

**EJERCICIOS ADAPTADOS, PARA LA INCLUSIÓN DE ESTUDIANTES CON
DISCAPACIDAD INTELECTUAL EN CLASE DE EDUCACIÓN FÍSICA
ADAPTED EXERCISES FOR THE INCLUSION OF STUDENTS WITH INTELLECTUAL
DISABILITIES IN PHYSICAL EDUCATION CLASS**

Autores: ¹Carlos Alberto Alvear Trujillo, ²Edson Santiago Villafuerte Leyton, ³Daniel Josué Kirby Gómez y ⁴Giceya de la Caridad Maqueira Caraballo.

¹ORCID ID: <https://orcid.org/0009.0006-1865-1508>

²ORCID ID: <https://orcid.org/0009-0008-1263-2757>

³ORCID ID: <https://orcid.org/0009-0004-1979-5314>

⁴ORCID ID: <https://orcid.org/0000-0001-6282-3027>

¹E-mail de contacto: caalveart@ube.edu.ec

²E-mail de contacto: esvillafuertel@ube.edu.ec

³E-mail de contacto: djkirbyg_a@ube.edu.ec

⁴E-mail de contacto: gdmaqueirac@ube.edu.ec

Afiliación: ^{1*2*3*4*}Universidad Bolivariana del Ecuador, (Ecuador).

Artículo recibido: 2 de Septiembre del 2026.

Artículo revisado: 5 de Septiembre del 2026.

Artículo aprobado: 5 de Septiembre del 2026.

¹Licenciado en Ciencias de la Educación mención Educación Física, graduado de la Universidad Central del Ecuador, (Ecuador).

²Licenciado en Ciencias de la Educación mención Mercadotecnia y Publicidad, graduado de la Universidad de Guayaquil, (Ecuador).

³Licenciado en Cultura Física, graduado de la Universidad de Guayaquil, (Ecuador). Magíster en Pedagogía de la Cultura Física, con Mención en Educación Física Inclusiva, graduado de la Universidad Bolivariana del Ecuador, (Ecuador).

⁴Licenciada en Educación, con especialidad en Defectología – Oligofrenopedagogía, graduada del Instituto Superior Pedagógico “Enrique José Varona”, La Habana, (Cuba). Magister en Pedagogía de la Cultura Física, con mención en Educación Física Inclusiva, graduada de la Universidad Bolivariana de Ecuador, (Ecuador). Doctora en el programa de Innovaciones Científicas y Didácticas en Educación Física Escolar, graduada de la Universidad de Granada, (España).

Resumen

La inclusión de estudiantes con discapacidad intelectual constituye un desafío para consolidar una Educación Física equitativa y participativa. La presente investigación tuvo como objetivo diseñar un sistema de ejercicios adaptados para favorecer la inclusión, la participación activa y el desarrollo de las habilidades motrices de estudiantes con discapacidad intelectual durante las clases de Educación Física. Se adoptó un enfoque cualitativo con diseño de investigación-acción, alcance exploratorio-descriptivo y muestreo no probabilístico por conveniencia, integrado por 15 estudiantes de Educación General Básica Superior. La información se obtuvo mediante entrevistas semiestructuradas y fichas de observación, y fue analizada con ATLAS.ti versión 23. Los resultados evidenciaron que los ejercicios adaptados favorecieron la participación, la autonomía, la autoestima, la interacción social y el desarrollo motriz, mediante estrategias metodológicas inclusivas ajustadas a las necesidades del alumnado. En respuesta a estos

hallazgos, se diseñó un sistema de ejercicios adaptados cuya aplicación contribuye a reducir las barreras para el aprendizaje y fortalecer la inclusión educativa.

Palabras clave: Ejercicios adaptados, Inclusión, Discapacidad intelectual, Estudiantes, Educación física.

Abstract

The inclusion of students with intellectual disabilities poses a challenge to the development of an equitable and participatory physical education program. The objective of this study was to design a system of adapted exercises to promote inclusion, active participation, and the development of motor skills among students with intellectual disabilities during physical education classes. A qualitative approach was adopted, featuring an action-research design, an exploratory-descriptive scope, and non-probabilistic convenience sampling, involving 15 students in upper-level general basic education. Data were collected through semi-structured interviews and observation forms and analyzed using

ATLAS.ti version 23. The results showed that adapted exercises promoted participation, autonomy, self-esteem, social interaction, and motor development through inclusive methodological strategies tailored to the students' needs. In response to these findings, a system of adapted exercises was designed, the implementation of which helps reduce barriers to learning and strengthen educational inclusion.

Keywords: Adapted exercises, Inclusion, Intellectual disability, Students, Physical education.

Sumário

The inclusion of students with intellectual disabilities constitutes a challenge to consolidate equitable and participatory Physical Education. This investigation aims to design a system of adapted exercises to promote inclusion, active participation and development of the motor skills of students with intellectual disabilities during Physical Education classes. A qualitative approach was adopted with a research-action design, exploratory-descriptive and non-probabilistic research for convenience, integrated by 15 students from Higher Basic General Education. The information is obtained through semi-structured interviews and observation sheets, and was analyzed with ATLAS.ti version 23. The results show that adapted exercises favor participation, autonomy, self-esteem, social interaction and driving development, through inclusive methodological strategies adjusted to the needs of the student. In response to these challenges, a system of adapted exercises was designed whose application contributes to reducing barriers to learning and strengthening educational inclusion.

Palavras-chave: Exercícios adaptados, Inclusão, Deficiência intelectual, Alunos, Educação física.

Introducción

La discapacidad intelectual (DI) constituye un trastorno del neurodesarrollo caracterizado por limitaciones significativas en el funcionamiento

intelectual y la conducta adaptativa, las cuales afectan procesos como la comunicación, el aprendizaje, la autonomía y la interacción social (Brian, 2024; Cuesta et al., 2019). En el contexto de la Educación Física (EF), estas limitaciones suelen manifestarse mediante dificultades en la coordinación motriz, la comprensión de consignas y la participación en actividades grupales, incrementando el riesgo de exclusión social y reduciendo las oportunidades de interacción con sus pares. No obstante, la implementación de ejercicios adaptados favorece la participación y contribuye al desarrollo motor, social y emocional de los estudiantes, consolidándose como una estrategia pedagógica eficaz para fortalecer los procesos de inclusión educativa (Ródenas, 2020; Borga, 2018).

La Organización Mundial de la Salud [OMS] (2024) indica que aproximadamente 1 de cada 100 niños presenta DI, lo que representa cerca del 4% de la población total en todo el mundo. También, la Organización Panamericana de la Salud [OPS] (2023) señala que cada 8.000 millones de personas con el 16% a nivel mundial son diagnosticados con este tipo de discapacidad. En la misma línea, dentro de América Latina y el Caribe, aunque la frecuencia varía según el país y las condiciones sociales y económicas se cree que afecta a 1 de cada 50 a 100 individuos. Esto implica que el número de niños diagnosticados aumenta cada vez más (Duryea et al., 2023).

En Ecuador, según datos del Consejo Nacional para la Igualdad de Discapacidades [CONADIS] (2025) indican que existen 66 mil personas con DI, lo cual representa el 44% de toda la población en el país. Esta realidad muestra que es necesario consolidar las prácticas educativas en las escuelas y brindar una educación de calidad en condiciones

iguales para todos. El Ministerio de Salud Pública del Ecuador [MSP] (2022) indica que existen diferentes tipos de DI, como Leve (85%), Moderada (10%), Grave (3-4%) y Profunda (1-2%), esta clasificación suele basarse en todas las discapacidades en relación con los estándares internacionales emitidos por la OMS y está determinada por el porcentaje de presencia de la misma discapacidad. Es importante señalar que sus características caracterizan las dificultades que presentan los individuos para realizar las actividades diarias y el autocuidado.

A partir de la problemática identificada y de las limitaciones evidenciadas en los procesos de inclusión durante las clases de EF, la investigación planteó la siguiente pregunta científica: ¿Cómo se incluye a un estudiante con discapacidad intelectual en la clase de Educación Física? En la actualidad la actividad física en el entorno escolar no solo favorece la salud, sino que también resulta fundamental para el desarrollo cerebral de los de los individuos, especialmente de aquellos con DI. Asimismo, los diferentes ejercicios adaptados (EA), motrices y recreativos ayudan a mejorar las capacidades cognitivas, emocionales y sociales dentro de clases. Estas actividades fomentan la inclusión y el desarrollo integral de todos los alumnos (Simaleza et al., 2024).

La Educación Física inclusiva (EFI) constituye un componente esencial para favorecer el desarrollo integral de los estudiantes con DI, al promover experiencias motrices que fortalecen la coordinación, la autonomía, la interacción social y el bienestar socioemocional dentro de entornos educativos equitativos (Farias, 2021). En este contexto, los ejercicios adaptados representan una estrategia pedagógica que facilita la participación, el aprendizaje cooperativo y la eliminación de barreras para la

inclusión, contribuyendo al fortalecimiento de las habilidades motrices, la autoestima, la confianza y las relaciones interpersonales. Asimismo, su implementación incrementa la motivación hacia la práctica de actividad física, mejora la concentración y el control corporal, y favorece el desarrollo cognitivo y emocional de los estudiantes, consolidándose como un recurso metodológico de elevada pertinencia para los procesos de inclusión educativa (Salazar et al., 2025; Briones, 2024). La presente investigación tuvo como objetivo diseñar un sistema de ejercicios adaptados para favorecer la inclusión, la participación activa y el desarrollo de las habilidades motrices de estudiantes con discapacidad intelectual durante las clases de Educación Física.

Materiales y Métodos

Para el desarrollo del presente estudio se empleó un enfoque cualitativo, sustentada en un diseño de investigación-acción, de corte transversal, con alcance exploratorio-descriptivo. El alcance es exploratorio-descriptivo, permitiendo efectuar el análisis e interpretación de la información teórico sobre el tema y modelar la propuesta. EL proceso investigativo, que combinó un riguroso análisis documental, y de campo. La primera dimensión comprende la revisión estructurada de literatura especializada, marcos normativos y protocolos de inclusión.

La segunda dimensión integra la intervención contextual mediante la observación de participantes a través de diario de campo, complementadas por entrevista semiestructuradas a los diversos actores del proceso educativo facilitaron la recolección datos. La investigación se conformó con una población de 150 estudiantes de octavo año de Educación Básica Superior, pertenecientes a una Unidad Educativa Fiscal de la ciudad de

Quito, Ecuador. Mediante un muestreo no probabilístico por conveniencia, alineado con los objetivos del estudio y la accesibilidad de los participantes, se seleccionó una muestra de 15 alumnos voluntarios. Dentro de esta, el estudiante con diagnóstico de DI, avalado por el MSP, se constituyó como la unidad de análisis, en coherencia con el diseño de investigación-acción, que centra el proceso reflexivo e interventivo en un caso singular. El grupo restante operó como entorno natural de interacción, indispensable para valorar la inclusión, la participación y el desarrollo motriz en condiciones reales de aula. A continuación, se presenta información sobre el diagnóstico del estudiante con DI:

Tabla 1 Diagnóstico del estudiante con DI.

Parámetro	Descripción
Género	Masculino
Edad	11
Diagnostico Principal	DI
Nivel de discapacidad	35%
Diagnostico secundario	Rinitis alérgica
Orientaciones para la clase de EF	Ejercicios de bajo impacto. Brindar mayor tiempo de recuperación entre cada actividad
Recomendaciones Médicas	Tener siempre a la mano el inhalador (ventilen, airplain)

Fuente: Elaboración propia.

La investigación se desarrolló conforme a los principios éticos establecidos en la Declaración de Helsinki (Asociación Médica Mundial, 2024). y a las normativas vigentes para investigaciones con seres humanos. Se obtuvo el consentimiento informado de los representantes legales de todos los participantes, con énfasis en el estudiante en neurodivergente.

La intervención contó con la participación voluntaria de actores educativos, docente de EF, Psicólogo Educativo del Departamento de Consejería Estudiantil (DECE), quienes fueron informados sobre los objetivos, procedimientos

y alcance del estudio. El bloque curricular "Prácticas corporales expresivo-comunicativas y prácticas deportivas", que corresponde al octavo año de Educación Básica Superior, fue elegido para llevar a cabo esta investigación. Este bloque curricular posibilita robustecer, a través de actividades físicas inclusivas y adaptadas, la intervención activa, la interacción social, el trabajo en colaboración y el progreso motriz de los alumnos con DI.

Se aplicaron entrevistas semiestructuradas al docente de EF y al representante legal del estudiante con DI, la guía de preguntas se presenta en la Tabla 2 y Tabla 3, utilizando una guía de preguntas abiertas organizada por categorías de análisis. Este instrumento permitió explorar las percepciones sobre el proceso de inclusión, las adaptaciones curriculares implementadas, la participación en las clases de EF y la contribución de los ejercicios ancestrales al desarrollo motriz, social y socioemocional del estudiante.

Tabla 2. Guía de pregunta para la entrevista al docente de EF.

Código	Preguntas semiestructuradas	Tipo
DEF-01	¿Cómo describe la participación del estudiante con DI durante las actividades desarrolladas en la clase de EF?	PA
DEF-02	Desde su experiencia docente, ¿cuáles considera que son las principales dificultades que limitan la inclusión efectiva del DI intelectual en las actividades físicas y recreativas?	PA
DEF-03	¿Qué adaptaciones metodológicas, recursos o estrategias utiliza para favorecer la participación activa del estudiante con DI dentro de la clase?	PA
DEF-04	¿Cómo percibe la relación e interacción del estudiante con DI con sus compañeros durante las actividades individuales y grupales?	PA
DEF-05	¿Qué acciones, recursos o apoyos considera necesarios para fortalecer los procesos de inclusión del estudiante con DI en las clases de EF?	PA

Fuente: Elaboración propia.

Se diseñó una ficha de observación estructurada para registrar sistemáticamente indicadores relacionados con la participación, la interacción social, la ejecución motriz, los patrones

conductuales y la efectividad de las estrategias didácticas implementadas durante las actividades de EF. El diario de campo se utilizó como instrumento de registro cualitativo para documentar de manera sistemática las

incidencias pedagógicas, las respuestas conductuales, la evolución motriz, las interacciones sociales y los aspectos contextuales observados durante el desarrollo de la intervención

Tabla 3. *Guía de preguntas, para la entrevista al representante legal del estudiante con DI.*

Código	Preguntas semiestructuradas	Tipo
RL-01	¿Cómo describe la participación de su representado en las actividades escolares y recreativas que realiza dentro y fuera de la institución educativa?	PA
RL-02	Desde su experiencia, ¿Cómo valora el proceso de inclusión que recibe su representado en las diferentes actividades desarrolladas en la escuela, particularmente en la clase de EF?	PA
RL-03	¿Qué cambios ha observado en la relación de su representado con compañeros, docentes u otras personas de su entorno durante los últimos meses?	PA
RL-04	¿Qué efectos considera que tienen las actividades físicas y recreativas sobre el bienestar, comportamiento, autonomía o desarrollo integral de su representado?	PA
RL-05	¿Qué recomendaciones o apoyos considera necesarios para mejorar la participación e inclusión de su representado en las clases de EF?	PA
Nota: RL=Representante Legal, EF=Educación Física, DI=Discapacidad Intelectual, DECE=Departamento de Consejería Estudiantil, PA=Pregunta Abierta.		

Fuente: Elaboración propia.

La valoración de las dimensiones psicoeducativas estuvo a cargo del profesional del Departamento de Consejería Estudiantil (DECE), quien administró la Escala KidsLife, el *Child and Youth Resilience Measure* (CYRM-32) y el *Behavioral Regulation in Exercise Questionnaire – Version 3* (BREQ-3), de acuerdo con los protocolos técnicos establecidos para cada instrumento. Los resultados obtenidos fueron sistematizados por el profesional responsable y posteriormente proporcionados al equipo investigador para su incorporación al proceso de análisis, garantizando en todo momento la confidencialidad de la información, el manejo responsable de los datos y el cumplimiento de los principios éticos de la investigación.

El análisis de la información se sustentó en un proceso de triangulación metodológica basado en los planteamientos de Denzin (1970). Para ello, se integraron las evidencias procedentes de las entrevistas semiestructuradas, las fichas de observación, el diario de campo y los resultados de las evaluaciones psicométricas proporcionados por el profesional del DECE. La información obtenida fue procesada

mediante el software ATLAS.ti versión 23, utilizando procedimientos de codificación abierta, axial y selectiva. Este proceso permitió contrastar las distintas fuentes de información, identificar categorías y relaciones emergentes y fortalecer la consistencia interpretativa de los hallazgos relacionados con la inclusión del estudiante con discapacidad intelectual (DI) en las clases de Educación Física (EF).

El esquema metodológico se fundamentó, además, en los principios del Diseño Universal para el Aprendizaje (DUA), enfoque que promueve la diversificación de la enseñanza mediante múltiples formas de implicación, representación y acción-expresión, en correspondencia con las características, necesidades y potencialidades del estudiante con DI. La incorporación del DUA permitió flexibilizar la planificación didáctica, adaptar los recursos pedagógicos y diversificar las formas de participación y evaluación, contribuyendo a la reducción de las barreras para el aprendizaje y favoreciendo una participación equitativa en las clases de EF. De esta manera, se fortaleció la accesibilidad curricular y se consolidó un proceso de

enseñanza centrado en las capacidades del estudiante y coherente con los principios de la educación inclusiva (CAST, 2024; Arnaiz et al., 2024; Maqueira et al., 2023). En correspondencia con el diseño de investigación-acción, el estudio inició con una evaluación diagnóstica orientada a caracterizar las necesidades educativas, motrices y socioemocionales del estudiante con DI, así como las barreras presentes en su contexto de aprendizaje.

Para este propósito, se aplicaron entrevistas semiestructuradas al docente de EF y al representante legal, complementadas mediante observación estructurada y registros sistemáticos en el diario de campo. Paralelamente, el psicólogo educativo del DECE administró la Escala KidsLife, el CYRM-32 y el BREQ-3. La integración de estas fuentes permitió establecer una línea base para identificar las necesidades prioritarias y orientar posteriormente el diseño de una intervención pedagógica contextualizada (Hernández y Mendoza, 2023; Arias, 2021).

La convergencia de las distintas fuentes fue sometida a triangulación metodológica, procedimiento que permitió contrastar las percepciones de los actores educativos con las evidencias observacionales y los resultados psicométricos. Este procedimiento contribuyó a fortalecer la validez y la consistencia interpretativa de los hallazgos, evitando que el diseño de la intervención se fundamentara únicamente en apreciaciones subjetivas o supuestos previos (Denzin, 1970). En consecuencia, la información diagnóstica permitió no solo describir las condiciones existentes en el contexto educativo, sino también proporcionar el sustento empírico necesario para establecer las acciones de intervención de acuerdo con las necesidades

verificadas del estudiante (Maqueira et al., 2023). A partir de los resultados del diagnóstico se identificó la necesidad de diseñar un sistema de ejercicios adaptados que respondiera de manera progresiva a las características funcionales, motrices y socioemocionales del estudiante con DI. En el marco del ciclo de investigación-acción, esta propuesta correspondió a la fase de acción y se configuró como una alternativa pedagógica orientada a fortalecer la inclusión, la participación activa, la interacción social y el desarrollo de habilidades motrices mediante estrategias didácticas ajustadas a la diversidad del alumnado y sustentadas en los principios de la educación inclusiva y el DUA (Block et al., 2021; CAST, 2024; UNESCO, 2020).

La propuesta denominada “Participar, Aprender y Crecer” constituye una respuesta pedagógica a las necesidades identificadas durante la evaluación diagnóstica inicial. Su diseño incorpora estrategias metodológicas destinadas a favorecer la participación del estudiante con DI, incrementar la accesibilidad curricular y generar experiencias de aprendizaje motriz significativas. Concebida como la fase de acción dentro del proceso de investigación-acción, la intervención pretende reducir las barreras para el aprendizaje y la participación, fortalecer las competencias motrices y socioemocionales y promover un entorno educativo más equitativo mediante prácticas pedagógicas adaptadas a las características del estudiante.

La propuesta integra fundamentos didácticos, curriculares e inclusivos dirigidos a generar experiencias motrices funcionales, progresivas y socialmente significativas. En este sentido, no se limita a la adaptación aislada de actividades físicas, sino que organiza un sistema estructurado de ejercicios en el que se

consideran los ritmos de aprendizaje, las necesidades de apoyo, las posibilidades de interacción con los pares y las formas de participación del estudiante. Con ello, se busca contribuir al fortalecimiento de la Educación Física Inclusiva y generar una experiencia metodológica susceptible de ser adaptada a otros contextos educativos que presenten características semejantes (Ainscow, 2020; UNESCO, 2020; Sherrill, 2004; Block et al., 2021).

El objetivo general de la propuesta consiste en favorecer la inclusión del estudiante con discapacidad intelectual en las clases de Educación Física mediante la aplicación del sistema de ejercicios adaptados “Participar, Aprender y Crecer”, orientado al fortalecimiento de su participación activa, su desarrollo motriz y su interacción social con el grupo. De manera específica, la propuesta busca fortalecer la participación activa, la interacción social y el sentido de pertenencia del estudiante con DI mediante tareas cooperativas y recreativas que promuevan la convivencia, la colaboración y el respeto entre pares. Asimismo, pretende seleccionar y organizar los ejercicios adaptados dentro de un sistema secuencial y progresivo, fundamentado en los principios del DUA y en las adaptaciones curriculares, de acuerdo con las necesidades motrices y socioemocionales identificadas durante el diagnóstico.

Se plantea valorar la contribución del sistema de ejercicios adaptados a la inclusión, la participación y el desarrollo de las habilidades motrices del estudiante mediante la triangulación de las evidencias cualitativas obtenidas durante el proceso de intervención. La propuesta fue diseñada para desarrollarse durante un período de 12 semanas consecutivas, con una frecuencia de dos sesiones semanales,

lo que representa un total de 24 sesiones de intervención. Cada sesión tuvo una duración aproximada de 45 minutos, tiempo durante el cual se desarrollaron las actividades motrices adaptadas de acuerdo con una secuencia progresiva y con los objetivos previamente establecidos. Esta organización temporal permitió mantener continuidad en el proceso de intervención y realizar un seguimiento sistemático de la participación y evolución del estudiante.

La planificación de la intervención se realizó a partir de los resultados obtenidos durante la fase diagnóstica, considerando particularmente las necesidades educativas, motrices y socioemocionales identificadas en el estudiante con DI. El diseño de las actividades se articuló con el Bloque Curricular 1: Prácticas lúdicas: los juegos y el jugar, correspondiente al currículo de Educación Física, incorporando los principios de educación inclusiva, adaptación curricular y Diseño Universal para el Aprendizaje. De esta manera, las actividades fueron organizadas de forma secuencial y progresiva, procurando que el nivel de complejidad se incrementara de acuerdo con los avances observados durante la intervención.

La metodología priorizó actividades recreativas, cooperativas y funcionales que facilitaran la participación del estudiante dentro del grupo, evitando prácticas segregadoras. Los ejercicios fueron adaptados mediante modificaciones en las consignas, el espacio, los materiales, el tiempo de ejecución, el nivel de dificultad y las formas de apoyo proporcionadas. También se incorporaron apoyos visuales, demostraciones prácticas, secuencias anticipatorias y mecanismos de refuerzo positivo con la finalidad de facilitar la comprensión de las tareas y favorecer una mayor autonomía durante las sesiones. En

relación con los recursos humanos, la implementación de la propuesta contó con la participación de dos licenciados en Educación Física, Deportes y Recreación, responsables de orientar, acompañar y supervisar las actividades desarrolladas durante las sesiones. Su participación permitió asegurar la correcta aplicación de las adaptaciones metodológicas, el seguimiento de las respuestas del estudiante y el registro de las situaciones relevantes para el proceso de investigación.

Los recursos materiales estuvieron conformados por elementos convencionales y adaptados seleccionados de acuerdo con las características de las actividades propuestas. Se emplearon 20 conos de polietileno flexible de 30 cm, 12 aros de polietileno de alta densidad de 60 cm, 10 cuerdas de polipropileno de entre 3 y 5 m de longitud y 8 mm de diámetro, 10 balones de espuma de entre 18 y 22 cm y un peso aproximado de 180 a 250 g, 10 balones de goma texturizada de 20 cm, 20 discos delimitadores de PVC de 20 cm, 10 estacas plásticas de 1,20 m, una escalera de coordinación de 6 m, seis colchonetas de espuma EVA de 180 × 60 × 2 cm y 50 m de cinta de señalización de vinilo.

Como recursos de apoyo visual se utilizaron 30 pictogramas plastificados de 15 × 15 cm, 20 tarjetas visuales secuenciales en formato A4, dos paneles de anticipación, 30 tarjetas de refuerzo positivo, señalética direccional y marcadores visuales plastificados. Estos materiales fueron empleados para facilitar la comprensión de instrucciones, anticipar las secuencias de las actividades, delimitar espacios, orientar desplazamientos y reforzar positivamente la participación del estudiante. Los recursos tecnológicos comprendieron un computador portátil Lenovo ThinkPad E14 Gen 5, equipado con procesador Intel® Core™ i7 de

13.^a generación, 16 GB de memoria RAM, unidad SSD de 512 GB y sistema operativo Windows 11 Pro de 64 bits. Para la sistematización, organización y análisis de la información se utilizaron ATLAS.ti versión 23, Microsoft Office Professional Plus 2021 — Word®, Excel® y PowerPoint®— y Canva Pro, herramientas que facilitaron el tratamiento de los registros cualitativos, la organización de la información y la elaboración de los recursos visuales utilizados durante la intervención.

En cuanto a la infraestructura, las actividades se desarrollaron en los espacios destinados institucionalmente a las clases de Educación Física. Antes de cada sesión se verificaron las condiciones de accesibilidad, seguridad, organización y funcionalidad de los escenarios utilizados, procurando que la distribución espacial facilitara el desplazamiento, la comprensión de las actividades y la participación del estudiante en igualdad de oportunidades con sus compañeros.

La implementación del sistema de ejercicios adaptados “Participar, Aprender y Crecer” se desarrolló durante 12 semanas consecutivas, mediante dos sesiones semanales de 45 minutos cada una. Las actividades se organizaron bajo criterios de progresión, adaptación y participación inclusiva, comenzando con ejercicios de menor complejidad y avanzando gradualmente hacia tareas que demandaban mayores niveles de coordinación, autonomía, interacción social y cooperación. Durante cada sesión se realizaron ajustes en función de las respuestas observadas en el estudiante, manteniendo una estructura flexible acorde con los principios del DUA y de la investigación-acción. El seguimiento continuo permitió registrar avances, dificultades, formas de interacción y necesidades de apoyo, información que posteriormente fue

incorporada al proceso de valoración de la propuesta. La organización específica de las actividades, su secuencia, objetivos, recursos y

adaptaciones metodológicas se presenta detalladamente en la Tabla 4.

Tabla 4. Descripción de los ejercicios adaptados implementados en la propuesta.

Semanas	Objetivo	Actividad	Adaptación
1	Favorecer la familiarización con el entorno, los materiales y las normas de la clase.	Pasa la bola. Ejercicios de movilidad articular, prensión y liberación del balón, pases estáticos con ambas manos, recepción del balón y coordinación óculo-manual en parejas.	Instrucciones breves, demostración visual y verbal, balones de espuma de gran tamaño, apoyo permanente del compañero tutor y reforzamiento positivo.
2	Desarrollar la coordinación motriz básica y el seguimiento de instrucciones.	Pasa la bola. Ejercicios de pases por encima de la cabeza, pases laterales, rodamiento del balón, recepción en desplazamiento corto y coordinación bilateral.	Consignas secuenciales, mayor tiempo de ejecución, reducción de distancia entre compañeros y ayudas gestuales.
3	Favorecer la orientación espacial y la percepción visual.	Búsqueda de colores. Ejercicios de marcha dirigida, desplazamientos lineales, identificación de colores, recogida de objetos y cambios de dirección.	Disminución del número de estímulos, colores llamativos, demostración práctica y apoyo individual cuando sea necesario.
4	Fortalecer el equilibrio dinámico y la coordinación general.	Búsqueda de colores. Ejercicios de desplazamientos laterales, marcha sobre líneas, flexión para recoger objetos, cambios de dirección y equilibrio dinámico.	Incremento progresivo de la dificultad, tiempos flexibles, apoyo entre pares y retroalimentación inmediata.
5	Desarrollar la coordinación rítmica y el control corporal.	Baile y movimientos rítmicos. Ejercicios de marcha rítmica, elevación alterna de rodillas, coordinación de brazos, desplazamientos frontales y control postural.	Música de ritmo lento, modelado permanente, secuencias cortas y apoyo visual continuo.
6	Mejorar el equilibrio, la coordinación y la expresión corporal.	Baile y movimientos rítmicos. Ejercicios de giros controlados, desplazamientos laterales, equilibrio unipodal asistido, coordinación bilateral y secuencias rítmicas simples.	Adaptación del ritmo musical, asistencia física cuando sea necesaria y reforzamiento verbal positivo.
7	Integrar habilidades motrices básicas mediante tareas cooperativas.	Pasa la bola + Búsqueda de colores. Ejercicios de pases en movimiento, desplazamientos con balón, orientación espacial, identificación de colores y coordinación óculo-manual.	Adaptación de recorridos, consignas simplificadas y organización en pequeños grupos cooperativos.
8	Favorecer la coordinación dinámica general y la autonomía motriz.	Circuito adaptado. Ejercicios de desplazamientos, recepción del balón, equilibrio dinámico, búsqueda de objetos y coordinación visomotora.	Estaciones diferenciadas según el nivel funcional, tiempos individualizados y apoyos visuales.
9	Potenciar la interacción social y el trabajo cooperativo.	Baile y movimientos rítmicos + Pasa la bola. Ejercicios de coordinación grupal, desplazamientos sincronizados, pases cooperativos y secuencias motrices en equipo.	Reducción progresiva de ayudas, modelado entre compañeros y reforzamiento de la participación activa.
10	Consolidar la autonomía funcional durante las actividades motrices.	Circuito integrador. Ejercicios de coordinación, equilibrio, orientación espacial, manipulación del balón y resolución de tareas motrices funcionales.	Supervisión indirecta, apoyo únicamente cuando sea necesario y adaptación individual de las consignas.
11	Integrar las habilidades motrices adquiridas en situaciones funcionales de inclusión.	Circuito recreativo adaptado. Ejercicios combinados de coordinación dinámica, desplazamientos multidireccionales, ritmo, equilibrio y cooperación grupal.	Disminución progresiva de apoyos, incremento de la autonomía y evaluación continua del desempeño.
12	Consolidar la inclusión, la participación activa y las habilidades motrices alcanzadas durante la intervención.	Circuito final integrador. Ejecución secuencial de ejercicios adaptados desarrollados durante la intervención mediante actividades cooperativas, recreativas y funcionales en la clase de EF.	Adaptaciones individualizadas, retroalimentación positiva, evaluación formativa y reconocimiento de los logros alcanzados por cada estudiante.

Fuente: Elaboración propia.

Cada sesión se estructuró en tres momentos pedagógicos articulados entre sí. La fase inicial estuvo orientada a la activación física, la preparación de los estudiantes y la presentación de las consignas correspondientes a las actividades previstas. La fase principal se destinó al desarrollo de los ejercicios adaptados mediante estrategias cooperativas, inclusivas y progresivas, considerando las características y

necesidades del estudiante con discapacidad intelectual. La fase de cierre se orientó a la recuperación física, la retroalimentación y la valoración del desempeño alcanzado durante la sesión. A lo largo de todas las actividades se aplicaron ajustes metodológicos diferenciados, apoyos visuales, modelado guiado, demostraciones prácticas y estrategias de retroalimentación continua, con el propósito de

facilitar la comprensión de las tareas, favorecer la participación activa y promover mayores niveles de autonomía.

El seguimiento de la intervención se realizó de manera sistemática mediante observación estructurada, registros en el diario de campo y entrevistas semiestructuradas dirigidas al docente de Educación Física y al representante legal. De manera complementaria, el profesional del Departamento de Consejería Estudiantil (DECE) administró la Escala KidsLife, el *Child and Youth Resilience Measure* (CYRM-32) y el *Behavioral Regulation in Exercise Questionnaire – Version 3* (BREQ-3) durante las fases de preintervención y posintervención. Estas valoraciones permitieron disponer de información comparativa sobre posibles cambios relacionados con la calidad de vida, la resiliencia y la motivación hacia la práctica físico-recreativa.

La información obtenida durante el proceso fue integrada mediante triangulación metodológica, articulando las evidencias procedentes de las entrevistas, las fichas de observación, el diario de campo y los resultados de las valoraciones psicométricas proporcionadas por el profesional del DECE. El procesamiento de los datos cualitativos se realizó mediante el software ATLAS.ti versión 23, empleando procedimientos de codificación abierta, axial y selectiva. Este proceso permitió identificar categorías, establecer relaciones entre los hallazgos y contrastar la información procedente de las distintas fuentes, fortaleciendo la consistencia analítica y la interpretación de los resultados. En conjunto, este procedimiento metodológico permitió valorar la efectividad del sistema de ejercicios adaptados en función del cumplimiento de los objetivos propuestos y de los cambios

observados en la inclusión, la participación y el desarrollo de las habilidades motrices del estudiante con DI. Asimismo, facilitó una valoración sistemática de la pertinencia, aplicabilidad y viabilidad de la intervención, aportando evidencias para sustentar la propuesta y orientar posibles ajustes dentro del proceso de mejora continua, en correspondencia con los principios de la investigación-acción (Hernández y Mendoza, 2023; Arias, 2021).

Resultados y Discusión

Los resultados proceden de un corpus cualitativo integrado por cuatro fuentes de evidencia recogidas a lo largo del ciclo de investigación-acción: las entrevistas semiestructuradas al docente de EF y a los representantes legales, la observación estructurada, el diario de campo y la batería psicométrica administrada por el profesional del DECE (Escala KidsLife, CYRM-32 y BREQ-3). Estas técnicas se aplicaron en momentos sucesivos en el diagnóstico inicial y seguimiento, mientras la observación y el diario de campo registraron el proceso de forma continua durante las doce semanas. La información se procesó en ATLAS.ti versión 23 mediante codificación abierta, axial y selectiva, y se sometió a triangulación metodológica para fortalecer la validez y la consistencia interpretativa de los hallazgos (Denzin, 1970; Hernández y Mendoza, 2023).

El análisis de la entrevista al docente de EF permitió configurar cinco categorías que sintetizan fortalezas y limitaciones del proceso inclusivo. La participación del estudiante con DI se valoró favorable cuando las tareas resultaban motivadoras y se acompañaban de instrucciones claras frente a su comprensión limitada. En contraste, las dificultades que limitan la inclusión efectiva se asociaron a la escasa formación docente, la insuficiencia de

recursos adaptados y las barreras de comunicación. Respecto a las adaptaciones metodológicas y estrategias inclusivas, el docente destacó la modificación de actividades, el aprendizaje cooperativo, el uso de materiales acondicionados y las consignas simplificadas. La interacción social y la relación con los compañeros evidenció un clima de apoyo, respeto e integración, en el que las tareas colaborativas fortalecieron las habilidades sociales y el sentido de pertenencia. Finalmente, en las acciones y apoyos necesarios, el docente priorizó la capacitación en educación inclusiva, la dotación de recursos adaptados y el trabajo articulado con el DECE y la familia. La Figura 1 sistematiza estos resultados.



Figura 1. Resultados de la entrevista el docente de EF.

Fuente: ATLAS. Ti.

El análisis de las entrevistas a al representante legal configuró cinco categorías. En la participación en actividades escolares y recreativas, los familiares reconocen el interés del estudiante, aunque advierten la necesidad de acompañamiento adicional para integrarse plenamente. En la valoración del proceso de inclusión perciben avances sostenidos, con limitaciones en la disponibilidad de recursos y apoyos especializados. En los cambios en las relaciones interpersonales, advierten mayor

confianza, comunicación e integración con docentes y compañeros. Las actividades físicas y recreativas se asocian a mejoras en la conducta, la autonomía, la autoestima y el bienestar emocional. En las recomendaciones y apoyos necesarios, enfatizan la ampliación de recursos adaptados, la capacitación docente y la comunicación permanente entre escuela y familia.



Figura 2. Resultados de la entrevista el representante legal.

Fuente: ATLAS. Ti.

De forma complementaria, la valoración psicométrica administrada por el profesional del DECE cuantificó once indicadores sobre la muestra. En interacción social, el 73,3% del alumnado se percibe parte del grupo, el 80% interactúa activamente con sus pares y el 86,7% sostiene vínculos positivos. En comunicación y autonomía, el 66,6% comprende y sigue las instrucciones docentes y el 53,3% ejecuta las actividades de forma independiente, valores que, pese a su signo positivo, resultan los más bajos y revelan la necesidad de reforzar la comprensión de consignas y la autonomía

funcional. En autoestima y percepción personal, el 73,3% se considera capaz de colaborar, el 66,7% se siente seguro y el 80% manifiesta satisfacción con su desempeño. Los indicadores más altos corresponden al bienestar emocional: el 86,7% se muestra a gusto en clase, el 80% disfruta las actividades y el 73,3% coopera con sus compañeros.



Figura 3. Resultados de análisis psicométricos.

Fuente: ATLAS.ti

De manera transversal, la observación estructurada y el diario de campo corroboraron las percepciones de los actores. Los registros documentaron la progresión del estudiante con DI en la ejecución motriz, el seguimiento de consignas y la interacción con sus pares, así como los episodios de desregulación emocional ante tareas de mayor demanda. La convergencia entre lo expresado en las entrevistas, lo observado en el aula y lo documentado en el diario sustentó la triangulación y confirmó la coherencia interna de los hallazgos. El procesamiento en ATLAS. Ti permitió, además, representar gráficamente las relaciones entre categorías. La red semántica de co-ocurrencia evidenció que los códigos asociados a la participación, la interacción social y las

adaptaciones metodológicas convergieron con mayor densidad en la categoría central "inclusión del estudiante con DI", articulando las tres fuentes de evidencia. La Figura 4 presenta esta red. Complementariamente, el diagrama de Sankey visualizó el flujo de los códigos según su procedencia: docente, profesional del DECE y representante legal, hacia las categorías emergentes, evidenciando la triangulación de las fuentes.

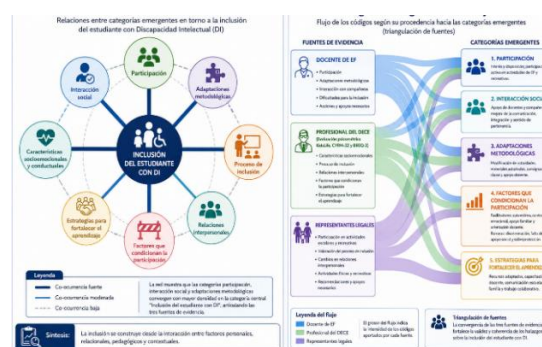


Figura 4. Triangulación de las fuentes.

En conjunto, la evidencia describe la clase de EF como un entorno de interacción social, autoestima, bienestar emocional e inclusión. No obstante, la observación y la entrevista al docente confirman que persisten barreras en la participación del estudiante con DI. Estos hallazgos justifican una propuesta organizada en un sistema de ejercicios adaptados que refuerce las adaptaciones metodológicas, el acompañamiento docente y las estrategias inclusivas, para potenciar la participación activa, la autonomía y la confianza. Los resultados sugieren que la aplicación de ejercicios adaptados favorece la integración social, el desarrollo de las habilidades motrices y la participación del estudiante con DI durante las clases de EF. Estos hallazgos coinciden con investigaciones que destacan que la adaptación de las actividades, el ajuste de las reglas, el uso de recursos adaptados y los apoyos verbales y visuales optimizan el aprendizaje y la

participación de esta población, fortaleciendo entornos educativos más inclusivos y equitativos (Santander, 2025; Chacón et al., 2024; Escalante y Lindao, 2025; Ramón et al., 2026; Ainscow, 2020). Asimismo, la revisión de la literatura resalta la relevancia de las estrategias metodológicas adaptadas en la EF, pues las prácticas didácticas inclusivas favorecen la autonomía, la autoestima, las habilidades sociales y el desarrollo de las competencias motrices del estudiante con DI.

En este marco, el fortalecimiento de las habilidades motrices consolida a los ejercicios adaptados como una herramienta pedagógica eficaz para la inclusión educativa y para el desarrollo de prácticas centradas en la diversidad (Jiménez et al., 2024; Guerrero y Rojas, 2025; Maqueira et al., 2023). Los hallazgos concuerdan, además, con estudios que reconocen la modificación de las tareas motrices, el empleo de recursos adaptados, el apoyo entre pares y la orientación permanente del docente como elementos determinantes para mejorar la motivación, el desempeño motor y la participación (Lino et al., 2024; Cabrera et al., 2026).

No obstante, persisten limitaciones vinculadas a la disponibilidad de recursos didácticos adaptados, el tiempo de intervención y la formación específica del profesorado en educación inclusiva, aspectos que continúan representando desafíos para consolidar prácticas inclusivas sostenibles (Maqueira et al., 2023). La presente investigación reviste un impacto significativo en el campo educativo. En esta línea, Murillo et al. (2024) señalan que los docentes deben aplicar estrategias como el empleo de materiales adaptados, la enseñanza entre pares, la organización de actividades colaborativas y la modificación de normas que

promuevan la participación de todo el alumnado.

De igual modo, resulta esencial fortalecer la formación docente en educación inclusiva y fomentar la colaboración entre profesorado, familias y especialistas para garantizar una atención integral al estudiante con DI, favoreciendo instituciones más equitativas e inclusivas (Sánchez et al., 2025; Ainscow, 2020; Maqueira et al., 2023). Por último, sería pertinente investigar el uso de recursos digitales y tecnologías educativas como herramientas de apoyo en el ámbito de la EFI. En concordancia, Hernández (2020) sugiere analizar en profundidad cómo perciben los propios estudiantes con DI su experiencia de inclusión, con el fin de comprenderla mejor y consolidar un entorno escolar más equitativo y participativo.

Conclusiones

Respecto al objetivo general, se concluye que la aplicación del sistema de ejercicios adaptados "Participar, Aprender y Crecer" constituye una estrategia pertinente para favorecer la inclusión y la participación del estudiante con DI en las clases de EF. El análisis triangulado muestra que ajustar las tareas motrices a las capacidades individuales propicia el desarrollo de las habilidades motrices básicas, mejora la coordinación y fortalece la autonomía funcional.

En relación con los objetivos específicos, se establece que las actividades estructuradas, progresivas y adaptables facilitan la comprensión de las consignas y reducen las barreras que limitan la participación del estudiante con DI. En este proceso, el rol del docente de EF resulta determinante, pues la orientación, el acompañamiento constante y la motivación inciden de forma directa en el nivel

de inclusión y en la confianza del estudiante dentro del entorno educativo.

Los hallazgos evidencian que las estrategias inclusivas no solo benefician al estudiante con DI, sino que también configuran un clima grupal de cooperación, respeto mutuo y empatía. Así, se ratifica que la EF adaptada constituye un medio apropiado para promover el desarrollo integral y la inclusión educativa, siempre que exista una planificación consciente, ajustada a la diversidad de necesidades y sustentada en la evaluación diagnóstica del contexto. Dado el carácter cualitativo y de caso único del estudio, sus resultados no pretenden la generalización, sino la comprensión situada del proceso inclusivo. Ello sugiere la conveniencia de replicar la propuesta en contextos similares y de ampliar la evidencia mediante valoraciones longitudinales que consoliden su transferibilidad.

Referencias Bibliográficas

- Ainscow, M. (2020). Promoting inclusion and equity in education: Lessons from international experiences. *Nordic Journal of Studies in Educational Policy*, 6(1), 7–16. <https://doi.org/10.1080/20020317.2020.1729587>
- Arnaiz, P., Alcaraz, S., & Caballero, C. (2024). Significados atribuidos a la educación inclusiva por la comunidad educativa. *Revista Electrónica Interuniversitaria de Formación del Profesorado*, 27(3), 135–152. <https://doi.org/10.6018/reifop.617101>
- Asociación Médica Mundial. (2024). *Declaración de Helsinki de la AMM: Principios éticos para las investigaciones médicas en seres humanos*. <https://www.wma.net/es/policies-post/declaracion-de-helsinki-de-la-amm-principios-eticos-para-las-investigaciones-medicas-en-seres-humanos>
- Arias, J. (2021). *Diseño y metodología de la investigación*. Enfoques Consulting EIRL. https://gc.scalahed.com/recursos/files/r161r/w26022w/Arias_S2.pdf
- Block, M. E., Klavina, A., & Flint, W. (2007). Including students with severe, multiple disabilities in general physical education. *Journal of Physical Education, Recreation & Dance*, 78(3), 29–32. <https://doi.org/10.1080/07303084.2007.10597986>
- Bofill Ródenas, A. M. (2010). Educación física en personas con discapacidad intelectual: Una propuesta para evaluar manifestaciones de la condición física de manera inclusiva. *Educación y Diversidad*, 4(2), 17–32. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=3276321>
- Briones, D. (2024). *Implementación de una guía de prácticas pedagógicas para favorecer procesos inclusivos en la asignatura de Educación Física para estudiantes con discapacidad intelectual* [Tesis de pregrado, Universidad de Cuenca]. Repositorio Institucional de la Universidad de Cuenca. <http://dspace.ucuenca.edu.ec/handle/123456789/44618>
- Cabrera, L., Condo, O., & Maquieira, G. (2026). Estrategia didáctica, equilibrio e inclusión en Educación Física: Un caso con discapacidad intelectual. *Ciencia y Educación*, 7(3.1), 809–822. <https://doi.org/10.5281/zenodo.19632215>
- CAST. (2024). *Pautas de Diseño Universal para el Aprendizaje (DUA)*. <https://equipotecnicooorientaciongranada.wordpress.com/wpcontent/uploads/2024/09/articulo-dua-3.0-morilla-y-alvarez.pdf>
- Chacón, B., Orellana, M., Romero, O., & Maquieira, G. (2024). Estrategia didáctica para la inclusión de estudiantes con discapacidad intelectual en la Educación Física. *PODIUM. Revista de Ciencia y Tecnología en la Cultura Física*, 19(3). <https://podium.upr.edu.cu/index.php/podium/article/view/1679>
- Consejo Nacional para la Igualdad de Discapacidades. (2025). *Estadísticas de discapacidad*.

- <https://www.consejodiscapacidades.gob.ec/eestadisticas-de-discapacidad/>
- Cuesta, J., Fuente, R., & Ortega, T. (2019). Discapacidad intelectual: Una interpretación en el marco del modelo social de la discapacidad. *Controversias y Concurrencias Latinoamericanas*, 10(18), 85–106. <https://www.redalyc.org/journal/5886/588662103007/html/>
- Denzin, N. K. (1970). *The research act: A theoretical introduction to sociological methods*. Aldine Publishing Company.
- Duryea, S., Salazar, J., & Pinzón, M. (2023). *Inclusión de las personas con discapacidad en América Latina y el Caribe*. Banco Interamericano de Desarrollo. <https://publications.iadb.org/es/somos-todos-inclusion-de-las-personas-con-discapacidad-en-america-latina-y-el-caribe>
- Escalante, Y., & Lindao, J. (2025). *Recursos adaptados en la asignatura de Educación Física para estudiantes con discapacidad intelectual de sexto grado* [Tesis de pregrado, Universidad Estatal Península de Santa Elena]. Repositorio Institucional. <https://repositorio.upse.edu.ec/handle/46000/16054>
- Farias, C. (2021). *Preparación docente en cultura física inclusiva para la Educación General Básica* [Tesis de pregrado, Universidad Laica Vicente Rocafuerte de Guayaquil]. Repositorio Institucional. <https://repositorio.ulvr.edu.ec/bitstream/44000/4449/1/TM-ULVR-0331.pdf>
- Guerrero, E., & Rojas, G. (2025). Programa de juegos tradicionales para la inclusión de estudiantes con discapacidad intelectual leve en la clase de Educación Física. *Ciencia y Educación*, 6(4), 62–77. <https://doi.org/10.5281/zenodo.15276891>
- Hernández, M. (2020). *Manual de educación física adaptado al alumnado con discapacidad*. Paidotribio. <https://books.google.com.ec/books?id=kfjrr562mQC>
- Hernández, R., & Mendoza, C. (2023). *Metodología de la investigación: Las rutas cuantitativa, cualitativa y mixta*. McGraw-Hill Educación.
- <https://bibliotecadigital.uce.edu.ec/s/L-D/item/793>
- Jiménez, R., Castro, J., Bermúdez, P., & Maqueira, G. (2024). Ejercicios musicalizados para la inclusión a la clase de Educación Física de estudiantes con discapacidad intelectual moderada. *Conciencia Digital*, 7(3), 193–218. <https://doi.org/10.33262/concienciadigital.v7i3.3241>
- Lino, A., Martillo, M., Loaiza, L., & Maqueira, G. (2024). Programa de enseñanza inclusiva del lanzamiento de la bala a estudiantes con discapacidad intelectual en la clase de Educación Física. *593 Digital Publisher CEIT*, 9(5), 511–526. <https://doi.org/10.33386/593dp.2024.5.2615>
- López Ballester, B. (2018). *Inclusión de alumnos/as con discapacidad intelectual en clases de Educación Física* [Trabajo de fin de grado, Universidad Miguel Hernández de Elche]. Repositorio RediUMH. <https://dspace.umh.es/handle/11000/27306>
- Maqueira, G., Guerra, S., Martínez, R., & Velastegui, L. (2023). La educación inclusiva: Desafíos y oportunidades para las instituciones escolares. *Journal of Science and Research: Revista Ciencia e Investigación*, 8(3), 210–228. <https://doi.org/10.5281/zenodo.8212998>
- Ministerio de Salud Pública del Ecuador. (2022). *Ecuador avanza hacia un proceso inclusivo y de reducción de las desigualdades para personas con discapacidad*. <https://www.salud.gob.ec/ecuador-avanza-hacia-un-proceso-inclusivo-y-de-reduccion-de-las-desigualdades-para-personas-con-discapacidad/>
- Murillo, W., Quezada, B., Castillejo, R., & Maqueira, G. (2024). Estrategia motivacional inclusiva para estudiantes con discapacidad intelectual leve en la clase de Educación Física. *Revista Mapa*, 8(34), 121–142. <https://www.revistamapa.org/index.php/es/article/view/411>
- Organización Mundial de la Salud. (2024). *Discapacidad*. <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/disability-and-health>

Organización Panamericana de la Salud. (2023). *Discapacidad*.

<https://www.paho.org/es/noticias/10-11-2023-ops-aborda-desafios-cuidados-largo-plazo-americas>

Ramón, D., Calva, W., & Maqueira, G. (2026). Actividades adaptadas, coordinación e inclusión en Educación Física: Un caso estudiante con discapacidad intelectual. *Ciencia y Educación*, 7(4.1), 18–31.

<https://doi.org/10.5281/zenodo.19743595>

Salazar, E., Méndez, G., Hernández, D., & Maqueira, G. (2025). Sistema de ejercicios físicos adaptados para la inclusión de estudiantes con discapacidad intelectual leve. *MENTOR: Revista de Investigación Educativa y Deportiva*, 4(11), 635–665.

<https://doi.org/10.56200/mried.v4i11.9895>

Sánchez, J., Veloz, B., Loaiza, L., & Maqueira, G. (2025). Aplicación del método DUA en Educación Física para la inclusión de estudiantes con discapacidad intelectual. 593 *Digital Publisher CEIT*, 10(3), 894–907.

<https://doi.org/10.33386/593dp.2025.3.3188>

Santander, A. (2025). *Ejercicios físicos terapéuticos para la inclusión de estudiantes con discapacidad intelectual a la clase de Educación Física* [Tesis de posgrado, Universidad Bolivariana del Ecuador]. Repositorio Institucional.

<https://dspace.ube.edu.ec/handle/123456789/1342>

Sherrill, C. (2004). *Adapted physical activity, recreation, and sport*. McGraw-Hill.

<https://www.scirp.org/reference/referencespapers?referenceid=2492012>

Simaleza, A., Loaiza, E., & Maqueira, G. (2024). Estrategia didáctica de juegos adaptados para la inclusión de estudiantes con discapacidad intelectual moderada en la clase de Educación Física. *Polo del Conocimiento*, 9(1), 2665–2696.

<https://doi.org/10.23857/pc.v9i1.6756>

Sulkes, S. B. (2024). *Discapacidad intelectual*. Manual MSD.

<https://www.msmanuals.com/es/hogar/salud-infantil/trastornos-del-aprendizaje-y-del-desarrollo/discapacidad-intelectual>

UNESCO. (2020). *La inclusión en la educación*.

<https://www.unesco.org/es/education/inclusion>



Esta obra está bajo una licencia de Creative Commons Reconocimiento-No Comercial 4.0 Internacional. Copyright © Carlos Alberto Alvear Trujillo, Edson Santiago Villafuerte Leyton, Daniel Josué Kirby Gómez y Giceya de la Caridad Maqueira Caraballo.

Declaraciones éticas y editoriales del artículo
Contribución de los autores (Taxonomía CRediT). Carlos Alberto Alvear Trujillo: conceptualización de la investigación, diseño metodológico, desarrollo del proceso investigativo, análisis formal de los datos, redacción del borrador original del manuscrito, revisión crítica del contenido científico y supervisión general del estudio. Edson Santiago Villafuerte Leyton: curación y organización de los datos, participación en la recolección de información, validación de los resultados obtenidos y elaboración de representaciones gráficas y visualización de los datos. Daniel Josué Kirby Gómez: provisión de recursos académicos y materiales para el desarrollo del estudio, apoyo en la administración del proyecto investigativo y revisión editorial del manuscrito antes de su publicación. Giceya de la Caridad Maqueira Caraballo: conceptualización de la investigación, diseño metodológico, desarrollo del proceso investigativo, análisis formal de los datos, redacción del borrador original del manuscrito, revisión crítica del contenido científico y supervisión general del estudio.
Declaración de conflicto de intereses Los autores declaran que no existe conflicto de intereses en relación con la investigación presentada, la autoría del manuscrito ni la publicación del presente artículo.
Declaración de financiamiento La presente investigación no recibió financiamiento específico de agencias públicas, comerciales o de organizaciones sin fines de lucro. En caso de existir financiamiento institucional o externo, este deberá ser declarado explícitamente por los autores en esta sección.
Declaración del editor El editor responsable certifica que el proceso editorial del presente artículo se desarrolló conforme a los principios de integridad científica, transparencia y buenas prácticas editoriales. El manuscrito fue sometido a un proceso de evaluación mediante revisión por pares doble ciego, garantizando la confidencialidad de la identidad de los autores y revisores durante todo el proceso de dictamen académico. Asimismo, el editor declara que el artículo cumple con los criterios científicos, metodológicos y éticos establecidos por la revista.
Declaración de los revisores Los revisores externos que participaron en la evaluación del presente manuscrito declaran haber realizado el proceso de revisión de manera objetiva, independiente y confidencial. Asimismo, manifiestan que no mantienen conflictos de interés con los autores ni con la investigación evaluada, y que sus observaciones y recomendaciones se fundamentan exclusivamente en criterios científicos, metodológicos y académicos.
Declaración ética de la investigación Los autores declaran que la investigación se desarrolló respetando los principios éticos de la investigación científica, garantizando la confidencialidad de los datos y el respeto a los participantes del estudio. En los casos en que la investigación involucre seres humanos, los procedimientos deben ajustarse a los principios éticos establecidos en la Declaración de Helsinki y a las normativas institucionales correspondientes.
Declaración sobre el uso de inteligencia artificial Los autores declaran que el uso de herramientas de inteligencia artificial, en caso de haberse utilizado durante el proceso de investigación o redacción del manuscrito, se realizó únicamente como apoyo técnico para mejorar la claridad del lenguaje o el análisis de información, manteniendo siempre la responsabilidad intelectual sobre el contenido del artículo. Las herramientas de inteligencia artificial no fueron utilizadas como autoras del manuscrito ni sustituyen la responsabilidad académica de los investigadores.
Disponibilidad de datos Los datos que respaldan los resultados de esta investigación estarán disponibles previa solicitud razonable al autor de correspondencia, respetando las normas éticas y de confidencialidad establecidas por la investigación.

