

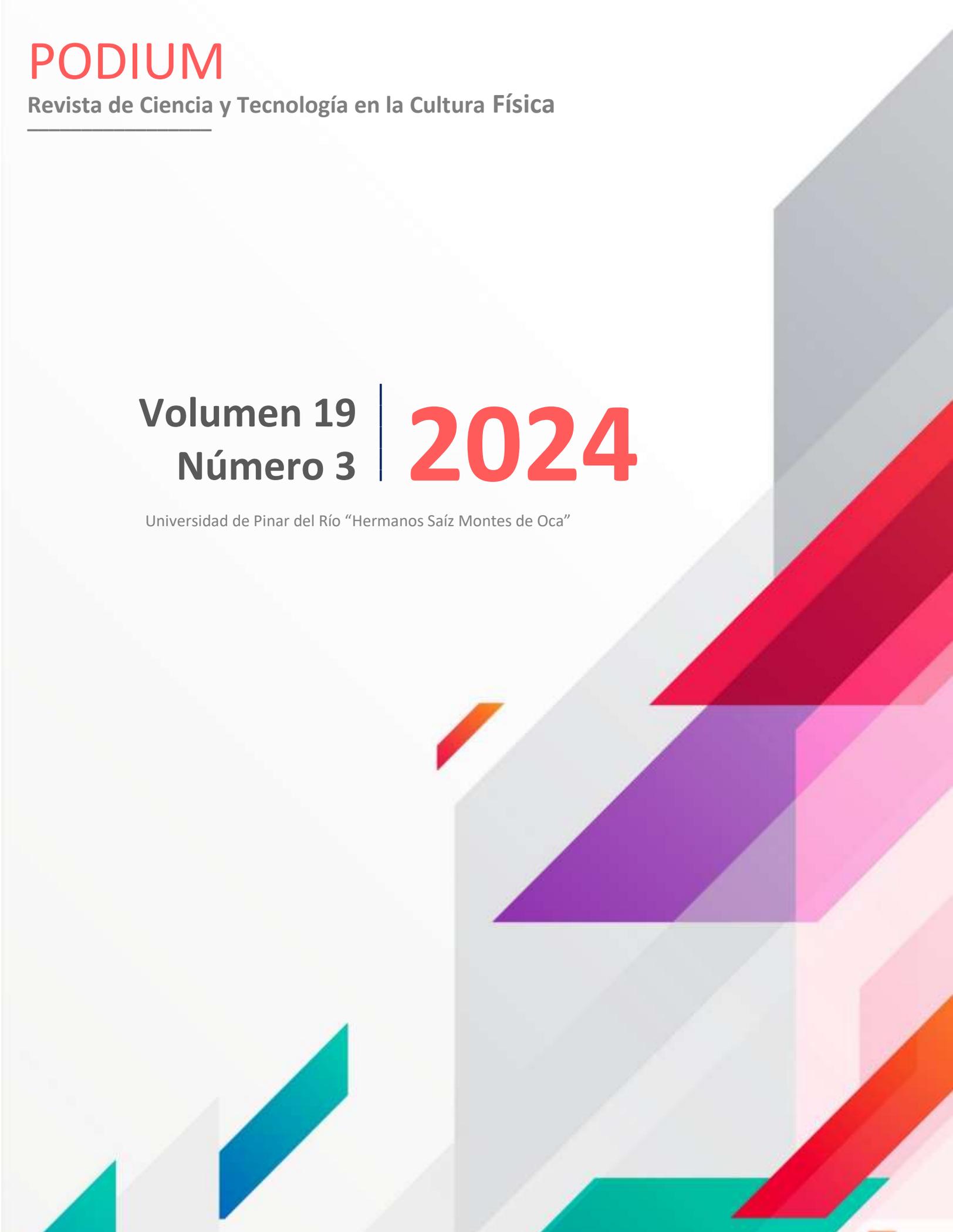
PODIUM

Revista de Ciencia y Tecnología en la Cultura Física

Volumen 19
Número 3

2024

Universidad de Pinar del Río "Hermanos Saíz Montes de Oca"



Artículo original

Actividades recreativas inclusivas para estudiantes con discapacidad intelectual, en la clase de Educación Física

Inclusive recreational activities for students with intellectual disabilities in the physical education classroom.

Atividades recreativas inclusivas para alunos com deficiência intelectual nas aulas de Educação Física

Yomaira Alexandra Delgado Monar^{1*} , Carlos Dario Espinoza Muñoz^{1*} , Germán Rafael Rojas Valdés^{1*} 

^{1*}Universidad Bolivariana de Ecuador

Autor para la correspondencia: yadelgadom@ube.edu.ec

Recibido: 04/05/2024

Aprobado: 17/08/2024

RESUMEN

Mejorar la inclusión en los diferentes niveles educativos es la base de una educación de calidad. El presente artículo partió de la identificación de las dificultades en la inclusión y la participación de los estudiantes con discapacidad intelectual en las clases de Educación



Física, por lo que el objetivo radicó en proponer un sistema de actividades recreativas inclusivas para estudiantes con discapacidad intelectual en la clase de Educación Física, de Educación Básica Superior, de la Unidad Educativa "Adolfo María Astudillo", en Babahoyo, Ecuador. Para ello, se aplicaron métodos teóricos como el análisis-síntesis, el sistémico estructural-funcional y la modelación. Como métodos empíricos se empleó el análisis de documentos, la observación y la encuesta, que permitieron caracterizar y contextualizar la muestra intencional, conformada por dos estudiantes con discapacidad intelectual y cuatro docentes; la información procesada arrojó limitaciones en las adecuaciones curriculares. Como principal resultado se presentó un sistema de actividades recreativas inclusivas en cuyo diseño se propusieron acciones, en función de desarrollar habilidades físicas fundamentales, mantener un estado de salud óptimo, lograr bienestar emocional, reducir el estrés y promover la inclusión social que provocaron gran aceptación por docentes, estudiantes y la familia, expansión participativa extracurricular, y aumento de la disposición de todos los estudiantes para disfrutar de las actividades programadas.

Palabras clave: actividades recreativas, discapacidad intelectual, educación inclusiva, Educación Física

ABSTRACT

Improving inclusion at different educational levels is the basis of quality education. This article is based on the identification of difficulties in the inclusion and participation of students with intellectual disabilities in Physical Education classes, so it is proposed as an objective to design a system of inclusive recreational activities for students with intellectual disabilities of Higher Basic Education, in the Physical Education class of the Educational Unit "Adolfo María Astudillo", city of Babahoyo, Ecuador, in the school year 2022-2023. For this purpose, theoretical methods such as analysis-synthesis, modeling and structural-functional systemic were applied. The empirical methods used were document analysis, observation and survey, which made possible the adjustment of the sample formed by 2 students with intellectual disabilities and 4 teachers for a purposive sampling. The processed information showed that students with intellectual disabilities are not included



in Physical Education classes and teachers have limitations in the curricular adaptations that facilitate their inclusion. The main result of the article is a system of inclusive recreational activities whose design proposes actions to help acquire fundamental physical skills, keeping an optimal state of health, achieving emotional well-being, reducing stress and promoting social inclusion.

Keywords: Inclusive education, intellectual disability, physical activities, recreational activities.

RESUMO

Melhorar a inclusão nos diferentes níveis educativos é a base de uma educação de qualidade. Este artigo partiu da identificação das dificuldades na inclusão e participação de alunos com deficiência intelectual nas aulas de Educação Física, portanto o objetivo foi propor um sistema de atividades lúdicas inclusivas para alunos com deficiência intelectual nas aulas de Educação Física, Ensino Básico Superior. Na Unidade Educacional "Adolfo María Astudillo", em Babahoyo, Equador. Para isso, foram aplicados métodos teóricos como análise-síntese, sistêmico estrutural-funcional e modelagem. Como métodos empíricos foram utilizados análise documental, observação e levantamento, que permitiram a caracterização e contextualização da amostra intencional, composta por dois alunos com deficiência intelectual e quatro professores; As informações processadas revelaram limitações nas adequações curriculares. O principal resultado foi um sistema de atividades recreativas inclusivas em cujas ações de design foram propostas, baseadas no desenvolvimento de habilidades físicas fundamentais, na manutenção de um ótimo estado de saúde, na obtenção do bem-estar emocional, na redução do estresse e na promoção da inclusão social que provocou grande aceitação por parte dos professores, alunos e famílias, expansão participativa extracurricular e aumento da disposição de todos os alunos para desfrutar das atividades programadas.



Palabras-chave: actividades recreativas, deficiencia intelectual, educación inclusiva, Educación Física

INTRODUCCIÓN

La *discapacidad* es una condición donde ciertas personas presentan alguna deficiencia físicas, sensoriales, intelectuales o mentales duraderas, y ello limita con frecuencia su participación e inclusión social. Aún no existe consenso sobre cómo llamar a las personas que experimentan algún grado de limitación funcional, las expresiones más comúnmente aceptadas son discapacitado y discapacidad.

Según Cáceres-Rodríguez (2021) se pueden abordar diferentes términos según los significados de deficiencia como son discapacidad y minusvalía, basadas en la necesidad de abordar no solo la enfermedad, sino sus consecuencias en todos los aspectos de la vida humana. Sobre la discapacidad apunta que es un término genérico que incluye déficit, limitaciones en la actividad y restricciones en la participación e indica los aspectos negativos de la interacción entre un individuo con una condición de salud y sus factores contextuales, ya sean ambientales o personales.

A la discapacidad intelectual hace algunos años se le denominaba retraso mental, por lo que se sugirió un cambio en la terminología y la principal razón para esto está en el carácter peyorativo del término, además, reduce la comprensión de las personas que presentan discapacidad intelectual a categorías diagnósticas que emergen desde una perspectiva psicopatológica. Las personas con discapacidad intelectual hoy, al igual que otras personas en la sociedad, deben verse desde un enfoque que priorice al ser humano.

Se coincide con el criterio sobre discapacidad intelectual, al plantear que es usada principalmente para definir a aquellas personas que presentan limitaciones en las habilidades intelectuales de razonamiento, planificación, solución de problemas, pensamiento abstracto, comprensión, rapidez en el aprendizaje, entre otras. También es de



vital importancia un conjunto de habilidades conceptuales, sociales y prácticas en la vida cotidiana (Andreucci y Morales, 2019, p. 199).

Lo planteado permite comprender que el grado de discapacidad intelectual puede variar desde muy leve hasta muy grave. Las personas con discapacidad intelectual pueden tener dificultades para comunicar lo que quieren y necesitan a los demás para cuidar de sí mismos; tener una discapacidad intelectual puede hacer que aprendan y se desarrollen más lentamente que otros de su edad, que tarden más en aprender a hablar, caminar, vestirse y comer sin ayuda, así como tener problemas de aprendizaje en la escuela.

Las diferentes organizaciones mundiales han considerado en la práctica, la solución de dicha problemática, a partir de la Convención de la UNESCO relativa a la Lucha contra las Discriminaciones en la Esfera de la Enseñanza (1960), así como el Objetivo de Desarrollo Sostenible 4 y el Marco de Acción Educación 2030 que destacan que la inclusión y la equidad son las bases de una educación de calidad.

La Organización de las Naciones Unidas para la Educación, la Ciencia y la Cultura define la educación inclusiva como "(...) el proceso de identificar y responder a la diversidad de las necesidades de todos los estudiantes a través de la mayor participación en el aprendizaje, las culturas y las comunidades, y reduce la exclusión en la educación"(UNESCO, 2009, p.38). No hay duda de que la educación inclusiva es importante en la sociedad multicultural actual.

En esta misma línea de pensamiento, la UNESCO (2009) afirma que la integración educativa implica cambios y modificaciones en contenidos, enfoques, estructuras y estrategias, con una visión común que incluye a todos los niños de los grupos de edad apropiados, y que es responsabilidad del sistema educativo normal, que todos reciban educación.

En resumen, la definición más simple de educación inclusiva es que cada persona (niños, adolescentes, adultos) tiene diferentes características, intereses, habilidades y necesidades de aprendizaje, y los sistemas educativos deben diseñarse para tener en cuenta estas diversidades, características y necesidades.



De manera que, para Clavijo y Bautista (2020) resulta indispensable concebir una escuela diversa, que se ajuste a los requerimientos de los estudiantes, esté preparada para brindar una diversidad de opciones educativas, de métodos y procedimientos, se ajusten a sus posibilidades y potencialidades, y prepare y facilite su desarrollo.

En la segunda mitad del siglo XX, la educación en Ecuador se caracterizó por ponderar a la escuela pública, sin embargo, el modelo escolar era excluyente, solo se aceptaban niños llamados "normales" y aquellos con discapacidad no tenían acceso a este tipo de escuelas, como tampoco a políticas sociales y educativas diseñadas para transformar los currículos del sistema educativo. Con el tiempo, se realizaron cambios significativos en el sistema de educación, lo que marca la diferencia desde el punto de vista jurídico.

Este enfoque no solo es un derecho humano fundamental, sino que también es esencial para lograr una sociedad más justa y equitativa. La inclusión educativa implica un cambio en la cultura, la política y las prácticas de las instituciones educativas, con el fin de adaptarse a la diversidad de la población estudiantil y garantizar que cada uno tenga la oportunidad de aprender y prosperar.

En cuanto al marco legal de la educación inclusiva, los constantes cambios en materia jurídica en educación no han afectado actualmente, de forma significativa este tema:

La inclusión reconoce la diversidad de las personas, los pueblos y nacionalidades a las diferencias individuales y colectivas como una oportunidad para el enriquecimiento de la sociedad, a través de la activa participación e interacción en las dimensiones familiar, social, educativa, laboral, en general en todos los procesos sociales, culturales y en las comunidades. (Ley Orgánica Reformatoria a la Ley Orgánica de Educación Intercultural. Registro Oficial, 2021, p. 434)

La educación inclusiva en Ecuador tiene como objetivo desarrollar recursos humanos con sensibilidad democrática y fomentar un espíritu crítico y cooperativo. El aprendizaje es de naturaleza inclusiva, crítica e interdisciplinaria, por lo que los profesores se convierten en



un recurso importante, al apoyar y guiar a los estudiantes y considerar las motivaciones y necesidades de los mismos.

Los programas de actividades físicas en la escuela contribuyen a que los estudiantes con discapacidad intelectual desarrollen su cuerpo, crezcan y mejoren su salud.

La actividad física es un derecho de todo ser humano, repercute en el fortalecimiento de condiciones para el trabajo, en la transformación de la naturaleza, en la lucha y preservación de la paz, en el desarrollo físico-funcional del individuo y en la formación del carácter, cualidades éticas, morales y volitivas en lo individual y social (Valdés y Reyes, 2024).

Por otra parte, las clases de Educación Física (EF) ayudan a los estudiantes con discapacidad intelectual a obtener una sensación de seguridad y confianza, permite se non las actividades físicas no solo como espectador sino como participante, lo que despierta una sensación de logro al compartir con los demás.

La actividad física permite el desarrollo de una amplia gama de competencias y cualidades como la cooperación, la comunicación, el liderazgo, la disciplina, el trabajo de equipo, la concentración y la memoria (Rodríguez, et al., 2020). Uno de los subprocesos dentro de la inclusión de estudiantes con discapacidad intelectual en la clase de EF es la adaptación de actividades recreativas. Esta adaptación implica modificar las actividades recreativas planificadas para que sean accesibles y apropiadas para las necesidades y habilidades de los estudiantes con discapacidad intelectual.

Esto puede incluir la simplificación de las instrucciones, la reducción de la complejidad de las actividades, el uso de apoyos visuales o verbales, y la individualización de las metas y objetivos de aprendizaje.

Garantizar una educación inclusiva, equitativa y de calidad y promover oportunidades de aprendizajes, presupone de una concepción curricular y de la realización de adaptaciones curriculares que se ajusten, tanto a las necesidades como al nivel de funcionamiento intelectual del estudiantado. (Estévez, et al., 2022, p.527)



Fleites, Pérez y González (2023) indican:

(...) en estudios realizados, se han obtenido resultados sobre las respuestas de los estudiantes con discapacidad intelectual en las clases de Educación Física y es que estos estudiantes, debido a sus limitaciones funcionales se les obstaculizan realizar las actividades físicas y recreativas sistemáticamente. Esto provoca cierto revés en la mayoría de ellos y generalmente deciden no realizar estas actividades, lo que afecta su salud a largo plazo. Por lo que representa un reto para los profesores de Educación Física identificar sus necesidades, expectativas, intereses y potencialidades para motivarlos a participar en cada una de las actividades físicas y recreativas. (p. 59).

La adaptación de actividades es esencial para garantizar que todos los estudiantes, independientemente de sus habilidades o discapacidades, puedan participar y disfrutar de la EF de manera significativa, por lo que es necesario conocer las características de la discapacidad intelectual y los diferentes niveles de apoyo para cada estudiante.

La inclusión de estudiantes con discapacidad intelectual en las clases de EF revela varios desafíos; se observó que los docentes, a menudo excluyen a estos estudiantes, se les asignan actividades distintas a las del resto de la clase, los compañeros no mostraron interés en colaborar con ellos y los estudiantes con discapacidad intelectual pasaron la mayor parte del tiempo, inactivos.

Ante esta situación, se propuso como objetivo proponer un sistema de actividades recreativas inclusivas para estudiantes con discapacidad intelectual en la clase de EF, de Educación Básica Superior (EBS), en la Unidad Educativa "Adolfo María Astudillo", en Babahoyo, Ecuador. El impacto social de la propuesta radica en ofrecer, a través de un sistema de actividades recreativas, una mejora de la calidad de vida de los estudiantes con discapacidad intelectual, mediante el desarrollo de las habilidades motoras básicas, el equilibrio, la coordinación y el aprendizaje de técnicas de control del estrés, lo que contribuye a mejorar su bienestar emocional.



MATERIALES Y MÉTODOS

La investigación se clasificó como preexperimental, se implementó una intervención y se observaron sus efectos, sin un grupo de control ni asignación aleatoria, lo que permitió evaluar cambios en las variables antes y después de la intervención. Se adoptó un enfoque mixto, con métodos cuantitativos y cualitativos para obtener una comprensión más completa del fenómeno estudiado, lo que aumentó la validez y la profundidad de los hallazgos.

El alcance de la investigación fue descriptivo, se buscó detallar y caracterizar las condiciones actuales y las experiencias relacionadas con la inclusión de estudiantes con discapacidad intelectual en EF. Finalmente, se llevó a cabo como una investigación de campo, se recopilaron los datos directamente en el entorno educativo real, para obtener información contextualizada y relevante sobre la práctica y los desafíos de inclusión en el entorno escolar.

La investigación se llevó a cabo en el 9º año, paralelo C, del subnivel de EBS, con una matrícula de 39 estudiantes. La muestra estuvo compuesta por dos estudiantes con discapacidad intelectual y cuatro docentes de EF, seleccionados mediante muestreo intencional.

El desarrollo investigativo fue desde el mes de marzo del 2022 hasta diciembre del 2023. De los profesores seleccionados para esta investigación, tres son licenciados con 7, 9 y 4 años de experiencia en la asignatura EF respectivamente, y uno es máster con 15 años de experiencia; todos, con una vida laboral dedicada a impartir clases de EF en el subnivel de EBS. El criterio de selección de la muestra fue intencional por:

- Ser el área donde el investigador incide directamente, en el cumplimiento de su docencia al ejercer las funciones de profesor.
- Los profesores escogidos para la investigación trabajan directamente con el subnivel de EBS.
- Todos los grados del subnivel de EBS seleccionados reciben el mismo programa de EF.



Para el desarrollo de la investigación se emplearon como métodos teóricos:

- Análisis-síntesis, se utilizó para consultar fuentes bibliográficas con el fin de fundamentar teóricamente la educación inclusiva, la discapacidad intelectual y la importancia de la actividad física para personas con esta discapacidad.
- Sistémico estructural-funcional, permitió establecer las relaciones de interdependencia y concatenación entre los elementos de la investigación, especialmente para desarrollar un sistema de actividades recreativas inclusivas para mejorar las relaciones interpersonales dentro del grupo.
- Modelación, en el contexto de la investigación científica, este método facilitó la creación de un sistema de actividades recreativas inclusivas para estudiantes con discapacidad intelectual en la clase de EF, actuó como un reflejo mediatizado de la realidad objetiva para diseñar e implementar soluciones prácticas.

Entre los métodos empíricos se emplearon:

- Observación, se llevó a cabo a las clases de EF para evidenciar la participación de los estudiantes con discapacidad intelectual del 9º año paralelo C.
- Encuesta, se utilizó para recoger información individual de los docentes que impartieron la asignatura. Las preguntas se enfocaron en el proceso de enseñanza-aprendizaje de la EF para estudiantes con discapacidad intelectual, con el fin de mejorar su integración en las clases.
- Análisis de documentos, se revisaron las planificaciones de las clases de EF, la bitácora de evaluaciones y el expediente de los estudiantes con discapacidad intelectual. Este análisis permitió caracterizar sus necesidades educativas especiales (NEE).
- Consulta a especialista, se utilizó para buscar la consistencia interna que permitió una validación teórica del sistema de actividades recreativas inclusivas para estudiantes con discapacidad intelectual, en la clase de EF de la Unidad Educativa "Adolfo María Astudillo", ciudad de Babahoyo, Ecuador, con vistas a su elaboración definitiva e implementación en la práctica educativa. Esta consulta buscó garantizar la consistencia interna del sistema antes de su implementación en la práctica educativa.



Método matemático estadístico, a través de la estadística descriptiva se llevó a cabo un análisis cuantitativo de los datos recopilados, a través de los instrumentos de medición, se utilizaron técnicas de la estadística descriptiva. Este enfoque permitió obtener un panorama general de los resultados, se identificaron tendencias, patrones y valores centrales que caracterizaron a la muestra estudiada.

Técnicas e instrumentos de investigación:

- Observación directa, se realizaron visitas a las clases de EF, donde se tomó nota de la participación y las interacciones de los estudiantes con discapacidad intelectual. La observación se centró en aspectos como la inclusión en las actividades, la interacción con sus compañeros y el apoyo recibido de los docentes.
- Encuesta estructurada, se diseñó un cuestionario con preguntas específicas sobre el proceso de enseñanza-aprendizaje de la EF, para estudiantes con discapacidad intelectual. Las encuestas se realizaron de forma individual a los docentes.
- Revisión documental, se llevó a cabo una revisión de los documentos relacionados con las clases de EF, se incluyeron planificaciones, bitácoras de evaluación y expedientes de los estudiantes con discapacidad intelectual.

Cada técnica se implementó de manera sistemática para proporcionar una comprensión completa del fenómeno estudiado y para fundamentar adecuadamente las conclusiones y recomendaciones de la investigación. También fue necesario tener en cuenta las dimensiones e indicadores establecidos para el estudio (tabla 1).



Tabla 1. Dimensiones e Indicadores para valorar la participación e inclusión de los estudiantes con discapacidad intelectual

Variables operativas	Dimensiones	Indicadores	Criterios de evaluación		
			B	R	M
Participación	Destreza motriz	Participación de los estudiantes	10 puntos	6 puntos	3 o (-) puntos
		Aplicación de ajustes al proceso			
		Manifestación de la expresión corporal			
Inclusión	Organización perceptiva	Estructuración espacio-temporal			
		Interpretación mental de la información			

Nota: En el análisis estadístico de los resultados los datos fueron procesados por el software IBM SPSS Statistics, Versión 20.

RESULTADOS

Se realizaron cinco observaciones a las clases de EF con el objetivo de comprobar la inclusión de estudiantes con discapacidad intelectual y la aplicación de metodologías activas de enseñanza-aprendizaje de forma correcta, planificada y sistemática de la participación en el grupo. Se observaron dos clases a cada uno de los cuatro docentes (Figura 1).



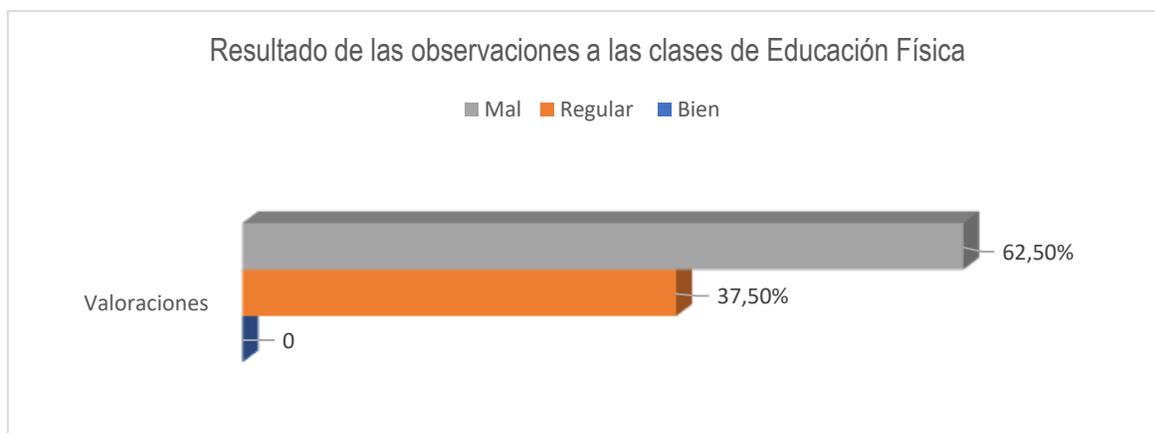


Figura 1. Resultados de las observaciones a los estudiantes durante las clases de Educación Física

Nota: La figura 1. Muestra que existen dificultades en la inclusión y participación de los estudiantes con discapacidad intelectual en las clases de EF presentadas por los cuatros docentes de la unidad educativa.

Los resultados obtenidos que se resumen en la figura 2 mostraron la necesidad significativa de mejorar la inclusión y la adaptación en las clases de EF para los estudiantes con discapacidad intelectual.

En el indicador uno, relacionado con el nivel de participación de los estudiantes con discapacidad intelectual, se constató que siete de las ocho observaciones (87,5 %) fueron evaluadas de mal y una observación (12,5 %) como regular; esto sugiere que, aunque los estudiantes asisten a las clases de EF, sus relaciones sociales con el grupo son deficientes y aisladas.

El indicador dos evaluó el nivel de aplicación de ajustes al proceso de enseñanza-aprendizaje en la clase de EF para estudiantes con discapacidad intelectual, mostró que en seis de las ocho observaciones (75 %) estuvo evaluada de mal y en dos observaciones (25 %) de regular, por lo en la mayoría de las clases observadas, los docentes no realizan los ajustes necesarios, lo que impidió que los estudiantes participaran activamente de acuerdo con sus capacidades.



El indicador tres abarcó el nivel de manifestación de la expresión corporal en la clase de EF para los estudiantes con discapacidad intelectual, se evaluaron seis de las observaciones (75 %) de mal y en dos de regular, ello reveló que tres de los docentes no trabajaron adecuadamente en el desarrollo de la expresión corporal, esencial para reconocer las partes del cuerpo, desarrollar la motricidad y fortalecer las relaciones sociales.

En el indicador cuatro se midieron el nivel de estructuración espacio-temporal, se encontraron evaluadas de mal cinco clases (62,5 %) y en tres (37,5 %) regular, sugiere que no se trabajó adecuadamente, para ayudar a los estudiantes a coordinar sus movimientos en términos de tonicidad, equilibrio, lateralidad y noción del cuerpo.

El indicador cinco, sobre el nivel de interpretación mental de la información mostró que siete de las ocho observaciones (87,5 %) se evaluaron de mal y una (12,5 %) regular, estos resultados revelaron limitaciones significativas en la integración de emociones, experiencias cognitivas y la interpretación de estímulos durante las clases de EF.

Los resultados obtenidos se resumen en la figura 2, y precisaron la necesidad significativa de mejorar la inclusión y la adaptación en las clases de EF para los estudiantes con discapacidad intelectual. De las 8 observaciones realizadas, en el indicador 1 relacionado con el nivel de participación de los estudiantes con discapacidad intelectual en la clase de, se constató el 87,5 % se evaluaron de mal y el 12,5 %, de regular, por lo que estos estudiantes demostraron deficientes relaciones sociales con el grupo y estuvieron aislados.

El indicador dos reguló el nivel de aplicación de ajustes al proceso de enseñanza-aprendizaje en la clase de EF para estudiantes con discapacidad intelectual que en un 75 % se evaluaron de mal y 25 %, de regular, ello demostró que los docentes no realizaron ajustes al proceso de enseñanza-aprendizaje lo que impidió que los estudiantes participaran activamente, de acuerdo a sus posibilidades.

El nivel de manifestación de la expresión corporal en la clase de EF, para los estudiantes con discapacidad intelectual constituyó el indicador tres, con un 75 %, de clases observadas evaluadas de mal y el 25 %, de un regular, por lo que tres de los docentes no trabajaron en



función del desarrollo de la expresión corporal en sus estudiantes, factor indispensable para reconocer las partes del cuerpo, desarrollar la motricidad y fortalecer las relaciones sociales.

En relación con el indicador cuatro, sobre el nivel de estructuración espacio-temporal, en cinco clases el 62,5 %, se manifestó de mal y el 37,5 %, de regular; los docentes no trabajaron en función de hacer corresponder los movimientos desde la tonicidad, del equilibrio, la lateralidad y la noción del cuerpo en los estudiantes con discapacidad intelectual.

En el indicador cinco, el nivel de interpretación mental de la información se evidenció en las clases observadas que el 87,5 % fue mal y 12,5 %, regular. Este resultado reveló que la práctica entre las emociones, las experiencias cognitivas, la interpretación final del estímulo y su percepción presentan limitaciones desde su tratamiento en las clases de EF.

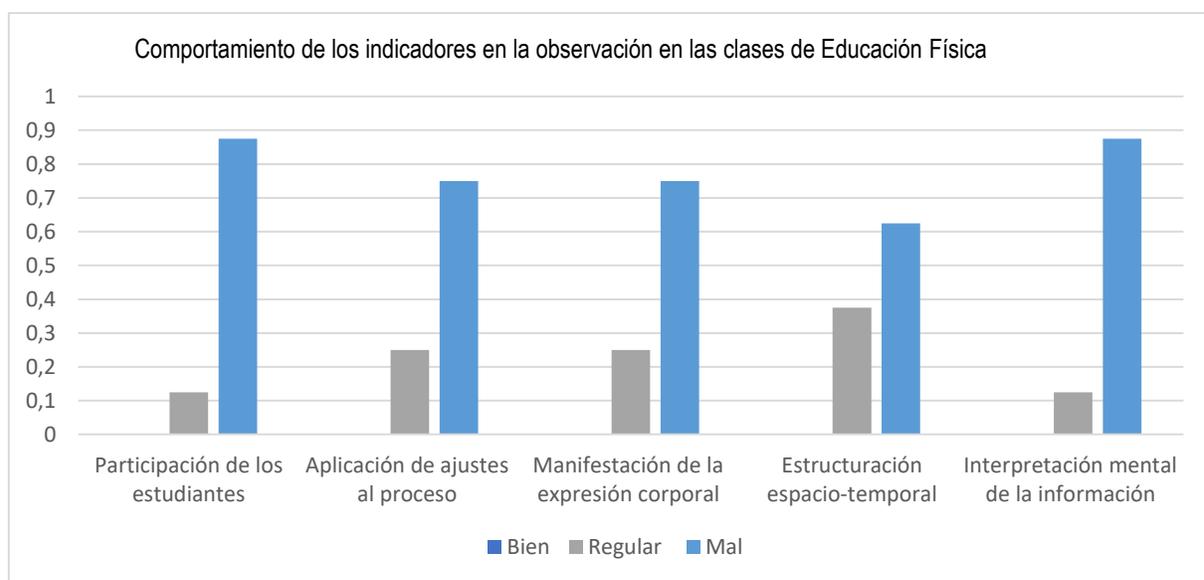


Figura 2 Comportamiento de los indicadores en las observaciones a las clases de educación Física

Se realizó una encuesta a cuatro docentes de EF, para evidenciar el conocimiento y aplicación sobre los procesos de inclusión a estudiantes con discapacidad intelectual, así como la implementación de metodologías activas de enseñanza-aprendizaje de acuerdo a los conocimientos adquiridos en su proceso de profesionalización del docente. Al consultarlos sobre el conocimiento acerca de las características físicas y cognitivas de estos



estudiantes, solo el 25 % afirmó estar informados sobre estas características y el resto no indicó conocimiento al respecto.

Este resultado reveló una falta generalizada de familiaridad entre los docentes con las dificultades específicas que enfrentan estos estudiantes, tales como problemas en la adaptación al entorno, reconocimiento de las partes del cuerpo, percepción temporal, déficits en la motricidad, y el establecimiento de relaciones sociales. La ausencia de este conocimiento puede dificultar la implementación de estrategias adecuadas para apoyar eficazmente a los estudiantes con discapacidad intelectual en el entorno educativo.

En cuanto al análisis de documentos, se analizaron las planificaciones exigidas por el distrito y las autoridades de la institución a los cuatro docentes, de ellos el 25 %, planificó cinco clases con adaptaciones para los estudiantes con discapacidad intelectual y los tres profesores restantes, el 75 %, no tuvo en cuenta en las clases este tipo de adaptaciones, ello evidenció la falta de exigencia con la planificación de adaptaciones de los contenidos de clases para estos estudiantes, y deficiencias en la bitácora de la evaluación diaria del desarrollo del proceso inclusivo.

Fue necesaria la revisión de los expedientes de los dos estudiantes con discapacidad intelectual con la intención de verificar los resultados de la evaluación y el progreso alcanzado en relación con las actividades físicas (Tabla 2).

En relación con el nivel de participación de estos estudiantes en la clase de EF, el 100 % de los docentes afirmaron que estuvieron aislados; al indagar sobre la frecuencia con la que se aplicaban ajustes metodológicos al proceso, se constató que el 25 % indicó que se aplicaron a veces, mientras que el 75 % afirmó que nunca se realizaron. La falta de implementación de coreografías sencillas, juegos variados y ejercicios para desarrollar habilidades motoras básicas evidenció problemas significativos en este aspecto.

En cuanto a la manifestación de la expresión corporal, el 75 % de los docentes señaló cierta rigidez en los movimientos, especialmente en las extremidades inferiores de los estudiantes con discapacidad intelectual. Asimismo, en la estructuración y orientación espacio-



temporal, el 100 % reportó dificultades en el desplazamiento por el espacio, con problemas específicos en el desarrollo motor.

Sobre el conocimiento de metodologías alternativas para la inclusión de estudiantes con discapacidad intelectual, el 75 % de los docentes consideró que estos métodos fueron insuficientes, mencionaron la escasa lectura y visualización de materiales especializados, lo que reflejó serios problemas en este indicador.

En el análisis de documentos, se revisaron las planificaciones exigidas por el distrito y las autoridades de la institución a los cuatro docentes. Se encontró que solo el 25 % planificó cinco clases con adaptaciones para los estudiantes con discapacidad intelectual, mientras que el 75 % no las incorporó, y no se encontraron evidencias de una bitácora de evaluación diaria del proceso inclusivo.

Finalmente, se revisaron los expedientes de los dos estudiantes con discapacidad intelectual para verificar los resultados de la evaluación y el progreso alcanzado en relación con las actividades físicas, lo que permitió evaluar la implementación y efectividad de las adaptaciones realizadas.

Tabla 2. Valoración cualitativa de los estudiantes con (DI)

Estudiante No. 1	Estudiante No. 2
Presenta dificultades con la ubicación en tiempo, espacio y persona, se le dificulta la definición de lateralidad y desconoce su esquema corporal, así como problemas con la coordinación de movimientos.	Presenta dificultad para mantener el equilibrio ya que su pisada es de extra rotación o abducción. Presenta inestabilidad corporal y manifiesta cierta dificultad de rigidez en miembros inferiores lo que impide bajar y subir gradas sin apoyo



Ambos estudiantes no definieron su lateralidad y les faltó desarrollar sus nociones espaciales. La información obtenida demandó una transformación necesaria, para potenciar el desarrollo de actividades recreativas para la inclusión donde los estudiantes con discapacidad intelectual y el logro de una mejor calidad de vida.

Mediante el desarrollo de las habilidades motoras básicas, el equilibrio y la coordinación e integración al grupo en las clases de EF aumentó su autoestima y una mejor adaptación al medio; por lo que se propuso un sistema de actividades recreativas inclusivas para estudiantes con discapacidad intelectual desde la clase de EF.

Al atender a la conceptualización ofrecida por Montejo (2017), se coincidió que un sistema está constituido por los objetivos, las funciones, los componentes, la estructura, las formas de implementación y las formas de evaluación. En consecuencia, la propuesta que se presentó, se estructuró en tres fases esenciales: etapa de diagnóstico y aclimatación, ejecución y evaluación de la actividad (Guachisaca y Valdés, 2024).

En la investigación, se asumieron los objetivos como punto de partida y premisa del sistema, los que determinaron las aspiraciones y expresaron las transformaciones a lograr. Se precisaron las necesidades de los estudiantes con discapacidad intelectual y las adecuaciones pertinentes, lo que implicó utilizar los materiales y recursos didácticos necesarios y adaptados, así como apoyos visuales, auditivos o táctiles según las necesidades. Además, evaluar el progreso de manera formativa y continua, utilizar criterios de evaluación flexibles, y las posibilidades individuales.

Para la presentación de las actividades recreativas fue necesario tener en cuenta los siguientes requisitos:

1. Definir los objetivos a tratar en cada actividad programada, sin perder de vista la inclusión como elemento predominante.
2. Programar actividad que respondieron a los gustos, necesidades y posibilidades de los participantes.
3. Diseñar las reglas básicas de la actividad, para su desarrollo.



4. Explicar y demostrar con claridad, detalle y brevedad.
5. Comprobar que lo explicado fue entendido.
6. Formar equipos para el desarrollo de las actividades previamente y dar responsabilidad a los que presentaron desventajas, en este caso a los estudiantes con discapacidad intelectual, para brindarles oportunidades de aprendizaje significativas y enriquecedoras.
7. Tener acceso a una educación inclusiva y equitativa, que el estudiante fuera valorado y aceptado en el ambiente escolar.
8. Poseer solo los medios necesarios para cada actividad.
9. Organizar correctamente el local donde se trabajó.

Es importante reconocer que la propuesta tuvo un carácter sistémico porque la concepción de las diferentes acciones condujo a la conformación de un nuevo estadio de desarrollo, en tanto, todas ellas se complementaron e interrelacionaron para permitir una nueva cualidad en el desempeño de los estudiantes con discapacidad intelectual. Esta característica llevó a la secuencia de acciones previstas, con una estructura y lógica, que necesariamente al cumplirse tuvo en cuenta los objetivos y contenidos, de manera que transitó de lo general a lo particular y de lo simple a lo complejo.

El objetivo del sistema: potenciar la inclusión de estudiantes con discapacidad intelectual en la clase de EF, de la EBS "Adolfo María Astudillo", ciudad de Babahoyo, Ecuador.

Entre las características del sistema destacó la flexibilidad ya que partió de las peculiaridades de cada estudiante, por lo que las actividades recreativas fueron variadas, según las necesidades individuales, se adoptó un enfoque pedagógico y se brindó apoyo individualizado para fomentar la participación, el aprendizaje y el desarrollo integral del estudiante con discapacidad intelectual en las clases de EF.

Tuvo carácter contextualizado, pues las actividades físicas se adaptaron para satisfacer las necesidades individuales de estos estudiantes, se modificaron reglas, se usaron equipos o técnicas especiales, y se implementaron estrategias de enseñanza diferenciadas; por lo que



los profesores de EF y otros profesionales del área recibieron capacitación especializada para poder adaptar las actividades de forma efectiva.

El sistema tuvo características proyectivas, en tanto se implementaron programas inclusivos que fomentaron la participación de todos los estudiantes en las actividades físicas, se creó un entorno inclusivo y seguro que promovió la colaboración y el respeto mutuo y se trabajó en conjunto para garantizar que todos los estudiantes participaran plenamente en las actividades físicas.

El sistema de actividades recreativas se desarrolló durante un semestre escolar, con sesiones semanales de 35 minutos. Las actividades se estructuran en ciclos de cuatro semanas, cada uno enfocado en un tipo específico de juego; se pretendió crear conciencia sobre la importancia de la inclusión en actividades físicas para los estudiantes con discapacidad intelectual mediante charlas, talleres y eventos que informaron a la comunidad escolar sobre los beneficios de la inclusión y brindaron pautas sobre cómo adaptar las actividades para satisfacer las necesidades de todos los estudiantes.

Entre las actividades propuestas estuvieron:

Semana 1-4: Ciclo 1: Juegos y deportes tradicionales

Adaptaciones: cuadrados más grandes y tiempo para cada turno, trompos con cuerdas más largas que proporcionaron asistencia física, se designaron áreas específicas de escondite.

Semana 5-8: Ciclo 2: Juegos de colaboración y cooperación

Adaptaciones: Adaptación de reglas, equipos mixtos según capacidades, apoyos y uso de bloques grandes y ligeros, con roles definidos para cada estudiante según sus habilidades.

Semana 9-12: Ciclo 3: Juegos de habilidades y destreza motoras básicas



Adaptaciones: Pelotas suaves y ligeras y adaptación de reglas, aros más grandes y actividades individuales, obstáculos adaptados con diferentes niveles de dificultad y apoyo físico donde fue necesario.

Semana 13-16: Ciclo 4: Juegos de equilibrio y coordinación

Adaptaciones: Uso de cuerdas bajas y apoyo lateral para los estudiantes, pelotas grandes y ligeras para actividades de equilibrio en pareja y variaciones de tiempo.

Semana 17-20: Ciclo 5: Juegos de marchas y carreras

Adaptaciones: Sacos adaptados con asas y apoyo para la entrada y salida del saco, uso de pistas cortas y ajustes en las reglas para asegurar la inclusión, ritmos variados y apoyo de compañeros para mantener el ritmo.

Semana 21-24: Ciclo 6: Creatividad del docente

Adaptaciones: Integración de elementos personalizados y adaptados, desarrollo de juegos en equipo, fomentar la creatividad y la participación activa, exploración y juegos en entornos naturales, con adaptaciones necesarias para accesibilidad.

Adaptaciones específicas:

- Apoyo visual y auditivo, desde el uso de imágenes y sonidos claros para explicar y guiar las actividades.
- Apoyo físico, con asistencia personalizada para estudiantes que necesitaron ayuda adicional.
- Flexibilidad en las reglas, con adaptaciones en los juegos para asegurar que todos los estudiantes participaron de manera significativa y segura.



Evaluación y ajustes:

- Observación continua de los docentes y registro de la participación y progreso de cada estudiante.
- Retroalimentación de los estudiantes, donde se recogieron opiniones y sugerencias, para ajustar las actividades según sus preferencias y necesidades.
- Reuniones mensuales de los docentes, para discutir los progresos y desafíos, y adaptar las actividades en función de las observaciones y la retroalimentación recibida.

La retroalimentación garantizó la evaluación formativa, generó nuevas necesidades y cualidades que modificaron el resultado del diagnóstico y se formuló un nuevo objetivo que ofreció continuidad y pertinencia al sistema de actividades propuesto (Figura. 3).

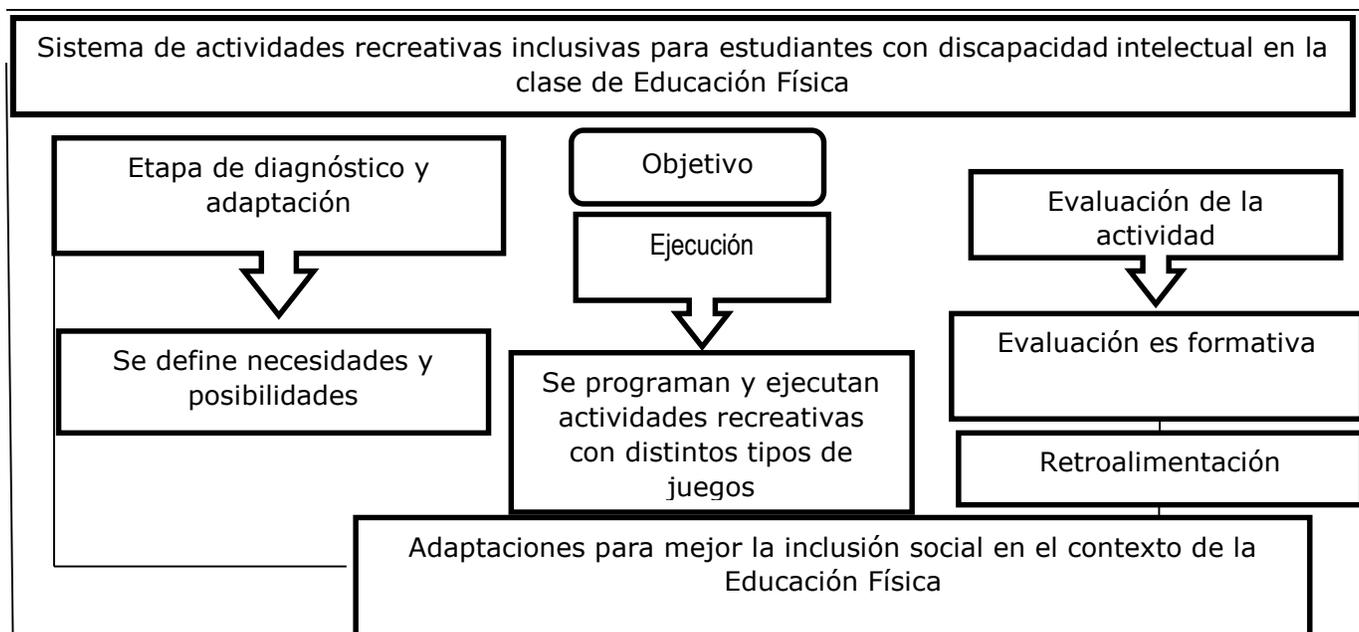


Figura 3. Representación gráfica del sistema de actividades recreativas inclusivas

Para la valoración teórica del sistema de actividades recreativas inclusivas para estudiantes con discapacidad intelectual en la clase de EF, se empleó el criterio de especialistas, con el que se obtuvo el consenso de opiniones informadas acerca de la propuesta con su estructura y funcionamiento.



Los especialistas fueron seleccionados, a partir de la disposición a participar en la valoración de la propuesta, la capacidad de análisis y la experiencia profesional de más de seis años, y tuvieron un coeficiente de conocimiento KC en un 0,90 y 1, con un coeficiente de argumentación valorado de alto, elementos que afirmaron su competencia. Se les aplicó una guía, con el objetivo de conocer sus opiniones sobre el sistema de actividades propuesto, valorado de muy adecuado por el 100 % de los especialistas.

No obstante, se emitieron apreciaciones que tributaron a su perfeccionamiento como brindar mayor atención al diagnóstico; tener en cuenta las exigencias sociales crecientes, respecto a la inclusión educativa; y quedar claras las nuevas cualidades generadas, para una correcta retroalimentación del sistema.

Tabla 3. Valoración de los especialistas

Aspecto Evaluado	Valoración Inicial	Comentarios Adicionales
Adecuación General del Sistema de Actividades	Muy Adecuado (100%)	- Brindar mayor atención al diagnóstico para asegurar que el sistema sea objetivo. - Considerar las exigencias sociales crecientes en relación con la inclusión educativa. - Especificar claramente las nuevas cualidades generadas para una correcta retroalimentación del sistema.

Estas reflexiones ayudaron significativamente, al mejoramiento del sistema en su versión definitiva. En la implementación de la propuesta se utilizó la experiencia pedagógica dirigida por los investigadores, y se aplicó a doce clases de EF, lo que demostró ser una orientación efectiva para fomentar la inclusión educativa de estos estudiantes. Al centrarse en el bloque curricular de prácticas lúdicas, se logró crear un ambiente motivador y participativo, donde tanto estos estudiantes como sus compañeros se involucraron activamente en las actividades.



Los resultados obtenidos a través de las entrevistas a los 39 estudiantes de 9º año, paralelo C fueron positivos, la totalidad de los encuestados expresó que las actividades recreativas fueron divertidas y contribuyeron a un ambiente agradable en el aula, se destacó que estas actividades no solo fomentaron la inclusión, sino que también mejoraron el comportamiento y el respeto entre ellos.

Se resaltó la flexibilidad de la propuesta que permitió su aplicación en diferentes bloques curriculares, lo que la convirtió en una herramienta valiosa para facilitar su inclusión en diversos contextos educativos. La empatía y el bienestar emocional de los estudiantes participantes fueron aspectos clave que reforzaron la efectividad de este enfoque inclusivo. En resumen, las actividades recreativas no solo enriquecieron la experiencia educativa, sino que promovieron un sentido de comunidad y respeto entre todos.

DISCUSIÓN

La investigación realizada muestra resultados sobre las respuestas de los estudiantes con discapacidad intelectual en las clases de EF que presentan limitaciones funcionales que les impiden realizar actividades físicas y recreativas de manera estructurada.

Se concuerda con Fleites et al. (2023) al considerar que los estudiantes, debido a sus limitaciones funcionales, suelen optar por no realizar estas actividades, lo que en un futuro puede afectar su salud; por tanto, supone un reto para los profesores de EF identificar sus necesidades, expectativas, intereses y posibilidades con el fin de motivarlos a participar en actividades deportivas y de recreación de forma individual.

La actividad física que se desarrolla en las clases de EF son un espacio ideal para promover buenas prácticas que conduzcan a mejorar la salud física y emocional, entre otros beneficios, como lo resaltan Rodríguez et al. (2020). Su práctica sistemática tiene un efecto positivo en la adaptación de los estudiantes al medio, promueve el desarrollo de valores, previene la aparición de comorbilidades o compensa limitaciones existentes por diversas discapacidades y mejora la calidad de vida de los estudiantes con discapacidad intelectual.



El sistema de actividades recreativas inclusivas ofrece una solución a la problemática planteada, no solo al diseñar acciones en función de lograr el objetivo propuesto, sino al contribuir a la participación de los estudiantes con discapacidad intelectual de EBS. En tal sentido, se concuerda con Duque (2020) al plantear que hay que tomar en cuenta que el material con el que se trabaje debe estar acorde a las actividades a realizar, y muchas es lo más sencillo a utilizar y se encuentra en el entorno, todo esto depende del propósito con el que se trabaja, para ello se analiza el medio, la edad, las capacidades, el medio, entre otras.

Ello permite el desarrollo de habilidades y destrezas en el aspecto físico y cognitivo, lo importante es la adecuada utilización de los materiales que se elija para las actividades. Cabe recalcar, que las actividades recreativas pueden adaptarse para satisfacer las necesidades individuales de los estudiantes con discapacidad intelectual, Colorado et al.(2021) consideran que las adaptaciones curriculares brindan igualdad de oportunidades para todos los estudiantes en su proceso educativo y ofrecen respuesta a las NEE que presentan.

Esto implica la modificación de reglas, el uso de equipos o técnicas especiales, y la implementación de estrategias de enseñanza diferenciadas. Los profesores de EF y otros profesionales del área pueden recibir capacitación especializada para poder adaptar las actividades de forma efectiva y crear un entorno inclusivo y seguro donde se promueva la colaboración y el respeto mutuo.

Acosta y Landero (2023) consideran que se debe ir en progreso con políticas de inclusión para los estudiantes que logren tener una educación y desarrollen habilidades para la vida, en igualdad de condiciones en sociedad, mediante el fortalecimiento de los procesos escolares inclusivos. Al hacer uso de estos recursos, los profesores de EF y otros miembros del personal escolar pueden trabajar en conjunto para garantizar la inclusión y la participación plena en las actividades recreativas.

CONCLUSIONES

La educación inclusiva, especialmente en el ámbito de la EF tuvo un papel crucial en el desarrollo de la seguridad y confianza de los estudiantes con discapacidad intelectual. A



pesar de las carencias identificadas en la implementación de estas clases, la propuesta de un sistema de actividades recreativas inclusivas se presentó como una solución viable.

El sistema de actividades recreativas inclusivas estuvo diseñado para abordar las necesidades recreativas de estos estudiantes, con una estructura lógica que favoreció un aprendizaje progresivo, desde actividades simples hasta más complejas.

La validación por parte de especialistas respaldó la factibilidad de la propuesta, lo que sugirió que si se implementa adecuadamente, puede mejorar significativamente la experiencia educativa de los estudiantes con discapacidad intelectual en el contexto de la actividad física.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

Acosta, L. B. B., & Landero, E. C. (2023). Educación inclusiva para un entorno de paz. *Eirene Estudios de Paz y Conflictos*, 6(10), Article 10.
<https://n2t.net/ark:/48568/eirene.v6.n10.201>

Andreucci Annunziata, P., & Morales Cabello, C. (2019). Discapacidad Intelectual en Primera Infancia: La Perspectiva de los/as Hermanos/as de Niños/as con Síndrome de Down. *Revista latinoamericana de educación inclusiva*, 13(2), 191-208.
<https://doi.org/10.4067/S0718-73782019000200191>

Cáceres Rodríguez, C. (2021). Sobre el concepto de discapacidad. Una revisión de las propuestas de la OMS. *Auditio*, 2(3).
<https://doi.org/10.51445/sja.auditio.vol2.2004.0030>

Clavijo Castillo, R. G., & Bautista-Cerro, M. J. (2020). *La educación inclusiva. Análisis y reflexiones en la educación superior ecuatoriana*.
<https://www.redalyc.org/journal/4677/467761669009/html/>

Colorado Espinoza, M. E., Mendoza Moreira, F. S., Colorado Espinoza, M. E., & Mendoza Moreira, F. S. (2021). El material didáctico de apoyo en adaptaciones curriculares de



- matemáticas para personas con discapacidad intelectual. *Conrado*, 17(80), 312-320.
http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_abstract&pid=S199086442021000300312&lng=es&nrm=iso&tlng=es -
- Duque, M. F. R. (2020). La importancia del material, los recursos y estímulos aplicados como juego en la actividad física. *Revista EDUCARE - UPEL-IPB - Segunda Nueva Etapa 2.0*, 24(3), Article 3. <https://doi.org/10.46498/reduipb.v24i3.1409>
- Estévez Arias, Y., Sánchez Valdé, X., & LLivina Lavigne, M. J. (2022). Las adaptaciones curriculares: Un recurso en la educación de las nuevas generaciones. *Revista Universidad y Sociedad*, 14(1), 527-537.
- Fleites, J. C. G., González, D. M. P., & Anoceto, A. O. R. (2023). Análisis de la competencia del profesor de Educación Física para la inclusión de escolares con discapacidad. *PODIUM - Revista de Ciencia y Tecnología en la Cultura Física*, 18(3), Article 3. <https://podium.upr.edu.cu/index.php/podium/article/view/1527>
- Guachisaca, J. L. V., & Valdés, G. R. R. (2024). Juegos recreativos para la inclusión de estudiantes con discapacidad física, en las clases de Educación Física. *PODIUM - Revista de Ciencia y Tecnología en la Cultura Física*, 19(1), Article 1. <https://podium.upr.edu.cu/index.php/podium/article/view/1583>
- Montejo Lorenzo, M. N. (2017). La investigación pedagógica. Otra mirada (revisión del libro escrito por Alberto D. Valle Lima). *Transformación*, 13(3), 442-444.
- Rodríguez Torres, Á. F., Rodríguez Alvear, J. C., Guerrero Gallardo, H. I., Arias Moreno, E. R., Paredes Alvear, A. E., Chávez Vaca, V. A., Rodríguez Torres, Á. F., Rodríguez Alvear, J. C., Guerrero Gallardo, H. I., Arias Moreno, E. R., Paredes Alvear, A. E., & Chávez Vaca, V. A. (2020). Beneficios de la actividad física para niños y adolescentes en el contexto escolar. *Revista Cubana de Medicina General Integral*, 36(2). http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_abstract&pid=S086421252020000200010&lng=es&nrm=iso&tlng=es -



Rojas Avilés, H., Sandoval Guerrero, L., & Borja Ramos, O. (2020). Percepciones a una educación inclusiva en el Ecuador. *Revista Cátedra*, 3(1), 75-93.
<https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=9101163>

UNESCO. (2009). *Directrices sobre políticas de inclusión en la educación*. 38.

Valdés, I. V., & Reyes, O. G. (2024). Actividad física en relación con las habilidades de interacción social en los educandos con discapacidad intelectual. *Mendive. Revista de Educación*, 22(1), Article 1.
<https://mendive.upr.edu.cu/index.php/MendiveUPR/article/view/3404>

Conflictos de intereses:

Los autores declaran no tener conflictos de intereses.

Contribución de los autores:

Los autores han participado en la redacción del trabajo y análisis de los documentos.



Esta obra está bajo una licencia de Creative Commons Reconocimiento-NoComercial 4.0 Internacional.

