

Strategy for inclusion in Physical Education at the "Santa Mariana de Jesús" Educational Unit

Estrategia para la inclusión en Educación Física en la Unidad Educativa "Santa Mariana de Jesús"

Autores:

Ponce-Velez, María José
Universidad Técnica de Manabí
Maestrante en pedagogía de la cultura física
Portoviejo-Ecuador



mponce0266@utm.edu.ec



<https://orcid.org/0009-0005-0870-8307>

MSc. Chila-Velásquez, Juan Enrique
Universidad Técnica de Manabí
Docente Tutor del área de cultura física
Portoviejo- Ecuador



Juan.chila@utm.edu.ec



<https://orcid.org/0000-0002-1665-8603>

Fechas de recepción: 19-SEP-2025 aceptación: 19-OCT-2025 publicación: 30-DIC-2025



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

Resumen

La presente investigación se centró en analizar las estrategias innovadoras implementadas en las clases de Educación Física para favorecer la inclusión de estudiantes con discapacidades y necesidades educativas especiales en la Unidad Educativa Santa Mariana de Jesús. Se utilizó un enfoque mixto, cualitativo y cuantitativo, mediante entrevistas semiestructuradas a docentes y estudiantes, observación participante y cuestionarios, con el fin de identificar barreras y oportunidades para la inclusión. Por otro lado, los resultados evidenciaron que, aunque el 50 % de los docentes ha recibido formación en inclusión educativa y aplica estrategias adaptativas, aún existen limitaciones en la planificación pedagógica y en la percepción de equidad por parte de los estudiantes. Algunos alumnos señalaron sentirse poco incluidos o valorados, y se identificaron dificultades para garantizar la participación plena de todos en las actividades físicas. Además, se observó que estrategias como la adaptación de materiales, la incorporación de metodologías cooperativas, la evaluación flexible y el uso de tecnologías asistidas contribuyen significativamente a mejorar la participación, autoestima y sentido de pertenencia de los estudiantes. La investigación concluye que la educación física constituye un espacio clave para promover valores como cooperación, respeto y solidaridad, y que la inclusión requiere un compromiso institucional y docente sostenido, con formación continua y planificación adaptativa, para garantizar una educación equitativa, participativa y de calidad para todos.

Palabras clave: Educación Física; Inclusión; Estrategia educativas; Educación inclusiva.

Abstract

This research focused on analyzing the innovative strategies implemented in Physical Education classes to promote the inclusion of students with disabilities and special educational needs at the Santa Mariana de Jesús Educational Unit. A mixed, qualitative and quantitative approach was used, using semi-structured interviews with teachers and students, participant observation, and questionnaires, to identify barriers and opportunities for inclusion. Furthermore, the results showed that, although 50% of teachers have received training in educational inclusion and apply adaptive strategies, there are still limitations in pedagogical planning and in students' perceptions of equity. Some students reported feeling under-included or undervalued, and difficulties were identified in ensuring full participation of all in physical activities. Furthermore, it was observed that strategies such as adapting materials, incorporating cooperative methodologies, flexible assessment, and the use of assistive technologies contribute significantly to improving students' participation, self-esteem, and sense of belonging. The research concludes that physical education is a key space for promoting values such as cooperation, respect, and solidarity, and that inclusion requires sustained institutional and teacher commitment, with ongoing training and adaptive planning, to ensure equitable, participatory, and quality education for all.

Keywords: Physical Education; Inclusion; Educational strategies; Inclusive education.

Introducción

En la actualidad, la educación en términos de inclusividad es considerada dentro del desarrollo integral de los estudiantes como un eje centrado, específico e importante que juega un rol dentro de ellos. Según Zumba & Cobas (2024), mencionan que buscan garantizar que todos los estudiantes sin que haya distinción de capacidades, condiciones sociales o habilidades puedan ser capaces de participar activamente en todo aquello que involucre los procesos de aprendizaje. De esta forma, es como el área de Educación Física dentro del campo es capaz de adquirir un papel innovador en la educación ya que oferta oportunidades para la construcción de valores y solidaridad.

La Organización de las Naciones Unidas (ONU). (2023), ha señalado que la educación es un derecho fundamental para todos, independientemente de las condiciones individuales de cada persona. En su informe sobre los Objetivos de Desarrollo Sostenible, se menciona que la ONU enfatiza que la inclusión educativa es un componente esencial para garantizar sociedades más justas, equitativas y sostenibles. En este sentido, la Educación Física constituye un espacio privilegiado que, más allá de la actividad motriz, promueve la integración social, el respeto a la diversidad y el desarrollo integral de los estudiantes.

Por su parte, la UNESCO (2020) resalta que aproximadamente unos 90 millones de niños y jóvenes alrededor del mundo enfrentan dificultades para acceder y participar plenamente en entornos educativos, poniendo en mayor dificultad aquellos con discapacidad. Esta problemática es aún más evidente en el área de la Educación Física, donde las barreras pedagógicas y sociales se encargan de limitar la participación activa de los estudiantes con necesidades especiales. La inclusión en esta asignatura, entonces, no solo es un desafío, sino también una oportunidad para fomentar valores como la cooperación, la empatía y la solidaridad.

Es así como la rama de la educación física se encarga plenamente en ayudar el desarrollo integral de los estudiantes. A nivel mundial, Zumba & Cobas (2024) plantean que estas personas viven grandes dificultades para poder desarrollarse en el ámbito social, económico, educativo y laboral, ya que encuentran barreras que muchas veces son creadas por el estigma de personas que las rodean. Este problema se acrecienta debido a que sufren de aislamiento y su discapacidad no es identificada de manera correcta, lo que impide el desarrollo de sus fortalezas y su inclusión en el mundo educativo, social, y laboral .

Como lo establecen Reyes-Suquilanda et al. (2024), mencionan que en términos de inclusión en la rama de la educación física refleja un compromiso con la equidad y diversidad en el proceso de enseñanza-aprendizaje. Nace una gran necesidad, misma que radica en ser capaz de identificar y diseñar estrategias de participación de todos los estudiantes en las clases de educación física. Entre las herramientas más efectivas para lograrlo se encuentran la adaptación de actividades y materiales, como pelotas de diferentes tamaños, colchonetas, o



implementos que faciliten la movilidad; la utilización de metodologías inclusivas, como el aprendizaje cooperativo o las estaciones de actividad diferenciadas según habilidades; y la implementación de evaluaciones flexibles, que consideren las fortalezas individuales de cada estudiante sin penalizar por limitaciones físicas o cognitivas.

En el contexto educativo actual, la inclusión en las clases de Educación Física en la Unidad Educativa Santa Mariana de Jesús representa un desafío significativo, especialmente para estudiantes con discapacidad o con necesidades educativas especiales. A pesar de los avances en políticas educativas inclusivas, aún persisten barreras actitudinales, pedagógicas y estructurales. Entre los principales obstáculos se destacan la falta de formación docente, escasez de recursos y presencia de estigmas/prejuicios en la comunidad educativa, factores que generan exclusión, afectan la autoestima y restringen el desarrollo integral de los estudiantes. En consecuencia, la Educación Física, que debería ser un espacio para la cooperación, la equidad y la construcción de valores, corre el riesgo de convertirse en un escenario de marginación y desigualdad.

Diversos estudios han señalado que la ausencia de estrategias inclusivas adecuadas en la Educación Física tiende a generar escenarios de exclusión. Por ejemplo, González & Campos (2019) menciona que la falta de preparación docente y la escasez de recursos se relacionan con la marginación de estudiantes con discapacidad en entornos escolares. Por otro lado, Souza et al. (2021) coincide en que la falta de capacitación docente y de políticas inclusivas repercuten en los estudiantes con discapacidad. Esto no solo afecta su rendimiento físico, sino también su sentido de pertenencia y autoestima.

A partir de lo anterior, surge la siguiente interrogante central: ¿Cuáles son las barreras que dificultan la inclusión de los estudiantes en las clases de Educación Física en la Unidad Educativa Santa Mariana de Jesús, específicamente en el séptimo grado de básica media, y qué estrategias pueden implementarse para superarlas?

Por otro lado, la presente investigación tiene su justificación y relevancia en tener la necesidad de eliminar las barreras de exclusión y promover las herramientas educativas para fomentar la educación inclusiva y de calidad. La necesidad de desarrollar herramientas para que haya inclusión educativa en las clases de educación física en la Unidad Educativa Santa Mariana de Jesús se fundamenta en el compromiso de ofrecer una educación equitativa y de calidad para todos los estudiantes, tal como lo establece la normativa educativa nacional e internacional. La implementación de herramienta innovadoras inclusivas no solo responde a un mandato legal, sino que también es esencial para promover el desarrollo integral de los estudiantes, permitiéndoles participar plenamente en todas las actividades escolares.

Además, este estudio es relevante porque busca mejorar la calidad de vida de los estudiantes con discapacidades o necesidades especiales, asegurando que reciban una educación que respete su dignidad y potencial. La investigación también tiene un valor añadido para la

comunidad educativa en general, ya que las estrategias propuestas pueden servir como modelo para otras instituciones que enfrentan desafíos similares. Asimismo, la implementación de estas estrategias podría contribuir a la creación de un entorno escolar más inclusivo, promoviendo valores de respeto, empatía y solidaridad entre todos los miembros de la comunidad educativa.

En este sentido, la investigación tiene como objetivo identificar las barreras que dificultan la inclusión de los estudiantes en las clases de Educación Física en la Unidad Educativa Santa Mariana de Jesús, y proponer estrategias pedagógicas y metodológicas que permitan superar dichas limitaciones. De esta manera, se busca garantizar una participación equitativa y significativa de todos los estudiantes, fortaleciendo no solo sus capacidades físicas, sino también su desarrollo social, emocional y académico en un entorno verdaderamente inclusivo.

Es evidente que la actualidad y el futuro de la educación se liga a un modelo inclusivo basado en la calidad educativa y la igualdad de oportunidades para todo el alumnado independientemente de sus condiciones, particularidades o contexto. El área de Educación Física cobra un papel relevante para facilitar la inclusión del alumnado. García & Borja (2021) mencionan que para garantizar que todos los estudiantes, independientemente de sus habilidades, puedan participar plenamente en las actividades físicas y deportivas, esta investigación se enfoca en explorar de manera descriptiva y experimental ya que se quiere proponer una estrategia de inclusión educativa que puedan ser implementadas en esta institución.

1. Inclusión Educativa

En la actualidad, en todos los contextos, es notable la exclusión social que se hace a un grupo determinado de personas ya sea por rechazo o por otras circunstancias, que, a pesar de hacerlo de manera sutil, no deja de ser una exclusión. Clavijo-Castillo & Bautista-Cerro (2020) establecen que aquellos que perciben la exclusión socialmente es difícil. Sin embargo, mencionan a su vez que en la actualidad la democracia y el uso de los derechos humanos han convertido a la inclusión en un tema relevante con mayor énfasis en nuestras sociedades, más que nada en el ámbito educativo.

A su vez, al hablar dentro del ámbito educativo, la exclusión puede manifestarse tanto de manera formal como implícita. En ciertos contextos, Clavijo-Castillo & Bautista-Cerro (2020) mencionan que durante los tiempos han surgido normativas que establecen a aquellas personas que tienen acceso al derecho a la educación y por su otra parte, quienes no pueden gozarlo. Con frecuencia, en una sociedad con normativas de exclusión han sobresalido, a razón de que la priorización de la educación se da más que nada para grupos privilegiados o para individuos que se señalan como élites sociales, dejando claramente fuera a sectores de una población denominada “no privilegiada”. Sin embargo, más allá de los factores

económicos, la exclusión suele fundamentarse en las diferentes percepciones que se tienen, la misma que se ha convertido por ser desvalorada y rechazada, cerrando las puertas a todo aquello que no se ajusta a los modelos de “normalidad” vigentes en determinados momentos históricos.

En otras palabras, Clavijo-Castillo & Bautista-Cerro (2020) resumen que dentro del ámbito de la educación al hablar de exclusión hacemos referencia al no favorecimiento de la educación, a razón de que se aparta a determinadas élites de la sociedad por motivos económicos o sociales, mencionaban que con la exclusión es una forma de rechazar aquello que es diferente en una situación o un momento determinado. Por otro lado, Valarezo-Cueva et al. (2022) enfatizan en que la inclusión conlleva a mucho respeto y al desarrollo de una responsabilidad para el desarrollo de un aprendizaje efectivo y optimo.

A su vez, se recalca que la inclusión educativa no es más que un proceso cuya orientación se direcciona a poder garantizar un acceso a una educación de calidad a todos los individuos de una comunidad, prevaleciendo siempre condiciones de equidad. Al implementar una educación inclusiva, permite poder derrumbar y destruir casi por completo aquellas barreras que limitan y frenan la participación y el aprendizaje, de tal forma que se promueva un entorno educativo con diversidad. También, es indispensable mencionar que la inclusión no solo es tener una presencia física en el aula, sino que esto involucra el tener también una participación activa para generar experiencias de aprendizajes.

Uno de los principales mensajes que dieron a conocer al mundo Blanco & Duk (2019), mencionaban que todo lo que tenga que ver con educación debe acoger a cualquier individuo sin importar sus condiciones físicas, religión, cultura, intelectuales, y sociales sociales/económicas. Con su creación da pie a que no haya en lo más posible actitudes de discriminación.

Blanco & Duk (2019) también mencionan que la educación inclusiva reconoce a personas diferentes sin distinción de particularidades. Durante el paso de la vida y durante lo largo de la historia, se han visto que diversos grupos que han enfrentado las diversas restricciones de su derecho a la educación. Si bien se ha avanzado hacia su incorporación parcial o total en los sistemas educativos, este recorrido ha sido diverso y no lineal, variando según los contextos sociales y culturales. La inclusión, se encuentra muy lejos de pertenecer a un concepto estático, mismo que ha evolucionado con distintos enfoques teóricos y a su vez, con conceptos prácticos, de forma que está impulsada especialmente por una organización, misma que es denominada “UNESCO” a partir de la defensa de los derechos humanos. Desde esta perspectiva, se entiende que la inclusión es denominada como un proceso dinámico y flexible que promueve la diversidad, la equidad y la participación en entornos educativos comunes, favoreciendo la eliminación de barreras que limitan la participación plena de los estudiantes.

2. Educación Física y su Papel en la Inclusión

La educación física es considerada como una de las materias primordiales y esenciales dentro de la parte formativa de la educación, como lo mencionan Chuquimarca-Males et al. (2024) establecen que La Educación Física cumple un papel determinante en el desarrollo integral de los estudiantes, de tal forma que se entiende que dicha materia no solo fortalece sus capacidades físicas, también, será capaz de contribuir al crecimiento de los estudiantes en su parte emocional y a su vez, en esfera social. En este sentido, se convierte en un escenario capaz de fomentar la inclusión, de forma que sea capaz ofrecer oportunidades para que cada estudiante se sienta parte activa del proceso educativo.

Chuquimarca-Males et al. (2024) plantean que la educación física desde una perspectiva de nivel práctico, se ha encargado de crear estrategias múltiples capaces de tener una adaptación referente a las actividades, de ser capaz de lograr una implementación de tecnologías asistidas, entre otras, que han sido demostradas por ser efectivas en relación a la promoción de una inclusión completa con énfasis en la Educación Física.

Por otro lado, Valarezo-Cueva et al (2022) plantean que, si el docente no conoce sus funciones dentro o fuera del aula, estas se vuelven limitadas, a razón de que su aportación en el aula será escasa. Es así como se convierte en una forma indispensable que los educadores / profesores o docentes conozcan sus funciones y sus estrategias, así permitirán que se una correcta implementación de los métodos de enseñanza y con ello, se puedan ejecutar las diferentes prácticas inclusivas para aquellos estudiantes que cuenten con cualquier tipo y grado de discapacidades.

Desde el área de la Educación Física, Chuquimarca-Males et al. (2024) mencionan que las estrategias adaptativas específicas son clave para conseguir una inclusión exitosa. De esta forma se considera que no solo proporcionarían una orientación determinada, sino que también habría la posibilidad que pueda fomentarse un ambiente educativo con carácter más inclusivo y a su vez, que se cree un ambiente más participativo.

Por otro lado, Valarezo-Cueva et al (2022) mencionan que es indispensable mencionar que uno de los principales aportes de la Educación Física referente al tema de la inclusión, va a radicar en aquellas posibilidades de ser capaz de adaptar actividades y metodologías teniendo en cuenta las necesidades y las diferentes características individuales de cada estudiante. De forma que, a través de ajustes en las dinámicas de grupo, por otro lado, por medio del uso de materiales accesibles y en conjunto con la implementación de estrategias cooperativas, se podrá conseguir y lograr que todos los estudiantes participen en igualdad de condiciones, sin que haya exclusión alguna de los mismos.

Es así, como solo así, estas adaptaciones no buscarán el hecho de disminuir los diferentes grados o niveles de exigencias, sino que será capaz de poder garantizar que cada alumno

pueda conseguir y lograr un despliegue de sus potencialidades y de ser capaz de sentirse valorado independientemente.

Además, Aguirre-Chávez et al(2025) menciona que la Educación Física favorece el fortalecimiento de habilidades sociales que resultan imprescindibles para la convivencia inclusiva. El trabajo en equipo, la cooperación, el respeto a las diferencias y la solidaridad se convierten en valores centrales que trascienden lo deportivo, impactando de manera positiva en el ámbito académico y social de los estudiantes. De esta forma, se contribuye a la construcción de comunidades educativas más justas y equitativas.

Otro aspecto fundamental es el papel del docente en este proceso. La preparación del profesorado en metodologías inclusivas resulta indispensable y de mucha importancia ya que les va a permitir ser capaces de poder identificar barreras y de esta forma poder transformarlas en oportunidades de aprendizaje. Es por ello, que se menciona que un educador de Educación Física con formación en inclusión es capaz de generar un clima positivo, en el cual los estudiantes con y sin discapacidad se perciban como iguales, reduciendo prejuicios y promoviendo la integración.

Es así como la Educación Física se presenta como una herramienta estratégica para alcanzar los objetivos de una educación inclusiva, alineada con los principios de equidad y diversidad. Más allá de la actividad motriz, constituye un espacio donde la diversidad se reconoce como un valor y no como un obstáculo, asegurando que todos los estudiantes puedan desarrollar no solo sus habilidades físicas, sino también su sentido de pertenencia y autoestima.

3. Estrategias Innovadoras en Educación Física para la Inclusión

En la actualidad la Educación Física, ha generado varios cambios, desde la concepción y enfoque de la signatura por parte de los estudiantes, lo que lleva a pensar en nuevas formas de abordar los procesos de enseñanza; de tal forma es necesario indicar que las estrategias tradicionales no permiten dar respuesta a las necesidades formativas de las nuevas generaciones, dada la diversidad y requerimientos de los estudiantes actuales. Por lo tanto, Milthon-Betancourt et al. (2020) mencionan que es pertinente identificar y describir estrategias activas eficaces que promueven el logro social y académico en diferentes niveles y contextos de aprendizaje.

A su vez, Naranjo-Naranjo et al. (2021) establecen que las estrategias innovadoras en Educación Física para la inclusión surgen como una respuesta a la necesidad de transformar los espacios escolares en entornos más equitativos y participativos. La innovación no se limita únicamente a introducir nuevas actividades, sino que implica un cambio de visión en la manera de concebir la enseñanza, colocando en el centro las necesidades, capacidades y potencialidades de cada estudiante. Esto significa que la Educación Física debe dejar de enfocarse exclusivamente en el rendimiento motor, para convertirse en un escenario que

promueva valores como la cooperación, el respeto y la solidaridad, fundamentales en la formación integral.

Por otro lado, según Naranjo-Naranjo et al. (2021) enfatizan que un elemento clave en este proceso es la adaptación de materiales y actividades, ya que estas permiten que estudiantes con discapacidad puedan integrarse plenamente en las dinámicas de la clase. Implementos como pelotas livianas, colchonetas, conos de señalización o elementos de apoyo visual y auditivo, posibilitan la participación en igualdad de condiciones. Lejos de reducir la exigencia académica, estas adaptaciones amplían las oportunidades de aprendizaje y demuestran que la inclusión es compatible con la calidad educativa. Así, se refuerza la idea de que todos los estudiantes tienen derecho a acceder a experiencias significativas de aprendizaje físico.

Por otro lado, Moreta-Guasgua (2025) da a conocer por medio de sus postulados que otra de las estrategias más relevantes es la incorporación de metodologías activas como el aprendizaje cooperativo. Este enfoque no solo potencia la participación en actividades deportivas, sino que también desarrolla habilidades sociales esenciales para la vida en comunidad. Al trabajar en grupos heterogéneos, los estudiantes aprenden a valorar las diferencias, a apoyarse mutuamente y a reconocer que el éxito colectivo depende de la contribución de cada miembro. Este tipo de dinámicas transforma la clase de Educación Física en un espacio donde la diversidad es un recurso y no una barrera.

Asimismo, la integración de la tecnología representa un avance significativo en la inclusión educativa. Aplicaciones móviles, juegos interactivos o dispositivos de monitoreo físico permiten que los estudiantes con necesidades especiales encuentren nuevas formas de involucrarse en las actividades. La tecnología, como lo mencionaba Naranjo-Naranjo et al. (2021) dicen que, utilizada con un enfoque pedagógico inclusivo, puede compensar limitaciones físicas, potenciar la motivación y brindar retroalimentación personalizada, garantizando un aprendizaje más accesible y atractivo para todos.

Moreta-Guasgua (2025) plantean que es indispensable replantear la evaluación en la Educación Física desde una perspectiva inclusiva. Evaluar únicamente el rendimiento físico puede convertirse en un factor de exclusión, ya que no todos los estudiantes parten de las mismas condiciones. En cambio, valorar el esfuerzo, la participación, la perseverancia y la cooperación, permite reconocer los avances individuales y fomentar la motivación intrínseca. De esta forma, la evaluación deja de ser un mecanismo de discriminación y se convierte en una herramienta para impulsar la autoestima y la integración social.

En síntesis, las estrategias innovadoras en Educación Física para la inclusión no solo responden a una necesidad pedagógica, sino que también reflejan un compromiso con la justicia social y el respeto a los derechos humanos. Implementarlas significa avanzar hacia un modelo educativo más democrático, donde cada estudiante pueda desarrollar sus

habilidades físicas y sociales en un entorno que celebra la diversidad como una fortaleza y no como una limitación.

4. Pedagogía Inclusiva

No obstante, Milthon-Betancourt et al. (2020) mencionan que existen muchas dificultades para llevar a cabo estas políticas, en particular en áreas particulares del plan de estudios, como la educación física. Se puede decir que una estrategia pedagógica es todo lo que el docente tiene como herramienta, para facilitar el aprendizaje de sus estudiantes; estas componen escenarios del currículo dando así la organización a las actividades de formación donde su proceso de interacción y la enseñanza junto con el aprendizaje, puedan lograr conocimientos, valores, prácticas y procedimientos en los propios campos formativos.

A su vez, según Marín-Suelves et al. (2023) mencionan que el uso de tecnologías de apoyo ha demostrado ser un recurso valioso para favorecer la participación activa de estudiantes con necesidades educativas especiales, por ejemplo, mediante aplicaciones que guíen ejercicios de manera visual o auditiva. La capacitación docente en educación inclusiva constituye otra herramienta fundamental, ya que permite al educador identificar barreras, ajustar estrategias y fomentar un clima de respeto y colaboración en la clase.

Es así como de esta manera, se menciona que la educación física como rama educativa se transforma en un espacio donde todos los estudiantes pueden desarrollar competencias motoras, tanto de carácter cognitivas como las relacionadas a una esfera sociales, obvio teniendo en cuenta que se desarrolle de una manera equitativa, promoviendo su bienestar integral y creando un buen sentido de pertenencia.

La realidad en muchas instituciones educativas muestra que todavía existen obstáculos que impiden a los estudiantes participar plenamente en las clases de educación física, a pesar de estos avances normativos. Milthon-Betancourt et al. (2020) mencionan que estas barreras pueden ser físicas, como la discriminación en la comunidad educativa y la falta de capacitación específica de los docentes.

Es así como se establece que, para poder ser capaz de asegurar una educación inclusiva, la Unidad Educativa Santa Mariana de Jesús, ubicada en Portoviejo, enfrenta estos desafíos. Se pueden ver más claramente las diferencias individuales en las clases de educación física, y la exclusión puede tener un impacto significativo en el desarrollo social y emocional de los estudiantes.

Según León-Aroca et al. (2025), menciona que la pedagogía inclusiva constituye un enfoque educativo que busca garantizar el derecho a la educación de todos los estudiantes, sin distinción de capacidades, condiciones sociales, culturales o de aprendizaje. A diferencia de los modelos tradicionales centrados en la homogeneidad, este paradigma reconoce la

diversidad como un valor y como un recurso pedagógico. Su propósito principal es eliminar o reducir las barreras que impiden la plena participación, asegurando que cada estudiante tenga la posibilidad de aprender, desarrollarse y sentirse parte activa del proceso educativo.

Por otro lado, se menciona que, en este sentido, la pedagogía inclusiva no se limita a la integración de estudiantes con discapacidad en aulas regulares, sino que implica una transformación profunda de las prácticas docentes, las metodologías y las estructuras escolares. Su fundamento radica en que la inclusión no debe ser vista como un privilegio, sino como un derecho humano universal. Desde esta perspectiva, León-Aroca et al. (2025), establecen que la educación se concibe como un proceso abierto y flexible, capaz de adaptarse a las necesidades de cada estudiante, reconociendo que no existen dos alumnos idénticos y que las diferencias enriquecen el aprendizaje colectivo.

Material y métodos

Este estudio se fundamenta en un enfoque mixto, es decir cualitativo y cuantitativo, lo que permite analizar de manera integral las experiencias y percepciones de docentes y estudiantes sobre las estrategias innovadoras orientadas a la inclusión en Educación Física. El componente cualitativo resulta pertinente porque posibilita comprender en profundidad la complejidad de las interacciones humanas, las dinámicas educativas y las barreras o facilitadores presentes en el contexto escolar. A través de este enfoque, se busca rescatar las voces de los actores educativos, interpretando sus significados y experiencias en torno al proceso inclusivo.

Por su parte, el componente cuantitativo aporta objetividad y rigurosidad en el análisis, ya que se centra en la recolección y procesamiento de datos numéricos que permiten medir variables específicas relacionadas con la inclusión educativa. La aplicación de herramientas estadísticas facilita la identificación de patrones, relaciones y tendencias entre los factores estudiados, complementando la visión cualitativa y ofreciendo un panorama más amplio y preciso del fenómeno investigado.

La investigación se enmarca en un diseño descriptivo y experimental. Se considera descriptiva porque tiene como propósito identificar, detallar y caracterizar las estrategias de inclusión que se implementan en la Unidad Educativa “Santa Mariana de Jesús”, ofreciendo un panorama general de la realidad observada. Al mismo tiempo, posee un componente experimental, ya que busca evaluar la efectividad de dichas estrategias a través de la manipulación controlada de variables y la validación de hipótesis, lo que permite establecer relaciones de causalidad y obtener resultados con un alto nivel de validez interna.

La población de este estudio está conformada por la totalidad de estudiantes y docentes de la Unidad Educativa “Santa Mariana de Jesús”. En ella se incluyen tanto los estudiantes que presentan necesidades educativas especiales como aquellos que no las tienen, con el

propósito de analizar de manera integral la dinámica inclusiva que se desarrolla en el contexto escolar y comprender cómo interactúan ambos grupos dentro del proceso educativo.

Con el objetivo de conseguir una validez con la información, y a su vez, fiabilidad, la realización de esta investigación se llevo a cabo por medio del uso de un empleo sistémico cuya orientación brinda coherencia y consistencia. En primer lugar, los instrumentos fueron sometidos a un proceso de validación por medio del juicio de expertos en educación inclusiva y metodología de la investigación educativa. Se observó también que los Items que se usaran fueran claros y comprensibles, para que el entendimiento de los mismos sea claro.

A su vez, se aplicará un muestreo intensional, seleccionando a los participantes que resulten más pertinentes para el cumplimiento de los objetivos del estudio. La muestra estará conformada por:

- Tres estudiantes con diversas discapacidades, cuya participación permitirá analizar directamente las barreras y oportunidades de inclusión en el área de Educación Física.
- Diez estudiantes sin discapacidad, quienes contribuirán a comprender la dinámica de interacción y el impacto de las estrategias inclusivas en un entorno heterogéneo.
- Dos docentes de Educación Física, considerado actor clave en la implementación y evaluación de las estrategias innovadoras de inclusión.

De esta forma, se aplica un muestreo intencional, seleccionando a participantes que cumplen los objetivos del estudio. Con el desarrollo de este muestreo, permite elegir a aquellos sujetos que cumplan específicamente con las características relevantes, cuyos aportes serán valiosos para el desarrollo del análisis. Para asegurar la representatividad cualitativa, se consideraron criterios previamente establecidos, tales como la participación activa en clases de Educación Física, la presencia de diferentes tipos de discapacidad, el nivel de integración dentro del grupo y la disponibilidad para colaborar con el estudio.

Referente a los materiales usados, se aplicarán entrevistas semiestructuradas a los docentes de Educación Física y a un grupo de estudiantes seleccionados, con el propósito de obtener información detallada acerca de sus experiencias, percepciones y actitudes frente a las estrategias inclusivas implementadas. Este instrumento permitirá profundizar en cómo se viven y valoran las adaptaciones pedagógicas desde la perspectiva de los diferentes actores educativos, generando una comprensión más completa del fenómeno estudiado.

La técnica de observación participante se empleará para registrar de manera directa la implementación de las estrategias innovadoras en las clases de Educación Física. El investigador estará presente en las sesiones, observando las interacciones entre docentes y estudiantes, así como la dinámica de las actividades inclusivas y la efectividad de las adaptaciones realizadas. Este procedimiento permitirá recopilar datos en tiempo real, aportando evidencia empírica sobre la práctica pedagógica en su contexto natural.

Además, se procuró minimizar los posibles sesgos de selección mediante la aplicación de un proceso de selección transparente y fundamentado, en el que se contó con la colaboración de los docentes de la institución para identificar a los estudiantes que cumplieran con los criterios definidos, evitando la inclusión de participantes basados únicamente en conveniencia o accesibilidad.

También, se administrarán cuestionarios a los estudiantes con el fin de recopilar información cuantitativa relacionada con sus actitudes hacia la inclusión y la percepción de la efectividad de las estrategias aplicadas. Dichos cuestionarios contendrán preguntas cerradas y de tipo escalar, orientadas a medir aspectos como el nivel de aceptación, participación y percepción de la equidad en el desarrollo de las clases de Educación Física. La información obtenida contribuirá a complementar los datos cualitativos, permitiendo un análisis más integral.

Las fuentes secundarias de información utilizadas en el trabajo fueron artículos científicos y de bases académicas, que permiten fortalecer la base científica del tema objeto de investigación, así como para estructurar el marco teórico de la investigación. Se usaron 18 fuentes bibliográficas, en revistas científicas como cielo o Reposorios universitarios. Además, las fuentes usadas son actuales, con base de cinco años.

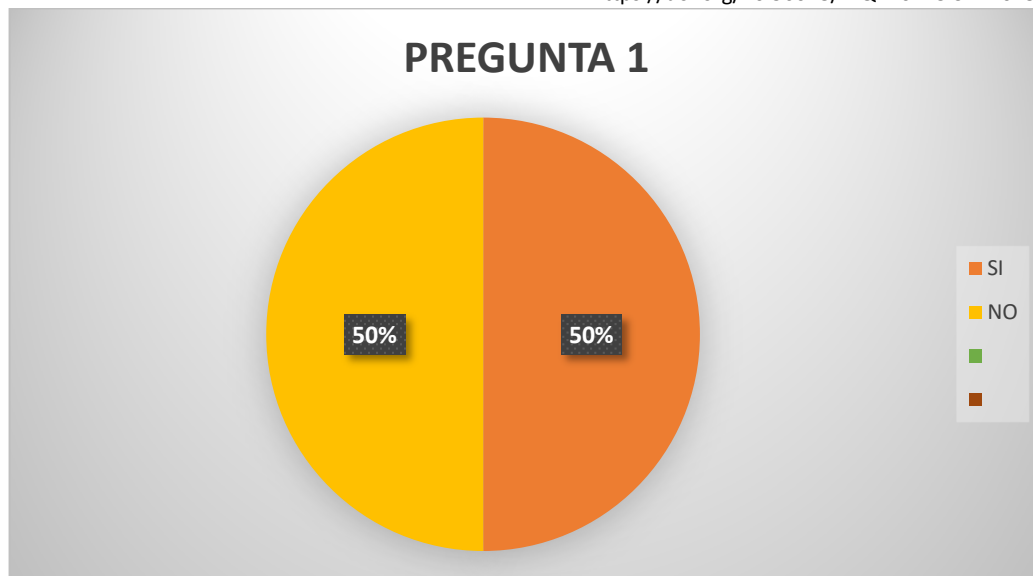
Resultados

El presente cuestionario ha sido diseñado con el propósito de recopilar información sobre las percepciones, experiencias y prácticas de los docentes de Educación Física en relación con la inclusión de estudiantes con discapacidades o necesidades educativas especiales. Su objetivo principal es identificar el nivel de formación en inclusión educativa, las estrategias aplicadas en el aula y la percepción sobre la participación equitativa de todos los estudiantes durante las clases.

Se solicita a los participantes responder con la mayor sinceridad posible, ya que sus respuestas permitirán comprender la situación actual en la Unidad Educativa Santa Mariana de Jesús y contribuirán al diseño de estrategias pedagógicas más efectivas y pertinentes. La información recopilada será tratada de manera confidencial y utilizada únicamente con fines académicos, garantizando el anonimato de los encuestados.

Se realizan dos encuestas, la primera dirigida a los docentes, y la segunda a los alumnos, destacando los siguientes resultados en base a la encuesta de los docentes.

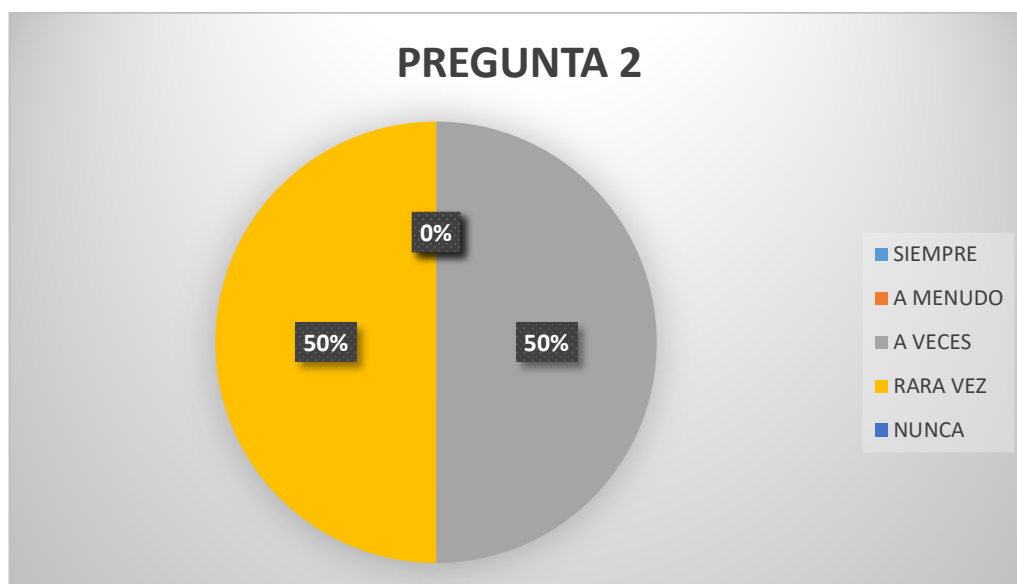
Figura 1: ¿Ha recibido formación específica en inclusión educativa?



Nota: Elaboración Propia.

Los resultados evidencian que los docentes el 50 % han recibido formación en inclusión educativa, lo cual refleja un avance en la preparación pedagógica para atender a la diversidad en el aula. Sin embargo, el otro 50 % aún no cuenta con capacitación formal en esta área, lo que indica la necesidad de fortalecer programas de actualización docente que garanticen un manejo adecuado de estrategias inclusivas.

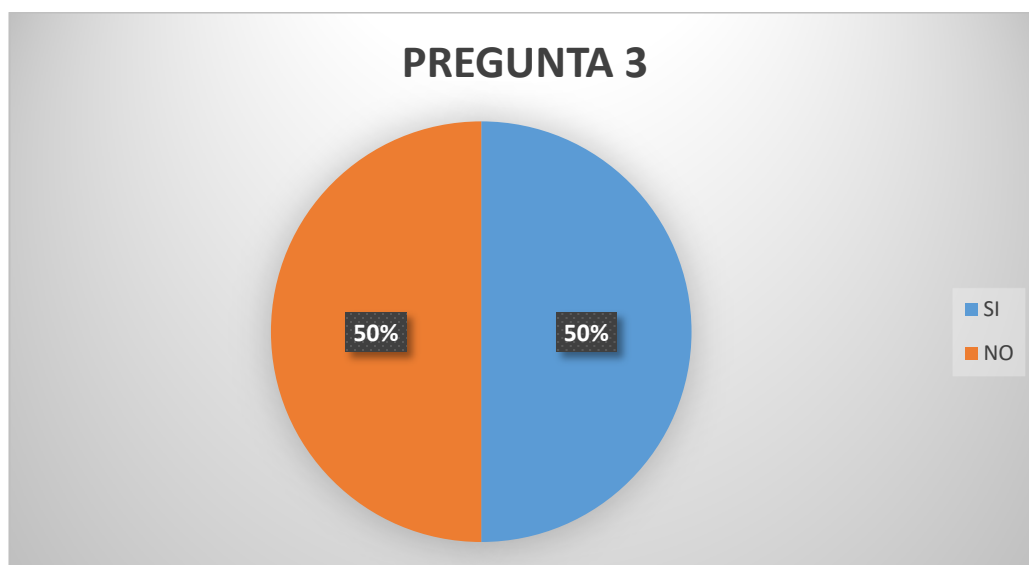
Figura 2: ¿Cree que los estudiantes con discapacidades o necesidades especiales participan de manera equitativa en las clases de educación física?



Nota: Elaboración Propia.

En relación con la percepción de equidad en la participación, el 20% de los docentes considera que los estudiantes con discapacidades participan solo a veces, mientras que un 20% afirma que lo hacen rara vez. Ningún docente reportó que la inclusión se dé siempre o nunca, lo cual sugiere que las estrategias aplicadas aún no logran garantizar una participación equitativa y sostenida. Esto evidencia la necesidad de fortalecer la planificación didáctica y diversificar las adaptaciones en las clases de Educación Física.

Figura 2: ¿Utiliza alguna estrategia o adaptación para incluir a estudiantes con discapacidades en las actividades de educación física?

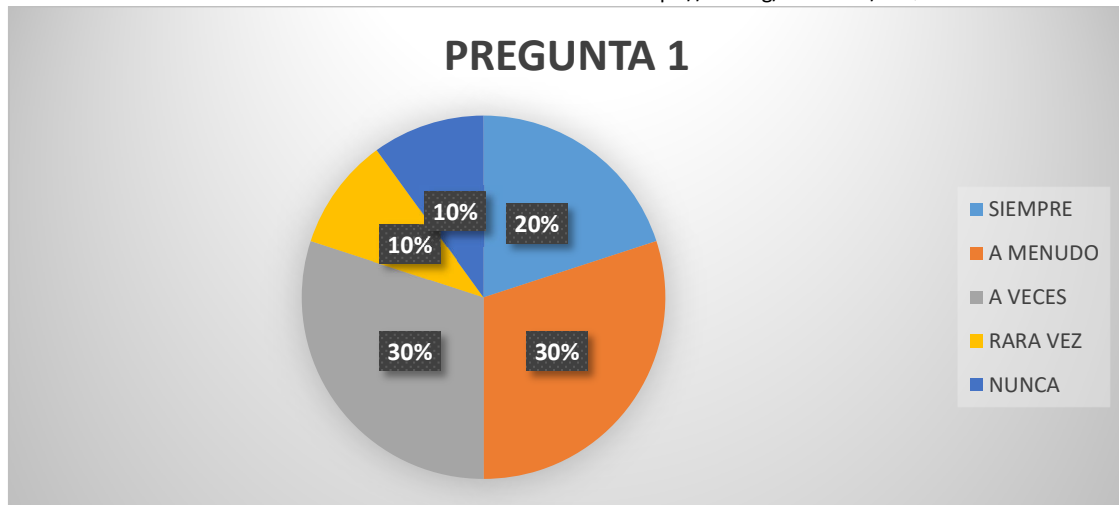


Nota: Elaboración Propia

La mayoría de los docentes 50 % afirmaron que, si utilizan estrategias o adaptaciones para favorecer la inclusión de estudiantes con discapacidades en las clases de Educación Física, lo que evidencia un compromiso por generar un entorno más equitativo. Sin embargo, el otro 50 % indicó que no aplican ningún tipo de estrategia, lo que refleja la existencia de brechas en la capacitación docente o en la implementación de prácticas inclusivas. Este resultado sugiere la necesidad de fortalecer la formación pedagógica y proporcionar recursos que faciliten la adaptación de las actividades a las necesidades de todos los estudiantes.

La encuesta dirigida a los alumnos, destaca los siguientes resultados:

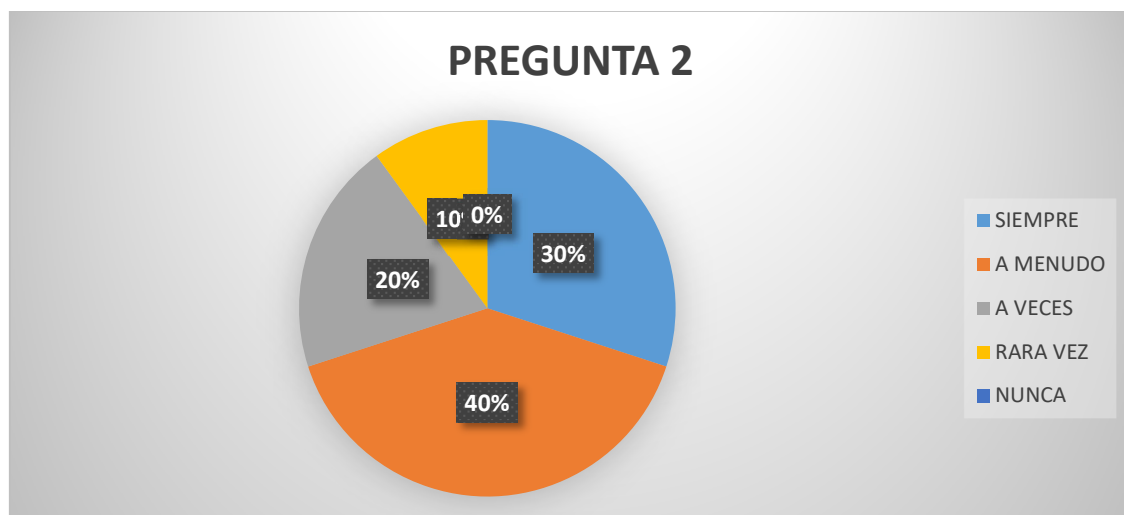
Figura 1: ¿Te sientes incluido/a y valorado/a en las clases de educación física?



Nota: Elaboración propia.

Los resultados muestran que solo el 20 % de los estudiantes se sienten siempre incluidos y valorados, mientras que un 30 % se percibe así a menudo, y otro 30 % a veces. Un 20 % restante reporta sentirse rara vez o nunca incluido/a. Esto indica que, aunque existe un esfuerzo por implementar estrategias inclusivas, aún no todos los estudiantes perciben una participación equitativa y constante en las clases de Educación Física. Los datos sugieren la necesidad de reforzar las metodologías y adaptaciones aplicadas, promoviendo un ambiente donde la inclusión sea más efectiva y sostenida para todos.

Figura 2: ¿Consideras que los profesores adaptan las actividades físicas para que todos puedan participar, sin importar sus habilidades?

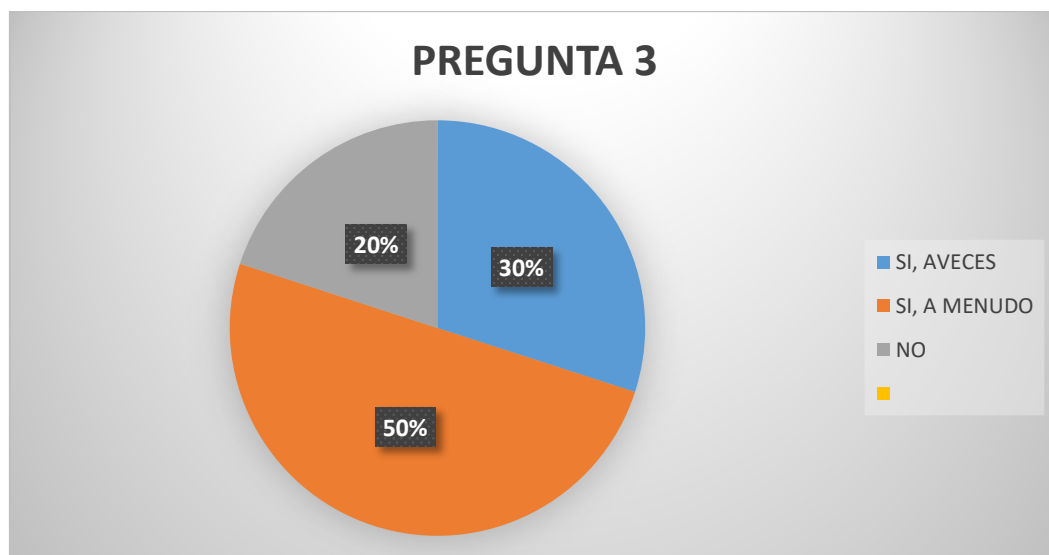


Nota: Elaboración propia.

La mayoría de los estudiantes 30 % percibe que los docentes adaptan siempre las actividades físicas, mientras que 40 % refiere que a menudo realizan las actividades físicas, lo que indica un esfuerzo significativo por promover la inclusión en las clases de Educación Física. Sin embargo, un 20 % considera que las adaptaciones se realizan solo a veces, y un 10 % percibe que rara vez se adaptan las actividades.

Estos resultados reflejan que, aunque existe conciencia sobre la importancia de la inclusión, aún se presentan inconsistencias en la implementación de estrategias, lo que sugiere la necesidad de fortalecer la planificación y capacitación docente para asegurar la participación equitativa de todos los estudiantes.

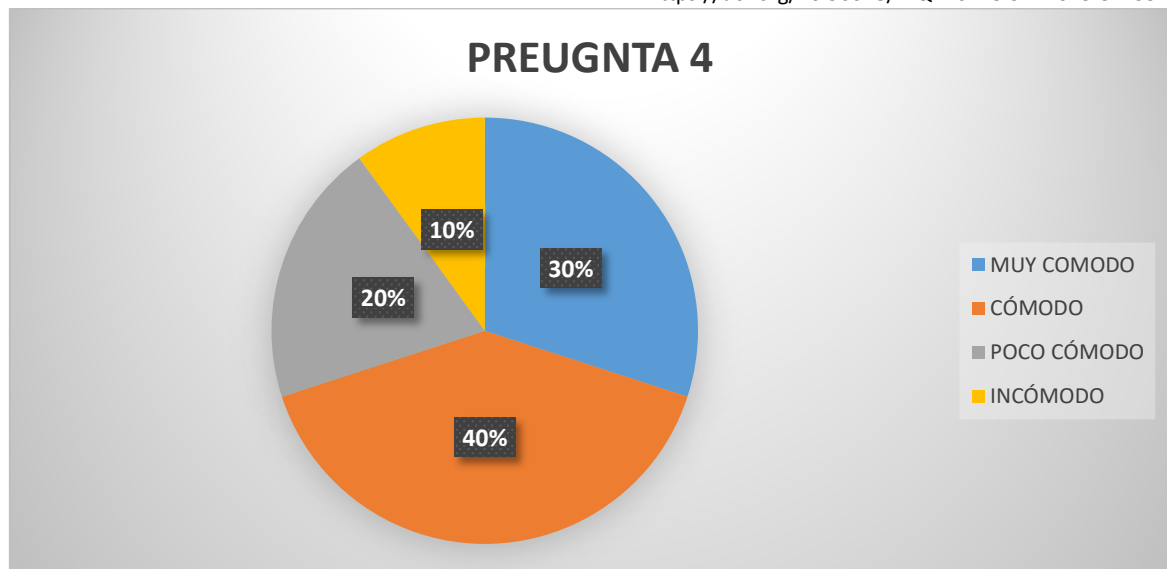
Figura 3: ¿Has notado si algún compañero/a tiene dificultades para participar en las actividades físicas?



Nota: Elaboración propia.

La mayoría de los estudiantes 50 % ha observado que algunos compañeros enfrentan dificultades para participar en las actividades físicas, ya sea a menudo, por otro lado, el 30 % a veces. Solo un 20 % indicó que no ha notado dificultades. Esto evidencia que, aunque se aplican estrategias inclusivas, todavía existen barreras que limitan la participación plena de algunos alumnos. Los datos sugieren la necesidad de reforzar las adaptaciones, la supervisión docente y la atención individualizada para garantizar que todos los estudiantes puedan participar activamente en las clases de Educación Física.

Figura 4: ¿Qué tan cómodo/a te sientes participando en las actividades físicas propuestas por el profesor?



Nota: Elaboración propia.

El 30 % se siente muy cómodo y el 40% cómodo participando en las actividades físicas, lo que refleja que, en general, las clases logran generar un entorno participativo y acogedor. Sin embargo, un 20 % de los alumnos reporta sentirse poco cómodo y el 10% incómodo, lo que indica que aún existen barreras o situaciones que dificultan la plena participación. Estos resultados sugieren la importancia de seguir ajustando las estrategias inclusivas y promoviendo un clima de confianza, seguridad y apoyo para todos los estudiantes.

Es por ellos, que los hallazgos encontrados, demuestran que la mitad de los docentes ha recibido formación específica, misma que concuerda con estudios que señalan la formación docente como factor crítico para lograr la inclusión en Educación Física. Según Alhumaid et al. (2022), señalan que las capacitaciones incrementan la autoeficacia y actitudes positivas de los docentes hacia la inclusión, lo cual se asocia con mayor uso de adaptaciones en clase. Estudios recientes especifican que la formación está asociada a actitudes más positivas y con una mayor disposición a incluir a estudiantes con discapacidad.

Por otro lado, Bertills & Björk (2024) mencionan que los docentes realizan sus prácticas concretas en el aula, las mismas que son limitadas. Estudios cualitativos y descriptivos sobre barreras y facilitadores indican que la existencia de estrategias adaptativas depende fuertemente de recursos, tiempo de planificación y experiencia del docente. En contraste, Shao et al. (2025) indican que algunos trabajos recientes han identificado que la inclusión en el aula y fuera de ella, se logra a través de buenas prácticas, tales como es el uso de recursos adaptados y metodologías cooperativas que son capaces de aumentar una buena inclusión, a su vez, otros reportes muestran que la inclusión, aunque es limitada, se logra por medio de buenos procedimientos, mismos que son recursos de capacitación y buena formación docente.

Conclusiones

La presente investigación permitió identificar las barreras y desafíos que enfrentan los estudiantes en las clases de Educación Física en la Unidad Educativa Santa Mariana de Jesús, así como las estrategias innovadoras que favorecen la inclusión educativa. Se evidenció que, aunque existen esfuerzos por parte de los docentes para adaptar actividades y promover la participación de todos los estudiantes, aún persisten limitaciones relacionadas con la capacitación docente, la disponibilidad de recursos y la percepción de equidad por parte de algunos alumnos. Estos factores generan diferencias en el grado de inclusión y afectan el desarrollo integral de los estudiantes con necesidades educativas especiales.

Asimismo, se comprobó que la implementación de estrategias inclusivas, como la adaptación de materiales, el aprendizaje cooperativo, la incorporación de tecnologías y la evaluación flexible, contribuye de manera significativa a fortalecer la participación, la autoestima y el sentido de pertenencia de los estudiantes. La educación física se revela, así como un espacio privilegiado para fomentar valores como la cooperación, la solidaridad y el respeto a la diversidad, promoviendo no solo el desarrollo físico, sino también el social y emocional.

En consecuencia, se concluye que la inclusión educativa en Educación Física requiere un compromiso sostenido de la institución y de los docentes, basado en la planificación de estrategias pedagógicas adaptadas, la formación continua y la sensibilización sobre la diversidad. La adopción de estas medidas permitirá garantizar un entorno escolar más equitativo, participativo y respetuoso de las diferencias individuales, fortaleciendo el aprendizaje y contribuyendo a la formación integral de todos los estudiantes.

Referencias bibliográficas

Aguirre-Chávez, J., Robles-Hernández, G., Franco-Gallegos, L., & Montes-Mata, K. (2025). Superando barreras: educación física inclusiva para estudiantes con necesidades educativas especiales una revisión documental. *Retos*, 69, 102-109. <https://doi.org/10.47197/retos.v69.112434>

Alhumaid, M., Allah, A., Alhuwail, A., Alobaid, M., Abu, N., Alsalman, Z., Alqahtani, S., Alherz, A.... & Alshikh, A. (2022). Physical education teachers' attitudes toward inclusion of students with disabilities in Saudi Arabia. *Frontiers in Psychology*, 13. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2022.1006461>

Bertills, K., & Björk, M. (2024). Facilitating regular Physical Education for students with disability—PE teachers' views. *Frontiers in Sports and Active Living*, 6. <https://doi.org/10.3389/fspor.2024.1400192>

Blanco, R., & Duk, C. (2019). El Legado de la Conferencia de Salamanca en el Pensamiento, Políticas y Prácticas de la Educación Inclusiva. *Revista Latinoamericana de Educación Inclusiva*, 13(2), 25-43. <https://doi.org/10.4067/s0718-73782019000200025>

Chuquimarca-Males, E., Gualacata-Cachimuel, N., Serrano-Aguilar, J., López-Orozco, L., & Palacios-Zumba, E. (2024). Inclusión y adaptación en la Educación Física: estrategias para la participación de estudiantes con discapacidades. *PODIUM: Revista de Ciencia Y Tecnología En La Cultura Física*, 19(1), 26. <https://dialnet.unirioja.es/descarga/articulo/9560400.pdf>

Clavijo-Castillo, R., & Bautista-Cerro, M. (2020). La educación inclusiva. Análisis y reflexiones en la educación superior ecuatoriana. *ALTERIDAD.Revista de Educación*, 15(1), 113-124. <https://doi.org/10.17163/alt.v15n1.2020.09>

García, P., & Borja, V. (2021). Actitudes del profesorado de Educación Física hacia la inclusión de alumnos con discapacidad. *Retos*, 39 (7-12).

González, P., & Campos, A. (2019). Prácticas inclusivas en educación física: Desafíos y oportunidades en escuelas chilenas. *Revista Latinoamericana de Educación Inclusiva*, 13(1), 45-62. Pdf

León-Aroca, M., Coello-Coello, B., Palma-Coello, R., Castro-Bustamante, M., Carrasco-Valencia, Z., Riofrío-Cartuche, V., Zambrano-Arteaga, P., & Morales-Briones, M. (2025). Educación inclusiva: desafíos y soluciones para un aula diversa. *Revista InveCom*, 5(1), e501027. Epub 18 de noviembre de 2024. <https://doi.org/10.5281/zenodo.11043932>

Marín-Suelves, D., Ramón-Llin, J., y Tijeras-Iborra, A. (2023). Effects of Physical



Education on students with intellectual disabilities. A systematic review. *Cultura, Ciencia y Deporte*, 18(58), 139-161. <https://doi.org/10.12800/ccd.v18i58.2021>

Milthon-Betancourt, J., & et.al. (2020). Revisión documental de estrategias pedagógicas utilizadas en el área de la educación física, para fortalecer las competencias ciudadanas. *Retos*, 38 , 845-851

Moreta-Guasgua, K. (2025). Estrategias innovadoras para el proceso de enseñanza-aprendizaje de la Educación Física. *MENTOR Revista De investigación Educativa Y Deportiva* , 4(11), 922-940. <https://doi.org/10.56200/mried.v4i11.9506>

Naranjo-Naranjo, G., Torres-Palchisaca, Z., & Fernández, G. (2021). Estrategias Metodológicas de la Educación Física para la Inclusión de Escolares con Mono-Para y Tetraplejia. *CIENCIAMATRIA*, 7(3), 794-817. <https://dialnet.unirioja.es/descarga/articulo/8326161.pdf>

Organización de las Naciones Unidas (ONU). (2023). Informe de los Objetivos de Desarrollo Sostenible 2023: Edición especial. Departamento de Asuntos Económicos y Sociales de la ONU. https://unstats.un.org/sdgs/report/2023/The-Sustainable-Development-Goals-Report-2023_Spanish.pdf

Reyes-Suquilanda, J., Plaza-Vargas, L., & Pazmiño-Pineda, V. (2024). Inclusión y Adaptación en la Educación Física en Ecuador: hacia un enfoque integrador. *Ciencia Latina Revista Científica Multidisciplinar*, 8(2), 206-218. https://doi.org/10.37811/cl_rem.v8i2.10393

Shao, J., Cui, Z., & Bao, Y. (2025). Adaptive sports programs as catalysts for social inclusion and cognitive flexibility in inclusive physical education: the mediating roles of emotional resilience and empathy. *BMC Psychology*, 13(1). <https://doi.org/10.1186/s40359-025-03092-2>

Souza, R., Carvalho, M., & Lima, F. (2021). Inclusão de estudantes com deficiência nas aulas de educação física: Desafios na realidade brasileira. *Revista Brasileira de Educação Física e Esporte*, 35(2), 211-220. Pdf

UNESCO. (2020). Informe de seguimiento de la educación en el mundo 2020: Inclusión y educación: todos sin excepción. <https://unesdoc.unesco.org/ark:/48223/pf0000373718>

Valarezo-Cueva, A., Sánchez-Pastor, F., & Aldeán-Riofrío, M. (2022). Inclusión educativa. Una mirada hacia un horizonte epistemológico. *Episteme Koinonía. Revista Electrónica de Ciencias de la Educación, Humanidades, Artes y Bellas Artes*, 5(10), 29-43. Epub 29 de diciembre de 2022. <https://doi.org/10.35381/e.k.v5i10.1860>

Valarezo-Cueva, A., Sánchez-Pastor, F., & Aldeán-Riofrío, M. (2022). Inclusión educativa. Una mirada hacia un horizonte epistemológico. *EPISTEME KOINONIA*, 5(10), 29. <https://doi.org/10.35381/e.k.v5i10.1860>

Zumba, P., & Cobas, R. (2024). Programa Educativo para la Inclusión de estudiantes con Discapacidad Intelectual en la clase de Educación Física. *Dominio de Las Ciencias*, 10(2), 1043-1060. <https://doi.org/10.23857/dc.v10i2.3846>

ANEXOS

Cuestionario para Docentes de Educación Física

Instrucciones: Por favor, responda las siguientes preguntas con la mayor sinceridad posible. Su participación es fundamental para mejorar las prácticas inclusivas en nuestra institución.

1. ¿Ha recibido formación específica en inclusión educativa?

- ☐ ☐ **Sí**
- ☐ ☐ **No**

2. ¿Cree que los estudiantes con discapacidades o necesidades especiales participan de manera equitativa en las clases de educación física?

- ☐ ☐ **Siempre**
- ☐ ☐ **A menudo**
- ☐ ☐ **A veces**
- ☐ ☐ **Rara vez**
- ☐ ☐ **Nunca**

3. ¿Utiliza alguna estrategia o adaptación para incluir a estudiantes con discapacidades en las actividades de educación física?

- ☐ ☐ **Sí**
- ☐ ☐ **No**

Si su respuesta fue "Sí", por favor describa brevemente las estrategias que utiliza:

Cuestionario para Estudiantes

Instrucciones: Por favor, responde las siguientes preguntas con sinceridad. Tus respuestas son importantes para mejorar la inclusión en nuestras clases de educación física.

1. ¿Te sientes incluido/a y valorado/a en las clases de educación física?

- ☐ Siempre
- ☐ A menudo
- ☐ A veces
- ☐ Rara vez
- ☐ Nunca

2. ¿Consideras que los profesores adaptan las actividades físicas para que todos puedan participar, sin importar sus habilidades?

- ☐ Siempre
- ☐ A menudo
- ☐ A veces
- ☐ Rara vez
- ☐ Nunca

3. ¿Has notado si algún compañero/a tiene dificultades para participar en las actividades físicas?

- ☐ Sí, a menudo
- ☐ Sí, a veces

- ☐ No

4. **¿Qué tan cómodo/a te sientes participando en las actividades físicas propuestas por el profesor?**

- ☐ Muy cómodo/a
- ☐ Cómodo/a
- ☐ Poco cómodo/a
- ☐ Incómodo/a

Conflicto de intereses:

Los autores declaran que no existe conflicto de interés posible.

Financiamiento:

No existió asistencia financiera de partes externas al presente artículo.

Agradecimiento:

N/A

Nota:

El artículo no es producto de una publicación anterior.