, la autonomía y la autorregulación de los estudiantes (Prieto-Andreu, 2024). En este sentido, la gamificación debe aportar a la construcción de ambientes de aprendizajes más llamativos, inclusivos y emocionalmente enriquecedores para los estudiantes, además, buscando articulación de



Revisión. Gamificación y Educación Física: beneficios, desafíos y principios. Revisión narrativa. Vol. 12, n.º 4; p. 1-23, agosto 2026. <https://doi.org/10.55040/vh62sz80>

contenidos relacionados con los ODS (Baena-Morales et al., 2023; Jiménez & González-Palomares, 2023).

Principios Fundamentales de la Gamificación en Educación Física

Implementar la gamificación en Educación Física debe trascender de la integración superficial de elementos del juego, para afianzarse como una estrategia pedagógica inclusiva y direccionada a favorecer desarrollo integral de los estudiantes. La literatura destaca que los principios de la gamificación deben orientarse a favorecer la motivación intrínseca, los aprendizajes significativos y la consistencia educativa (Manzano-León et al., 2021; Baldrich et al., 2024). En este marco, Hortigüela-Alcalá et al. (2025) proponen siete principios para gamificar en Educación Física, entre los cuales se destacan la utilización del juego como elemento real del aprendizaje, búsqueda de la motivación intrínseca y evitar el abuso de recompensas externas. Del mismo modo, la retroalimentación permanente por parte del docente y la progresión se presentan como principios esenciales para mantener la motivación y consolidar el aprendizaje (Dichev & Dicheva, 2017; Werbach & Hunter, 2012).

Luego de exponer los beneficios de incorporar la gamificación en las clases de Educación Física, así como los desafíos que pueden surgir cuando su implementación carece de un dominio adecuado de sus conceptos, fundamentos pedagógicos y didácticos, se hace necesario presentar tres principios fundamentales que orientan su integración pedagógica en este contexto. Estos principios se sustentan en la premisa central de la gamificación educativa: *generar aprendizajes significativos a través de elementos propios del juego* (Baldrich et al., 2024). A continuación, se detallan dichos principios:

Aumentar la Motivación de los Estudiantes.

Una de las preocupaciones frecuentes entre los docentes es cómo lograr que los estudiantes mantengan un nivel de motivación adecuado durante las clases, lo que resulta clave para favorecer de manera efectiva su proceso formativo. En este sentido, la motivación se constituye como un elemento fundamental para el desarrollo de los contenidos académicos y la generación de aprendizajes significativos (Alcívar et al., 2021; Li et al., 2024). Los docentes de Educación Física cuentan, con una ventaja relativa frente a otras asignaturas, ya que muchos estudiantes muestran un mayor interés por esta área durante la jornada escolar, debido a su componente lúdico y práctico, lo que facilita



Revisión. Gamificación y Educación Física: beneficios, desafíos y principios. Revisión narrativa. Vol. 12, n.º 4; p. 1-23, agosto 2026. <https://doi.org/10.55040/vh62sz80>

la implementación de estrategias que potencien la motivación y el compromiso en el aprendizaje (González-Gutiérrez et al., 2024).

No obstante, la motivación de los estudiantes en el aula no es uniforme ni constante. Es precisamente en este contexto donde las ventajas de la gamificación pueden aprovecharse de manera significativa. La integración efectiva y contextualizada de sus elementos permite captar la atención y el interés del estudiantado, favorecer conductas positivas y consolidar habilidades académicas y socioemocionales. En consecuencia, numerosas intervenciones gamificadas en Educación Física han evidenciado mejoras notables en la motivación y el compromiso de los estudiantes (Arufe-Giráldez et al., 2022; Florez-Aguilar et al., 2023; Sal-de-Rellán et al., 2025).

En la búsqueda constante por aumentar la motivación y la disposición del estudiantado hacia las clases, resulta fundamental que las recompensas externas (i.e., incentivos provenientes del entorno que buscan reforzar conductas deseadas por el docente) se integren en las unidades gamificadas de manera moderada y planificada, de modo que contribuyan al logro de los objetivos formativos (Deci & Ryan, 2000). Al respecto, Montiel-Ruiz y Calderón (2025) advierten que el uso inapropiado de recompensas extrínsecas puede afectar la motivación intrínseca de los estudiantes, desviando su atención hacia la mera obtención del refuerzo. Por ello, el docente debe generar entornos que fomenten el interés y la disposición por aprender (Ryan & Deci, 2020). En este sentido, la gamificación, al incorporar elementos pedagógicos cuidadosamente diseñados en el desarrollo de los contenidos de Educación Física, puede favorecer de manera simultánea la motivación, la participación activa y la autonomía de los estudiantes (Castelo et al., 2025; Ramírez et al., 2024).

Realizar Diseños Gamificados Contextualizados.

Articular la gamificación con la Educación Física, requiere diseñar unidades didácticas contextualizadas, implementaciones rigurosas y planificadas de las clases. Por tanto, los elementos de la gamificación (i.e., componentes, mecánicas y dinámicas), requieren estar entrelazados de manera asertiva a los objetivos de aprendizaje. Por otra parte, la inadecuada aplicación de dichos elementos puede resultar contraproducente para la construcción de aprendizajes (Esben & Jens-Ole, 2024; Werbach & Hunter, 2012).

Revisión. Gamificación y Educación Física: beneficios, desafíos y principios. Revisión narrativa. Vol. 12, n.º 4; p. 1-23, agosto 2026. <https://doi.org/10.55040/vh62sz80>

Werbach y Hunter (2012) proponen que los elementos de la gamificación pueden organizarse en tres niveles jerárquicos que orientan el diseño de experiencias educativas gamificadas, como se ilustra en la Figura 1. En la figura, *las dinámicas* constituyen el nivel más abstracto y profundo, representando los principios subyacentes que guían el comportamiento y la interacción dentro del juego. *Las mecánicas*, por su parte, corresponden a los procesos que estructuran la experiencia de juego, mientras que *los componentes* abarcan los elementos visibles con los que los estudiantes interactúan directamente durante el desarrollo de las clases. Esta organización jerárquica permite que el diseño de propuestas gamificadas sea coherente, sistemático y alineado con los objetivos pedagógicos.

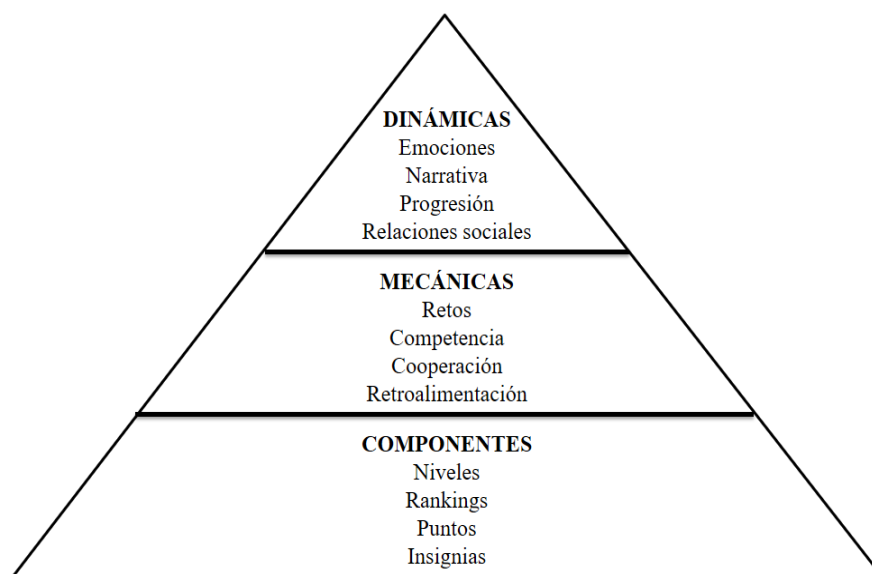


Figura 1. Pirámide de los elementos de la gamificación. Fuente: Werbach y Hunter (2012).

Del mismo modo, la creciente popularidad de las metodologías lúdicas en el contexto educativo ha puesto de manifiesto su potencial como alternativas idóneas para atender vacíos del sistema educativo y favorecer tanto la motivación como el aprendizaje del estudiantado (Camacho-Sánchez et al., 2023). No obstante, es fundamental considerar precauciones metodológicas al implementar la gamificación. Sal-de-Rellán et al. (2025) advierten que muchas intervenciones presentan limitaciones en su diseño, como la corta duración de las unidades, mientras que Pérez y Muñoz (2024) sugieren que la



Revisión. Gamificación y Educación Física: beneficios, desafíos y principios. Revisión narrativa. Vol. 12, n.º 4; p. 1-23, agosto 2026. <https://doi.org/10.55040/vh62sz80>

gamificación debe orientarse a ofrecer retos progresivos que fortalezcan la autoeficacia y generen experiencias de aprendizaje coherentes con el nivel académico de los estudiantes. En este sentido, la incorporación de dinámicas que promuevan la implicación cognitiva y la autonomía resulta esencial. Entre estas, la narrativa se destaca por su capacidad para articular de manera coherente las actividades propuestas con los contenidos curriculares, favoreciendo la comprensión y el compromiso del estudiantado.

En conjunto, estos elementos refuerzan la idea de que un diseño gamificado eficaz requiere no solo aumentar la motivación, sino también contextualizar adecuadamente la narrativa y ofrecer retroalimentación constante, evitando efectos adversos derivados de la competencia entre los estudiantes.

Incentivar la reflexión en los estudiantes.

La Educación Física contemporánea desempeña un papel fundamental en el desarrollo de habilidades cognitivas, afectivas y motrices de los estudiantes (Ferraz et al., 2024). En este sentido, las metodologías tradicionales deben ir siendo complementadas o reemplazadas progresivamente por enfoques activos y emergentes. La gamificación, por su parte, ofrece herramientas que permiten abordar competencias socioemocionales a lo largo de todo el ciclo escolar, favoreciendo la interrelación entre estudiantes, docentes y el contexto; contribuyendo así a la formación integral, uno de los objetivos centrales de la educación (Gélvez-Pabón, 2024; Chimbo & Silva, 2025).

Asimismo, las actividades gamificadas deben incentivar la reflexión de los estudiantes, proporcionando contenidos y conceptos clave que fortalezcan su aprendizaje. Según Cardiff et al. (2024), el rol del docente se orienta hacia la guía y el acompañamiento, promoviendo que los estudiantes actúen de manera autónoma. Por ello, las propuestas gamificadas deben contar con una metodología sólida y una estructura coherente, incorporando procesos de autoevaluación tanto durante las intervenciones como al finalizar las mismas.

En ese orden de ideas, incentivar la reflexión durante las clases de Educación Física, brinda la posibilidad de transformar las formas de ser y estar en la escuela, aportando a fortalecer la participación activa de los estudiantes en la construcción y vivencia de su propio conocimiento (Negrete & Alcalá, 2023; Sørensen & Lagestad, 2024). Desde esta perspectiva, la reflexión en los estudiantes puede fortalecerse mediante acciones que



Revisión. Gamificación y Educación Física: beneficios, desafíos y principios. Revisión narrativa. Vol. 12, n.º 4; p. 1-23, agosto 2026. <https://doi.org/10.55040/vh62sz80>

permitan generar conciencia de su propio progreso a través de procesos de retroalimentación formativa permanente, a favorecer la toma de decisiones mediante la guía del docente y presentarles situaciones de la vida real que los lleven a reflexionar sobre su aprendizaje.

Discusión

El presente estudio tiene como objetivo presentar una revisión narrativa en la que se identifican tres principios pedagógicos considerados fundamentales para la implementación de unidades gamificadas en clases de Educación Física. La intención principal de este artículo es resaltar el papel formativo de la gamificación, estableciendo elementos que favorezcan su correcta integración en el aula, reconociendo las particularidades de una asignatura en la que convergen contenidos teóricos y prácticos. Asimismo, la revisión permite evidenciar que, aunque la producción científica sobre gamificación y Educación Física ha incrementado significativamente durante la última década (Sal-de-Rellán et al., 2025), los resultados reportados continúan siendo diversos. Por una parte, múltiples investigaciones destacan efectos positivos relacionados con la motivación, la participación y el aprendizaje de los estudiantes (Camacho-Sánchez et al., 2023); sin embargo, otros estudios advierten posibles efectos negativos cuando las propuestas gamificadas carecen de fundamentación pedagógica, contextualización o una adecuada planificación didáctica (Prieto-Andreu, 2024).

En este contexto, resulta fundamental adoptar una postura crítica y cuestionar aquellas prácticas que buscan exclusivamente la diversión o el entretenimiento mediante el uso de elementos lúdicos, en lugar de potenciar la formación integral del estudiantado (Hortigüela-Alcalá et al., 2025). Asimismo, los resultados señalan la necesidad de superar las limitaciones metodológicas presentes en gran parte de las investigaciones, especialmente en lo que respecta a la duración de las intervenciones, el tamaño de las muestras y la ausencia de seguimiento longitudinal. Superar estas limitaciones permitirá evaluar con mayor rigor el impacto real de la gamificación sobre variables socioemocionales y motrices (Ramírez et al., 2024). Por tanto, resulta necesario avanzar hacia estudios más robustos que integren diseños mixtos y enfoques comparativos entre distintos contextos (Sal-de-Rellán et al., 2025) que consideren la integración de los ODS



Revisión. Gamificación y Educación Física: beneficios, desafíos y principios. Revisión narrativa. Vol. 12, n.º 4; p. 1-23, agosto 2026. <https://doi.org/10.55040/vh62sz80>

(Naciones Unidas, 2015) en el currículo de Educación Física, procurando articular estratégicamente los beneficios prácticos y experienciales que ofrece esta área (Baena-Morales et al., 2023; Castelo et al., 2025).

Del mismo modo, la gamificación favorece el desarrollo de habilidades socioemocionales como la cooperación, la empatía y la comunicación, al promover dinámicas de trabajo en equipo y resolución de problemas, transformando actividades netamente motrices en experiencias de alto valor pedagógico (Lagunas-Mengíbar et al., 2025). Finalmente, la integración de elementos gamificados genera aprendizajes más motivadores, al ofrecer experiencias de aprendizaje grupal, metas claras y retroalimentación permanente (Camacho-Sánchez et al., 2023).

En definitiva, la gamificación contribuye al fortalecimiento de espacios educativos más inclusivos y equitativos al permitir la adaptación de actividades a las distintas capacidades, intereses, ritmos y necesidades de los estudiantes; por tanto, la gamificación no solo se consolida como una estrategia didáctica innovadora, sino también como un medio para transformar la Educación Física en un espacio de inclusión, participación y desarrollo humano (Cedeño & Aguilar, 2023; Ferraz et al., 2024).

Conclusiones

La presente revisión narrativa permite identificar que la gamificación se ha consolidado como una estrategia pedagógica innovadora con importantes aportes en la Educación Física, al favorecer la motivación, la participación activa, el compromiso y la autonomía de los estudiantes. Asimismo, las experiencias gamificadas contribuyen a la creación de ambientes de aprendizaje más dinámicos, inclusivos y significativos, fortaleciendo no solo el rendimiento académico y físico, sino también habilidades sociales, emocionales y reflexivas necesarias para la formación integral.

En relación con los principios fundamentales para gamificar en Educación Física, se evidencia que su efectividad depende de una implementación rigurosa, contextualizada y coherente con los objetivos de aprendizaje. En este sentido, aumentar la motivación de los estudiantes, realizar diseños gamificados contextualizados e incentivar la reflexión durante el proceso formativo se consolidan como principios esenciales para orientar prácticas gamificadas con verdadero valor pedagógico.



Revisión. Gamificación y Educación Física: beneficios, desafíos y principios. Revisión narrativa. Vol. 12, n.º 4; p. 1-23, agosto 2026. <https://doi.org/10.55040/vh62sz80>

De manera particular, incentivar la reflexión en los estudiantes permite que la gamificación no se limite a la participación lúdica o a la obtención de recompensas, sino que favorezca procesos de autoevaluación, autonomía, toma de conciencia y construcción activa del conocimiento. Este principio resulta clave para que las experiencias gamificadas contribuyan al desarrollo de habilidades cognitivas, afectivas, motrices y socioemocionales, fortaleciendo así el sentido formativo de la Educación Física.

Finalmente, se concluye que la gamificación representa una oportunidad relevante para transformar las prácticas tradicionales en Educación Física, siempre que se fundamente en principios pedagógicos sólidos y en una planificación didáctica intencionada. Su aporte más significativo radica en generar experiencias de aprendizaje motivadoras, contextualizadas y reflexivas, capaces de responder a las necesidades educativas actuales.

Recomendaciones

A partir de la revisión de la literatura consultada, se plantean las siguientes recomendaciones orientadas a fortalecer la implementación de la gamificación en Educación Física, optimizar sus beneficios pedagógicos y minimizar los desafíos identificados. Estas recomendaciones buscan orientar a docentes, instituciones educativas y a la comunidad investigadora sobre el diseño de prácticas formativas más inclusivas, innovadoras, motivadoras y alineadas con las exigencias educativas de los estudiantes contemporáneos.

En primer lugar, se recomienda que, al planificar clases de Educación Física bajo un enfoque gamificado, se inicie estableciendo un propósito claro que articule los elementos propios de la gamificación con los objetivos de aprendizaje de la sesión (Esben & Jens-Ole, 2024). Asimismo, resulta fundamental adaptar las actividades al nivel del estudiantado, ajustando la dificultad, la complejidad y los contenidos, con el fin de evitar prácticas que puedan reproducir desigualdades y a su vez, garantizar la inclusión de todos los participantes (Pérez & Muñoz, 2024).

Asimismo, resulta imprescindible equilibrar las actividades competitivas con las dinámicas cooperativas, con el fin de minimizar riesgos de exclusión o desmotivación asociados al uso excesivo de la competencia (Hortigüela-Alcalá et al., 2025). De igual



Revisión. Gamificación y Educación Física: beneficios, desafíos y principios. Revisión narrativa. Vol. 12, n.º 4; p. 1-23, agosto 2026. <https://doi.org/10.55040/vh62sz80>

manera, la integración de la gamificación en las clases de Educación Física requiere garantizar una retroalimentación continua, clara y orientada a la mejora del desempeño, evitando depender únicamente de recompensas externas, con el objetivo de promover aprendizajes profundos y sostenibles (Castelo et al., 2025).

Por otra parte, se recomienda fortalecer los conocimientos de los docentes de Educación Física en el diseño e implementación de unidades didácticas gamificadas, evitando prácticas improvisadas que puedan comprometer su eficacia formativa (Camacho-Sánchez et al., 2023; El-Tanahi et al., 2023). En el mismo sentido, resulta pertinente ampliar las líneas de investigación sobre gamificación en Educación Física, con un enfoque especial en áreas como inclusión, contribución al logro de los objetivos de desarrollo sostenible (Naciones Unidas, 2015), autoeficacia motriz y desarrollo de competencias socioemocionales (Baena-Morales & Ferriz-Valero, 2023; Lagunas-Mengíbar et al., 2025; Sal-de-Rellán et al., 2025).

En síntesis, estas recomendaciones buscan promover prácticas pedagógicas más críticas y contextualizadas, fomentando un uso consciente y formativo de la gamificación en la Educación Física. Su correcta implementación puede contribuir a consolidar ambientes de aprendizaje más motivadores, inclusivos y acordes con las necesidades actuales de la educación escolar.

Limitaciones del estudio

La presente investigación expone limitaciones intrínsecas a su naturaleza y diseño. Enseguida, se relacionan las limitaciones principales identificadas en el artículo:

- El periodo de búsqueda de publicaciones, limitado entre 2021 y 2025, ofrece actualidad; pero, se pudieron haber ignorado estudios realizados en la década previa que pudieron dar una perspectiva adicional sobre la eficacia de estas estrategias.
- Las intervenciones analizadas suelen ser de corta duración. No se sabe si el aumento de la motivación es auténtico o simplemente un efecto sobre la novedad de la gamificación como metodología de trabajo, que desaparece cuando el juego se vuelve rutinario. En este sentido, hacen falta más estudios longitudinales sobre la gamificación en la Educación Física.



Revisión. Gamificación y Educación Física: beneficios, desafíos y principios. Revisión narrativa. Vol. 12, n.º 4; p. 1-23, agosto 2026. <https://doi.org/10.55040/vh62sz80>

- La mayoría de las investigaciones realizadas centran su estudio en la motivación y el rendimiento académico, dejando de lado la evaluación de competencias motrices y socioemocionales, las cuales son *el quid del asunto* en el área de la Educación Física.
- Los estudios analizados presentan heterogeneidad en cuanto a metodologías, contextos educativos, duración de las intervenciones y características de las muestras, lo que dificulta establecer conclusiones homogéneas sobre la efectividad de la gamificación en Educación Física.
- Gran parte de las investigaciones revisadas se enfocan principalmente en variables motivacionales y de participación, existiendo menor evidencia relacionada con efectos a largo plazo, competencias socioemocionales y procesos de aprendizaje profundo.
- Finalmente, la rápida evolución de las estrategias gamificadas y de las tecnologías educativas puede generar cambios constantes en las formas de implementación de la gamificación, lo que hace necesaria la actualización permanente de la evidencia científica disponible.

Referencias

- Alcívar, C. M., Menéndez, C. E., & Valencia, A. D. (2021). Motivation and its importance in the classroom learning process and teaching. *International Research Journal of Engineering, IT & Scientific Research*, 7(4), 148-154. <https://doi.org/10.21744/irjeis.v7n4.1881>
- Almeida, C., Kalinowski, M., Uchôa, A., & Feijó, B. (2023). Negative effects of gamification in education software: Systematic mapping and practitioner perceptions. *Information and Software Technology*, 156, Article 107142. <https://doi.org/10.1016/j.infsof.2022.107142>
- Arufe-Giráldez, V., Sanmiguel-Rodríguez, A., Ramos-Álvarez, O., & Navarro-Patón, R. (2022). *Gamification in Physical Education: A systematic review. Education Sciences*, 12(8), Article 540. <https://doi.org/10.3390/educsci12080540>
- Baena-Morales, S., & Ferriz-Valero, A. (2023). What about physical education and Sustainable Development Goals? A scoping review. *Physical Education and Sport Pedagogy*, 30(2), 200-217. <https://doi.org/10.1080/17408989.2023.2214572>



Revisión. Gamificación y Educación Física: beneficios, desafíos y principios. Revisión narrativa. Vol. 12, n.º 4; p. 1-23, agosto 2026. <https://doi.org/10.55040/vh62sz80>

Baena-Morales, S., Barrachina-Peris, J., García-Martínez, S., González-Villora, S., & Ferriz-Valero, A. (2023). La Educación Física para el Desarrollo Sostenible: un enfoque práctico para integrar la sostenibilidad desde la Educación Física. *Revista Española de Educación Física y Deportes*, 437(1), 1-15. [https://doi.org/10.55166/reefd.vi437\(1\).1087](https://doi.org/10.55166/reefd.vi437(1).1087)

Baldrich, K., Pérez-García, C., Domínguez-Oller, J. C., & de Amo Sánchez-Fortún, J. M. (2024). Gamified experiences in educational academic contexts: A systematic review. *Qualitative Research in Education*, 13(3), 221-242. <https://doi.org/10.17583/qre.13552>

Çakır, T., Koldoshev, M. K., Asghar, S., Rajput, A., & Ahmed, S. M. (2025). Evaluating the effectiveness of gamification in physical education: Enhancing engagement through play and movement. *Retos*, 64, 925-935. <https://doi.org/10.47197/retos.v64.112788>

Camacho-Sánchez, R., Manzano-León, A., Rodríguez-Ferrer, J. M., Serna, J., & Lavega-Burgués, P. (2023). Game-Based Learning and Gamification in Physical Education: A Systematic Review. *Education Sciences*, 13(2), Article 183. <https://doi.org/10.3390/educsci13020183>

Cardiff, G., Beni, S., Fletcher, T., Bowles, R., & Ní Chróinín, D. (2024). Learning to facilitate student voice in primary physical education. *European Physical Education Review*, 30(3), 381–396. <https://doi.org/10.1177/1356336X231209687>

Castelo, L. F., Aguilar, J. E., & León, K. G. (2025). Gamificación en actividades físicas adaptadas: Una estrategia inclusiva para mejorar el rendimiento académico en estudiantes con limitaciones motrices leves. *Retos*, 70, 1379-1385. <https://doi.org/10.47197/retos.v70.117134>

Cedeño, J. A., & Aguilar, E. K. (2023). Gamificación como método de enseñanza en las clases de educación física. *Atena Journal of Sports Sciences*, 5, Article 92. <https://atenajournals.com/index.php/ajss/article/view/92>

Chimbo, E. K., & Silva, M. (2025). Estrategias basadas en competencias socioemocionales para el desarrollo integral. *Ciencia y Educación*, 6(8), 213-224. <https://doi.org/10.5281/zenodo.16937997>



- Revisión. Gamificación y Educación Física: beneficios, desafíos y principios. Revisión narrativa. Vol. 12, n.º 4; p. 1-23, agosto 2026. <https://doi.org/10.55040/vh62sz80>
- Deci, E. L., & Ryan, R. M. (2000). The “what” and “why” of goal pursuits: Human needs and the self-determination of behavior. *Psychological Inquiry*, 11(4), 227-268. https://doi.org/10.1207/S15327965PLI1104_01
- Dichev, C., & 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(1), Article 9. <https://doi.org/10.1186/s41239-017-0042-5>
- El-Tanahi, N., Soliman, M., Abdel Hady, H., Alfrehat, R., Faid, R., Abdelmoneim, M., & Torki, M. (2023). The effectiveness of gamification in Physical Education: A systematic review. *International Journal of Education in Mathematics, Science and Technology*, 12(2), 406–417. <https://doi.org/10.46328/ijemst.4005>
- Esben, S. V., & Jens-Ole, J. (2024). Versatility and pedagogical models in physical education. *Physical Education and Sport Pedagogy*, 29(3), 235-244. <https://doi.org/10.1080/17408989.2022.2054970>
- Ferraz, R., Ribeiro, D., Alves, A. R., Teixeira, J. E., Forte, P., & Branquinho, L. (2024). Using gamification in teaching physical education: A survey review. *Montenegrin Journal of Sports Science and Medicine*, 20(1), 31-44. <https://doi.org/10.26773/mjssm.240304>
- Ferriz-Valero, A., Agulló-Pomares, G., & Tortosa-Martínez, J. (2023). Benefits of Gamified Learning in Physical Education Students: A Systematic Review. *Apunts Educación Física y Deportes*, 153, 39-51. [https://doi.org/10.5672/apunts.2014-0983.es.\(2023/3\).153.04](https://doi.org/10.5672/apunts.2014-0983.es.(2023/3).153.04)
- Flores-Aguilar, G., Iniesta-Pizarro, M., & Fernández-Río, J. (2023). “PE Money Heist”: Gamification, motivational regulations and qualifications in Physical Education. *Apunts Educación Física 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)
- Fröberg, A., & Lundvall, S. (2021). The distinct role of physical education in the context of Agenda 2030 and Sustainable Development Goals: An explorative review and suggestions for future work. *Sustainability*, 13(21), Article 11900. <https://doi.org/10.3390/su132111900>



- Revisión. Gamificación y Educación Física: beneficios, desafíos y principios. Revisión narrativa. Vol. 12, n.º 4; p. 1-23, agosto 2026. <https://doi.org/10.55040/vh62sz80>
- Gélvez-Pabón, J. A. (2024). Las competencias socioemocionales en el contexto escolar de la educación básica secundaria. *Acción y Reflexión Educativa*, 50, 122-137. <https://doi.org/10.48204/j.are.n50.a6554>
- González-Gutiérrez, I., López-García, S., Barcala-Furelos, M., Mecías-Calvo, M., & Navarro-Patón, R. (2024). Schoolchildren's thinking on the subject and teachers of physical education according to gender and educational grade. *Education Sciences*, 14(8), Article 914. <https://doi.org/10.3390/educsci14080914>
- Hortigüela-Alcalá, D., Pérez-Pueyo, A., & Hernando-Garijo, A. (2025). Fundamentos para aplicar la gamificación en educación física desde una perspectiva reflexiva y crítica. *Cultura, Ciencia y Deporte*, 20(65), 23-28. <https://doi.org/10.12800/ccd.v20i65.2328>
- Jaramillo-Mediavilla, L., Basantes-Andrade, A., Cabezas-González, M., & Casillas-Martín, S. (2024). Impact of Gamification on Motivation and Academic Performance: A Systematic Review. *Education Sciences*, 14(6), Article 639. <https://doi.org/10.3390/educsci14060639>
- Jiménez S., & González-Palomares, A. (2023). ODS 5. Igualdad de género y Educación Física: propuesta de intervención mediante los deportes alternativos. *Retos*, 49, 595–602. <https://doi.org/10.47197/retos.v49.95791>
- Kapp, K. M., Blair, L., & Mesch, R. (2014). *The gamification of learning and instruction fieldbook: Ideas into practice*. Wiley.
- Lagunas-Mengíbar, D., Monfort-Ripollés, P., Lis-Sáncerini, R., García-Delafuente, A., Sancerni-Beitia, M. D., Tabarés-Seisdedos, R., & Monfort-Pañego, M. (2025). Aprendizaje socioemocional en Educación Física: Una revisión sistemática en Educación Secundaria. *Retos*, 63, 74-90. <https://doi.org/10.47197/retos.v63.107466>
- Li, Y., Hew, K. F., & Du, J. (2024). Gamification enhances student intrinsic motivation, perceptions of autonomy and relatedness, but minimal impact on competency: A meta-analysis and systematic review. *Educational Technology Research and Development*, 72, 765-796. <https://doi.org/10.1007/s11423-023-10337-7>



Revisión. Gamificación y Educación Física: beneficios, desafíos y principios. Revisión narrativa. Vol. 12, n.º 4; p. 1-23, agosto 2026. <https://doi.org/10.55040/vh62sz80>

- Mabalay, A. A. (2024). Gamification for sustainability: A systematic review of applications, trends and opportunities. *Computers in Human Behavior*, 154, Article, 108529. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2024.108529>
- Manzano-León, A., Camacho-Lazárraga, P., Guerrero, M. A., Guerrero-Puerta, L., Aguilar-Parra, J. M., Trigueros, R., & Alias, A. (2021). Between level up and game over: A systematic literature review of gamification in education. *Sustainability*, 13(4), Article 2247. <https://doi.org/10.3390/su13042247>
- Montiel-Ruiz, F. J., & Calderón, A. (2025). The influence of gamification on the type of student motivation in physical education. *Cultura, Ciencia y Deporte*, 20(65), Article 2330. <https://doi.org/10.12800/ccd.v20i65.2330>
- Montiel-Ruiz, F. J., Sánchez-Vera, M.-d.-M., & Solano-Fernández, I. M. (2023). Social networks and gamification in physical education: A case study. *Contemporary Educational Technology*, 15(1), Article ep401. <https://doi.org/10.30935/cedtech/12660>
- Naciones Unidas. (2015). *Transformar nuestro mundo: la Agenda 2030 para el Desarrollo Sostenible*. Naciones Unidas. <https://undocs.org/es/A/RES/70/1>
- Negrete, R., & Alcalá, Y. (2023). Valor de la reflexión en la práctica de aula: Estrategia pedagógica en entornos sociales diversos. *SUMMA*, 5(2), 1-14. <https://doi.org/10.47666/summa.5.2.1>
- Pérez, L., & Muñoz, L. (2024). Gamification in education: challenges, potentialities and perspectives for implementation. *Revista de Educación*, 405, 241-264. <https://doi.org/10.4438/1988-592X-RE-2024-405-634>
- Prieto-Andreu, J. M. (2024). How to Avoid Negative Effects when Gamifying in Education: Panoramic Review and Heuristic Approach towards an Instructional Model. *Multidisciplinary Journal of Educational Research*, 14(2), 244-266. <https://doi.org/10.17583/remie.11765> hipatiapress.com+1
- Ramírez, J. J., Vargas, A. D., & Boude, O. R. (2024). Impact of gamification on school engagement: A systematic review. *Frontiers in Education*, 9, Article 1466926. <https://doi.org/10.3389/feduc.2024.1466926>
- Rother, E. T. (2007). Revisión sistemática vs. revisión narrativa. *Acta Paulista de Enfermagem*, 20(2), 5-6. <https://doi.org/10.1590/S0103-21002007000200001>



- Revisión. Gamificación y Educación Física: beneficios, desafíos y principios. Revisión narrativa. Vol. 12, n.º 4; p. 1-23, agosto 2026. <https://doi.org/10.55040/vh62sz80>
- Ryan, R. M., & Deci, E. L. (2020). Intrinsic and extrinsic motivation from a self-determination theory perspective: Definitions, theory, practices, and future directions. *Contemporary Educational Psychology*, 61, Article, 101860. <https://doi.org/10.1016/j.cedpsych.2020.101860>
- Sal-de-Rellán, A., Hernández-Suárez, Á., & Hernaiz-Sánchez, A. (2025). Gamification and motivation in adolescents. Systematic review from Physical Education. *Frontiers in Psychology*, 16, Article 1575104. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2025.1575104>
- Sevilla-Sánchez, M., Dopico, X., Morales, J., Iglesias-Soler, E., Fariñas, J., & Carballeira, E. (2023). La gamificación en educación física: efectos sobre la motivación y el aprendizaje. *Retos*, 47, 87–95. <https://doi.org/10.47197/retos.v47.94686>
- Sørensen, A., & Ligestad, P. (2024). Physical education students' reflections about the learning outcomes of different teaching methods: A mixed methods study. *Frontiers in Education*, 9, Article 1365916. <https://doi.org/10.3389/educ.2024.1365916>
- Sotos-Martínez, V. J., Baena-Morales, S., & Ferriz-Valero, A. (2024). Gamificación y el poder de la novedad: revolucionando el aprendizaje de la educación física a través de estrategias lúdicas. *Magister*, 36(1), 25-31. <https://doi.org/10.17811/msg.36.1.2024.25-31>
- Taiwo, A. B., & Adande, A. D. (2024). Gaming and Gamification in Physical and Health Education: Problems and Prospects. *Faculty of Natural and Applied Sciences Journal of Mathematics, and Science Education*, 5(4), 78–84. <https://fnasjournals.com/index.php/FNAS-JMSE/article/view/343>
- Theile, C. M., & Beall, A. L. (2024). Narrative reviews of the literature: An overview. *Journal of Dental Hygiene*, 98(1), 78-82. <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/38346895/>
- Werbach, K., & Hunter, D. (2012). *For the win: How game thinking can revolutionize your business*. Wharton Digital Press.
- Zarama, J. E., Galindo, L. R., & Arana, P. A. (2025). Estrategias para fomentar la motivación escolar y el aprendizaje experiencial en contextos vulnerables.



Revisión. Gamificación y Educación Física: beneficios, desafíos y principios. Revisión narrativa. Vol. 12, n.º 4; p. 1-23, agosto 2026. <https://doi.org/10.55040/vh62sz80>

Educación y Vínculos. *Revista de Estudios Interdisciplinarios en Educación*, 15, 37-51. <https://doi.org/10.33255/2591/2196>