

Inclusive play strategies to improve the development of sports motor skills in children with Down syndrome.

Estrategia lúdica inclusivas para mejorar el desarrollo de las habilidades motrices deportivas en niños con Síndrome de Down.

Autores:

Lic. Vaca-Sarango, Wilman Rodrigo
UNIVERSIDAD BOLIVARIANA DEL ECUADOR
Licenciado en Ciencias de la Educación
Durán -Ecuador.



wrvacas@ube.edu.ec



<https://orcid.org/0009-0005-9495-9451>

Lic. Aucapiña-Delgado, Juan Andrés
INDEPENDIENTE
Licenciado en Turismo
Ecuador



jandres031995@gmail.com



<https://orcid.org/0009-0009-9500-690X>

Ph.D. Pérez-Iribar, Giorver
UNIVERSIDAD LAICA ELOY ALFARO DE MANABÍ
Doctor en Ciencias Pedagógicas, Docente Titular Principal de la ULEAM
Manta – Ecuador.



giorver.perez@uleam.edu.ec



<https://orcid.org/0000-0003-1317-2285>

PhD. Maqueira-Caraballo, Giceya de la Caridad
UNIVERSIDAD BOLIVARIANA DEL ECUADOR
Doctora Programa de Innovaciones Científicas y Didácticas en Educación Física Escolar,
Coordinadora del Programa de Maestría en Pedagogía de la Cultura Física
Durán -Ecuador.



gdmaqueirac@ube.edu.ec



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

Fechas de recepción: 01-ABR-2025 aceptación: 01-MAY-2025 publicación: 30-JUN-2025



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

<http://mqrinvestigar.com/>



Resumen

El presente estudio se planteó con el objetivo principal de proponer una estrategia lúdica inclusiva para la mejora del desarrollo de las habilidades motrices deportivas en niños con síndrome de Down dentro de la clase de educación física. La muestra estudiada de 16 estudiantes pertenecientes al subnivel básica superior, dentro del cual se encontraban 3 estudiantes diagnosticados con síndrome de Down grado 2 con una edad de 12 años. Para la cual se aplicó un diseño basado en un enfoque de investigación mixto, de con diseño experimental de tipo cuasiexperimental, de alcance aplicado explicativo- aplicativo, de corte longitudinal en la línea cualitativa - cuantitativa de estudio. La técnica aplicada para la obtención de datos en la etapa fueron un pre-test y post test en el cual se valoraron a través de 5 pruebas el nivel de inclusión y de desarrollo de las habilidades motrices deportivas, asimismo se aplicó una ficha de observación y una encuesta que contribuyó al análisis de resultados, así como en el desarrollo de la propuesta basada en unas estrategias lúdicas, la cual se centró en la planificación de actividades lúdicas adaptadas de 6 semanas y 9 sesiones. Dicha propuesta fue validada por criterio de expertos a través del criterio del método Delphi, con un proceso de selección de 5 expertos que al reunir su coeficiente de competencia este arrojó un valor de 0.89, el segundo momento estuvo reflejando en los puntos de corte de los valores N-P que están por debajo de 0.42 por lo tanto, se consideran una mejora en el desarrollo de las habilidades motrices y un avance significativo en la inclusión dentro de la clase de educación física.

Palabras clave: Prácticas lúdicas; inclusión; motricidad; síndrome de Down

Abstract

The present study was proposed with the main objective of proposing an inclusive playful strategy for improving the development of sports motor skills in children with Down syndrome within the physical education classroom. The sample studied was 16 students belonging to the upper basic sublevel, within which were 3 students diagnosed with Down syndrome grade 2 with an age of 12. For which a design based on a mixed research approach was applied, with a quasi-experimental experimental design, with an applied explanatory-applicative scope, and a longitudinal cut in the qualitative-quantitative line of study. The technique applied to obtain data in the stage were a pre-test and post-test in which the level of inclusion and development of sports motor skills were assessed through 5 tests, an observation sheet and a survey were also applied that contributed to the analysis of results, as well as in the development of the proposal based on playful strategies, which focused on the planning of adapted playful activities of 6 weeks and 9 sessions. This proposal was validated by expert criteria through the Delphi method criterion, with a selection process of 5 experts who when meeting their competence coefficient this yielded a value of 0.89, the second moment was reflected in the cut-off points of the N-P values that are below 0.42 therefore, they are considered an improvement in the development of motor skills and a significant advance in inclusion within the physical education class.

Keywords: Playful practices; inclusion; motor skills; Down syndrome

Introducción

En la actualidad, la actividad física inclusiva es fundamental con estudiantes que presentan discapacidad de Síndrome de Down, para que logren una vida digna e independiente Véliz (2022); Por ello, es necesario continuar explorando para mejorar el desarrollo de las habilidades motrices con Síndrome de Down. La presente investigación se enfoca a través de la asignatura de Educación Física, el cual abarca limitaciones en la función cognitiva y social, así como en las habilidades de comunicación.

Este tipo de discapacidad puede impedir que los estudiantes participen plenamente en diversas prácticas físicas, esto se debe a que estas personas se encuentran con dificultades a la hora de realizar la clase de educación física (Ruiz, 2016). Por ende, la inclusión como enfoque educativo es crucial en todas las áreas de aprendizaje, pero en la asignatura de Educación Física es de especial relevancia, ya que mejora el desarrollo de la coordinación motriz en niños con Síndrome de Down (SD).

Para Gómez y Muriel (2019) basado en la UNESCO, la educación inclusiva es fundamental para todos, es decir, muchos docentes no saben cómo integrarles o no tienen conocimientos acerca de ello e incluso el resto de los alumnos de la clase les dejan de lado. Esto deriva en clases donde no son atendidos e integrados como debe ser y realizan actividades no adecuadas e incluso perjudiciales para ellos.

La inclusión en el proceso educativo se entiende como el conjunto de herramientas para superar los obstáculos en las clases de educación física y superar las limitaciones de participación de los niños con SD, ya que en la actualidad la educación es un derecho para todos. Por lo tanto, Díaz (2023) menciona que, en Ecuador la educación inclusiva brinda a los niños la oportunidad de comprender la diversidad fomentando un ambiente de convivencia armónica.

El Ministerio de Educación (2020) señala que, dentro del sistema educativo nacional ecuatoriano, según el currículo priorizado las habilidades motrices forman parte en la estructura sensomotora básica que surge de los esquemas motores y son el soporte para el resto de las acciones motrices que el niño desarrolla a lo largo de su vida en su formación académica. Mientas que la guía de educación física señala que las actividades deportivas basadas en el juego lúdico son motrices básicos que desarrollan con la maduración y la práctica y la experiencia que a través del

movimiento se desarrolla las capacidades perceptivas, físicas del responsable de este caso acto motor.

Calderón (2019) menciona que la educación física inclusiva actúa como una de las mejores herramientas para crear un ambiente melódico y de cooperación, fomentando la colaboración en todo momento de la clase. De igual manera para Izquierdo y Díaz (2023) la clase de Educación Física tiene que ser inclusiva ya que, se adapta la metodología de enseñanza, los materiales, espacios, de acuerdo a la necesidad que presenta el niño en el sistema educativo, es así como el Ministerio de Educación del Ecuador en el año 2018, desarrolla una guía para la implantación del currículo de Educación Física inclusiva basado en adaptaciones curriculares, planteando que cada clase en esta asignatura las planificaciones tienen que ser adaptadas para que todos los estudiantes puedan ser parte activa en el proceso de enseñanza aprendizaje y la cooperación como una metodología para fomentar la inclusión.

Ruiz (2016) menciona que en el contexto de la Educación Física, pueden hacer que los métodos convencionales de enseñanza sean inoportunos y que requieren adaptaciones específicas para la enseñanza y para que el aprendizaje y la recreación sean más efectivas. Por lo tanto, estos niños puede que no solo se queden atrás en términos de desarrollo físico, sino que también pueden sentirse alejados y marginados dentro de su entorno escolar.

Véliz (2022) para hablar de inclusión en la educación física, se debe tratar sobre planificación de clases para el desarrollo de las habilidades motrices como uno de los objetivos principales del currículo de la asignatura, una de las estrategias más efectivas para lograr los fines antes señalados es la actividad de habilidades motrices. Por lo tanto, Sánchez (2022) menciona que la Educación Física aporta mucho a la sociedad, esta promueve una vida activa que permite combatir el sedentarismo y otros males asociados, como los portadores del síndrome de Down.

En las personas con síndrome de Down es una de las principales causas de discapacidad intelectual relacionada a alteraciones en los cromosomas humano” Fernández (2015) esta condición genética es causada por la trisomía del cromosoma 21 debido a errores en la división celular durante la meiosis o la mitosis, o a una translocación desequilibrada de ese cromosoma. Esta condición ocurre en aproximadamente 1 de cada 800.000 personas, y su probabilidad aumenta con la edad de la madre.

El SD “desde el punto de vista de la Educación Física inclusiva significa ordenar las fases del movimiento, al desarrollar actividades lúdicas fomenta las habilidades socio motrices, permitiendo obtener aprendizajes a nivel individual y grupal (Fonseca y González, 2019). Del mismo modo, los niños con síndrome de Down, logran generar aprendizajes a través del disfrute y la alegría mediante el juego lúdico, lo que, a su vez, da paso a la obtención de una mejora en las habilidades motrices (Gómez et al., 2021).

El objetivo de la mejora del SD, en edades tempranas es potenciar el desarrollo motor mediante el control del movimiento en la práctica de la educación física, en la niñez de entre 9-12 años, antes del inicio de la pubertad es el momento más idóneo para el desarrollo y el fortalecimiento de las habilidades motrices básicas donde se desarrollan las llamadas capacidades físicas (Trujillo, 2020). Del mismo modo, menciona que las estrategias lúdicas, como juegos y actividades físicas adaptadas, brinda a estos niños la valiosa oportunidad de desarrollarse y aprender juntos con sus compañeros de clase (Véliz, 2022).

La actividad lúdica en la vida de los niños con síndrome de Down es un componente importante para la enseñanza y para el desarrollo de las habilidades motrices, sociales y emocionales, a través del juego se puede aprender a desarrollar trabajos cooperativos, el respeto por las reglas y la empatía hacia los demás (Sailema et al., 2017). Además, las actividades lúdicas permiten que las niñas y niños puedan ajustarse a las capacidades individuales de cada uno, por lo que estos se convierten en un aspecto pedagógico de suma utilidad que permite adquirir una evolución en el patrón motor (Chiva et al., 2019). Los conocimientos culturales a través de juegos lúdicos han trascendido de generación en generación, proporcionando resultados positivos en la formación personal del ser humano.

La práctica de las estrategias lúdicas es fundamental para mejorar la calidad de vida de los jóvenes con síndrome de Down, quienes suelen presentar niveles de actividad física más bajos que sus pares en la clase de educación física (Pérez y García, 2020). Por un lado, las estrategias lúdicas no solo mejoran su condición física y reduce el riesgo de enfermedades, sino que también fomenta su autonomía, autoestima y sentido de pertenencia, al tiempo que brinda a las familias la satisfacción de verlos alcanzar sus metas.

Según Izquierdo y Díaz (2023) señalan que la ejecución del deporte contribuye a:

- Mejorar la orientación espacial



- Mejorar la postura corporal
- Equilibrio estático
- Percepción de cuerpos diferentes
- Coordinación general
- Desarrollo de fuerza muscular.

Los niños con síndrome de Down suelen presentar un desarrollo cognitivo y adaptativo más lento que sus pares. Esto se manifiesta en dificultades en áreas como la comunicación, el autocuidado y las habilidades sociales (Pinto, 2022). Por lo tanto, Fernández (2015) menciona que es fundamental diseñar actividades lúdicas y deportivas adaptadas a sus necesidades individuales, que estimulen su aprendizaje y fomenten su inclusión en entornos educativos y sociales. Es decir, para lograr este objetivo, es esencial adoptar un enfoque pedagógico adaptado, que reconozca y responda a las necesidades individuales y que promueva un ambiente de aprendizaje inclusivo y estimulante.

En este sentido, el juego y el deporte se presentan como herramientas poderosas para estimular y mejorar las habilidades motrices en niños con síndrome de Down (Fonseca y González, 2019). Pérez y García (2020) por otra parte, mencionan que las estrategias lúdicas de estas actividades favorecen la motivación, la participación activa y el aprendizaje significativo. Sin embargo, es necesario diseñar programas de intervención específicos que se adapten a las características particulares de este colectivo.

La utilización de actividades lúdicas motrices deportivas es un enfoque pedagógico excepcional que fomenta la integración de cada estudiante con síndrome de Down, que independientemente desarrolla sus habilidades motrices con un ajuste individualizado adaptado a los requisitos únicos de cada niño (Mosso et al., 2022). A través de actividades lúdicas deportivas adaptadas, los estudiantes con SD pueden mejorar no solo su coordinación y habilidades motoras, sino también sus habilidades motrices de interacción social y su capacidad para enfrentar desafíos cognitivos (Gómez et al., 2021). Además, el juego fomenta un ambiente de aprendizaje divertido y participativo, que es esencial para mantener el interés y la motivación de estos niños.

Considerando lo anterior y teniendo en cuenta con la observación realizada en la Unidad Educativa Fiscomisional Técnico Ecuador, se pudo detectar que existen dificultades en el proceso de inclusión de un caso que presenta Síndrome Down en otros aspectos por limitaciones en el desarrollo de las adaptaciones curriculares necesarias a realizar dentro de la clase de educación

física, por lo tanto, la investigación tiene como objetivo proponer una estrategia lúdica inclusiva para la mejora del desarrollo de las habilidades motrices deportivas, en niños con síndrome de Down.

Metodología

El presente estudio se desarrolló con un diseño mixto exploratorio secuencial cualitativo-cuantitativo, aplicado a través de un diseño experimental de tipo cuasiexperimental, de alcance aplicado-explicado, de obtención de datos de campo de corte longitudinal. El alcance gnoseológico de la investigación se basó en un estudio exploratorio, descriptivo, explicativo y correlacional. Para la modelación, dentro de los métodos empíricos se utilizó la observación, la revisión documental y la encuesta a través de un Test y Post Test, aplicado a los estudiantes del Paralelo “A” según la selección de la muestra.

Se aplicó la observación para detectar aspectos importantes durante el desarrollo de las actividades en las clases de educación física que contribuyeron al desarrollo de la propuesta de las estrategias lúdicas inclusivas, también se incluyó la estrategia de experiencia pedagógica, que al ser una estrategia innovadora en la educación permite que el estudiante aprenda a través de la experiencia en el mundo real, en este caso durante las clases de educación física, al estudiante se lo otorgó un papel más activo y participativo, haciendo y no estudiando lo que contribuyó a la formación integral de cada niño, desarrollando la capacidad de trabajo en equipo y decisión.

Población y muestra de estudio

La población estudio estuvo conformada por 1 docente de Educación física y 16 estudiantes de los cuales 3 estudiantes están diagnosticados con SD.

De esta manera, la muestra para la evaluación cualitativa estuvo conformada por el docente de la asignatura, y los 3 niños diagnosticados con SD. La muestra escogida en este caso fue por medio de un muestreo no probabilístico por conveniencia, considerando como criterio de inclusión, el diagnóstico previo de los estudiantes con SD, en el aspecto cualitativo se excluirán al resto de los estudiantes ya que se desea observar el comportamiento específicamente de los estudiantes con SD y su interacción con el docente durante la clase de educación física.

En el aspecto cuantitativo, la muestra fue determinada a través de un muestreo aleatorio simple donde se escogió a la totalidad de los estudiantes del salón (16 estudiantes) del paralelo A de la

Unidad Educativa Fiscomisional Técnico Ecuador, del Cantón San Miguel De Los Bancos, parroquia Mindo.

Validación de la propuesta

Esta validación se realizó por medio de una validación cualitativa por medio de la socialización de criterios y expresando el consenso en estrategias lúdicas inclusivas para mejorar el desarrollo de las habilidades motrices deportivas en niños con Síndrome de Down, así como la efectividad que se obtendrá con la aplicación en las clases de educación física.

Dicho proceso se realizó en dos momentos: 1.- selección de los expertos y 2.- consulta. En el caso del primer momento se aplicó la prueba de autovaloración a seis profesionales de Educación Física con el propósito de conocer su coeficiente de competencia, posteriormente 5 fueron seleccionados ya que fueron los que reunieron los requisitos de un nivel alto de competencia, experiencia y nivel científico relacionados con los procesos inclusivos y de adaptación al currículo.

Finalmente, los datos estadísticos obtenidos en la encuesta se procesaron a través del uso del paquete Microsoft Excel.

Resultados y discusión

Resultados de la Observación a las clases de Educación Física

En el marco del diagnóstico inicial, se llevó a cabo un estudio observacional de 5 clases de Educación Física, utilizando una ficha de observación diseñada para identificar las falencias presentes tanto en estudiantes como en docentes. Esta herramienta, adaptable a las particularidades de cada grupo y sesión, permitió registrar de manera sistemática aspectos relevantes del desarrollo de la clase, el desempeño motor de los alumnos, su participación, actitud, habilidades motrices y condición física, así como la planificación, metodología, comunicación, evaluación y clima de aula promovido por el docente. El análisis de los datos recabados, a través de una observación objetiva y constructiva, proporcionará información valiosa para la toma de decisiones informadas y la implementación de estrategias de mejora continua en la enseñanza y el aprendizaje de la Educación Física, contestándose lo siguiente:

- Limitados conocimientos por parte del docente que imparte Educación Física sobre el caso objeto de estudio.

- Dificultades para el desarrollo del proceso de atención a la diversidad del grupo de clase, lo cual impida ofrecer respuestas didácticas adecuadas ante las necesidades de los estudiantes con síndrome de Down.
- Limitada participación de los estudiantes con Síndrome de Down dentro de las clases.
- Limitaciones en el desarrollo de actividades lúdicas adaptadas que contribuyeran a mejorar la metodología dentro de la clase y el proceso de inclusión.
- Poca experiencia en la realización de las adaptaciones curriculares
- No todos los estudiantes se sentían cómodos al compartir con los estudiantes que presentan Síndrome de Down.

Resultados de la encuesta aplicada a los estudiantes participantes

La encuesta se valoró en dos momentos en el pre test y en el post test, en medio de las dos aplicaciones se desarrolló el método de experiencia pedagógica la intervención basada en las estrategias lúdicas adaptadas en la clase de educación física.

En la siguiente tabla se muestran los resultados de la encuesta

Tabla 1

Resultados de la encuesta aplicada

Pregunta 1: ¿Te gusta participar en las clases de Educación Física?					
					Análisis
Indicadores	Pre-test		Post –test		La tabla presenta los resultados de la participación en clases de Educación Física, tanto antes (pre-test) como después (post-test) de una intervención o periodo de tiempo, en el Pre-test se puede observar que el 50% indicaron que les encanta participar en clases de Educación Física, mientras que un 38% dijo que a veces les gusta y solo un 13% expresó que no les gusta mucho. Los resultados en el Post-test, es decir, después de la intervención, todos los estudiantes (100%) afirmaron que les encanta participar en las clases. Esto sugiere que la intervención tuvo un impacto positivo en la actitud de los estudiantes hacia la Educación Física.
	F	%	F	%	
No me gusta mucho	2	13%	0	0	
A veces, me gusta	6	38%	0	0	
Sí, me encanta	8	50%	16	100%	
Total	16	100 %	16	100%	
Pregunta N° 2: ¿Te sientes incluido/a en las actividades de Educación Física?					
					Análisis
Indicador	Pre-Test		Post-Test		



	F	%	F	%	La tabla presenta los resultados de una encuesta que evalúa el sentimiento de inclusión de los estudiantes en las actividades de Educación Física, tanto antes (pre-test) como después (post-test) de una intervención, en este sentido, se puede observar que el 25% de los estudiantes se sentía completamente incluido en las actividades, mientras que un porcentaje significativo representado por (38%) se sentía incluido solo a veces, además, un 38% reportaba no sentirse incluido en las actividades, mientras que en el Post-test, después de la intervención, todos los estudiantes (100%) reportaron sentirse incluidos en las actividades de Educación Física.
Si me siento incluido	4	25%	16	0	
No, me siento incluido	6	38%	0	0	
A veces me siento incluido	6	38%	0	100%	
Total	16	100 %	16	100%	

Pregunta N° 3: ¿Te gustaría que existieran más actividades lúdicas adaptadas para la inclusión de los estudiantes con Síndrome Down a la clase de Educación Física?

					Análisis
Indicador	Pre-test		Post-test		La tabla presenta los resultados de una encuesta que evalúa el deseo de los estudiantes de tener más actividades lúdicas adaptadas en las clases de Educación Física, tanto antes (pre-test) como después (post-test) de una intervención, se observó que el (50%) expresaron un claro deseo de tener más actividades lúdicas adaptadas, mientras que un 44% indicó que a veces les gustaría tener más actividades de este tipo, además el (6%) no deseaba más actividades lúdicas adaptadas y en el Post-test después de la intervención, todos los estudiantes (100%) manifestaron un deseo de tener más actividades lúdicas adaptadas
	F	%	F	%	
Si me gustaría	8	50%	16	100%	
No, me gustaría	1	6%	0	0	
A veces me gustaría	7	44%	0	0	
Total	16	100 %	16	100%	

Pregunta N° 4: ¿Crees que las actividades lúdicas son divertidas?

					Análisis
Indicador	Pre-test		Post-test		En la pregunta número 4 antes de la intervención, la mayoría de los estudiantes (56%) indicaron que no se divierten con las actividades lúdicas y un (13%) afirmó divertirse con estas actividades, mientras que un 31% expresó que se divierte solo a veces. En el post-test se puede observar que todos los estudiantes (100%) indicaron que no se divierten con las actividades lúdicas.
	F	%	F	%	
No me divierto con las actividades lúdicas	9	56%	16	100%	
Si me divierto con	2	13%	0	0	

las actividades lúdicas					
A veces me divierto con las actividades lúdicas	5	31%	0	0%	
Total	16	100%	16	100%	

Pregunta N° 5: ¿Has tenido la oportunidad de participar en actividades lúdicas en la clase de Educación Física?

					Análisis
Indicador	Pre-test		Post-test		En la pregunta 5 la mayoría de los estudiantes (63%) indicaron que nunca han participado en actividades lúdicas en clase de Educación Física, además, el (25%) afirmó haber participado algunas veces, mientras que un 13% reportó haber participado muchas veces, y en el Post-test después de la intervención, todos los estudiantes (100%) indicaron que nunca han participado en actividades lúdicas. Esto representa un empeoramiento de la situación en comparación con el pre-test
	F	%	F	%	
Nunca	10	63%	16	100%	
Algunas veces	4	25%	0	0	
Si muchas veces	2	13%	0	0%	
Total	16	100%	16	100%	

Pregunta N° 6: ¿Qué tipo de actividades lúdicas te gustaría realizar en las clases de Educación Física?

					Análisis
Indicador	Pre-test		Post-test		En la pregunta 6 durante el pre-test un (25%) de los niños encuestados indicaron que le gustaría realizar más actividades lúdicas en equipo, un 56% indicó que le gustarían los juegos con pelotas y un 60% los juegos de relevo. Seguidamente en los resultados de post-test, el 44% de los niños encuestados manifestaron que les gustaría realizar actividades en juegos con equipos, un 31% mencionó que les gustarían los juegos con pelotas y un (25%) los juegos de relevos.
	F	%	F	%	
Juegos con equipos	4	25%	7	44%	
Juegos con pelotas	9	56%	5	31%	
Juegos de relevos	3	19%	4	25%	
Total	16	100%	16	100%	

Pregunta N° 7: ¿Te sientes cómodo/a participando en actividades lúdicas?

					Análisis
--	--	--	--	--	----------



Indicador	Pre-test		Post-test		En la siguiente tabla, la mayoría de los estudiantes (69%) reportaron no sentirse cómodos participando en actividades lúdicas, por lo tanto, un pequeño porcentaje (13%) indicó sentirse cómodo solo algunas veces y un 19% de los estudiantes afirmó sentirse cómodo participando en estas actividades mientras que el Post-test después de la intervención, todos los estudiantes (100%) reportaron sentirse cómodos participando en actividades lúdicas.
	F	%	F	%	
No me siento cómodo/a	11	69%	0	0	
A veces me siento cómodo/a	2	13%	0	0	
Si me siento cómodo/a	3	19%	16	100%	
Total	16	100%	16	100%	

Pregunta N° 8: ¿Crees que las actividades lúdicas adaptadas ayudan a que todos los estudiantes se sientan incluidos?

					Análisis
Indicador	Pre-test		Post-test		En la pregunta número 8 antes de la intervención, la mayoría de los estudiantes (50%) no estaban seguros de si las actividades lúdicas adaptadas ayudaban a que todos se sintieran incluidos y un 50% de los estudiantes no creía que estas actividades fueran efectivas para promover la inclusión y en el Post-test después de la intervención, todos los estudiantes (100%) creen que las actividades lúdicas adaptadas ayudan a que todos se sientan incluidos.
	F	%	F	%	
Si	0	0%	16	100%	
No	8	50%	0	0	
Tal vez	8	50%	0	0%	
Total	16	100%	16	100%	

Pregunta 9. ¿Qué te agrada más de las actividades lúdicas?

					Análisis
Indicador	Pre-test		Post-test		En la pregunta 9 antes de la intervención, el 44% de los estudiantes mencionaba el trabajo en equipo como su aspecto favorito de las actividades lúdicas, el 31% de los estudiantes disfrutaba especialmente de divertirse con sus compañeros. El 25% de los estudiantes mencionaba el aprendizaje de cosas nuevas como su aspecto favorito. Y en el Post-test después de la intervención, se observa que el (38% y 31% respectivamente, mientras que el aprendizaje de cosas nuevas ha aumentado al 31%
	F	%	F	%	
Trabajo en equipo	7	44%	6	38%	
Divertirme con todos	5	31%	5	31%	
Aprender cosas nuevas	4	25%	5	31%	
Total	16	100%	16	100%	

Pregunta N° 10: ¿Te gustaría aprender más sobre las actividades lúdicas?

					Análisis
--	--	--	--	--	----------



Indicador	Pre-test		Post-test		Antes de la intervención, la mayoría de los estudiantes (69%) no mostraban interés en aprender más sobre actividades lúdicas y el (13%) expresaba interés en profundizar en el tema, el 19% de los estudiantes no estaba seguro al respecto, en el Post-test después de la intervención, todos los estudiantes (100%) manifestaron interés en aprender más sobre actividades lúdicas
	F	%	F	%	
Si me interesa	2	13%	16	100%	
No me interesa	11	69%	0	0%	
No estoy seguro	3	19%	0	0%	
Total	16	100%	16	100%	

Propuesta

“Estrategia lúdica inclusiva para mejorar el desarrollo de las habilidades motrices deportivas en niños con Síndrome de Down”.

Fundamentación

Incluir a los estudiantes con síndrome de Down a la clase de educación física implica un gran reto, requiriendo el desarrollo de diferentes adaptaciones curriculares, las mismas son definidas por el Ministerio de Educación del Ecuador (2013), como una herramienta que contribuye al desarrollo y progreso integral del individuo que son aplicadas de acuerdo a la discapacidad de los estudiantes. De igual manera Cusme y Rodríguez (2024) mencionan que las adaptaciones curriculares con las modificaciones que se realizan al proceso de enseñanza, el aprendizaje y la evaluación y contribuyen a que cada estudiante con NEE pueda acceder al proceso educativo con iguales condiciones al resto de sus compañeros.

Estas adaptaciones curriculares contribuyen a un proceso continuo, que permita ajustar los elementos básicos que las conforman y puedan dar respuesta a las necesidades educativas especiales de cada uno de los estudiantes, permitiendo crear espacios, conciencia y a la vez permita formar e instruir a todos los que intervienen en el proceso educativo. Asimismo, Cusme y Rodríguez (2024) mencionan que estas adaptaciones pueden conformarse por material visual, tecnología, y ciertos ajustes al ritmo de enseñanza y aprendizaje (p.1307), considerando principalmente las necesidades de cada uno de los estudiantes.

Olivares (2023) las características propias del síndrome de Down, como el tono muscular hipotónico, las dificultades en la coordinación y el equilibrio, y las posibles alteraciones en la



percepción sensorial, requieren de adaptaciones en las actividades físicas. Por lo tanto, se hace necesario diseñar juegos y ejercicios que sean desafiantes, pero al mismo tiempo alcanzables, y que tengan en cuenta las necesidades individuales de cada niño.

En este sentido, una de las alternativas más viables para alcanzar altos niveles de enseñanza-aprendizaje en los niños con Síndrome de Down es utilizar estrategias lúdicas adaptadas, con el objetivo de incluir a todos los estudiantes dentro de la clase de educación Física, y mediante las estrategias lúdicas adaptadas a las necesidades de los estudiantes, permitirán el desarrollo de sus habilidades cognitivas, motoras, fomentando así su interacción y participación activa dentro del grupo.

La inclusión de niños con síndrome de Down en las clases de educación física representa un desafío que requiere de estrategias lúdicas inclusivas innovadoras, a pesar de los avances en las aulas de clases, a menudo estos niños se enfrentan a barreras que limitan su participación plena en actividades físicas y deportivas (Sailema et al., 2017). Sin embargo, la falta de programas y actividades adaptadas a sus necesidades específicas, así como la escasez de profesionales capacitados en la inclusión, son algunos de los obstáculos que se encuentran.

De igual manera, el juego constituye una herramienta fundamental para el desarrollo integral de todos los niños, pero adquiere una relevancia especial en el caso de aquellos con síndrome de Down, debido a que, a través del juego, los niños exploran el mundo que les rodea, desarrollan habilidades motoras, cognitivas, sociales y emocionales, y fortalecen su autoestima (Véliz, 2022). En el caso de los niños con síndrome de Down, el juego puede ser especialmente beneficioso para mejorar su tono muscular, equilibrio, coordinación, y para fomentar su autonomía y participación en actividades grupales.

La presente propuesta se justifica por la necesidad de desarrollar estrategias lúdicas inclusivas que permitan a los niños con síndrome de Down mejorar sus habilidades motrices y participar plenamente en actividades lúdicas. Al diseñar actividades adaptadas y significativas, se busca promover su desarrollo integral, fomentar su autonomía y autoestima, y facilitar su inclusión social.

Descripción de la propuesta

El sistema de actividades lúdicas adaptadas de la estrategia está compuesto por tres conjuntos de juegos: los juegos tradicionales, cooperativos y predeportivos, los cuales a su vez incluyen



diferentes acciones y operaciones lúdicas que han sido consideradas dentro de las clases de educación física, tomado en cuenta los resultados del diagnóstico y las posibilidades de los estudiantes objeto de estudio, así como las posibilidades que estos ofrecen una vez que son realizadas las adaptaciones curriculares teniendo la edad de cada educando, las adaptaciones de los materiales, reglas y tareas a realizar. Cada juego se presenta con su correspondiente título, objetivo, metodología y adaptación.

Para Rezabala (2024) los juegos tradicionales son una herramienta que fomenta el desarrollo psicomotriz en los niños con Síndrome de Down, son actividades lúdicas que son parte de la cultura y también permite el desarrollo de las habilidades motoras y sociales en los niños, y su implementación puede mejorar de manera significativa la integración de los estudiantes.

De igual manera Mamani y Huayanca (2023) mencionan que los juegos tradicionales “permiten la participación activa de todos los alumnos, incluyendo a aquellos con dificultades de aprendizaje” (p.62), esto debido a que este tipo de actividad lúdica contribuye a la mejora de aspectos como la cooperación, el respeto, y la comunicación entre cada uno de los estudiantes que participen en la actividad, mejorando en gran medida el autoestima y las habilidades automotrices de los niños.

Por otra parte, los juegos cooperativos son aquellos donde los estudiantes no compiten entre sí, sino que a través del compañerismo y la confianza buscan alcanzar un objetivo como grupo (Gordon et al., 2024). Este tipo de juegos permite promover la paz, y la tolerancia además del respeto de las normas. Por lo que este tipo de juegos es importante para promover la inclusión de los niños con SD en las actividades con sus otros compañeros.

Finalmente los juegos predeportivos son actividades recreativas con reglas simples, no contiene exigencias de alto nivel y posee características parecidas a otra modalidad deportiva los cuales suelen utilizarse “en la etapa de la iniciación deportiva como un medio para desarrollar un objetivo en concreto, entre ellos la percepción y coordinación de una destreza o fundamento técnico de un determinado deporte” (Tacuri, 2021, pág. s/n).

A continuación, en la tabla 2 se indican los juegos que componen las estrategias de actividades lúdicas inclusivas:

Tabla 2

Objetivos de cada juego y estrategias lúdicas inclusiva



	Juegos tradicionales	Juegos cooperativos individuales y por grupos	Juegos predeportivos
Objetivo	Fomentar la participación activa a los estudiantes con los juegos tradicionales, promoviendo su participación e inclusión.	Fomentar el desarrollo de la cooperación como herramienta para el logro del desempeño grupal e individual de los educandos.	Propiciar la inclusión de los juegos predeportivos como alternativa para el fortalecimiento de las habilidades motrices.
Tipos de Juegos	La rayuela Carrera de ensacados	Carrera de relevos Juego llevando el balón	Carreras de persecución Fútbol dominar el balón

Es importante destacar que cada uno de estos juegos lúdicos buscan mejorar el proceso de inclusión de los estudiantes en la clase de educación física, con el énfasis en el caso que se presentan Síndrome Down, de ahí que todos están diseñados sobre la base del desarrollo de diferentes adaptaciones curriculares, las cuales orientan según las necesidades de los estudiantes e implican diferentes de apoyo, verbal, visual, físico, así como adaptaciones de las reglas, materiales y metodologías del desarrollo, lo anterior corresponde con los aportes Ramírez (2024) dentro de las adaptaciones curriculares se citan lo siguiente.

- Adaptaciones de las reglas y objetivo de cada juego
- Adaptaciones de los materiales, espacios y metodologías
- Adaptaciones en los niveles de apoyo o ayudas (visuales, verbales, psicológicas)
- Sensibilización sobre las limitaciones del caso con Síndrome Down a todos los niños
- Orientación sobre las normas de juego, respeto sobre el otro y formas de evaluación del desempeño grupal e individuales

A continuación, se muestra un ejemplo de la planificación de la unidad didáctica, que se utilizó dentro de la asignatura de Educación Física, donde constan todos los parámetros que se utilizaron para el desarrollo del sistema de actividades lúdicas adaptadas para niños con Síndrome Down.

Tabla 3

Planificación de la unidad didáctica

Bloque	Destrezas con criterios de desempeño	Elementos del perfil de salida	Indicador	Actividades y adaptaciones	Evaluación	Evaluación Diferenciada
Prácticas lúdicas: los juegos y el jugar	EF.4.1.1. Participar en diferentes categorías de juegos (tradicionales, populares, modificados, masivos, expresivos, con elementos, en el medio natural, entre otros) reconociendo el aporte cultural proveniente de sus orígenes, objetivos y lógicas a la	J.1. Comprendemos las necesidades y potencialidades de nuestro país y nos involucramos en la construcción de una sociedad democrática, equitativa e inclusiva.	I.EF.4.1.1. Participa individualmente y con pares en diferentes categorías de juegos, reconociendo lógicas, características, orígenes, demandas y conocimientos corporales que le permitan mejorar cooperativamente y de manera segura las posibilidades de	Es fundamental recordar que estas adaptaciones son flexibles y se ajustarán a las necesidades individuales de cada estudiante. La comunicación con los estudiantes, los padres y otros profesionales será esencial para identificar estas necesidades y determinar las adaptaciones más adecuadas. Al implementar estas adaptaciones curriculares, no solo estamos garantizando que todos los estudiantes tengan la oportunidad de participar y aprender, sino que también estamos fomentando un ambiente de respeto,	Actividad Juego llevando la pelota Crear un circuito de 10 metros de distancia con diferentes obstáculos (conos, bancos, túneles) que los niños deban superar llevando la pelota. Utiliza materiales más grandes, coloridos y fáciles de manipular. Actividad Carrera de ensacados en línea recta 10 metros. Utiliza marcas de colores o conos para indicar el camino y la meta, facilitando la orientación espacial. Actividad	Los criterios de evaluación también serán flexibles y se ajustarán a las metas individuales de cada estudiante y a su progreso previo. En lugar de centrarnos únicamente en el resultado final, valoraremos el esfuerzo, la participación y el progreso individual. Asimismo, utilizaremos la evaluación formativa de manera continua para guiar el aprendizaje y realizar ajustes en la enseñanza. Esta retroalimentación oportuna y personalizada permitirá que los estudiantes tomen conciencia de sus fortalezas y



identidad nacional.  1.Desagregación de la destreza Participar en diferentes categorías de juegos (tradicionales, modificados, expresivos, con elementos, en el medio natural, proveniente de sus orígenes, objetivos y lógicas a la identidad nacional. (Ref.EF.4.1.1.)			resolución de tácticas y estrategias colectivas. (J.1., S.4.) 	inclusión y valoración de la diversidad. Actividades Juegos Cooperativos Carrera de relevos Juego llevando la pelota Juegos de grupos. Juego llevando la pelota Crear un circuito de 10 metros de distancia con diferentes obstáculos (conos, bancos, túneles) que los niños deban superar llevando la pelota. Utiliza materiales más grandes, coloridos y fáciles de manipular Permite que los niños lleven la pelota de diferentes maneras (con las manos, con los brazos, entre las piernas). Carrera de ensacados en línea recta 10 metros (con más tiempo de ejecución y	La Rayuela Dibujamos en el piso de 4 niveles y los estudiantes sin discapacidad realizan de ida y vuelta. Utilizar música o canciones para marcar el ritmo del juego. Dibujar diferentes imágenes en cada casilla y pedir a los niños que salten sobre las imágenes que correspondan a una categoría determinada (animales, objetos. Se llevará un registro detallado del proceso de evaluación, incluyendo las adaptaciones realizadas, los instrumentos utilizados, la información recopilada y las decisiones tomadas. Esta documentación será útil para hacer seguimiento del progreso de los estudiantes, comunicar los resultados a las familias y a otros profesionales, y	áreas de mejora, y que puedan realizar los ajustes necesarios para alcanzar sus metas. Finalmente, mantendremos una comunicación abierta y fluida con los estudiantes y sus familias para entender sus necesidades y adaptar la evaluación de manera colaborativa. Documentaremos todas las adaptaciones realizadas y el progreso de cada estudiante para realizar un seguimiento efectivo y garantizar que la evaluación sea un reflejo fiel de su aprendizaje. De esta manera, la evaluación diferenciada se convertirá en una herramienta poderosa para promover la inclusión, la equidad y el éxito de todos nuestros estudiantes.
--	--	--	---	---	--	---

				motivación de los compañeros) Una distancia fija, se pueden establecer puntos de control a lo largo del recorrido, permitiendo a cada niño avanzar a su propio ritmo. Actividad La Rayuela Dibujamos en el piso de 4 niveles y los estudiantes sin discapacidad realizan de ida y vuelta. Juegos predeportivos Carrera los ensacados Carreras de persecución Carreras de transporte del balón Carrera de competencia las 4 esquinas Juegos Tradicionales La rayuela La comba El gato y el ratón	reflexionar sobre la práctica docente.	
--	--	--	--	---	--	--

Modelación de la propuesta

Las estrategias lúdicas inclusivas tienen como propósito buscar la inclusión en el entorno educativo, siendo el juego una herramienta que permite lograrla. Esta propuesta busca enseñar la parte de los juegos lúdicos que se puede trabajar en niños con inclusión como son las reglas, normas, aspectos tácticos y contenidos básicos.

A través de la aplicación de juegos de prácticas en la clase de educación física, busca fomentar el trabajo en equipo, tomando en cuenta las habilidades y limitaciones de los estudiantes, la motivación que pueden brindarse entre compañeros, fomentar los valores y capacidad física, pero también tiene como fin lograr un efectivo aprendizaje del estudiante, fomentando su participación, colaboración y que puedan aplicar lo aprendido.

Las actividades se llevarán a cabo en la clase de Educación Física, con un trabajo individual y también en grupo, donde todos los estudiantes trabajen por igual, generando así procesos de inclusión. Además, se aplicarán fichas de seguimiento a fin de monitorear el desempeño de los estudiantes por cada actividad que se realice, el propósito de estas fichas es evaluar las conductas y actitudes de cada uno de los estudiantes

Ficha de seguimiento y logro de actividades

Tabla 4

Ficha de seguimiento y logro de actividades

Nombre del alumno:		
Descripción	Si	No
Asistencia		
Actitud proactiva		
Compañerismo		
Puntualidad		
Realiza todas las actividades		
Usa los recursos adecuadamente (balón)		
Usa los espacios correctamente		
Trabaja en grupo		



Asimismo, se propone realizar una ficha de evaluación, durante la partida de juegos, a fin de plasmar el desempeño durante el juego, para identificar si se captaron las normas, reglas, y actividades realizadas.

Ficha para la evaluación del juego de práctica rápida

Tabla 5

Ficha para la evaluación del juego de practica rápida

Nombres del alumno					
Descripción	Muy bueno	Bueno	Normal	Malo	Muy malo
Logra avanzar con el balón					
Puede mantener el equilibrio al saltar de una casilla a otra.					
¿Puede mantener el equilibrio dentro del saco mientras se desplaza?					
¿Puede cambiar de dirección dentro del saco					
¿Coordina los movimientos de brazos y piernas para saltar la comba?					
¿Puede variar la altura de los saltos?					
Trabaja en equipo con sus compañeros					

La ficha de evaluación permitirá conocer el desenvolvimiento de cada estudiante durante las aplicaciones y partidas de juego durante la clase de educación física. Tanto la ficha de seguimiento de actividades como la ficha de evaluación permitirá al docente, conocer específicamente el desarrollo de todos los estudiantes, incluyendo aquellos con síndrome de Down, y de esta manera poder evaluar si la estrategia está arrojando los resultados esperados. De igual manera, se realizará un test y post- test para observar los resultados de los estudiantes.

Estrategias Lúdicas: “Juego de prácticas rápidas”

Tabla 6

Estrategias Lúdicas

Actividad: Introducción al futbol



<i>Instalación: Patio No. de alumnos:16</i>		Materiales: conos - platillos <i>Duración: 40 minutos</i>
<i>Objetivos didácticos: Transmitir la normativa y aspectos técnicos básicos del futbol</i>		
<i>Contenido: Normativa, aspectos tácticos, aspectos técnicos, contenidos básicos</i>		
<i>Método:</i>		Organización del material <i>Explicación</i>
Actividad 1: Dominar el balón		
Instalación: Patio No. de 16 alumnos:		Materiales: Conos, balones, pitos Balones de playa, pelotas de espuma, balones de fútbol más pequeños. <i>Duración: 40 minutos</i>
Objetivos didácticos: Coordinación y reacción a través de la conducción y desplazamiento sin balón.		
Contenido: Dominio del balón		
Método Adaptación Utiliza conos, cintas o líneas en el suelo para delimitar áreas o indicar direcciones. Pelotas de espuma, balones medicinales, pelotas de espuma, globos, para variar las actividades, pelotas sonoras. Rodar el balón: Empieza con balones grandes y suaves para facilitar el control. Crear un túnel con cajas de cartón para que el niño pase el balón arrastrándolo o botándolo. Conos de colores: los conos de colores vivos y otros obstáculos suaves ayudan en actividades de agilidad coordinación y orientación espacial		Organización por el docente Explicación Demostración Ejecución Correcciones
Descripción: Tarea 1: Se realizará un calentamiento a través de ejercicios de estiramiento antes de comenzar con la práctica acompañado de un trote suave Tarea 2: Se organizan los equipos de trabajo, conformado por parejas Tarea 3: Se realiza la demostración de cómo conducir el balón en la cancha, con las extremidades inferiores, utilizando el borde interno y externo. Tarea 4: Se dirigirán el balón hacia el frente tomando como guía los conos, tratando de no desviarse Tarea 5: Repetir la tarea 4 cinco veces por pareja Tarea 6: Indicar correcciones a los estudiantes en el caso de ser necesario Tarea 7: Estiramiento de cierre dirigido por el docente		

Actividad 2: La rayuela	
Instalación: Patio No. de alumnos:16	Materiales: Conos, balones, pitos Tiza: Para dibujar la rayuela en el suelo. Piedras pequeñas o saquitos de tela: Para lanzar. Cinta adhesiva: Para asegurar las figuras o imágenes en las casillas. Duración: 40 minutos
Objetivos didácticos: Desarrollar la motricidad gruesa por medio de los movimientos de forma ordenada.	
Contenido: Saltos por medio de la rayuela	
Método: Adaptación Dibujaremos una rayuela en el suelo, pero esta vez las casillas serán más grandes y fáciles de identificar para que todos puedan jugar sin problemas. En lugar de números, usaremos dibujos de cosas que a los estudiantes les gusten, como animales, frutas o sus personajes favoritos	Organización por el docente Explicación Demostración Ejecución Correcciones
Descripción: Tarea 1: Calentamiento de estiramiento dirigido por dos estudiantes y trote suave Tarea 2: Se conforman equipos de dos parejas Tarea 3: Incorporar diferentes movimientos, como saltar en un pie, girar o saltar hacia atrás Tarea 4 Utilizar música y canciones para crear un ambiente alegre y motivador. Tarea 5: Escribe operaciones simples en cada casilla y pide al niño que resuelva la operación antes de saltar. Tarea 6: Por pareja - deberán superar cada obstáculo utilizando diferentes movimientos (gatear, saltar, trepar). Tarea: 7 Estiramiento de cierre dirigido por el docente	
Actividad 3: Carrera de los ensacados	
Instalación: Patio No. de alumnos:16	Materiales: sacos, Sacos de tela, conos, silbato Duración: 40 minutos
Objetivos didácticos: Crear un ambiente lúdico donde los niños puedan interactuar con sus compañeros.	
Contenido: Saltar por medio del saco	
Método:	Organización por el docente



En lugar de una línea de meta, se utilizará establecer diferentes objetivos, como saltar sobre un objeto o tocar una campana. Establecer distancias cortas para la carrera, aumentando gradualmente la longitud a medida que el estudiante gana confianza y habilidad. Ofrecer apoyo físico al niño, como sostenerlo de la mano o del brazo, especialmente al principio. Colocar marcas en el suelo para que el niño deba seguir con los pies. Utilizar música animada para motivar a los estudiantes.	Explicación Demostración Ejecución Correcciones
Descripción: Tarea 1: Calentamiento de estiramiento dirigido por dos estudiantes y trote suave Tarea 2: Formar dos equipos conformados por dos integrantes Tarea 3: Desde el centro Caminar en lugar de saltar, para niños que aún no tienen la coordinación necesaria para saltar, pueden simplemente caminar dentro del saco. Tarea 4: Carrera por medio de obstáculos como conos, pelotas o bancos para que los niños tengan que sortearlos mientras corren en el saco. Tarea 5 Los niños se desplazan lateralmente apoyados en las manos y los pies, como si fueran cangrejos. Tarea6. Los niños sujetan una cinta larga y la hacen ondear mientras corren. Tarea 5: Estiramiento de cierre dirigido por el docente	
Actividad 4: La comba	
Instalación: Patio No. de alumnos:16	Materiales: balones, pitos Duración: 40 minutos
Objetivos didácticos: Desarrollar el sentido del ritmo y la capacidad de seguir una secuencia.	
Contenido: Saltar la sog	
Método: Inicialmente, se puede practicar saltar en el lugar, imitando el movimiento de saltar la comba. Dibujar una línea en el suelo y saltar sobre ella, simulando la comba. Utilizar una cuerda más larga y moverla lentamente para que el niño pueda saltar con mayor facilidad. Utilizar una comba con manijas más grandes y fáciles de agarrar. Utilizar una comba de tela más ligera y suave. Marcar puntos en el suelo y pedir al niño que salte sobre ellos, variar la velocidad de la comba	Organización por el docente Explicación Demostración Ejecución Correcciones
Descripción: Tarea 1: Calentamiento de estiramiento dirigido por dos estudiantes y trote suave Cada estudiante canta canciones mientras se salta la comba	

Tarea 2: Saltar hacia arriba y hacia abajo sin desplazarse	
Tarea 3: Saltar primero con un pie y luego con el otro	
Tarea4: Saltar hacia adelante y hacia atrás	
Tarea 4: Estiramiento de cierre por el docente	
Actividad 5: Carrear de relevos	
Instalación: Patio No. de alumnos:16	Materiales: balones, pitos, conos, platos, Ulas Duración: 40 minutos
Objetivos didácticos: Fomentar la cooperación y la comunicación entre los participantes	
Contenido: Correr transportando un objeto	
Método: Utilizar señales visuales claras y sencillas para indicar el inicio y el final de la carrera, así como el cambio de turno. Utilizar objetos de diferentes tamaños, texturas y pesos para que los niños puedan elegir aquellos que les resulten más fáciles de manipular. Utiliza objetos con diferentes texturas para los relevos (pelotas de goma espuma, cintas de tela. Coloca obstáculos sorpresa a lo largo del recorrido (túneles, cuerdas, entre otros. Utilizar señalización de colores para recorrer el recorrido Utilizar una cuerda para que el estudiante agarre y se dirija a la distancia establecida Utiliza música para marcar el ritmo de la carrera y crear un ambiente más dinámico.	Organización por el docente Explicación Demostración Ejecución Correcciones
Descripción: Tarea 1: Calentamiento dinámicos, movimiento articular. Tarea 2: Formar equipos Tarea 3: Carreras de relevos disfrazados: Los estudiantes pueden disfrazarse de animales, superhéroes o personajes y realizar la carrera imitando los movimientos de sus personajes Tarea 4: Carreras de relevos con obstáculos temáticos: Crea un recorrido a una distancia de 25 metros Tarea 5: Carreras de relevos con objetos inusuales: Utiliza objetos como globos, pelotas de playa, bolsas de frijoles o incluso animales de peluche para pasar el relevo Tarea 6 Estiramiento de cierre dirigido por el docente	

Discusión



Validación de la estrategia lúdica

Dicho proceso se realizó en dos momentos: 1.- selección de los expertos y 2.- consulta. En el caso del primer momento se aplicó la prueba de autovaloración a seis profesionales de Educación Física con el propósito de conocer su coeficiente de competencia, posteriormente 5 fueron seleccionados ya que fueron los que reunieron los requisitos de un nivel alto de competencia, experiencia y nivel científico relacionados con los procesos inclusivos y de adaptación al currículo.

Resultados de la encuesta de selección

Utilizando los valores de la tabla patrón (Figura 1) para cada una de las casillas marcadas por el experto, se calcula el número de puntos obtenidos en total entre los altos, medios, bajos. De esta forma, si el coeficiente $k_a = 1.0$, el grado de influencia de todas las fuentes es alto, si $k_a = 0.8$, es un grado medio y si es igual a 0.5, se considera con grado bajo de influencia de las fuentes (el coeficiente de competencia se encuentra en el rango: $0.6 \leq k \leq 1$). Con un rango promedio de $k = 0,87$.

Figura 1

Valores para obtener K_a

Fuente de argumentación	Grado de influencia de cada una de las fuentes en sus criterios		
	A (alto)	M (medio)	B (bajo)
Análisis teórico realizado por el experto	0,3	0,2	0,1
Experiencia obtenida	0,5	0,4	0,2
Estudio de trabajos sobre el tema de autores españoles	0,05	0,05	0,05
Estudio de trabajos sobre el tema de autores extranjeros	0,05	0,05	0,05
Conocimiento propio acerca del estado del problema en el extranjero	0,05	0,05	0,05
Intuición del experto	0,05	0,05	0,05

Fuente: (Wilson y Scrich, 2022)

En la siguiente tabla se muestra el nivel de competencia de los expertos escogidos.

Tabla 7

Nivel de competencia de los expertos escogidos.



Expertos	Análisis teóricos	Experiencia	Aut.nacionales	Autores extranj.	Conoc.Proble.extranj.	Intuición n	Ka	Kc	K
1	0,2	0,4	0,05	0,05	0,05	0,05	0,8	0.9	0.8
2	0,3	0,5	0,05	0,05	0,05	0,05	1	1	1
3	0,2	0,4	0,05	0,05	0,05	0,05	0.8	0.7	0.75
4	0,3	0,5	0,05	0,05	0,05	0,05	1	0.9	0.95
5	0,3	0,4	0,05	0,05	0,05	0,05	0.9	0.8	0.85
Total							0.90	0.86	0.87

Después de conocer la selección de los expertos, partiendo de su nivel de competencia respecto del tema objeto de investigación, en el segundo momento se realiza la aplicación de una encuesta para la evaluación de la estructura de la estrategia y sus actividades, estos fueron sometidos a dos rondas de preguntas con los expertos permitiendo emitir valoraciones y criterios de los elementos llevados a juicios tales como fundamentación teórica, proyección del objetivo, sus características y estructura, las adaptaciones curriculares a la diversidad de discapacidad física, así como la posibilidad de opinar de aquellos que no fueron tenidos en cuenta por el investigador.

En el proceso de valoración de los resultados, se observa, en las primeras tablas las calificaciones otorgadas a los aspectos de la estrategia, las que debían marcar como Muy adecuado (5), Bastante adecuada (4), Adecuada (3), Poco adecuada (2), Inadecuada (1). Luego de pasada la primera ronda se obtuvieron sugerencias hacia la estrategia lúdica a que se tuvieron en cuenta para su perfeccionamiento, sufriendo modificaciones en cuanto a la cantidad de preguntas y el contenido de estas que no redundaran en lo mismo.

Entre los aspectos que con mayor frecuencia se manifestaron por las sugerencias de los expertos y que no fueron tenidos en cuenta para el perfeccionamiento de la estrategia desde su inicio, se reconocen:

- Ahondar en los aspectos teóricos que se recogen en la estrategia como el reconocimiento de un proceso inclusivo que debe partir de su adaptación curricular contextualizada a las necesidades reales de los estudiantes.

- Mejorar la comprensión de los elementos de evaluación como el proceso que ofrece la realidad a ser obtenida en beneficio de los estudiantes con Síndrome de Down.
- Establecer la relación existente entre las actividades y los indicadores, los cuales son elementos de gran importancia para los docentes y su preparación.
- Adaptar la estructura de la estrategia para que corresponda con los elementos pedagógicos desde el docente.

A partir de este proceso de retroalimentación se perfecciona la estrategia lúdica a través del cálculo de las frecuencias absolutas, absolutas acumuladas, la matriz de frecuencias relativas acumuladas y los puntos de cortes, tal como se muestra en las tablas siguientes, las que reflejan los resultados de la evaluación realizada por los expertos, a cada uno de los aspectos propuestos, luego de la segunda ronda, que a partir de los datos primarios u originales se realizó el análisis estadístico para determinar el nivel de aceptación y confiabilidad de estos.

Tabla 8

Frecuencias absolutas

Aspectos	Categorías					Total
	MA	BA	A	PA	I	
A1	3	1	1	0	0	5
A2	2	2	1	0	0	5
A3	1	4	0	0	0	5
A4	2	2	1	0	0	5
A5	3	1	1	0	0	5

Tabla 9

Frecuencia acumulativa

Aspectos	MA	B A	A	P A	I
A1	3	4	5	5	5
A2	2	4	5	5	5
A3	1	5	5	5	5
A4	2	4	5	5	5



A5	3	4	5	5	5
----	---	---	---	---	---

Tabla 10

Frecuencia acumulativa relativa

ASPECTOS	MA	BA	A	PA
A1	0,6000	0,8000	1,0000	1,0000
A2	0,4000	0,8000	1,0000	1,0000
A3	0,2000	1,0000	1,0000	1,0000
A4	0,4000	0,8000	1,0000	1,0000
A5	0,6000	0,8000	1,0000	1,0000

Tabla 11

Distribución normal estándar inversa

Aspectos	MA	BA	A	PA	Suma	Promedio (P)	(N-P)
A1	0,25	0,84	3,09	3,09	7,18	1,795	0,049
A2	-0,28	0,84	3,09	3,09	6,74	1,685	0,155
A3	-0,85	3,09	3,09	3,09	8,42	2,105	-0,265
A4	0,25	0,84	3,09	3,09	7,27	1,8175	0,0225
A5	0,25	0,84	3,09	3,09	7,27	1,8175	0,0225
Suma	-0,338	6,45	15,45	15,45		9,22	
Ptos de Corte	-0,076	1,29	3,09	3,09		1,84	

N

Con base en los resultados se determinan los rangos y puntos de corte

A3 A4 A5 A1 A2
-0,265 0,225 0,225 0,049 0,155

	(5) -0,076	(4) 1,29	(3) 3,09	(2) 3,09	(1)
Muy Adecuado	Bastante adecuado	Adecuado	Poco adecuado	Nada adecuado	



Se observa en la tabla 11 los puntos de cortes y los valores de N-P determinando de forma precisa la pertenencia de cada uno de los ítems. En este sentido se observa que, las valoraciones proporcionadas por los expertos son favorables a los ítems propuestos para la estrategia lúdica que permitirá mejorar el desarrollo de las habilidades motrices deportivas en niños con SD que fue puesta a consideración al panel de expertos. En este sentido, se muestra que todas sus valoraciones se encuentran en la categoría “Muy adecuado”, “Bastante adecuado”, y “Adecuado sin mostrar ningún caso de “Poco adecuado” o “Nada adecuado” De esta manera, se determina que es viable la estrategia lúdica inclusiva propuesta para mejorar el desarrollo de las habilidades motrices deportivas en niños con Síndrome de Down puesta a consideración por los expertos, lo que resulta muy importante debido a que proviene de un grupo de personas especialistas en el tema, por lo tanto, se puede afirmar que, según la opinión de los expertos, la estrategia lúdica es pertinente y puede ser utilizada en las prácticas deportivas para incluir a estudiantes con SD.

Conclusiones

Una vez finalizada la investigación se concluye lo siguiente:

- La aplicación de las actividades lúdicas propuestas mejoró el proceso de enseñanza aprendizaje y facilitaron la inclusión y desempeño de los estudiantes con síndrome de Down dentro de la clase de Educación Física. Además, la aplicación de estas estrategias mejoró el desarrollo de las habilidades motrices deportivas en los estudiantes con síndrome de Down, así como también su comportamiento, fueron más participativos y trabajaron en equipo, además de mejorar la coordinación e integrarse más al grupo.
- Por lo tanto, aportar esta propuesta de estrategia lúdica inclusiva y adaptada es de gran importancia ya que brinda grandes beneficios a los estudiantes con síndrome de Down, pues al estar compuesta por un conjunto de varias actividades lúdicas adaptadas a las necesidades de los estudiantes contribuyen favorablemente al proceso de inclusión de los mismos así como al desarrollo de sus habilidades



motrices en las clases de educación física, que además puede ser adaptada y aplicada a cualquier otra institución con características similares si así lo requiere.

Referencias bibliográficas

- Calderón, A. (2019). La educación inclusiva desde el ejercicio físico en la Universidad de Cienfuegos. Conrado, 15(01). http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1990-86442019000600216#:~:text=La%20educaci%C3%B3n%20inclusiva%20supone%20un,cultura%2C%20raza%20o%20religi%C3%B3n%20diferente.
- Chiva, O., Gil, J., & Salvador, C. (2019). Actividad física y Síndrome de Down: el juego motriz como recurso metodológico. Revista digital de educación física, 03(4). <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=5384101>
- Cusme, L., & Rodríguez, J. (2024). Implementación de adaptaciones curriculares para estudiantes con necesidades educativas especiales (NEE) en la Unidad Educativa Particular Arquidiocesana Pedro Schumacher. Dominio de las Ciencias, 10(3), 1303-1316. <https://doi.org/https://doi.org/10.23857/dc.v10i3.3984>
- Fernández, A. (2015). Síndrome de Down y la actividad física. Revista Internacional de Apoyo a la Inclusión, Logopedia, Sociedad y Multiculturalidad., 3(2). <https://www.redalyc.org/journal/5746/574660908013/574660908013.pdf>
- Fonseca, P., & González, L. (2019). La educación inclusiva desde el ejercicio físico en la Universidad de Cienfuegos. Conrado, 15(1). http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1990-86442019000600216#:~:text=Las%20actividades%20f%C3%ADsicas%20y%20el,capacitados%20para%20atender%20la%20diversidad.
- Gómez, A., Roba, B., Hernández, K., & Escalante, L. (2021). Inclusión en la Educación Física, su perspectiva desde la formación del profesional de Cultura Física. Podium. Revista de Ciencia y Tecnología en la Cultura Física, 16(02). http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1996-24522021000200423



- Gómez, L., & Muriel, L. (2019). El papel del docente para el logro de un aprendizaje significativo. *Encuentros*, 34(15).
<https://www.redalyc.org/journal/4766/476661510011/html/>
- Gordon, B., Zurita, M., & Rojas, G. (2024). Juegos coordinativos para la inclusión de estudiantes con Síndrome de Down en la clase de Educación Física. *Podium*, 19(3).
<https://podium.upr.edu.cu/index.php/podium/article/view/1720/2659>
- Izquierdo, R., & Díaz, M. (2023). Joven con síndrome de down y natación recreativa. *Revista Internacional de Medicina y Ciencias de la Actividad Física y del Deporte*, 17(65). <https://www.redalyc.org/pdf/542/54250121003.pdf>
- Mamani, D., & Huayanca, P. (2023). Los juegos tradicionales como potenciadores de la inclusión sociopsicomotriz en estudiantes de educación primaria con dificultad de aprendizaje. *Revista Electrónica Interuniversitaria de Formación del Profesorado*, 26(3), 61-74. <https://doi.org/https://doi.org/10.6018/reifop.573731>
- Ministerio de Educación. (2013). Guía de trabajo: Estrategias pedagógicas para atender necesidades educativas especiales. Ministerio de Educación del Ecuador.
<https://educacion.gob.ec/wp-content/uploads/downloads/2019/05/Guia-de-estrategias-pedagogicas-para-atender-necesidades-educativas-especiales-en-el-aula.pdf>
- Ministerio De Educación. (2020). Currículo Priorizado. Ministerio de Educación, 03(2).
https://educacion.gob.ec/wp-content/uploads/downloads/2021/12/Curriculo-priorizado-con-enfasis-en-CC-CM-CD-CS_Superior.pdf
- Mosso, C., Santander, P., Pettinelli, P., Valdés, M., Celis, M., Espejos, F., . . . Sepúlveda, F. (2022). Evaluación de una intervención en actividad física en niños con síndrome de Down. *Revista Chilena de pediatría*, 82(4).
https://www.scielo.cl/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0370-41062011000400005
- Olivares, M. (2023). Elaboración de material didáctico para el trabajo y desarrollo de la psicomotricidad fina en alumnos con Síndrome de Down. Universidad Católica de Valencia San Vicente Mártir. <http://hdl.handle.net/20.500.12466/4132>
- Pérez, A., & García, B. (2020). Síndrome de Down y deporte. *Revista Digital - Buenos Aires*, 3(146). <https://www.efdeportes.com/efd146/sindrome-de-down-y->



deporte.htm#:~:text=En%20las%20personas%20con%20s%C3%ADndrome,el%20%C3%A1rea%20de%20Educaci%C3%B3n%20F%C3%ADsica.

Pinto, C. (2022). Estructura familiar del niño con síndrome de Down. *Ajayu Órgano de Difusión Científica del Departamento de Psicología UCBSP*, 05(1).
http://www.scielo.org.bo/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2077-21612007000100003

Ramírez, V. (2024). Estrategia lúdica en la clase de educación física para generar inclusión en estudiantes. *CONCIENCIA DIGITAL*, 7(3).
<https://cienciadigital.org/revistacienciadigital2/index.php/ConcienciaDigital/article/view/3146>

Rezabala, C. (2024). Los juegos populares y el desarrollo psicomotriz en niños con Síndrome de Down: Revisión Sistemática. *Mentor. Revista de Investigación Educativa y Deportiva*, 1366-1386. <https://doi.org/https://doi.org/10.56200/mried.v3i9.8222>

Ruiz, P. (2016). Síndrome de Down en las clases de educación física. *Universidad Internacional De La Rioja*, 23(44).
<https://reunir.unir.net/bitstream/handle/123456789/3983/SARASA%20RODANES,%20OLATZ.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

Sailema, Á., Sailema, M., Amores, P., Navas, L., Mallqui, V., & Romero, E. (2017). Juegos tradicionales como estimulador motriz en niños con síndrome de Down. *Revista Cubana de Investigaciones Biomédicas*, 36(02).
http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0864-03002017000200001

Tacuri, E. (2021). Incidencia de los juegos predeportivos en el desarrollo de la técnica del lanzamiento en mini baloncesto. *Lecturas: Educación Física y Deportes*, 116-129. <https://doi.org/https://doi.org/10.46642/efd.v26i278.3030>

Trujillo, N. (2020). Educación inclusiva de preescolares con síndrome de Down: la mirada de un grupo de educadoras de Veracruz, México. *Actualidades Investigativas en Educación*, 20(02). https://www.scielo.sa.cr/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1409-47032020000200375

Sánchez, J. (2022). Actividades recreativas para motivar el aprendizaje de los niños con síndrome de Down. *Podium. Revista de Ciencia y Tecnología en la Cultura Física*,



17(2). http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1996-24522022000200557

Véliz, R. (2022). Actividades recreativas para motivar el aprendizaje de los niños con síndrome de Down. Podium. Revista de Ciencia y Tecnología en la Cultura Física, 17(02). http://scielo.sld.cu/scielo.php?pid=S1996-24522022000200557&script=sci_arttext

Wilson, D., & Scrich, A. (2022). Validación del protocolo rehabilitación en pacientes con posinfección a Covid19 en la comunidad: Método Delphy. XIX Congreso de la Sociedad Cubana de Enfermería, (pág. 4). <https://congresosenfermeriacubana.sld.cu/index.php/enfermeria22/2022/paper/download/149/136>

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.