

Dance therapy in the process of including students with ADHD in physical education classes

La Bailoterapia en el proceso de inclusión de los estudiantes con TDAH en las clases de educación física

Autores:

Lic. Encalada-Chuncho, Samantha Denisse
UNIVERSIDAD BOLIVARIANA DEL ECUADOR
Licenciada en Cultura Física
Cuenca - Ecuador

 sdencaladac@ube.edu.ec

 <https://orcid.org/0009-0005-7218-6670>

Lic. Malusin-Tite, Kevin Alexis
UNIVERSIDAD BOLIVARIANA DEL ECUADOR
Licenciado en Pedagogía de la Actividad Física y Deporte
Ambato - Ecuador

 kamalusint@ube.edu.ec

 <https://orcid.org/0009-0000-7744-2614>

Dr. 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: 25-AGOS-2024 aceptación: 27-OCT-2024 publicación: 15-DIC-2024

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



Resumen

El presente estudio tuvo como objetivo implementar una guía didáctica de bailoterapia para el proceso de inclusión de estudiantes con TDAH en clases de educación física, la revisión bibliográfica en relación a la aplicación de la bailoterapia promueve la inclusión de alumnos con condiciones de TDAH, para el cual se utilizaron un enfoque cuantitativo, de tipo no experimental, llegándose a utilizar instrumentos como fichas de observación y cuestionarios, siendo aplicados para el levantamiento de información de campo, se ha contado con una población total 10 docentes y 20 alumnos y seleccionando una muestra de 5 estudiantes de tercer año de básica general que tienen diagnósticos de TDAH, y también 10 docentes, la información fue trabajada en tablas y gráficos, como también en figuras sinópticas para desarrollar la interpretación y análisis de los resultados donde el programa de salsa y hip hop para niños fomenta ritmo, coordinación y expresión personal mediante pasos básicos y juegos rítmicos, usando adaptaciones creativas como texturas y música para un aprendizaje inclusivo y dinámico. Se concluyo que se ha logrado elaborar y validar la propuesta de bailo terapia con la finalidad de ser aplicado como estrategia para que los alumnos con TDAH puedan ser incluidos en el ámbito educativo regular.

Palabras clave: Bailo terapia; inclusión; TDAH ; educación física

Abstract

The present study aimed to implement a didactic guide of dance therapy for the process of inclusion of students with ADHD in physical education classes, the bibliographic review in relation to the application of dance therapy promotes the inclusion of students with ADHD conditions, for which a quantitative approach was used, quantitative and qualitative of a non-experimental type, with instruments such as observation sheets and questionnaires, being applied based on questions for the development of the collection of field information, a total population of 780 has been counted with a sample of 20 third year students of general basic education of which 5 children have ADHD diagnoses, the information was worked in tables and graphs, as well as in synoptic figures to make the interpretation and analysis of the results where the salsa and hip hop program for children encourages rhythm, coordination and personal expression through basic steps and rhythmic games, using creative adaptations such as textures and music for inclusive and dynamic learning. It was concluded that the dance therapy proposal was validated by 7 specialists in order to serve as a strategy so that students with ADHD can be included in the regular educational environment.

Keywords: Dance therapy; inclusion; TDAH



Introducción

A nivel internacional, existe un creciente interés en explorar métodos alternativos que favorezcan la inclusión de estudiantes con TDAH. En este contexto, la bailoterapia ha ganado terreno como una intervención eficaz que combina actividad física con expresión corporal y ritmo musical. Según la Organización Mundial de la Salud (OMS), las intervenciones basadas en la actividad física, como la danza, pueden mejorar no solo la condición física de los niños con TDAH, sino también su bienestar emocional y social (World Health Organization, 2020). Estas intervenciones tienen el potencial de reducir la ansiedad, mejorar la concentración y fomentar la interacción social, factores críticos para los estudiantes con TDAH. En este sentido, el objetivo general de esta propuesta es desarrollar estrategias de bailoterapia con la finalidad de generar inclusión en los estudiantes con TDAH.

En América Latina, los programas de educación física aún enfrentan barreras para la inclusión efectiva de estudiantes con necesidades educativas especiales, incluido el TDAH. Sin embargo, algunos países de la región han comenzado a implementar programas de baile inclusivo, basados en la bailoterapia, con resultados prometedores. Un estudio realizado en Chile reveló que la bailoterapia puede ayudar a regular los niveles de hiperactividad y mejorar las habilidades sociales en niños con TDAH, facilitando su participación en actividades de grupo y disminuyendo su sensación de exclusión (Ministerio de Educación de Chile, 2018). A pesar de estos avances, aún existe una brecha considerable en términos de implementación sistemática de estas intervenciones a nivel regional.

La integración de estudiantes con Trastorno por déficit de atención e hiperactividad (TDAH) en clases de educación física puede plantear varios desafíos tanto para los estudiantes como para los profesores, los estudiantes con esta condición pueden tener dificultades para mantener la atención durante períodos prolongados, lo que puede afectar su participación activa en las actividades físicas planificadas en clase, muchos de estos alumnos pueden experimentar dificultades en la coordinación motora, lo que puede afectar su capacidad para participar en actividades que requieren habilidades de movimiento específicas. (Aguilar Rebolledo & Jiménez Ortiz, 2021).

La bailoterapia, también conocida como danzaterapia o terapia de movimiento, ofrece una serie de beneficios físicos, mentales y emocionales, es una forma divertida de ejercicio que puede ayudar a mejorar la resistencia cardiovascular, la fuerza muscular, la flexibilidad y la coordinación motora, así mismo la práctica regular puede ayudar a aumentar la confianza en uno mismo y la autoestima al proporcionar un medio para expresarse y superar desafíos físicos, así mismo participar en estas actividades ofrece la oportunidad de interactuar con otras personas, lo que puede ayudar a promover la socialización y construir relaciones sociales positivas. De igual manera ofrece un espacio para la creatividad y la expresión artística a través del movimiento, lo que puede ayudar a mejorar la creatividad y la capacidad de expresión. La práctica regular de bailoterapia



puede ayudar a mejorar el equilibrio y la postura al fortalecer los músculos centrales y mejorar la conciencia corporal (Changoluisa, 2024).

La problemática del Trastorno por Déficit de Atención e Hiperactividad (TDAH) en Ecuador es un tema relevante que afecta a niños, adolescentes y adultos en diferentes ámbitos de sus vidas. Algunos de los desafíos específicos asociados en donde existe una falta de conciencia y comprensión este estado, lo que dificulta la detección temprana y el diagnóstico preciso. Muchas veces, los síntomas pueden ser malinterpretados o pasados por alto, lo que resulta en un acceso limitado a intervenciones y tratamientos adecuados. Además en algunas regiones de Ecuador, el acceso a servicios de salud mental, incluyendo evaluaciones especializadas y tratamientos suelen ser limitados. Esto puede deberse a la falta de profesionales de la salud mental capacitados, así como a barreras económicas y geográficas que dificultan el acceso a servicios especializados. Los estudiantes que tienen TDAH tienen diversas deficiencias en el momento de desarrollar las actividades físicas, siendo en principio la limitada atención y la poca capacidad para seguir órdenes e indicaciones del instructor, por otra parte debido a su hiperactividad el paciente no logra desarrollar un adecuado trabajo de grupo con otros compañeros limitando el trabajo coordinado que deben realizar muchos de ellos durante las actividades físicas.

En ese sentido mucho de estos estudiantes son rechazados no solo por los compañeros, también por los instructores que prefieren no contar con este tipo de alumnos en sus clases por el motivo que retrasan su trabajo de formación, teniéndose la necesidad de desarrollar sus actividades limitando su participación en los grupos de trabajo, incrementando con ello su condición, por otra parte las actividades físicas son estructuradas, pero con el objetivo de generar una competencia, siendo el resultado estresante para este tipo de estudiantes que no buscan lograr un objetivo común, desarrollando solo las características extremadamente extrovertidas para lograr aliviar su condición, generando desorden en los equipos de los que son parte. En ese sentido los estudiantes con TDAH, enfrentan desafíos en las relaciones sociales, por el cual la bailoterapia es una actividad que ofrece un entorno estructurado y divertido para mejorar sus habilidades sociales, como el trabajo en equipo y la comunicación.

A nivel metodológico la propuesta permitirá conocer en una forma más amplia, la influencia que puede tener la aplicación de la bailoterapia sobre los efectos que tiene el TDHA, en los estudiantes de una institución educativa, buscando con ellos brindar bases para la creación de propuestas y programas que busquen atender esta problemática en los jóvenes, en el contexto actual de la sociedad.

En este apartado se da a conocer toda la información bibliográfica, artículos científicos, revistas, libros y autores sobre las variables que forman parte de esta investigación. La inclusión de estudiantes con problemas educativos es fundamental para garantizar que todos los niños tengan acceso a una educación de calidad y oportunidades equitativas de aprendizaje (Bagué et al., 2021).



Es así que según Rosas et al., (2021) los estudiantes deben contar con un entorno inclusivo, buscando crear un entorno escolar que celebre la diversidad y promueva un sentido de pertenencia para todos los estudiantes. Esto implica fomentar el respeto, la empatía y la aceptación de las diferencias individuales entre los compañeros de clase. En el mismo sentido para lograr una adecuada inclusión de los alumnos se deben desarrollara aspectos curriculares a nivel educativo.

Según Fernández y Castro, (2020) menciona que para una adecuada inclusión es importante el involucramiento de los padres importante para fomentar la colaboración y la comunicación entre la escuela y la familia para apoyar el desarrollo académico y socioemocional de los estudiantes. Los padres y cuidadores pueden desempeñar un papel activo en el proceso educativo al proporcionar retroalimentación, apoyo adicional en casa y participar en reuniones y actividades escolares.

La bailoterapia en algunas culturas, ciertos estilos de baile pueden considerarse inapropiados o incluso ofensivos, lo que dificulta la adopción generalizada de la bailoterapia. Además, la diversidad de ritmos y géneros musicales utilizados en la bailoterapia puede no ser igualmente aceptada en todas las regiones del mundo. Lo que podría ser popular y bien recibido en una cultura, podría ser percibido de manera negativa en otra. Otro desafío está relacionado con las barreras lingüísticas y las diferencias en la comprensión de las instrucciones y la música utilizada en la bailoterapia. Las coreografías y las indicaciones verbales pueden variar en su efectividad según el idioma y la interpretación cultural, lo que dificulta la enseñanza y la participación plena en comunidades internacionales (Estuch, 2022).

De igual forma la disponibilidad de tratamientos, que incluyen terapias conductuales, farmacológicas y otras intervenciones, puede ser limitada en algunas áreas de Ecuador. Esto afecta directamente a la calidad de vida de las personas con esta enfermedad, ya que no tienen acceso a opciones de tratamiento que podrían mejorar su funcionalidad y bienestar. Se necesita más investigación sobre el este estado en el contexto ecuatoriano para comprender mejor los factores específicos que contribuyen al trastorno en esta población (Álvarez y Carpio, 2023).

Materiales y Métodos

La bailoterapia implica hacer ejercicio mediante la danza, fusionando de manera efectiva el disfrute con la actividad física. (Estuch, 2022). La variable bailoterapia fue una propuesta elaborada para la inserción de los niños con condiciones de TDAH, considerando las dimensiones de actividad física condición física y actividades de recreación.

Según la variable, Inclusión de estudiantes con TDAH, se aplicó una encuesta dirigida a 10 docentes, como también se aplicó una ficha de observación a 5 estudiantes, en base a las

dimensiones falta de atención, socialización grupal y actividades docentes, los resultados de la aplicación de estos instrumentos se presentan en las tablas de resultados.

De acuerdo con Manterola et al. (2019) indican que la elección de los enfoques de estudio determina los datos que serán utilizados en una investigación específica, ya sea datos cuantitativos o cualitativos, ambos contribuyendo a la recopilación de información. En este estudio, se optó por un enfoque cuantitativo, del tipo aplicado, con diseño no experimental y transversal, siguiendo el marco teórico de autores como Creswell (2014) y Hernández et al. (2014), quienes destacan la utilidad del enfoque cuantitativo para el análisis de variables específicas en contextos educativos. La presente investigación se va a desarrollar en los ambientes del Unidad Educativa Sudamericano de la ciudad de Cuenca -Ecuador.

La población de estudio estará conformada por 20 niños y 10 docentes de la escuela Sudamericano, ubicada en la ciudad de Cuenca. A partir de esta población, se seleccionará una muestra constituida por 5 niños con diagnóstico de TDAH y 10 docentes de la misma institución. La elección de los participantes se realizó mediante un muestreo probabilístico aleatorio simple, seleccionado a conveniencia del investigador, con el fin de obtener información relevante de quienes están directamente involucrados en el proceso de enseñanza y aprendizaje de estudiantes con TDAH, siguiendo las pautas de autores como Álvarez y Rojas (2018) en cuanto a la selección de muestras en investigación educativa.

Durante la fase de trabajo de campo, se recopilaron datos que posteriormente fueron procesados utilizando programas informáticos como el SPSS, en línea con las recomendaciones de autores como Field (2013) para el análisis estadístico. Estas herramientas facilitarán la creación de gráficos estadísticos con el propósito de analizar los resultados obtenidos. Finalmente, se llevará a cabo una discusión y conclusión de los hallazgos, y se incluirá un apartado sobre el proceso de validación de la propuesta, siguiendo las estrategias descritas por Guba y Lincoln (1989) en el contexto de la validación de investigaciones educativas.

Resultado

De acuerdo con el análisis se encontró las siguientes teorías que sostuvieron la implementación de la bailo terapia con la finalidad de implementar la propuesta. La Teoría del ejercicio físico, sostiene que el ejercicio proporciona beneficios para la salud física, como el fortalecimiento muscular, la mejora de la resistencia cardiovascular y la flexibilidad. Se basa en principios científicos del ejercicio físico que indican que la actividad física regular es esencial para mantener un estilo de vida saludable. (Bouchard et al., 2012).

Teoría del aprendizaje motor en donde menciona que el aprendizaje motor implica el desarrollo de habilidades motoras a través de la práctica y la experiencia, resultando en mejoras duraderas en el rendimiento, este proceso se manifiesta en una mayor eficiencia en el procesamiento de



información, lo que incluye la identificación de estímulos relevantes, la selección y ajuste de los parámetros del movimiento, así como la capacidad de corregir y ajustar el desempeño en función de la retroalimentación. (Schmidt, 2011).

Teoría sociocultural que fue planteado por Lev Vygotsky 1920, la perspectiva sociocultural del desarrollo y aprendizaje argumenta que estos procesos están influenciados por el entorno social y cultural en el que tienen lugar. Según este enfoque, el aprendizaje y desarrollo humano están estrechamente ligados a las interacciones sociales y al contexto cultural en el que se desarrollan. Lev Vygotsky es reconocido como uno de los principales defensores de esta teoría. (Vygotsky, 1978).

Para el análisis cuantitativo se presentan las siguientes tablas:

Tabla

Percepciones y prácticas de docentes sobre la inclusión de niños con TDAH en clases de Educación Física

ESCALA	Siempre		Casi siempre		A veces		Nunca	
	F	%	F	%	F	%	F	%
¿Está usted en condiciones de trabajar con niños de necesidades especiales como el TDAH?	5	50%	3	30%	0	0%	2	20%
¿Ha recibido capacitación para poder trabajar con niños de necesidades especiales	2	20%	5	50%	1	10%	2	20%
¿Tiene experiencia para trabajar con niños con TDAH?	4	40%	4	40%	0	0%	2	20%
¿Realiza usted adaptaciones curriculares para trabajar con niños con TDAH?	4	40%	4	40%	2	20%	0	0%
¿Promueve inclusión en la clase de educación física?	3	30%	5	50%	1	10%	1	10%
¿Utiliza usted la expresión corporal en sus clases de educación física?	0	0%	6	60%	3	30%	1	10%
¿Utiliza la bailo terapia como estrategia de inclusión en las clases de educación física?	3	30%	4	40%	0	0%	3	30%
¿Usted colabora con el DECE para la inclusión de estudiantes con TDAH en las clases de educación física?	3	30%	2	20%	3	30%	2	20%
¿Usted promueve en la institución actividades de expresión corporal o bailo terapia?	2	20%	2	20%	4	40%	2	20%
¿Tiene usted la capacidad para aconsejar a los padres de familia de niños con TDAH en relación con las clases de educación física?	1	10%	2	20%	3	30%	4	40%

De acuerdo a los resultados a la pregunta 1 sobre las condiciones para trabajar con niños con TDAH, el 50% de los encuestados indicó que siempre está en condiciones de trabajar con niños con necesidades especiales, mientras que el 30% lo hace casi siempre. Sin embargo, un 20% señaló que nunca está en condiciones, reflejando una división en la percepción de competencia entre los



docentes, sugiriendo que la mitad de los docentes podría necesitar mayor formación o apoyo para enfrentar estos retos.

Respecto a la capacitación recibida, el 50% de los encuestados dijo que casi siempre ha recibido capacitación, pero solo el 20%, afirmó haberla recibido siempre, estando el 10% como a veces y el 10% como nunca, sugiriendo que la mayoría de los docentes han tenido algún tipo de formación, pero podría no ser suficiente o sistemática, dado que un 20% nunca ha recibido capacitación, lo que podría afectar su desempeño con estos estudiantes. Así mismo para la experiencia en trabajar con niños con TDAH, el 40% de los encuestados indicó tener siempre experiencia en trabajar con niños con TDAH, mientras que un 40% adicional mencionó tenerla casi siempre. Solo un 20% no tiene experiencia, lo que muestra que la mayoría cuenta con algún grado de familiaridad en este campo.

En términos de adaptaciones curriculares para niños con TDAH, El 40% de los encuestados mencionó que siempre realiza adaptaciones curriculares, al igual que un 40% que lo hace casi siempre. En la promoción de inclusión en clases de educación física, la mayoría 50% promueve la inclusión casi siempre, mientras que un 30% lo hace siempre. Sin embargo, hay un pequeño grupo 10% que indicó no hacerlo nunca, lo que resalta la necesidad de un mayor enfoque en promover la inclusión en la educación física.

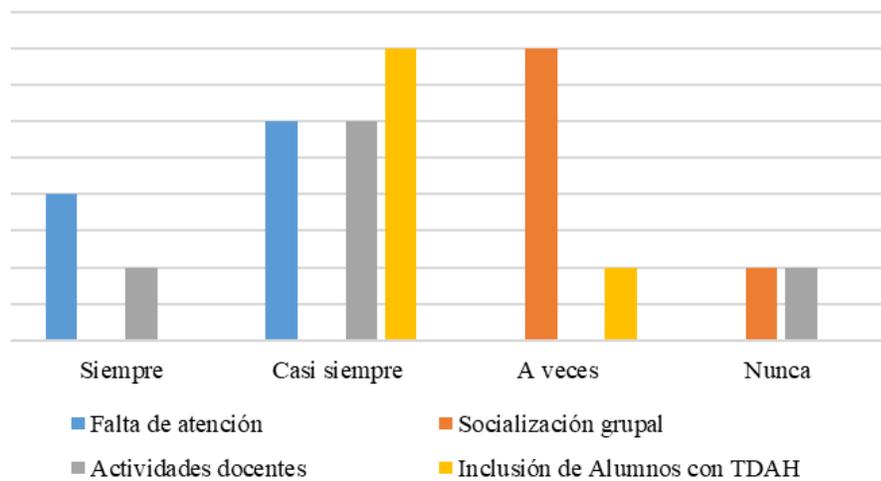
En cuanto al uso de expresión corporal en las clases, solo un 60% utiliza la expresión corporal casi siempre, y un 30% lo hace a veces, pero ningún encuestado lo hace siempre, así mismo el uso de bailo terapia como estrategia de inclusión, un 40% de los encuestados utiliza la bailo terapia casi siempre, mientras que un 30% nunca la utiliza, esto podría reflejar limitaciones en la implementación de estrategias que fomenten el desarrollo integral de los estudiantes con TDAH.

Además, para la colaboración con el DECE, solo el 30% indicó colaborar siempre con el DECE para la inclusión de niños con TDAH, mientras que otro 30% lo hace a veces y un 20% nunca lo hace. Esto refleja una falta de coordinación constante con el DECE, lo que puede afectar la eficacia en la inclusión, por otra parte, para la promoción de actividades de expresión corporal o bailo terapia en la institución, solo un 20% promueve estas actividades siempre, mientras que un 40% lo hace a veces, finalmente para la capacidad para aconsejar a los padres de niños con TDAH, Esta es una de las áreas más débiles, ya que solo el 10% de los encuestados se siente siempre capacitado para aconsejar a los padres, mientras que el 40% indicó que nunca lo está, sugiriendo una necesidad de capacitación y apoyo en este aspecto, ya que la comunicación efectiva entre los docentes y los padres es esencial para el desarrollo de los estudiantes.

Gráfico 1



Ficha de observación de los alumnos con TDAH



Se observó a los estudiantes con condiciones de TDAH en el aula, donde se evidenció claramente que el 40% siempre tienen falta de atención, y el 60% casi siempre lo tiene, esto revela que estos alumnos son un problema recurrente en la clase, destacando la atención limitada como una de las características principales del TDAH, lo que resalta la importancia de implementar estrategias pedagógicas adaptativas que puedan mitigar este problema.

Respecto a la socialización de grupos, se observó que el 80% lo hacen a veces y el 20% nunca socializan, esto indica que muchos estudiantes tienen graves problemas para interactuar con sus compañeros, la socialización puede verse afectada debido a dificultades en la regulación emocional y comportamientos impulsivos, aunque algunos estudiantes logran hacerlos a menudo necesitan más apoyo en el desarrollo de sus habilidades sociales. En cuanto a las actividades realizadas por los docentes para la inclusión, solo el 20% lo realiza de forma periódica, mientras el 60% lo hacen casi siempre, No obstante, el 20% no realiza actividades inclusivas, aunque varios profesores tratan de ajustarse a las necesidades de los estudiantes, existen otros que no lo hacen.

Finalmente, el 80% de los alumnos casi siempre participan en las actividades, aunque lo hacen con poca motivación, el 20% a veces lo hacen. Es importante mejorar las estrategias de inclusión que se están desarrollando en la actualidad con propuestas innovadoras para lograr que los alumnos con TDAH sean incluidos con asertividad en el aprendizaje de toda el aula para que participen de forma continua.

La combinación de los resultados de la ficha de observación y de la encuesta a los docentes destaca varios problemas graves, a pesar de la percepción general y habitualmente positiva de los educadores sobre la inclusión de los estudiantes con TDAH. En lo que respecta a la ficha de observación, el 100% de los estudiantes tenía dificultades de atención, en tanto que solamente el 20% de los docentes realizó actividades inclusivas de manera regular. A partir de este hallazgo,

puede concluirse que la falta de adaptación es una de las razones de las dificultades de atención de los estudiantes y una de las razones por las que los estudiantes pueden sentirse excluidos. Además, aunque el 80% de los estudiantes asisten a las actividades, lo hacen sin ganas, lo que también corresponde a la encuesta de los docentes sin una correspondiente capacitación. Solo el 10% de los docentes encuestados se sentía preparado para aconsejar a los padres, lo que significa que es esencial para ellos, entre otras cosas, mejorar la colaboración con su familia. En resumen, estos datos enfatizan la importancia de la formación para los docentes y el desarrollo de nuevas y adaptativas opciones de participación para los alumnos, adecuados para el TDAH.

Propuesta de Bailo terapia para lograr la inclusión de estudiantes con problemas de TDAH.

Propuesta de Bailo terapia para lograr la inclusión de estudiantes con problemas de TDAH.
Objetivo general Desarrollar estrategias de bailo terapia con la finalidad generar inclusión en los estudiantes con TDAH.
Objetivos específicos <ul style="list-style-type: none"> • Lograr que los estudiantes con TDAH desarrollen actividades físicas en grupo y con objetivos comunes • Lograr que los estudiantes se enfoquen en actividades puntuales • Lograr que los estudiantes con TDAH sigan las indicaciones al pie de la letra • Lograr que los estudiantes con TDAH logren una inclusión en los grupos de trabajo regulares.
Los recursos que se van a utilizar para estas actividades son de acuerdo con las necesidades de las actividades propuestas, como, por ejemplo. Pintura dactilar-Plástico-Cintas de colores-Parlante-Música-Tarjetas con imágenes, proyecciones- Música ligera-Variiedad de luces-Colchonetas de diferentes texturas-aros-balones.
La evaluación será de acuerdo con clase actividad aplicada. El proceso inclusivo de la propuesta esta basado en que los niños que desarrollan las actividades de la bailo terapia podrán disminuir su hiper actividad, logrando con ello mejorar su atención y seguir las indicaciones de los docentes de educación física, así mismo esta propuesta permitirá a los docentes estandarizar las actividades físicas para todos los estudiantes, desarrollando una integración efectivas para los niños con condiciones de TDAH.
Estrategias didácticas
SEMANA 1 La adaptación que se va a realizar en esta clase es
Estimulación sensorial <ul style="list-style-type: none"> • Colocamos un plástico en el suelo y, aparte, una bandeja con pintura. Los estudiantes, descalzos, deben sumergir sus pies en la bandeja de pintura. Al compás de la música, bailarán sobre el plástico, creando arte con cada paso. A medida que se muevan al ritmo de la música, podrán observar cómo se va formando su obra de arte con las huellas de sus pies pintados. • Este ejercicio no solo es divertido, sino que también proporciona una experiencia de aprendizaje integral que apoya el desarrollo sensorial, emocional, social y cognitivo de los estudiantes con TDAH.
Día 1: Introducción y Movimientos Básicos
Duración: 45 minutos
Actividades: <ul style="list-style-type: none"> • Calentamiento (5 minutos): • Marcha en el lugar, estiramientos suaves. • Se comienza con una marcha suave en el lugar. • Juego de ritmo (10 minutos): “Simón dice” con movimientos de Zumba.



- La clase de Zumba con los pasos básicos de zumba que son los siguientes: desplazamientos dobles a la derecha y dobles a la izquierda en el cual repetimos 4 veces, de ahí procedemos a marchar tanto en el mismo puesto como marchas laterales, por último, hacemos movimientos laterales básicos, donde reunimos todos los pasos básicos y lo repetimos la secuencia 4 veces.
- Enfriamiento (10 minutos): Estiramientos y respiración profunda.
- Explica las reglas básicas de "Simón dice" donde los estudiantes deben realizar solo los movimientos cuando "Simón dice" lo indica.
- Se utiliza los pasos de Zumba aprendidos como los movimientos de este juego. Por ejemplo, "Simón dice, toca el suelo" o "Simón dice, marcha en el lugar". Se puede añadir más complejidad combinando movimientos, como "Simón dice, marcha y toca el suelo al mismo tiempo".
- Este juego no solo refuerza los movimientos aprendidos, sino que también mejora la capacidad de atención y la capacidad de respuesta a las instrucciones.

Día 2: Rutina Sencilla y Juegos

Adaptaciones sensoriales

- Marcamos el área de movimiento en el suelo con cintas de colores para que los estudiantes sepan exactamente dónde deben moverse. Esto nos permite manejar mejor el comportamiento impulsivo y establecer límites claros y visuales.

Señales visuales claras:

- Usa tarjetas grandes con imágenes de los movimientos para que los niños las puedan ver fácilmente.
- el uso de cintas de colores para marcar áreas de movimiento no solo ayuda a manejar el comportamiento impulsivo, sino que también proporciona un entorno de aprendizaje más estructurado y seguro, lo que es especialmente beneficioso para estudiantes con TDAH.

Duración: 45 minutos

Actividades:

- Calentamiento (5 minutos): Movimientos de brazos y piernas.
- Rutina sencilla (20 minutos): Una coreografía básica de Zumba.
- Selección de la música (2 minutos):
- Se elige una canción con un ritmo moderado y alegre que sea fácil de seguir para los niños. Es importante que la canción tenga un tempo constante para que los niños puedan sincronizar sus movimientos sin dificultad.
- Enseñanza de pasos básicos (8 minutos):
- Paso 1: Marcha en el lugar (2 minutos): Comienza con una marcha en el lugar, similar al calentamiento, pero esta vez con más energía. Pide a los niños que levanten las rodillas al compás de la música.
- Paso 2: Toca el suelo (2 minutos): Introduce un paso donde los niños se agachen ligeramente para tocar el suelo con una mano, mientras la otra mano se eleva hacia el cielo. Alterna entre tocar el suelo con la mano derecha y la izquierda.
- Paso 3: Desplazamiento lateral (2 minutos): Enseña a los niños a moverse lateralmente, dando dos pasos a la derecha y dos a la izquierda, añadiendo un pequeño rebote o sentadilla al llegar al punto más bajo.
- Paso 4: Giro básico (2 minutos): Introduce un giro sencillo de 360 grados. Pide a los niños que giren sobre sí mismos lentamente y luego regresen al punto de partida.
- **Practicar la coreografía (10 minutos):**
- **Integración de movimientos:** Combina los pasos básicos en una secuencia que los niños puedan seguir. Por ejemplo, marcha en el lugar durante 8 tiempos, toca el suelo durante 4 tiempos, desplazamiento lateral durante 8 tiempos, y finalmente el giro durante 4 tiempos.



- **Repetición y ajuste:** Repite la secuencia varias veces para que los niños se familiaricen con los movimientos. Asegúrate de que todos entienden la secuencia y ajusta el ritmo según sea necesario.
- **Añadir variaciones:** Una vez que los niños se sientan cómodos con la secuencia, añade pequeñas variaciones, como cambiar la dirección del giro o pedirles que añadan un aplauso después de tocar el suelo.
- Juego de equipos (25 minutos): Competencia amistosa de baile.
- Enfriamiento (5 minutos): Estiramientos y relajación.

SEMANA 2

Las adaptaciones que se va a realizar en estas clases son:

Zonas sensoriales específicas

- Designamos una zona más tranquila con luces tenues y otra zona más activa con música ligeramente más alta. Además, utilizamos colchonetas de diferentes texturas para que los estudiantes puedan saltar y realizar movimientos más enérgicos.
- Implementar estas zonas diferenciadas y el uso de colchonetas de texturas variadas crea un entorno de aprendizaje más inclusivo y efectivo, adaptándose a las necesidades de todos los estudiantes, especialmente aquellos con TDAH.

Día 3: Coreografía y Creatividad

Duración: 45 minutos

Actividades:

- Calentamiento (5 minutos): Saltos suaves y estiramientos.
- Aprender una coreografía (10 minutos): Una rutina sencilla y repetitiva.
- Freestyle (25 minutos): Dejar que los niños inventen sus propios movimientos.
- Exploración individual (7 minutos):
- Tiempo para practicar: Dale a cada niño un espacio individual en el aula o salón. Pide a los niños que, al ritmo de la música, comiencen a moverse como quieran. Anímalos a explorar diferentes maneras de mover sus cuerpos, como saltar, girar, agacharse, o incluso crear movimientos que imiten animales o cosas que les gusten.
- **Motivación continua:** A medida que los niños practican, muévete por la sala ofreciendo palabras de aliento y sugiriendo ideas si algún niño parece quedarse sin inspiración. Puedes decir cosas como: "¡Intenta girar más rápido!" o "¿Qué tal si mueves los brazos como si fueran alas?".
- **Compartir con el grupo (10 minutos):**
- **Presentaciones voluntarias:** Pide a los niños que, si lo desean, muestren uno o dos de sus movimientos favoritos al grupo. Haz esto de manera voluntaria para no presionar a nadie, y resalta que todos los movimientos son válidos y creativos.
- **Actividad en cadena:** Si los niños se sienten cómodos, realiza una actividad en cadena, donde un niño muestra un movimiento, y luego todos los demás lo repiten, antes de pasar al siguiente niño. Esto crea un ambiente de colaboración y fomenta la creatividad grupal.
- **Baile en grupo (5 minutos):**
- **Freestyle grupal:** Después de que algunos niños hayan compartido sus movimientos, enciende la música nuevamente y permite que todos bailen libremente en grupo. Pide a los niños que sigan creando nuevos movimientos o que mezclen lo que aprendieron de sus compañeros.
- **Motivación y energía:** Anima a los niños a moverse por todo el espacio, interactuar con sus compañeros (por ejemplo, bailando en dúos o en pequeños grupos), y experimentar con el ritmo de la música. Este es un buen momento para que se sientan parte de una comunidad, compartiendo y disfrutando juntos.
- Enfriamiento (5 minutos): Movimientos suaves y respiración.

Día 4: Día de Diversión



La adaptación en esta clase es:

Duración: 30 minutos

La adaptación en esta clase es seguir el ritmo con toc, toc

- Los estudiantes seguirán un patrón rítmico utilizando los implementos *toc, toc*. Deben escuchar atentamente e imitar el patrón. Después de varias rondas, los estudiantes pueden crear su propio patrón para que los demás lo sigan.

Actividades:

- Calentamiento (5 minutos): Movimientos suaves de todo el cuerpo.
- Rutina divertida (25 minutos): Una coreografía nueva y fácil.
- Baile libre (10 minutos): Música favorita y movimientos libres.
- Enfriamiento (5 minutos): Relajación y estiramientos.

SEMANA 3-4

Las adaptaciones que se va a realizar en estas clases son:

Exploración rítmica: el tambor mágico

Los estudiantes deben moverse al ritmo del tambor y cambiar de movimiento cada vez que el ritmo cambia.

Día 5: Nuevos Movimientos y Rutina

Duración: 45 minutos

Actividades:

- Calentamiento (5 minutos): Movimientos básicos y estiramientos.
- Introducción de nuevos movimientos (10 minutos): Nuevos pasos de Zumba.
- Rutina nueva (25 minutos): Integrar los nuevos movimientos en una coreografía.
- Enfriamiento (5 minutos): Estiramientos y respiración.

Día 6: Practica y Juego

Adaptaciones sensibles

Estaciones de baile: Se divide la sala en estaciones con diferentes estilos o movimientos de baile. Esto puede mantener el interés y permitir rotaciones frecuentes, donde el estudiante crea y genera pasos.

Duración: 45 minutos

Actividades:

- Calentamiento (5 minutos): Marcha en el lugar y estiramientos.
- Practica de la rutina (10 minutos): Repetir la rutina del día anterior.
- Juego de equipos (25 minutos): Competencia de baile en grupos.
- Enfriamiento (5 minutos): Relajación y estiramientos.

SEMANA 5

SALSA

Adaptaciones

El cuadrado de la salsa

Realizar un cuadrado con tela Cambre y enumerarlos, utilizando texturas.

Monitoreo individualizado:

Designar a un ayudante para cada estudiante con TDAH.

Proporcionar retroalimentación positiva y específica para reforzar el comportamiento deseado

Día 7: Introducción y Pasos Básicos

Duración: 45 minutos



Actividades:

- Calentamiento (5 minutos): Movimientos suaves, estiramientos y marcha en el lugar.
- Introducción a la salsa (20 minutos): Explicar el ritmo de la salsa y enseñar pasos básicos como el paso adelante y atrás.
- **Introducción al Ritmo de la Salsa (5 minutos):**
- **Explicación básica del ritmo:** Reúne a los niños y explícale que la salsa es un tipo de baile que se mueve al ritmo de la música. Diles que el ritmo de la salsa generalmente sigue un patrón de 8 tiempos: 1-2-3, pausa, 5-6-7, pausa. Cada número representa un paso, y la pausa es un pequeño descanso donde no se da un paso, pero se puede hacer un movimiento suave, como cambiar el peso del cuerpo.
- **Escucha del ritmo:** Pon una canción de salsa con un tempo moderado y pide a los niños que escuchen y marquen los tiempos con una palmada o un toque suave de pie en el suelo. Cuenta en voz alta con ellos: "1, 2, 3, pausa, 5, 6, 7, pausa".
- **Enseñanza del Paso Adelante y Atrás (10 minutos):**
- **Paso adelante (5 minutos):**
- **Paso 1:** Pide a los niños que se coloquen con los pies juntos.
- **Paso 2:** En el "1", dar un paso pequeño hacia adelante con el pie izquierdo.
- **Paso 3:** En el "2", el pie derecho se queda en su lugar, pero se transfiere el peso del cuerpo hacia adelante.
- **Paso 4:** En el "3", regresa el pie izquierdo a la posición inicial junto al pie derecho.
- **Pausa:** En el "4", pausa y prepara el siguiente movimiento.
- **Práctica:** Repite estos pasos varias veces al ritmo de la música, contando en voz alta "1, 2, 3, pausa".
- **Paso atrás (5 minutos):**
- **Paso 1:** Comienza con los pies juntos.
- **Paso 2:** En el "5", da un paso pequeño hacia atrás con el pie derecho.
- **Paso 3:** En el "6", el pie izquierdo se queda en su lugar, pero se transfiere el peso del cuerpo hacia atrás.
- **Paso 4:** En el "7", regresa el pie derecho a la posición inicial junto al pie izquierdo.
- **Pausa:** En el "8", pausa y prepara el siguiente movimiento.
- **Práctica:** Repite estos pasos varias veces al ritmo de la música, contando en voz alta "5, 6, 7, pausa".
- **Práctica combinada (5 minutos):**
- **Integración:** Ahora pide a los niños que combinen ambos pasos, comenzando con el paso adelante y luego moviéndose hacia el paso atrás. Continúa al ritmo de la música: "1, 2, 3, pausa, 5, 6, 7, pausa".
- Juego de ritmo (15 minutos): "Simón dice" con pasos de salsa.
- Enfriamiento (5 minutos): Estiramientos y respiración profunda.

Día 8: Práctica y Coordinación

La adaptación que se va a realizar en esta clase es

Adaptaciones: Proporcionar música estimulante y permitir que los estudiantes bailen libremente. Introducir pintura no tóxica en el suelo y permitir que los niños expresen sus movimientos mientras dejan huellas artísticas

Duración: 45 minutos

Actividades:

- Calentamiento (5 minutos): Movimientos de brazos y piernas, estiramientos suaves.
- Práctica de pasos básicos (25 minutos): Repetir los pasos aprendidos el día anterior.
- Juego en parejas (10 minutos): Movimientos coordinados con un compañero.



- Enfriamiento (5 minutos): Estiramientos y relajación.

SEMANA 6

Día 9: Coreografía Completa

Adaptaciones: aros de colores

Colocamos varios aros en el suelo, formando unas líneas, círculos o en zig zag.

Usamos música rítmica para ayudar a mantener el ritmo.

Indicamos las instrucciones verbales y visuales simultáneamente.

Permitimos que los estudiantes elijan su movimiento preferido.

Duración: 45 minutos

Actividades:

Calentamiento (5 minutos): Movimientos de brazos y piernas.

Coreografía completa (10 minutos): Practicar toda la rutina aprendida.

Freestyle (25 minutos): Movimientos libres al ritmo de la música.

Enfriamiento (5 minutos): Estiramientos y respiración profunda.

Día 10: Práctica y Competencia Amistosa

Adaptación de actividades:

Modificar las reglas de la practica para permitir una mayor flexibilidad.

Proporcionar opciones de participación, como la elección de roles o niveles de dificultad.

Incorporar intervalos cortos de descanso entre actividades intensas.

Duración: 45 minutos

Actividades:

- Calentamiento (5 minutos): Marcha en el lugar y estiramientos.
- Práctica de la rutina (15 minutos): Repetir la rutina del día anterior.
- Competencia amistosa (20 minutos): Baile en grupos con una pequeña competencia.
- Enfriamiento (5 minutos): Relajación y estiramientos.

SEMANA 7-8

HIP HOP

Adaptaciones

Pelota al Ritmo: Pasa la pelota siguiendo el ritmo de una canción o un ritmo marcado por palmas.

Día 11: Introducción y Movimientos Básicos

Duración: 45 minutos

Actividades:

- Calentamiento (5 minutos): Movimientos suaves, estiramientos y marcha en el lugar.
- Introducción al hip hop (10 minutos): Explicar el ritmo y enseñar movimientos básicos como el "step touch" y el "bounce".
- **Explicación del Ritmo del Hip Hop (3 minutos):**
 - **Introducción al ritmo:** Reúne a los niños en un círculo y explícale que el Hip Hop es un estilo de baile que se mueve al ritmo de la música, que suele tener un fuerte "beat" o pulso. Diles que van a sentir este ritmo y moverse con él.
 - **Escuchar el ritmo:** Pon una canción de Hip Hop con un ritmo claro y fácil de seguir. Pide a los niños que escuchen la música y palmeen o toquen suavemente con los pies en el suelo al compás del beat. Cuenta con ellos en voz alta "1, 2, 3, 4" siguiendo el ritmo de la música.



- **Practicar el conteo:** Haz que los niños continúen contando en voz alta y marcando el ritmo con sus cuerpos. Esto les ayudará a internalizar el pulso básico del Hip Hop.
 - ❖ **Enseñanza del Movimiento "Step Touch" (3 minutos):**
- **Explicación del "Step Touch":** Explica que el "Step Touch" es un movimiento básico de Hip Hop donde se da un paso hacia un lado y luego se toca el otro pie junto al primero.
- **Demostración:**
 - **Paso 1:** Pide a los niños que se coloquen con los pies juntos.
 - **Paso 2:** Di "1", y haz que den un paso hacia la derecha con el pie derecho.
 - **Paso 3:** Di "2", y haz que lleven el pie izquierdo junto al derecho, tocando suavemente el suelo con la punta del pie izquierdo.
 - **Paso 4:** Di "3", y haz que den un paso hacia la izquierda con el pie izquierdo.
 - **Paso 5:** Di "4", y haz que lleven el pie derecho junto al izquierdo, tocando suavemente el suelo con la punta del pie derecho.
- **Práctica:** Repite estos pasos varias veces al ritmo de la música. Anima a los niños a moverse de un lado a otro suavemente, marcando el paso con sus cuerpos y siguiendo el beat.
 - ❖ **Enseñanza del Movimiento "Bounce" (4 minutos):**
- **Explicación del "Bounce":** Explica que el "Bounce" es un movimiento en el que el cuerpo sube y baja ligeramente al ritmo de la música, como si estuvieran rebotando.
- **Demostración:**
 - **Paso 1:** Pide a los niños que se coloquen con los pies separados al ancho de los hombros, las rodillas ligeramente flexionadas.
 - **Paso 2:** Di "1", y haz que los niños flexionen un poco más las rodillas, bajando su cuerpo ligeramente.
 - **Paso 3:** Di "2", y haz que los niños suban ligeramente, pero sin estirar completamente las rodillas.
 - **Paso 4:** Repite la secuencia, haciendo que los niños suban y bajen al ritmo de la música, sintiendo el "bounce".
- **Práctica:** Pon la música de nuevo y haz que los niños practiquen el "bounce" mientras cuentan "1, 2, 3, 4". Anímalos a mantener el ritmo y a coordinar el movimiento de sus rodillas con el beat de la música.
 - ❖ **Integración de Movimientos (2 minutos):**
- **Combinación:** Ahora pide a los niños que combinen ambos movimientos: primero hacen un "Step Touch" hacia un lado y hacia el otro, seguido de un "Bounce" en el lugar.
- **Práctica:** Repite esta combinación varias veces, aumentando gradualmente la velocidad para que los niños se acostumbren a coordinar los movimientos con el ritmo. Anima a los niños a disfrutar del proceso y a poner su estilo personal en los movimientos.
 - ❖ **Juego de ritmo (10 minutos):** "Simón dice" con movimientos de hip hop.
 - ❖ **Enfriamiento (5 minutos):** Estiramientos y respiración profunda.

Día 12: Practica y Coordinación

Duración: 45 minutos

Senda de texturas, en esta clase se adapta de la siguiente manera:

- Crea un recorrido en el suelo utilizando alfombras o colchonetas de distintas texturas (suaves, ásperas, rugosas). Los niños deberán desplazarse por el camino siguiendo una secuencia específica marcada con cintas de colores: cinta roja para caminar, cinta azul para saltar, etc. Mientras avanzan, una música rítmica les guiará, y deberán ajustar sus movimientos al ritmo de la música. Además, al llegar a ciertos puntos del recorrido, deberán realizar acciones específicas como girar o agacharse para esquivar obstáculos imaginarios. Esta actividad no solo estimula el sentido táctil y la orientación espacial, sino que también fomenta la coordinación, el ritmo y la capacidad de seguir instrucciones.

Actividades:



- Calentamiento (5 minutos): Movimientos de brazos y piernas, estiramientos suaves.
- Practica de movimientos básicos (10 minutos): Repetir los movimientos aprendidos el día anterior.
- Juego en parejas (10 minutos): Movimientos coordinados con un compañero.
- Enfriamiento (5 minutos): Estiramientos y relajación.

Validación de la propuesta

Los resultados de la validación de la propuesta se presentan en la siguiente tabla.

Tabla 2
Validación de la propuesta

DESCRIPCION	SI	NO
1. ¿Considera usted que la propuesta de bailoterapia para la inclusión a los niños con TDAH en la clase de Educación Física es pertinente?	7	0
2. ¿Considera usted que los instrumentos de adaptación que se utilizan en las clases de educación física para esto son pertinentes?	7	0
3. ¿Piensa que la bailoterapia es una herramienta efectiva para fomentar la inclusión de estudiantes con necesidades educativas especiales, como aquellos con TDAH, en las actividades de Educación Física?	7	0
4. ¿Piensa que los instrumentos y materiales utilizados durante las sesiones de bailoterapia son adecuados para cumplir con los objetivos de la propuesta?	7	0
5. ¿Considera que la propuesta de bailoterapia aumenta la motivación y el interés de los estudiantes en participar activamente en la clase de Educación Física?	5	2
6. ¿Está de acuerdo en que la implementación de la bailoterapia en las clases de Educación Física promueve un ambiente de aprendizaje más positivo y colaborativo entre estudiantes?	7	0
7. ¿Considera que las estrategias pedagógicas y metodológicas inclusivas implementadas en la bailoterapia son pertinentes para el desarrollo físico y emocional de los estudiantes?	7	0

En relación con las respuestas obtenidas en la encuesta aplicada a los docentes para validar el instrumento, se observó que en todas las preguntas se recibió una respuesta afirmativa de los siete participantes, con la excepción de la pregunta cinco. En esta última, dos docentes respondieron negativamente. Esta variación puede deberse a sus experiencias personales, las cuales posiblemente no fueron del todo satisfactorias en relación con el tema evaluado.



Discusión

De acuerdo a lo señalado en el objetivo general se ha logrado desarrollar una propuesta que permita incluir de forma adecuada a los niños con TDAH, se presentó una propuesta de trabajo a la institución educativa donde se pueda trabajar con los estudiantes bajo las modalidades de zumba, salsa, HIP HOP y aeróbicos, con una duración de 8 semanas.

De acuerdo con Palacios Pineda y Collaguazo Hipo (2021), su estudio demuestra que la bailoterapia brinda un entorno seguro y agradable donde los niños pueden desahogarse, expresar sus emociones y mejorar su bienestar emocional. Bailar estimula la liberación de endorfinas, neurotransmisores que producen sensaciones de bienestar y felicidad, lo cual es especialmente beneficioso para niños que enfrentan situaciones de estrés o ansiedad.

Igualmente, Polanco (2021) señala que la bailo terapia ofrece oportunidades para que los niños interactúen positivamente entre sí. A través de juegos de baile grupales, los niños aprenden a colaborar, a respetar las diferencias individuales y a desarrollar habilidades de comunicación y cooperación.

De igual manera, aunque la bailoterapia puede ser una actividad recreativa y beneficiosa para la salud, su implementación en Ecuador puede enfrentar ciertos desafíos específicos. Uno de los principales es su aplicación en áreas rurales del país, donde la infraestructura y los recursos son limitados, lo que dificulta el acceso a programas de bailo terapia. Esto genera desigualdades en las oportunidades de participación en estas actividades, afectando a comunidades que podrían beneficiarse de los aspectos físicos y emocionales que la bailo terapia ofrece (Palacios Pineda y Collaguazo Hipo, 2021).

Además, según Rusca y Cortez (2020), las personas con TDAH pueden actuar impulsivamente sin considerar las consecuencias, lo que puede llevar a comportamientos como interrumpir a otros, tomar decisiones apresuradas o tener dificultades para esperar su turno. Carrasco (2022) también menciona que la capacidad para organizar y planificar tareas puede ser un reto para quienes tienen TDAH, manifestándose en la falta de organización personal, la tendencia a perder objetos importantes o la dificultad para completar tareas dentro del tiempo establecido.

En este sentido, la bailoterapia para niños con TDAH se convierte no solo en el afianzamiento del bienestar emocional del individuo, sino también en un área de interacción social y desarrollo de habilidades mucho más significativas, dada la dificultad de llevar a cabo esta aplicación en ciertas áreas en el país.



Conclusiones

La bailo terapia es esencial para promover la inclusión efectiva de estudiantes con TDAH en las clases de educación física. Al integrar enfoques pedagógicos y estrategias específicas, se facilita un ambiente de aprendizaje que no solo considera las necesidades individuales de los estudiantes, sino que también potencia su participación para mejora su bienestar emocional. La bailo terapia, al ser una actividad dinámica y expresiva, se convierte en una herramienta valiosa para fomentar la inclusión y el desarrollo de habilidades sociales y motrices.

El diagnóstico de la situación actual de la inclusión de estudiantes con TDAH en las clases de educación física revela una variedad de desafíos y oportunidades. Si bien se han identificado esfuerzos por parte de los docentes para integrar a estos estudiantes, también existen barreras significativas, como la falta de formación específica y la ausencia de recursos adaptativos. Este diagnóstico es crucial para entender las dinámicas del aula y para diseñar estrategias que promuevan una inclusión efectiva.

La determinación de los procesos para una guía didáctica de bailoterapia es fundamental para facilitar la inclusión de estudiantes con TDAH en las clases de educación física. La evaluación por parte de especialistas ha evidenciado que esta guía no solo promueve el desarrollo de habilidades motrices y sociales, sino que también favorece la motivación y el bienestar emocional de los estudiantes. La implementación de estos procesos garantiza un enfoque estructurado y adaptado a las necesidades específicas de los alumnos, potenciando su participación activa en el aula.

Para la validación de la propuesta se puede concluir que los evaluadores aprobaron la propuesta elaborada, validando tanto el diseño como su aplicación en niños con TDAH.

Referencias bibliográficas

Aguilar Rebolledo, F., & Jiménez Ortiz, M. A. (2021). Trastorno por déficit de atención e hiperactividad. Revisión actualizada. Medigraphic. Recuperado de <https://www.medigraphic.com/cgi-bin/new/resumen.cgi?IDARTICULO=101204>

Álvarez, A., & Rojas, L. (2018). Métodos de investigación en educación. Editorial Universitaria.

Álvarez, M., & Carpio, V. (2023). Neuro arquitectura como estrategia para el TDAH–caso Cuenca-Ecuador. Universidad de cuenta. Obtenido de <https://dspace.ucacue.edu.ec/handle/ucacue/16031>

Bagué, F., García, M., & López, R. (2021). La inclusión educativa: Principios y prácticas para un aprendizaje equitativo. Editorial Universitaria.



Bouchard, C., Blair, S. N., & Haskell, W. L. (Eds.). (2012). Physical activity and health. Human Kinetics.

Carrasco-Chaparro, X. (2022). Sobre el trastorno por déficit de atención e hiperactividad: consolidaciones, actualizaciones y perspectivas. *Revista Médica Clínica Las Condes*. Recuperado de <https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S0716864022000980>

Changoluisa, J. (2024). La bailo terapia en el estado emocional de estudiantes de Educación General Básica Superior. UTA. Obtenido de <https://repositorio.uta.edu.ec/handle/123456789/40382>

Creswell, J. W. (2014). Investigación cualitativa y diseño de investigación: Selección entre cinco enfoques. Editorial Pearson.

Estuch, D. (2022). La bailo terapia en el adulto mayor. *Revista Cubana de Tecnología de la Salud*, 13(3), 1-115. Obtenido de <http://www.revtecnologia.sld.cu/index.php/tec/article/view/3571>

Fernández, P., & Castro, J. (2020). Dilemas del profesorado en la inclusión educativa de estudiantes universitarios con discapacidad. *IE Revista de Investigación Educativa de la REDIECH*, (11), 1-36. Obtenido de <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=8103307>

Field, A. (2013). *Discovering statistics using IBM SPSS statistics*. SAGE Publications.

Guba, E. G., & Lincoln, Y. S. (1989). *Fourth generation evaluation*. SAGE Publications.

Hernández, R., Fernández, C., & Baptista, P. (2014). *Metodología de la investigación*. McGraw-Hill.

Manterola, C., Quiroz, G., Salazar, P., & García, N. (2019). Metodología de los tipos y diseños de estudio más frecuentemente utilizados en investigación clínica. *Revista médica clínica las condes*, 30(1), 36-49. Obtenido de <https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S0716864019300057>

Ministerio de Educación de Chile. (2018). *Estrategias inclusivas en educación física: La bailoterapia como herramienta en el TDAH*. Santiago: Ministerio de Educación de Chile. <https://bibliotecadigital.mineduc.cl>

Organización Mundial de la Salud. (2020). *Inclusión y atención a la salud mental en la educación*. Recuperado de <https://www.who.int/es>.

Palacios Pineda, M. C., & Collaguazo Hipo, E. J. (2021). La bailo terapia como herramienta para mantención la condición física del adulto mayor: Dance therapy as a tool to maintain the physical condition of the elderly. *Caminos De Investigación*, 3(1), 29-38. <https://doi.org/10.59773/ci.v3i1.30>



Polanco Zuleta, K. M. (2021). Efectos de un programa de bailoterapia sobre variables psicofisiológicas en pacientes hospitalizados con depresión. Recuperado de <http://eprints.uanl.mx/22953/>

Revisión actualizada. *Plasticidad y Restauración Neurológica*, 8(1), 39-49. Obtenido de <https://www.medigraphic.com/cgi-bin/new/resumen.cgi?IDARTICULO=101204>

Rosas, R., Espinoza, V., Hohlberg, E., & Infante, S. (2021). ¿ Es siempre exitosa la inclusión educativa? Resultados comparativos del sistema regular y especial. *Revista latinoamericana de educación inclusiva*, 15(1), 55-73. Obtenido de https://www.scielo.cl/scielo.php?pid=S0718-73782021000100055&script=sci_arttext

Rusca-Jordán, F. & Cortez-Vergara, Carla. (2020). Trastornos por déficit de atención con hiperactividad (TDAH) en niños y adolescentes. Una revisión clínica. *Revista Neuropsiquiatría*, 83(3), 148-156. http://www.scielo.org.pe/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0034-85972020000300148

Schmidt, R. A., & Lee, T. D. (2011). *Motor Learning and Performance: From Principles to Application* (5th ed.). Human Kinetics.

Vagué, Y., Bravo, M., & Morales, Y. (2021). Una alternativa para lograr la inclusión educativa a través de la resolución de problemas matemáticos. *Conrado*, 17(79), 303-309. Obtenido de <http://scielo.sld.cu/pdf/rc/v17n79/1990-8644-rc-17-79-303.pdf>

Vygotsky, L. S. (1978). *Mind in Society: The Development of Higher Psychological Processes*. Harvard University Press.

World Health Organization. (2020). Physical activity and young people: Recommendations and benefits. <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/physical-activity>

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.

