BAPNE method as a strategy for inclusion of overweight students in Physical Education classes

Método BAPNE como estrategia de inclusión de estudiantes con sobrepeso en las clases de Educación Física

Autores:

Lic. Titumaita-Cacuango, Anderson David
UNIVERSIDAD BOLIVARIANA DEL ECUADOR
Licenciado en Pedagogía de la Actividad Física y Deporte
Babahoyo – Ecuador
adtitumaitac@ube.edu.ec
https://orcid.org/0009-0004-4965-466X

Lic. Villamar-Martínez, Evelyn Dayanna
UNIVERSIDAD BOLIVARIANA DEL ECUADOR
Licenciada en Ciencias de la Educación Mención Educación Primaria
Isidro Ayora – Ecuador
edvillamarm@ube.edu.ec
https://orcid.org/0009-0005-7881-034X

DrC. Romero-Ibarra, Orlando Patricio
UNIVERSIDAD DE GUAYAQUIL
Doctor en Ciencias Humanas
Guayaquil -Ecuador
patricio.romeroi@ug.edu.ec
https://orcid.org/0000-0003-3919-4589

Doc. Maqueira-Caraballo, Giceya de la Caridad
UNIVERSIDAD BOLIVARIANA DEL ECUADOR
Doctora Programa de Innovaciones Científicas y Didácticas en Educación Física Escolar
Durán -Ecuador
gdmaqueirac@ube.edu.ec
https://orcid.org/0000-0001-6282-3027

Fechas de recepción: 30-OCT-2024 aceptación: 30-NOV-2024 publicación: 15-DIC-2024

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

Resumen

El presente proyecto tiene como objetivo diseñar una guía didáctica de ejercicios del método BAPNE, para la inclusión de estudiantes con sobrepeso en las clases de educación física, Se realizo el estudio en la escuela de educación básica Luis Felipe Borja con una población de 300 estudiantes, 12 docentes incluidos las autoridades y personal administrativo, se aplicó un enfoque mixto, no experimental de tipo descriptivo-explicativo y trasversal, con un tipo de muestreo no probabilístico por conveniencia, al séptimo grado con 19 estudiantes de los cuales 6 de ellos tienen sobrepeso según la fórmula de IMC. Se implemento la técnica de la observación y como instrumentos la ficha de observación para diagnosticar la etapa de diagnóstico inicial y una encuesta para la respectiva validación de la propuesta. La creación de la presente guía didáctica inclusiva de ejercicios del método BAPNE demuestro que es una herramienta adecuada y efectiva para la inclusión de estudiantes con sobrepeso en las clases de educación física además de que considera las necesidades y características específicas de los estudiantes con sobrepeso en el diseño de las actividades, estrategias y fomenta la participación, significativa de todos los estudiantes, independientemente de su peso o condición física.

Palabras clave: Inclusión; Método BAPNE; Obesidad

Abstract

The objective of this project is to design a teaching guide of exercises of the BAPNE method, for the inclusion of overweight students in physical education classes. The study was carried out at the Luis Felipe Borja basic education school with a population of 300 students. 12 teachers including authorities and administrative staff, a mixed, non-experimental, descriptive-explanatory and transversal approach was applied, with a type of non-probabilistic convenience sampling, to the seventh grade with 19 students of which 2 of them are overweight according to the BMI formula. The observation technique was implemented and as instruments the observation sheet to diagnose the initial diagnosis stage and a survey for the respective validation of the proposal. The creation of this inclusive teaching guide of exercises of the BAPNE method demonstrates that it is an appropriate and effective tool for the inclusion of overweight students in physical education classes, in addition to considering the specific needs and characteristics of overweight students in the design of activities, strategies and encourages the active, meaningful participation of all students, regardless of their weight or physical condition.

Keywords: Inclusion; BAPNE Method; Education

Introducción

El método BAPNE tiene una estructura metodológica definida que incita la lateralidad y se clasifica en somatosensorial, percutida, giratoria y espacial. Arnau y Romero (2022) enfatizan que la práctica de ejercicios de percusión corporal pretende ocasionar diferentes sonidos con el fin didáctico que se puede utilizar a través del juego del cuerpo produciendo diversos tipos de sonidos con una finalidad didáctica, finalidad terapéutica, antropológica y social.

Realizar actividades físicas son esenciales para nuestra salud además desde sus inicios la música está estrechamente relacionada con el movimiento inclusive cuando el ser humano está en un estado de escucha pasiva de música, el cerebro maquina los movimientos del cuerpo, aunque externamente se exprese.

El Método BAPNE en la Inclusión (Arnau y Romero, 2022), menciona, que se centra en la exploración de las relaciones interpersonales, puede ayudar a identificar y abordar posibles barreras para la inclusión, como la falta de comunicación efectiva, la discriminación o la falta de comprensión mutua.

Al aplicar el método BAPNE en la inclusión de niños con sobrepeso, se puede trabajar para crear un ambiente escolar más comprensivo, inclusivo y respetuoso, donde todos los niños se sientan valorados y apoyados independientemente de su apariencia física.

Los aportes del Método BAPNE ofrece valiosos aportes a la educación inclusiva al promover la comprensión, empatía y aceptación entre los miembros de la comunidad educativa. Bravo (2023) manifiesta que, al identificar y abordar barreras para la inclusión, como la falta de comunicación efectiva o el estigma, este enfoque facilita la creación de entornos escolares más equitativos y respetuosos. Además, al enseñar habilidades de negociación, establecimiento de límites y empoderamiento individual, el método BAPNE capacita a los estudiantes para participar activamente en su educación y promueve una mayor autoestima y confianza en sí mismos. En conjunto, el método BAPNE contribuye a cultivar un ambiente educativo donde cada estudiante se siente valorado y apoyado, independientemente de sus diferencias.

La Organización Mundial de la Salud OMS [2023], plantea que “la inclusión es un proceso que busca garantizar que todas las personas tengan acceso a los servicios y recursos que necesitan para participar plenamente en la sociedad”. En este sentido la inclusión presenta varias ventajas, por ejemplo, una humanidad más ecuánime y respetuosa con respecto a las diferencias, creando situaciones donde las personas no etiqueten ni excluyan a los demás.

Lalama (2018) en su obra la “Inclusión educativa: ¿quimera o realidad?” manifiesta que la inclusión educativa es un proceso de identificación para responder e identificar la diversidad de

necesidades educativas especiales por parte de los estudiantes para tener una reducción significativa en la exclusión educativa.

Mediante esta referencia se puede inferir que la inclusión es un derecho de todos los niños, las niñas, adolescentes, jóvenes y adultos para poder tener una educación de calidad, que considere y respete diferentes capacidades y necesidades educativas, costumbres, etnia, idioma, discapacidad, edad, etc.

La Inclusión Educativa en el Ecuador

Arcos, Garrido y Balladares (2023), destacan que, en Ecuador, la inclusión educativa tiene una perspectiva en las políticas educativas debido a que estas promueven un aprendizaje y la participación segura de los estudiantes en un entorno libre de acoso y sin ningún tipo de discriminación para poder brindar así una atención de calidad y calidez, lo que permite tener un contexto educativo equitativo, teniendo en cuenta las condiciones que puedan presentar.

Gómez, Roba, Hernández y Escalante (2021), mencionan que la inclusión y la Educación Física en la actualidad están estrechamente relacionadas entre sí debido a que el fin primordial es mejorar la calidad física, emocional e integral del ser humano, los profesionales de educación física en la actualidad deben garantizar "el desarrollo de habilidades y capacidades motrices. También se desarrollan aquí aptitudes sociales, cognitivas y emocionales en los educandos, que tienen mayor relevancia en aquellos que presentan una discapacidad y están incluidos en la enseñanza general.

Sobrepeso

Según la OMS (2024), el sobrepeso es una enfermedad crónica que padece el ser humano y esta se genera por la "acumulación excesiva de grasa" que es dañino para el ser humano además esta puede producir enfermedades cardio-hepáticas, obesidad incluso el cáncer.

Gonzalez, Zhiñin, Romero y Maqueira (2024), mencionan que según cifras de la "UNICEF, OMS y el Banco Mundial" el 33,6% de los infantes y jóvenes están padeciendo el sobrepeso y estos se encuentran entre la edad de 5 a 19 años, el 8% son menores de 5 años, además en Ecuador hubo un aumento en el sobrepeso del 4,5% en 2000 al 9,8% en 2020 esto es consecuencia por la mala alimentación.

La inclusión y el sobrepeso fomenta una educación de calidad debido a que con actividades adaptadas a las necesidades de los alumnos se puede evitar cualquier tipo de discriminación que padecen los alumnos en el entorno educativo. Gonzalez, Zhiñin, Romero y Maqueira (2024), expresan que la Educación Física tiene un efecto positivo en la participación de los estudiantes con sobrepeso debido a que posibilita la cooperación en el contexto educativo además de crea un espacio social a través del movimientos corporales y promueve una actitud que respeta y valora las diferencias entre iguales. Así mismo reduce aspectos negativos psicológicos y sociales que son

causados por estudiantes que padecen situaciones de exclusión y discriminación lo que es muy perjudicial ya que genera depresión, aislamiento y baja autoestima.

El sobrepeso está íntimamente ligado a la falta de actividad física en la infancia y adolescencia. La Educación Física tiene un papel esencial en la prevención para Brito (2023), el sobrepeso en la adolescencia es un problema a nivel mundial, en el entorno educativo debido, a los estilos de vida actuales, más aún cuando se habla al mal uso de tecnología, esta ha generado reducción significativa a la práctica de las diferentes actividades físicas.

El sobrepeso constituye ya un problema en la edad escolar, los estudios realizados por Monroy, Calero y Fernández (2018), mencionan la educación física son de alto valor y adecuados para reducir significativamente un estilo de vida sedentario en los estudiantes más aun los ejercicios que tiene un alto componente aeróbico.

Machado, Ramos y Pírez (2018), mencionan que es muy importante identificar la prevalencia del sobrepeso en la población escolar, y sobre todo buscar las probables causas que la determinan, para actuar sobre ellas en su prevención Montes (2022), expresa que un niño/a que padece sobrepeso va a desarrollar varias complicaciones a corto, mediano y largo plazo con enfermedades físicas y psicológicas como: enfermedades respiratorias, cardiovasculares, baja autoestima y efectos negativos en su vida social.

Causas y factores por el sobrepeso

Se deben de considerar que existe muchos factores de riesgo de sobrepeso y obesidad Zavala, Pincay, Ponce y Pozo (2024), manifiestan que algunos son factores individuales, como el conocimiento, las habilidades y las conductas. Otros se encuentran en el entorno, como la escuela, el lugar de trabajo y el vecindario. Además, las prácticas de la industria alimentaria pueden influir en el riesgo de padecer sobrepeso.

Causas por las que se da la exclusión a estudiantes con sobrepeso

Sánchez (2022), menciona que la falta de planificaciones adaptadas a las necesidades educativas especiales en los estudiantes con sobrepeso es unas principales causas de la “obesidad infantil” por ello los educandos sufren de discriminación por parte de sus compañeros en el contexto educativo por este motivo en el transcurso del tiempo a este tipo de alumnos se los empieza a aislar de cualquier tipo de actividades físicas y deportivas.

Índice de Masa Corporal

Quiroga, Delgado y Ramos (2022), se basaron en varias investigaciones para promediar las curvas de los percentiles del Índice de Masa Corporal (IMC), obteniendo los puntos específicos entre las

edades de 2 a 18 años para mujeres y hombres. Los valores mayor o igual a 25 padecen sobrepeso y mayor o igual a 30 padecen obesidad.

Tabla 1:

IMC para la edad, de niñas y niños de 5 a 18 años

Edad (años: SD	Desnutrición severa SD (IMC)	Desnutrición moderada ≥ – 2 to ≤ +1 SD (IMC) (IMC)	Normal ≥ – +1 to ≤ +2 (IMC)	Sobrepeso > +2 SD meses)	Obesidad > < –3 SD	3 to < –2
IMC para la edad, de niñas de 5 a 18 años (OMS 2007)						
10:0		menos de 12.8	12.8_13.6	13.5_19.0	19.1–22.6	22.7 o más
10:6		menos de 12.5	12.5–13.6	13.7–19.4	19.5–23.1	23.2 o más
11:0		menos de 12.7	12.7–13.8	13.9–19.9	20.0–23.7	23.8 o más
11:6		menos de 12.9	12.9–14.0	14.1–20.3	20.4–24.3	24.4 o más
12:0		menos de 13.2	13.2–14.3	14.4–20.8	20.9–25.0	25.1 o más
12:6		menos de 13.4	13.4–14.6	14.7–21.3	21.4–25.6	25.7 o más
IMC para la edad, de niños de 5 a 18 años						
10:0		menos de 12.8	12.8–13.6	13.7–18.5	18.6–21.4	21.5 o más
10:6		menos de 12.9	12.9–13.8	13.9–18.8	18.9–21.9	22.0 o más
11:0		menos de 13.2	13.2–14.1	14.2–19.5	19.6–23.0	23.1 o más
11:6		menos de 13.2	13.2–14.1	14.2–19.5	19.6–23.0	23.1 o más
12:0		menos de 13.4	13.4–14.4	14.5–19.9	20.0–23.6	23.7 o más
12:6		menos de 13.6	13.6–14.6	14.7–20.4	20.5–24.2	24.3 o más

Fuente: OMS (2007).

La presente investigación se realizo por la relevancia y la necesidad de explorar nuevas metodologías innovadores que tienen un gran impacto en mejorar la inclusión en los estudiantes con sobrepeso, ademas la importacia de conocer las bases teoricas del metodo BAPNE y sus efectos en estudiantes con sobrepeso aún no han sido exhaustivamente explorados de esta forma se contribuiría al diseño de intervenciones más efectivas para promover la inclusión y el desarrollo a los educandos.

Metodología

La presente investigación tiene un enfoque mixto, no experimental de tipo descriptivo-explicativo y trasversal, el cual permite realizar una interpretación minucioso sobre el desarrollo de estrategias de inclusión en los estudiantes con sobrepeso en las clases de educación fisca, con el fin de entender, comprender, describir, analizar y explicar los fenómenos que actúan en dicha investigación Vizcaíno, Cedeño, y Maldonado (2023), además de dar resoluciones y potencializar la participación significativa del desarrollo de habilidades en un contexto de educación física inclusiva.

Métodos empleados y sus propósitos en el contexto de investigación

Piñas, Fuertes, López, Fuertes y Aguirre (2022), expresan que el método histórico lógico se emplea para realizar una validación sobre el entorno histórico y social de los factores que intervienen en la presente investigación, además se utilizó para entender y analizar las características sociales del fenómeno a estudiar, también se usó el método deductivo para proponer conclusiones generales a conclusiones específicas y el método inductivo para dar ideas particulares a ideas generales

Se uso el método sistémico estructural para explicar de forma ordenada una serie de acciones o situaciones del fenómeno a estudiar, Peña y Velázquez (2018), manifiestan que “conforma en un sistema de procedimientos e indicaciones que guían este proceso y que si son aplicados conscientemente por los sujetos de acuerdo con la naturaleza del objeto” se empleó este método para estructurar de forma sistémica la propuesta de la investigación.

Se aplico el método descriptivo para desarrollar de forma sistémica y clara la descripción problemática del presente estudio, la descripción estadística sobre el IMC de los estudiantes con sobre peso y el detalle de los resultados obtenidos. Además, se implementó el uso del método no experimental Calle (2023), es un método de investigación es una estrategia de investigación que se caracteriza por observar los fenómenos en su estado natural, la presente investigación solo se limitó en la observación de los hechos suscitados en la Escuela Luis Felipe Borja en su estado innato.

Instrumentos derivados de la metodología seleccionada.

Se utilizo la ficha de observación cualitativa de Romero, Parrales, Romero, Maqueira (2024), la cual fue adaptada a este estudio, para la recolección de la información sobre el diagnóstico de la situación actual de la inclusión. Además, se implementó el uso de una encuesta para validar la guía metodológica del método BAPNE y así poder recopilar información, sobre su efectividad como estrategia de inclusión en estudiantes con sobrepeso, la encuesta se aplicó a docentes de la Escuela Luis Felipe Borja con preguntas muy precisas de forma que se obtuvo datos numéricos y estadísticos para su respectivo análisis.

Ficha de observación

El presente instrumento de carácter cualitativo fue utilizado para el diagnóstico de la situación actual de la inclusión, además se evaluó el criterio de desarrollo cognitivo con 4 indicadores, el criterio de socialización social con 6 indicadores y el criterio de relación con 3 indicadores, con un total de 3 criterios y 13 indicadores.

Encuesta

La encuesta se desarrolló para validar la efectividad de la guía didáctica sobre el método BAPNE como estrategia de inclusión a estudiantes con sobrepeso, se hizo una validación por especialistas los cuales fueron 8 docentes que pertenecen a la Escuela Luis Felipe Borja, la encuesta consta de 10 preguntas y con una escala de Likert (Totalmente en desacuerdo, Desacuerdo, Neutral, De acuerdo, Totalmente de acuerdo).

Delimitación de la población y la muestra.

Población

La población del estudio consta de 12 docentes, incluyendo a la directora de la institución, un total de 205 estudiantes matriculados entre preparatoria, básica elemental y básica media, dando un total de 217 participantes.

Muestra

Para la presente investigación se utilizó un tipo de muestreo no probabilístico por conveniencia, con el séptimo grado, donde existe un total de 19 estudiantes de los cuales 6 de ellos tienen sobrepeso de acuerdo con el IMC (índice de masa corporal). La guía tiene la duración de 8 semanas.

Resultado

A continuación, se muestra los resultados del Índice de masa corporal de la muestra.

Tabla 2

Índice de masa corporal de la muestra

Número de participante	Edad	Sexo	Peso (Kg)	Altura (m)²	IMC Kg / (m)²	Resultado
Participante 1	12:1	Femenino	40.90	1.42	20.30	Normal
Participante 2	11:7	Femenino	49.06	1.43	24	Sobrepeso
Participante 3	12:7	Femenino	48.35	1.51	21.2	Normal
Participante 4	11:7	Femenino	53.38	1.49	24	Sobrepeso
Participante 5	10:9	Masculino	36.92	1.44	17.8	Normal
Participante 6	12:3	Masculino	53.06	1.50	23.6	Sobrepeso
Participante 7	12:4	Femenino	50.97	1.44	24.6	Sobrepeso
Participante 8	12:9	Femenino	40.09	1.40	20.5	Normal
Participante 9	11:7	Femenino	49.44	1.62	18.8	Normal
Participante 10	11:10	Masculino	39.82	1.40	20.3	Normal
Participante 11	12:3	Masculino	39.46	1.49	17.8	Normal
Participante 12	10:11	Masculino	35.19	1.40	18	Normal
Participante 13	11:5	Femenino	40.37	1.59	16	Normal
Participante 14	11:11	Femenino	41.45	1.57	16.8	Normal
Participante 15	12:6	Femenino	40.82	1.60	15.9	Normal
Participante 16	12:8	Femenino	38.82	1.57	15.7	Normal
Participante 17	12:9	Masculino	45.89	1.50	20.4	Normal
Participante 18	12:9	Masculino	54.97	1.51	24.1	Sobrepeso
Participante 19	12:7	Masculino	50.51	1.45	24	Sobrepeso

Fuente: (Titumaita, Villamar, 2024)

Tabla 3

Resultados de la ficha de observación para diagnosticar el estado inicial de inclusividad.

Criterio	Indicador	Observación en las clases
Criterio de desarrollo cognitivo	1.-Permite el aprendizaje inclusivo	No debido, a que la participación de los estudiantes con sobrepeso necesita más actividades adaptadas a sus necesidades, ya que no participan en las clases de Educación Física de la misma forma que los compañeros.
	2.- Se aburre fácilmente con las actividades de aprendizaje	Se adapta a las actividades de aprendizaje, pero lamentablemente sus compañeros no la integran.
	3.- Soluciona sus problemas en la clase	No logra solucionar sus problemas en la clase con efectividad

	4.- Responde con facilidad los cuestionamientos del profesor	Responde con facilidad y precisión a los cuestionamientos del profesor, demostrando un sólido entendimiento de los temas tratados en clase.
Criterio de socialización	5.- Comparte y dialoga con facilidad con sus compañeros	Existe poco dialogo y no hay una facilidad de palabra entre ellos.
	6.-Tiene buena relación de dialogo con su maestra.	No existe una confianza entre la maestra y estudiante para tener un dialogo fluido.
	7.- Conversa con facilidad con sus compañeros de clase	De vez en cuando conversa con sus compañeros durante la clase de educación física.
	8.- Provoca conflicto entre sus compañeros	En algunas ocasiones existe conflicto por la condición en la que se encuentra.
	9.- Trabaja y dialoga con facilidad con sus compañeros	Con algunos compañeros se integra con facilidad mientras que con otros se le dificulta y no existe una buena relación.
	10.- Respeta turnos al realizar actividades.	Es cordial y respeta los turnos.
Criterio de relación	11.- Participa con frecuencia de las actividades en la clase de expresión corporal	Si participa y se destaca en las clases de expresión corporal de manera animada
	12.- Le gusta realizar actividades físicas (bailes,)	No le gusta mucho bailar.
	13.- Realiza actividades físicas (ejercicios)	Si realiza las actividades físicas con entusiasmo

Fuente: (Titumaita, Villamar, 2024)

Tabla 4

Guía didáctica de ejercicios del método BAPNE, para la inclusión de estudiantes con sobrepeso en las clases de educación física

Tema 1	**Escucha mediante el método BAPNE**		**Duración: 20 a 25 minutos**	
Titulo	**Objetivo**	**Materiales**	**Procedimiento adaptado para estudiantes con sobrepeso**	**Reglas**

El Teléfono descompuesto	Fomentar un entorno educativo dinámico donde los estudiantes con sobrepeso desarrollen sus habilidades de escucha activa y así crear un ambiente de aprendizaje significativo e inclusivo.	• Hojas de papel • Tarjetas • Esferos, lápices • Una bolsa o caja	Se debe de formar dos grupos A y B después el grupo se alinea en fila o comunas para que los estudiantes estén juntos y así facilitar la transmisión del mensaje. Se debe de escoger un representante de cada grupo para que escoja una tarjeta que tiene una frase, la frase debe de ser clara y simple. Luego el estudiante lee la frase en silencio y comienza a trasmitir el mensaje en forma de susurro al oído del siguiente estudiante, además debe de trasmitir un sonido corporal del cuerpo este puede ser un chasquido golpes con los pies, gesticulaciones o sonidos con la boca según el texto empleado. Después cada estudiante debe de escuchar atentamente y luego susurrar e imitar lo que escuchó y vio al siguiente estudiante, hasta llegar al último estudiante de la fila o columna. Por último, el estudiante que recepto al último la información tiene que decir en voz alta la frase y la imitación del sonido empleado y se procede a verificar.	La frase y el sonido de percusión tiene que ser comprensible. El estudiante al momento de trasmitir el mensaje y la Percusión realizarlo en forma de susurro. Los receptores tienen que escuchar atentamente y solo van a poder trasmitir el mensaje por una vez.
Rítmico y eco	Potencializar la habilidad de escuchar con atención y emular los patrones rítmicos usando el cuerpo humano como instrumento de percusión para fomentar la inclusión en estudiantes con sobrepeso en las clases de educación física	El cuerpo humano Un espacio físico amplio	Se ubican en forma de círculo luego el facilitador o un participante tiene que tomar el rol de "director". El "director" comienza palmeando un ritmo en su cuerpo ejemplo: palmas a los costados de los muslos, o chasquear los dedos incluso marchar). Después los demás participantes tienen que observar e imitar el ritmo dado por el "director" de igual manera. El "director" puede variar el ritmo, incluso dificultar más el ritmo con cambios de velocidad, se pueden ir cambiando al director entre los participantes.	Se tiene que incorporar sonidos de vocales e imitando el ritmo con sílabas. Se tiene que implementar instrumentos musicales simples mediante las percusiones del cuerpo.

Tema 2	**La interpretación musical**	**Duración: de 20 a 25 minutos**	
Titulo	**Objetivo**	**Materiales**	**Procedimiento**	**Reglas**

Concierto de Percusión Corporal	Desarrollar el ritmo, coordinación y la creatividad musical utilizando el método BAPNE para mejorar la inclusión en estudiantes con sobrepeso.	El cuerpo humano Un espacio físico Si considera necesarios instrumentos musicales	Primero se debe de forma un círculo con los estudiantes o participantes luego se los divide en dos grupos A: compositores B: instrumentos. El grupo A o los compositores se tienen que sentar en círculo y crear un ritmo usando su cuerpo como instrumento corporal pueden utilizar las palmas, chasquidos, pisotones y otros sonidos corporales. Luego el grupo B o instrumentos se tiene que ubicar alrededor del círculo y ver atentamente al grupo A "compositores". Después de haber creado el ritmo, los "compositores" tiene que enseñar a los "instrumentos" y ellos tienen que imitar la acción. Los "instrumentos" deben reproducir el ritmo con precisión, se pueden realizar variaciones intercambios de roles.	Cada grupo tendrá un período determinado, para realizar los patrones percusivos con el cuerpo. Los demás participantes deben imitar con precisión del ritmo dado los integrantes que estén en el rol de compositores deben de dificultar paulatinamente los ritmos de percusión.
Rondo Melódico	Desarrollar la escucha atenta y la interpretación mediante la imitación melódica y la creatividad musical del cuerpo para mejorar la inclusión educativa en los estudiantes con sobrepeso.	El cuerpo humano Un espacio físico Si considera necesarios instrumentos musicales	Primero se debe de formar un círculo con los estudiantes después un participante inicia el juego cantando o tarareando una frase musical, después el siguiente alumno debe de repetir la frase musical y agregar una nueva frase musical a la melodía inicial. Después el tercer participante debe de repetir las dos frases musicales y agregar una nueva y así sucesivamente. Se tiene que crear una melodía que se va construyendo colectivamente, cada vez se va a crear una melodía más larga y compleja.	Cada participante debe prestar mucha atención a las frases musicales realizadas por sus compañeros. La melodía únicamente se puede repetir una sola vez. Los participantes deben de implementar frases creativas y originales Se debe de recordar las frases musicales cantadas anteriormente debido a que no se puede repetir.
Tema 3	**La música, el movimiento y la danza**		**Duracion: de 20 a 25 minutos**	
Titulo	**Objetivo**	**Materiales**	**Procedimiento**	**Reglas**

Baile con globos	Fomentar la expresión corporal, mejorar la coordinación motora gruesa, y promover la diversión y el disfrute del movimiento para mejorar la inclusión en los estudiantes con sobrepeso.	Parlante Música Espacio físico Globos	Esta actividad consiste en permitir que los niños se muevan al ritmo de la música, colocando un globo en la frente además de eso tienen que realizar palmadas en el cuerpo siguiendo el ritmo de la música. Puedes seleccionar diferentes estilos musicales según la preferencia del grupo. Variaciones de la actividad Golpes en diferentes partes del cuerpo. Sonidos con la boca El globo puede ir en la parte de abdomen o entre las espaldas…	Colocar el globo en la frente. No se puede tocar el globo con las manos. El juego termina cuando quede una sola pareja, sin que se le caiga el globo.
Juegos de ritmo y movimiento	Mejorar la coordinación mano-ojo y la sincronización, promover la atención y concentración, y desarrollar habilidades de seguimiento auditivo para mejorar la inclusión en los estudiantes con sobrepeso.	Música Parlantes Espacio físico	Estos juegos combinan patrones de ritmo con movimientos corporales. (Palmadas) "Clap, clap, clap, clap, (Patadas) Kick, kick, kick, kick, (Chasquidos) Snap, snap, snap, snap. Por ejemplo, seguir el ritmo con palmadas o movimientos de pies. Practica primero las palmadas con la canción. Luego, añade las patadas. Además, incorpora los chasquidos. Después de dominar la canción básica, introduce variaciones. Por ejemplo, cambiar el ritmo (más rápido o lento), o añadir nuevos movimientos como saltos o giros. Finalmente divide a los niños en pequeños grupos y pídeles que creen sus propias secuencias de movimientos con la misma canción.	Seguir las secuencias de los movimientos. Aumentar las secuencias siguiendo el ritmo de la música.
Tema 4	**Ritmo y Alegría**		**Duracion: de 20 a 25 minutos**	
Titulo	**Objetivo**	**Materiales**	**Procedimiento**	**Reglas**

Simón Dice	Desarrollar la coordinación, el ritmo y la capacidad de seguir instrucciones mediante sonidos de percusión para mejorar la inclusión educativa en los estudiantes con sobrepeso.	Tambores de mano, bongós, o cualquier instrumento de percusión (pueden usar palmas si no hay instrumentos disponibles). Botellas con piedras que hagan sonido. Espacio amplio y seguro para moverse.	El juego de percusión "Simón Dice" es una actividad educativa y divertida diseñada para niños de 4 a 10 años, que utiliza sonidos de tambores, palmas u otros instrumentos de percusión. El objetivo es desarrollar la coordinación, el ritmo y la capacidad de seguir instrucciones. Simón (el líder) da comandos comenzando con "Simón dice...", seguidos de un movimiento específico. Por ejemplo: "Simón dice: Salta en un pie." "Simón dice: Gira tres veces." "Simón dice: Haz palmadas dos veces y luego choca los cinco con tu vecino." Los niños deben realizar el movimiento solo si Simón comienza el comando con "Simón dice...". Si Simón da un comando sin "Simón dice..." y un niño realiza el movimiento, ese niño queda eliminado de la ronda actual. Velocidad de los Comandos: Aumenta la velocidad de los comandos para desafiar la capacidad de respuesta de los niños. Movimientos Creativos: Introduce movimientos nuevos y creativos como saltos, pasos de baile, giros, etc. Movimientos en Parejas: Pide a los niños que realicen movimientos en parejas o en grupos pequeños. Ritmo y Música: Cambia el ritmo y el estilo de la música para variar la intensidad y la dificultad del juego. Comandos de Memoria: Agrega comandos que requieran recordar una secuencia de movimientos realizados previamente. La ronda termina cuando solo queda un niño sin ser eliminado. Este niño se convierte en el próximo Simón para iniciar una nueva ronda del juego.	Escuchar Atentamente. Seguir Instrucciones. Participar Activamente. Respeto Mutuo.

Coreografías con toc toc	Mejorar la memoria motriz, fortalecer la confianza en sí mismos y en el trabajo en equipo, y fomentar la creatividad en el movimiento para mejorar la inclusión en los estudiantes con sobrepeso.	Música parlante toc toc Espacio físico	Divide a los niños en grupos pequeños (de 3 a 5 niños por grupo, dependiendo del tamaño del grupo total). Explica a los niños que van a crear una coreografía utilizando el ritmo de "toc toc" como base. "Toc toc" puede ser realizado con las manos, los pies, o utilizando baquetas u otros objetos para generar sonidos rítmicos. Cada grupo tiene un tiempo asignado para inventar una secuencia de movimientos que se ajuste al ritmo de "toc toc". Pueden incluir movimientos como saltos, giros, pasos de baile simples, etc. Una vez que los grupos hayan creado su coreografía, deben practicarla varias veces para asegurarse de que todos los movimientos estén sincronizados con el ritmo de "toc toc". Cada grupo presenta su coreografía frente a los otros grupos y/o a un público (por ejemplo, otros compañeros de clase o maestros). Durante la presentación, los niños deben concentrarse en mantener el ritmo constante de "toc toc" mientras realizan sus movimientos. Después de cada presentación, los demás grupos pueden ofrecer retroalimentación positiva y constructiva sobre la coreografía presentada. El maestro también puede proporcionar comentarios sobre la sincronización, la creatividad y la ejecución de los movimientos. Incorporación de Música: Después de practicar con "toc toc", los grupos pueden elegir una canción para acompañar su coreografía. La música debe ajustarse al ritmo y estilo de los movimientos creados. Los grupos pueden elegir una temática o historia para su coreografía, utilizando los movimientos y el ritmo de "toc toc" para expresar la historia de manera visual y dinámica. Introduce desafíos adicionales como cambios de velocidad, inversión de movimientos o inclusión de pasos más complejos para desafiar a los niños y fomentar la mejora continua.	Mantén una distancia adecuada con los demás para evitar choques. Presta atención y sigue las indicaciones del profesor, para asegurar una actividad organizada y segura. No empujes ni interrumpas a los demás mientras están bailando. Si sientes dolor o incomodidad en algún momento, detén el baile y avisa al profesor de inmediato. Intenta participar en todas las actividades y movimientos. Anima a tus compañeros y mantén una actitud positiva.

Fuente: (Titumaita, Villamar, 2024)

Esta guía didáctica del método BAPNE ha sido diseñada para ser flexible y adaptable a las necesidades de una amplia gama de estudiantes, incluyendo aquellos con sobrepeso y aquellos sin

sobrepeso. Además, puede ser implementada con modificaciones para atender las necesidades específicas de estudiantes con diversas discapacidades.

Validación de la guía por especialistas a través de un banco de preguntas.

De acuerdo con la primera pregunta los docentes evaluaron la guía didáctica sobre el método BAPNE de manera positiva, con el 62.5% de docentes manifestando que la guía es clara y concisa.

En la pregunta 2 el 62.5% de docentes está totalmente de acuerdo que la guía está siempre organizada de manera lógica y secuencial.

En la pregunta 3 el 100% de los docentes está totalmente de acuerdo que consideran que la guía didáctica incluye ejemplos prácticos y actividades relevantes para aplicar el método BAPNE tanto en el aula como en la cancha.

En la pregunta 4 el 50% de docentes están totalmente de acuerdo que la guía siempre toma en cuenta estas necesidades específicas de los estudiantes y un 37.5% de los docentes opina que está de acuerdo.

En la pregunta 5 la mayoría de los docentes 62.5% están totalmente de acuerdo que la guía siempre promueve un lenguaje inclusivo y respetuoso hacia los estudiantes con sobrepeso, mientras que el 37.5% opina que está de acuerdo.

En la pregunta 6 los resultados indican que todos los docentes 100% están totalmente de acuerdo que las actividades propuestas en la guía fomentan la participación y significativa de todos los estudiantes, sin importar su peso o condición física.

En la pregunta 7 el 100% de los docentes están totalmente de acuerdo que la guía promueve un ambiente de clase positivo y seguro, donde todos los estudiantes se sienten valorados y respetados.

En la pregunta 8 el 100% de los docentes están totalmente de acuerdo que las actividades propuestas en la guía son siempre factibles de implementar en el contexto de la clase regular, teniendo en cuenta el tiempo y los recursos disponibles.

En la pregunta 9 el 62.5% de docentes están totalmente de acuerdo que la guía ofrece siempre sugerencias útiles para la colaboración entre docentes, padres y otros profesionales en el apoyo a la implementación del método BAPNE.

En la pregunta 10 el 62.5% docentes está totalmente de acuerdo que la guía siempre aporta recomendaciones para adaptar el método BAPNE a diferentes contextos culturales y sociales.

Discusión

Los resultados de la validación de la guía didáctica del método BAPNE por parte de especialistas son altamente alentadores. Estos resultados sugieren que la guía presenta un marco sólido y práctico para la implementación del método BAPNE en las clases de Educación Física, especialmente en el contexto de la inclusión de estudiantes con sobrepeso.

Los especialistas coinciden en que la guía es clara, bien estructurada y altamente relevante para el trabajo con estudiantes con sobrepeso. Estos resultados se alinean con investigaciones previas que subrayan la importancia de contar con materiales didácticos específicos y bien diseñados para atender las necesidades particulares de este grupo poblacional (Romero, 2020).

La percepción de los especialistas sobre la capacidad de la guía para promover la inclusión y el respeto es especialmente relevante. Investigaciones anteriores han demostrado que un ambiente escolar inclusivo puede tener un impacto positivo en el bienestar emocional y académico de todos los estudiantes, incluyendo aquellos con sobrepeso Torres, González y Almachi (2023), La guía didáctica del método BAPNE parece contribuir a la creación de este tipo de ambiente, al fomentar la participación y la valoración de las diferencias individuales.

Sin embargo, es importante señalar que la mayoría de los estudios sobre la efectividad de programas de intervención para estudiantes con sobrepeso se han centrado en aspectos como la actividad física y la nutrición, y en menor medida en la inclusión social y emocional. (Moral, Vicedo y Romero, 2020). La guía didáctica del método BAPNE ofrece una perspectiva más amplia, al abordar tanto los aspectos físicos como los socioemocionales del desarrollo del estudiante con sobrepeso. Sin embargo, es importante destacar que, si bien la guía presenta un marco teórico sólido y práctico, aún no ha sido implementada en un contexto real. Por lo tanto, los resultados obtenidos en este estudio se basan principalmente en la percepción de los especialistas y no en datos empíricos sobre su efectividad en la práctica.

Conclusiones

La revisión bibliográfica da a conocer que el método BAPNE ofrece un enfoque estructurado y sistémico en cual ayuda a facilitar la integración social entre compañeros además las actividades mejoran la coordinación, la movilidad y la fuerza de manera adaptativa a cualquier tipo de discapacidad más aun a los estudiantes con sobrepeso ya que este busca promover la motivación y la autoestima para favorecer una participación efectiva y positiva en las clases de educación física.

El estudio muestra que los estudiantes con sobrepeso enfrentan un entorno difícil, a pesar de demostrar un buen entendimiento de los conceptos teóricos, presentan dificultades para participar activamente en las actividades físicas debido a factores como las diferencias en sus estilos de

aprendizaje y la falta de adaptación de sus compañeros. Además, se evidencia una limitada interacción y comunicación, entre pares debido a su condición física.

Se logro determinar que la guía didáctica de ejercicios del método BAPNE para la inclusión de estudiantes con sobrepeso en clases de Educación Física posee características y elementos fundamentales específicos, se consideró las particularidades de los 6 estudiantes, adaptando los ejercicios a sus capacidades físicas y condición. También la guía promueve un ambiente de aprendizaje inclusivo y motivador, para que todos los estudiantes se sientan valorados y puedan participar activamente.

Los resultados de la validación de la guía didáctica del método BAPNE en la inclusión de estudiantes con sobrepeso en clases de Educación Física demuestran una alta confiabilidad de esta herramienta. Los docentes coincidieron que la guía es clara, concisa, organizada de manera lógica y secuencial, e incluye ejemplos prácticos y actividades relevantes para su aplicación en el aula. Además, destacaron que la guía considera las necesidades específicas de los estudiantes con sobrepeso, promueve un lenguaje inclusivo y respetuoso, fomenta la participación de los estudiantes y crea un ambiente de clase positivo y seguro. Esto sugiere que la guía didáctica del método BAPNE constituye una herramienta valiosa para la inclusión de estudiantes con sobrepeso en las clases de Educación Física, al proporcionar un marco estructurado y recursos prácticos para su implementación en el aula.

Referencias bibliográficas

Arcos Proaño, N., Garrido Arroyo, C., & Balladares Burgos, J. (2023). La Inclusión Educativa en Ecuador: una mirada desde las Políticas Educativas. Ciencia Latina Revista Científica Multidisciplinar, 7(3), 6607-6623. https://doi.org/10.37811/cl_rcm.v7i3.6656

Arnau-Mollá, A. F., & Romero-Naranjo, F. J. (2022). Estudio bibliométrico sobre la percusión corporal basado en motores de búsqueda de alto impacto (A bibliometric study on body percussion based on high impact search engines). Retos, 45, 679–692. https://doi.org/10.47197/retos.v45i0.92653

Bravo Fuentes, P. (2023). Proyecto de inclusión tecnológica para el estudio de la percusión corporal. Revista Tecnología, Ciencia Y Educación, (24), 169–194. https://doi.org/10.51302/tce.2023.3265

Brito Mancheno, F. D. (2023). La actividad física para prevenir el sobrepeso en adolescentes. MENTOR Revista De investigación Educativa Y Deportiva, 2(6), 1160–1176. https://doi.org/10.56200/mried.v2i6.6024

Calle Mollo, S. E. (2023). Diseños de investigación cualitativa y cuantitativa. Ciencia Latina

Revista Científica Multidisciplinar, 7(4), 1865-1879. https://doi.org/10.37811/cl_rcm.v7i4.7016

De la Peña Consuegra, G., & Velázquez Ávila, R. M. (2018). Algunas reflexiones sobre la teoría general de sistemas y el enfoque sistémico en las investigaciones científicas. Revista cubana de educación superior, 37(2), 31–44. http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0257-43142018000200003

Gómez Valdés, A., Roba Lazo, B. D. C., Hernández Mite, K. D., & Escalante Candeaux, L. (2021). Inclusión en la Educación Física, su perspectiva desde la formación del profesional de Cultura Física/Inclusion in Physical Education, its perspective from the formation of the Physical Culture professional. PODIUM - Revista De Ciencia Y Tecnología En La Cultura Física, 16(2), 423–435. Recuperado a partir de https://podium.upr.edu.cu/index.php/podium/article/view/1052

Gonzalez-Ortega, M.., Zhiñin-Quezada, P.., Romero-Ibarra, O., & Maqueira-Caraballo, G. (2024). La expresión corporal en la inclusión de niños con sobrepeso en las clases de educación física. 593 Digital Publisher CEIT, 9(2), 354-365. https://doi.org/10.33386/593dp.2024.2.2283

Lalama Franco, A. del R. (2018). Inclusión educativa: ¿quimera o realidad? Revista Conrado, 14(62), 134–138. Recuperado a partir de https://conrado.ucf.edu.cu/index.php/conrado/article/view/695

Machado, K., Gil, P., Ramos, I., & Pírez, C. (2018). Sobrepeso/obesidad en niños en edad escolar y sus factores de riesgo. Archivos de pediatria del Uruguay, 89, 16–25. https://doi.org/10.31134/ap.89.s1.2

Monroy Antón, A., Calero Morales, S., & Fernández Concepción, R. (2018). Los programas de actividad física para combatir la obesidad y el sobrepeso en adolescentes. Revista Cubana de Pediatría, 90(3). Recuperado de https://revpediatria.sld.cu/index.php/ped/article/view/393/221

Montes Villao, S. M. (2022). Factores que influyen en el sobrepeso en los escolares de 5-10 años. Más Vita, 4(2), 127–139. https://doi.org/10.47606/ACVEN/MV0125

Moral Bofill, L., Vicedo Molla, F. ., & Romero Naranjo, F. J. (2020). Estudio piloto de variables socio-emocionales, ansiedad y flow en alumnos de grado profesional de música mediante actividades BAPNE. Educatio Siglo XXI, 38(2 Jul-Oct), 193–212. https://doi.org/10.6018/educatio.432971

Organización Mundial de la Salud (2007). Tablas de IMC y Tablas de IMC Para la Edad, de niños(as) y adolescentes de 5 a 18 años de edad y Tablas de IMC para adultos(as) no embarazadas, no lactantes ≥ 19 años de edad, Agosto 2012 Recuperado el 23 de octubre de 2024 de https://www.fantaproject.org/sites/default/files/resources/FANTA-BMI-chartsEnero2013-ESPANOL_0.pdf

Piñas Rivera, L. C.., Fuertes Vara, M. D.., López Rengifo, C. F.., Fuertes Vara, W. H.., & Aguirre Chávez, F. (2022). EL MÉTODO HISTÓRICO LÓGICO EN LA ENSEÑANZA DE LAS CIENCIAS NATURALES. Revista Inclusiones, 522-534. Recuperado a partir de https://revistainclusiones.org/index.php/inclu/article/view/3272

Quiroga-Torres, E., Delgado-López, V., & Ramos-Padilla, P. (2022). Valor diagnóstico de indicadores antropométricos para sobrepeso y obesidad. Archivos Latinoamericanos De Nutrición (ALAN), 72(1), 23–30. https://doi.org/10.37527/2022.72.1.003

Romero Naranjo, F. J. (2020). Percusión Corporal y "Solfeo Cognitivo". Recursos pedagógicos según el Método BAPNE. Pensamiento Actual, 20(35). https://doi.org/10.15517/pa.v20i35.44398

Romero-Ibarra, F. R., Parrales-Rivera, J. R., Romero-Ibarra, O. P., & Maqueira-Caraballo, G. de la C. (2024). El mimo como método dialógico para la expresión corporal en personas con síndrome de Down. MQRInvestigar, 8(1), 4058–4076. https://doi.org/10.56048/MQR20225.8.1.2024.4058-4076

Sánchez-Carracedo, D. (2022). El estigma de la obesidad y su impacto en la salud: una revisión narrativa. Endocrinologia, diabetes y nutricion, 69(10), 868–877. https://doi.org/10.1016/j.endinu.2021.12.002

Torres Montalvo, M. C., González Cárdenas, M. K. ., & Almachi Clavijo, C. S. . (2023). La Educación Inclusiva en el Aula. Revista Científica Hallazgos21, 8(1), 72–81. Recuperado a partir de https://revistas.pucese.edu.ec/hallazgos21/article/view/612

Vizcaíno Zúñiga, P. I., Cedeño Cedeño, R. J., & Maldonado Palacios, I. A. (2023). Metodología de la investigación científica: guía práctica. Ciencia Latina Revista Científica Multidisciplinar, 7(4), 9723-9762. https://doi.org/10.37811/cl_rcm.v7i4.7658

Zavala-Hoppe, A. N., Pincay-Pincay, M. J., Ponce-Calie, L. D., & Pozo-Pozo, M. E. (2024). Factores de riesgo y estrategias de prevención asociados a sobrepeso y obesidad en adultos a nivel global. MQRInvestigar, 8(1), 1409–1426. https://doi.org/10.56048/MQR20225.8.1.2024.1409-1426

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.