

Daniel Alexander Guarnizo-Loyola<sup>1</sup>

**E-mail:** [daguarnizol@ube.edu.ec](mailto:daguarnizol@ube.edu.ec)

**ORCID:** <https://orcid.org/0009-0009-0528-961X>

Robinson Damian Balladolit-Duta<sup>1</sup>

**E-mail:** [rdballadolitd@ube.edu.ec](mailto:rdballadolitd@ube.edu.ec)

**ORCID:** <https://orcid.org/0009-0005-4759-4760>

Orlando Patricio Romero-Ibarra<sup>2</sup>

**E-mail:** [patricio.romeroi@ug.edu.ec](mailto:patricio.romeroi@ug.edu.ec)

**ORCID:** <https://orcid.org/0000-0003-3919-4589>

Giceya de la Caridad Maqueira-Caraballo<sup>1</sup>

**E-mail:** [gdmaqueirac@ube.edu.ec](mailto:gdmaqueirac@ube.edu.ec)

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

<sup>1</sup> Universidad Bolivariana del Ecuador. Ecuador.

<sup>2</sup> Universidad de Guayaquil. Ecuador.

**Cita sugerida (APA, séptima edición)**

Guarnizo-Loyola, D. A., Balladolit-Duta, R. D., Romero-Ibarra, O. P., & Maqueira-Caraballo, G. C. (2026). Actividades de expresión corporal para la inclusión de estudiantes residentes en zonas rurales en la clase de Educación Física. *Revista UGC*, 4(3), 198-208.

**Fecha de presentación:** 11/03/2026

**Fecha de aceptación:** 29/05/2026

**Fecha de publicación:** 01/07/2026

## RESUMEN

La expresión corporal constituye un lenguaje no verbal que permite transmitir emociones y actitudes, convirtiéndose en un instrumento fundamental para la comunicación y el aprendizaje. El estudio se orientó a elaborar un sistema de actividades de expresión corporal, sustentado en un enfoque interdisciplinario y creativo, para la inclusión de estudiantes residentes en zonas rurales en la clase de educación física. La investigación adoptó un diseño metodológico mixto, que articuló técnicas cualitativas y cuantitativas. El alcance fue descriptivo-explicativo, lo que permitió identificar las formas de interacción corporal y sus aportes al proceso de inclusión. La validación del sistema se realizó mediante un diseño pre-experimental. Los resultados finales del test de expresión corporal y la rúbrica de inclusión integral reflejaron progresos notables en los estudiantes del sexto año de Educación General Básica, evidenciando mejoras en su desarrollo integral. En cuanto al grado de inclusión, la mayoría logró integrarse de manera activa dentro del grupo. Estos resultados confirman la efectividad del sistema de actividades de expresión corporal, aunque señalan la necesidad de estrategias diferenciadas para alcanzar un proceso inclusivo pertinente al contexto rural, favoreciendo la integración de todos los estudiantes.

**Palabras clave:**

Expresión corporal, zonas rurales, inclusión, Educación Física.

## ABSTRACT

Body expression constitutes a nonverbal language that allows the transmission of emotions and attitudes, becoming a fundamental tool for communication and learning. The study aimed to develop a system of body expression activities, based on an interdisciplinary and creative approach, for the inclusion of students residing in rural areas in physical education class. The research conducted adopted a mixed methodological design, which combined qualitative and quantitative techniques. The scope was descriptive-explanatory, which made it possible to identify the forms of body interaction and their contributions to the inclusion process. The system validation was carried out using a pre-experimental design. The final results of the body expression test and the comprehensive inclusion rubric reflected remarkable progress in the sixth-grade students of Basic General Education, demonstrating improvements in their overall development. Regarding the degree of inclusion, most managed to actively integrate within the group. These results confirm the effectiveness of the body expression activity system, although they highlight the need for differentiated strategies to achieve an inclusive process relevant to the rural context, promoting the integration of all students.

**Keywords:**

Body expression, rural areas, inclusion, Physical Education.

## INTRODUCCIÓN

La expresión corporal constituye un lenguaje no verbal que permite transmitir emociones y actitudes, convirtiéndose en un instrumento fundamental para la comunicación y el aprendizaje. Estudios realizados destacan su relevancia en la formación integral de las personas, ya que favorece la conciencia, la creatividad y el desarrollo socioemocional. Prados (2020), subraya que la expresión corporal es un camino hacia la conciencia expresiva y la transformación educativa; Bernate & Alfaro (2021), la conciben como un fenómeno dialógico que fortalece la práctica pedagógica desde la corporeidad; Casado (2026), evidencia su influencia en el desarrollo emocional de los adolescentes dentro de la Educación Física.

Debido a que las actividades de expresión corporal se conciben como estrategias pedagógicas esenciales en el desarrollo integral de los estudiantes, al favorecer la comunicación no verbal, la creatividad y la conciencia del propio cuerpo en la clase de educación física. Para Fonseca (2024), la práctica sistemática de estas actividades potencia las competencias motrices, las socioemocionales, promueven la interacción grupal y la construcción de significados compartidos. En este sentido, la expresión corporal se convierte en un recurso educativo que trasciende lo físico, permitiendo que los estudiantes exploren nuevas formas de relacionarse en el contexto educativo.

En consecuencia, la incorporación de metodologías transformadoras que integren objetos, juegos y dinámicas lúdicas en las sesiones de expresión corporal, con el fin de estimular la imaginación y la participación activa de los estudiantes enriquecen el proceso de enseñanza-aprendizaje. Estas experiencias fortalecen la autonomía y la capacidad de expresión creativa. De esta manera, las actividades de expresión corporal se consolidan como un espacio pedagógico que fomenta el desarrollo físico y psicosocial, contribuyendo a la formación integral inclusiva en contextos educativos contemporáneos (Zavaleta, 2025).

En este sentido, la inclusión educativa en zonas rurales se ha convertido en un proceso de análisis para comprender cómo las condiciones geográficas y sociales influyen en la equidad escolar. Según Matías & Vigo (2020), el valor del lugar es determinante en las dinámicas de inclusión y exclusión en colegios rurales. En esta misma línea, Casimiro-Urcos et al. (2025) sostienen que la educación inclusiva trasciende el cumplimiento de disposiciones normativas y constituye una filosofía educativa basada en el reconocimiento y la valoración de la diversidad humana en sus dimensiones cultural, social, emocional y cognitiva. Los autores destacan que la actitud del docente desempeña un papel determinante en la construcción de entornos de aprendizaje inclusivos, ya que influye directamente en el desarrollo socioemocional, la autoestima y las oportunidades de aprendizaje del estudiantado.

Asimismo, enfatizan que la implementación de metodologías activas, proyectos colaborativos y estrategias de flexibilización curricular favorece la atención a la diversidad y fortalece la equidad educativa, consolidando al docente como un agente de cambio comprometido con la construcción de sociedades más justas e inclusivas.

Desde esta perspectiva, Chuquipiondo & Ñaccha (2025), destacan que las políticas educativas inclusivas en zonas rurales deben adaptarse para responder a las necesidades específicas de estas comunidades, consolidando así un modelo educativo participativo.

En el análisis realizado en la Unidad Educativa “Dr. Ernesto A. Castro”, Ecuador, se constataron un conjunto de insuficiencias que limitan la adecuada implementación e incorporación de actividades de expresión corporal como estrategia de inclusión para estudiantes residentes en zonas rurales en la clase de Educación Física. Entre las manifestaciones relevantes se destacan la carencia de recursos didácticos y materiales adaptados a las necesidades del contexto rural, la escasa capacitación docente en metodologías inclusivas que integren la diversidad cultural y social de los estudiantes, así como la falta de estrategias pedagógicas que promuevan la participación activa de todos los estudiantes. De igual forma, se evidencia que las actividades de expresión corporal dentro de la asignatura de Educación Física suelen ser dirigidas por docentes de Educación General Básica u otras áreas del conocimiento.

En consecuencia, las actividades tienden a reproducirse de manera rutinaria, lo que restringe su potencial como instrumento activo para fortalecer la comunicación y la participación integral de los estudiantes. De manera complementaria, se visualiza la limitada infraestructura escolar, que dificulta la realización de dinámicas corporales y la ausencia de programas institucionales que vinculen la expresión corporal con el fortalecimiento de la identidad comunitaria. Esta situación evidencia que, aunque la expresión corporal posee un potencial significativo, para favorecer la integración en el ámbito educativo, su aplicación en zonas rurales enfrenta barreras estructurales y metodológicas que deben ser atendidas mediante estrategias educativas contextualizadas a la diversidad como un recurso esencial para la enseñanza-aprendizaje.

En el marco de esta práctica corporal interactiva el estudio se orienta a elaborar un sistema de actividades de expresión corporal, sustentado en un enfoque interdisciplinario y creativo, para la inclusión de estudiantes residentes en zonas rurales en la clase de educación física

## MATERIALES Y MÉTODOS

El estudio realizado adoptó un diseño metodológico mixto, que articuló técnicas cualitativas y cuantitativas, permitiendo una comprensión integral del fenómeno educativo. El alcance fue descriptivo-explicativo, lo que permitió

identificar las formas de interacción corporal y sus aportes al proceso de inclusión. La validación del sistema se realizó mediante un diseño pre-experimental, condición que hizo posible implementar las actividades en el contexto pedagógico mediante la aplicación de un pre-test y un post-test, adaptándose al escenario del entorno rural y a las singularidades socioafectivas de los estudiantes”

Los métodos empíricos empleados se orientaron a la recolección de información cualitativa. Se implementó la observación sistemática en el contexto escolar rural, lo que permitió analizar cómo los estudiantes interactuaban en las actividades de expresión corporal. Este proceso se sustentó en un enfoque interdisciplinario y creativo, integrando elementos de la pedagogía, la psicología y la cultura local, generando experiencias inclusivas que respondieran a las particularidades de los estudiantes residentes en zonas rurales. La observación se complementó con entrevistas a los docentes, para profundizar desde esta perspectiva la pertinencia de las actividades. El uso de estos procedimientos, junto con la triangulación de datos, contribuyó a garantizar la confiabilidad del sistema de actividades. De manera complementaria, se aplicó el método sistémico estructural funcional, el cual posibilitó organizar las actividades en un sistema, articulando objetivos, contenidos, procedimientos y formas de evaluación.

La selección de los participantes se realizó mediante un muestreo no probabilístico de tipo intencional, definiendo como escenario de investigación la Unidad Educativa Dr. Ernesto A. Castro, ubicada en la parroquia Salvias del cantón Zaruma, Ecuador. Esta institución cuenta con una matrícula de 256 estudiantes, quienes conforman la población total del estudio. La muestra principal estuvo integrada por 16 estudiantes del sexto año de Educación General Básica. Se aplicó un muestreo estratificado que incluyó la participación del docente de Educación Física.

Para la evaluación de las técnicas e instrumentos de investigación se utilizaron unidades de análisis que integran dimensiones e indicadores para la evaluación del desarrollo de la expresión corporal y el proceso inclusivo en la clase de educación física. Esta estrategia, según Teshome (2025), constituye un enfoque metodológico que integra métricas cuantitativas y cualitativas, permitiendo operacionalizar constructos complejos y garantizar la validez de los instrumentos de investigación. Destaca, además, que las dimensiones organizan los criterios de análisis, mientras que los indicadores ofrecen evidencia empírica verificable, lo que asegura rigor científico en la evaluación (Tabla 1).

Tabla 1. Descripción metodológica para evaluar el desarrollo de la expresión corporal y la inclusión de estudiantes en la clase de educación física.

Unidades de análisis	Dimensiones	Indicadores	Instrumentos
I. Expresión corporal - motriz	Coordinación motriz	-Mantiene el ritmo con fluidez y seguridad. -Pierde el ritmo con frecuencia y se desorganiza. -Movimientos sincronizados - Control del cuerpo en desplazamientos - Precisión en gestos y posturas	Observación  Test Expresión corporal
	Postura corporal	-Adopta una postura abierta y firme, transmitiendo seguridad. -Alterna entre posturas firmes y encogidas. -Mantiene una postura cerrada o rígida, transmitiendo inseguridad.	
	Comunicación no verbal	-Claridad en la transmisión de emociones - Uso expresivo de gestos y posturas - Comprensión de mensajes corporales	
	Expresión emocional	- Capacidad de representar estados de ánimo - Intensidad adecuada en la expresión - Coherencia entre gesto y emoción	
	Espacialidad	- Manejo correcto del espacio escénico -Orientación adecuada en desplazamientos - Uso creativo del espacio disponible	
	Ritmo y musicalidad	-Ajuste de movimientos al compás -Fluidez en la secuencia de gestos - Adaptación a cambios de ritmo	

II. Formación inclusiva	Participación equitativa	- Todos los estudiantes participan en las actividades - Se promueve la rotación de roles - Se evita la exclusión por género, habilidad o condición	Observación
	Interacción social	- Colaboración entre estudiantes de diferentes niveles de habilidad - Respeto en el trato y comunicación - Apoyo mutuo en actividades grupales	
	Reconocimiento y valoración	- El docente reconoce los logros de todos los estudiantes - Se fomenta la autoestima y confianza - Se valoran las diferencias individuales como aportes positivos	

La metodología utilizada para valorar el avance en la expresión corporal y la inclusión de los estudiantes en la clase de educación física se diseñó con un enfoque integral que articula la observación sistemática y el análisis comparativo. Para la unidad de análisis I, denominada Expresión corporal–motriz, se aplicó el Test de Expresiones Corporales (Restrepo, 2021), orientado a medir seis dimensiones. La unidad II, Formación inclusiva, se empleó la rúbrica de inclusión en educación física propuesta por Ebako & Chukwuma (2024), adaptada al contexto de estudiantes residentes en zonas rurales, la cual permite diagnosticar indicadores relacionados con la participación equitativa, la interacción social y el reconocimiento de la diversidad.

La evaluación de la expresión corporal en la clase de educación física se orientó a identificar el nivel de desempeño de los estudiantes a partir de la interpretación de sus resultados mediante la siguiente escala (Tabla 2):

Tabla 2. Guía de interpretación que permite transformar los puntajes del test en un diagnóstico sobre el nivel de expresión corporal del estudiante.

Sistema de interpretación	Nivel de desempeño
Mayoría de A	Nivel alto de expresión corporal.
Mayoría de B	Nivel intermedio, con potencial de mejora.
Mayoría de C	Nivel bajo, requiere apoyo en conciencia corporal y confianza.

Para la interpretación del puntaje total, se estableció un sistema de clasificación que permitió determinar el nivel de expresión corporal alcanzado por los estudiantes en función de la suma de sus resultados obtenidos luego de evaluar el test (Tabla 3).

Tabla 3. Interpretación del puntaje total en la evaluación de la expresión corporal.

Puntaje total	Nivel de desempeño
16–18 puntos	Nivel alto de expresión corporal
10–15 puntos	Nivel intermedio, con potencial de mejora.
6–9 puntos	Nivel bajo, requiere apoyo en conciencia corporal y confianza.

La rúbrica de inclusión integral se presenta como un instrumento diseñado para valorar de manera conjunta tres dimensiones fundamentales en la clase de educación física. Su objetivo es ofrecer una visión holística del grado de inclusión alcanzado, permitiendo identificar desde niveles excelentes, caracterizados por la participación activa de todos los estudiantes, la colaboración plena y el reconocimiento constante, hasta niveles deficientes, donde se evidencian exclusión, conflictos y ausencia de valoración positiva (Tabla 4).

Tabla 4. Rúbrica de inclusión integral en la clase de educación física.

Dimensiones	Grado de inclusión alcanzado			
	Excelente	Bueno	Aceptable	Deficiente
Participación equitativa Interacción social Reconocimiento y valoración	Todos los estudiantes participan activamente y se rotan roles sin exclusión; existe colaboración; el docente reconoce y valora los logros de todos, fomentando la autoestima.	La mayoría participa con leves diferencias en la distribución de roles; predomina la colaboración con algunos conflictos menores; se reconocen logros de la mayoría	Algunos estudiantes quedan rezagados o participan de forma limitada; la interacción es escasa y con poca colaboración; el reconocimiento es parcial y limitado a algunos estudiantes.	Se observa exclusión evidente de ciertos estudiantes; ausencia de apoyo, con frecuentes conflictos o aislamiento; no se reconocen logros ni se fomenta la autoestima

## RESULTADOS Y DISCUSIÓN

La información obtenida a través de los métodos y técnicas aplicadas confirma la necesidad de fortalecer la dimensión pedagógica inclusiva en el estudio. El diagnóstico permitió evidenciar limitaciones en el desarrollo de la expresión corporal y la implementación de prácticas inclusivas dentro de las clases de educación física de estudiantes residentes en zonas rurales. Estos resultados se sustentan en las relaciones identificadas mediante la triangulación metodológica, la cual trasmite una visión integral del proceso y pone de manifiesto los retos que aún persisten en la construcción de ambientes educativos participativos.

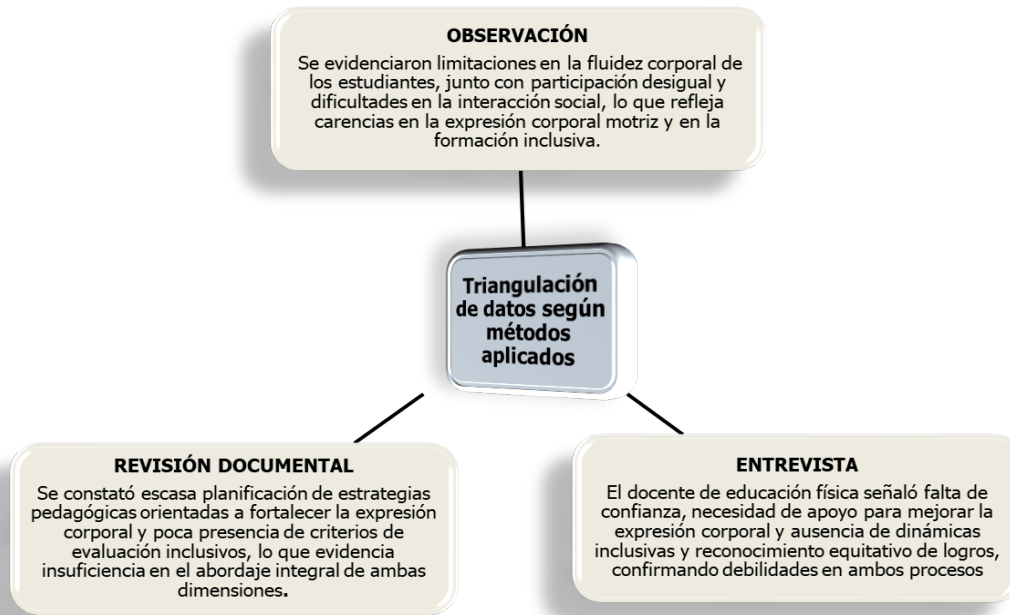


Figura 1. Triangulación de datos según métodos aplicados en la evaluación diagnóstica de la expresión corporal y la formación inclusiva.

La triangulación de datos (Figura 1) evidencia que los hallazgos obtenidos mediante la observación, las entrevistas y la revisión documental convergen en señalar limitaciones comunes en la participación equitativa, la interacción social y el reconocimiento de los logros estudiantiles. Esta coincidencia entre diferentes fuentes de información otorga mayor solidez y credibilidad al diagnóstico, ya que confirma que las dificultades detectadas no responden a percepciones aisladas, sino a una realidad compartida y consistente. En consecuencia, la integración de los tres métodos valida la necesidad de fortalecer las prácticas inclusivas especialmente en contextos rurales, y orienta la toma de decisiones que promuevan la confianza y colaboración en la clase de educación física (Figura 2).

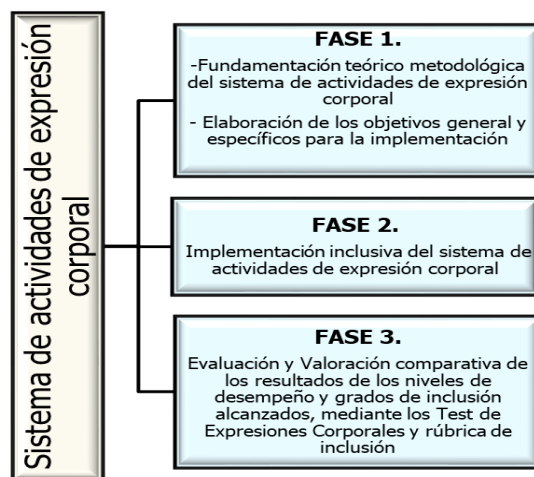


Figura 2. Sistema de actividades de expresión corporal.

## FASE 1. Fundamentación teórico-metodológica del sistema de actividades de expresión corporal

La expresión corporal se reconoce como un recurso pedagógico que potencia la comunicación, la conciencia corporal y la integración social. La educación física inclusiva requiere indicadores relacionados con la participación equitativa y la adaptación de contenidos a contextos diversos. Zach et al. (2023), señalan que la inclusión en educación física se fortalece cuando se promueven experiencias motrices que atienden la diversidad cultural y las necesidades individuales, lo cual resulta especialmente relevante en zonas rurales donde las desigualdades educativas son más marcadas.

Desde una perspectiva interdisciplinaria, la integración de la educación física con áreas como la música, la literatura y las ciencias sociales amplía las posibilidades de aprendizaje, favorece la construcción de un currículo contextualizado. Martínez et al. (2024) sostienen que la interdisciplinariedad en la educación rural fomenta aprendizajes activos y cooperativos, fortaleciendo valores de empatía y pertenencia. Enfatizan además que las prácticas pedagógicas creativas permiten vincular las actividades corporales con la cultura local, generando un espacio inclusivo que reconoce la identidad comunitaria y promueve la participación.

El sistema de actividades desde el punto de vista metodológico se apoya en modelos inclusivos como el aprendizaje cooperativo y el Diseño Universal para el Aprendizaje (DUA). Pérez (2023), destaca que la formación docente y la adaptación curricular son esenciales para garantizar la participación en la clase de educación física. La educación física inclusiva en entornos con recursos limitados evidencia que la creatividad metodológica es esencial para superar las barreras de acceso y participación. En consecuencia, el sistema propuesto asegura que la clase de educación física en zonas rurales sea un espacio de pertenencia y transformación social.

### Objetivo general:

Desarrollar actividades de expresión corporal, que contribuyan al fortalecimiento de la inclusión educativa la participación y el desarrollo integral de los estudiantes de comunidades rurales dentro de la clase de educación física.

### Objetivos específicos

Estimular la conciencia corporal de los estudiantes mediante dinámicas motrices que fortalezcan la confianza en el contexto rural.

Favorecer la participación y la interacción social a través de actividades cooperativas que promuevan la colaboración e integración de todos los estudiantes.

Integrar la creatividad y la interdisciplinariedad en las actividades de expresión corporal, vinculando la educación física con manifestaciones culturales, artísticas y sociales propias de las comunidades rurales.

Volumen 4 | Número 3 | Julio-Septiembre - 2026

## FASE 2. Implementación inclusiva de actividades de expresión corporal.

Ejemplos de actividades de expresión corporal.

Semana 1: Conciencia corporal

Actividad 1

Título: Movimientos compartidos

Objetivo: Favorecer la **conciencia corporal**, la **empatía** y la **inclusión educativa**, fortaleciendo la interacción social entre los estudiantes.

Metodología: El docente organiza los estudiantes en parejas. Uno de ellos asume realiza movimientos sencillos como caminar, agacharse, estirar brazos o girar. El compañero, deberá imitar de manera simultánea cada gesto. Para contextualizar la actividad en el entorno rural, se incorporan movimientos inspirados en acciones cotidianas como sembrar, cargar agua, ordeñar o recoger frutos. Después de unos minutos, los roles se intercambian para garantizar la participación equitativa de cada estudiante.

**Variantes:** se incluyen gestos cotidianos de la vida rural para vincular la actividad con la cultura local.

Indicadores de logros:

Participación activa de todos los estudiantes.

Reconocimiento de movimientos básicos y gestos rurales.

Desarrollo de confianza y empatía en la interacción por parejas.

Actividad 2.

Título: Explorando emociones con el cuerpo

Objetivo: Desarrollar la conciencia emocional y corporal, favoreciendo la inclusión educativa mediante la libre expresión, la participación y el reconocimiento de la diversidad en formas de comunicación.

Metodología: El docente ubica cada estudiante en un espacio delimitado dentro del área de clase. De manera libre, explora movimientos corporales que representen diferentes emociones: alegría, tristeza, sorpresa, calma, enojo. El docente propone situaciones, por ejemplo: fiesta en la comunidad, día de lluvia, trabajo en el campo y los estudiantes expresan corporalmente cómo se sienten frente a ellas. Los movimientos no se evalúan de correctos o incorrectos, lo importante es la creatividad.

Variantes: se pueden usar música o relatos breves para estimular la imaginación.

Indicadores de logros:

Participación activa de todos los estudiantes.

Expresión corporal de al menos una emoción.

Respeto por la diversidad de formas de expresión

Semana 2: Interacción social y cooperación

### Actividad 3.

Título: Historias en movimiento

Objetivo: Estimular la **creatividad interdisciplinaria** y la **expresión corporal colectiva**, promoviendo la inclusión educativa de todos los estudiantes.

Metodología: El docente organiza a los estudiantes en grupos de 4 a 6 integrantes. Cada grupo recibe una breve situación o historia relacionada con la vida rural. A partir de esa situación, los estudiantes deben representarla únicamente con movimientos corporales, gestos y desplazamientos, sin utilizar palabras.

Variantes: Al finalizar, cada grupo presenta su historia en movimiento al resto de la clase, fomentando la creatividad y la interpretación colectiva.

Indicadores de logros:

Participación activa de todos los integrantes en la creación de la historia.

Uso de movimientos corporales para representar situaciones rurales.

Valoración positiva de la creatividad y el trabajo en equipo.

### Actividad 4.

Título: Circuito inclusivo

Objetivo: Garantizar la inclusión y la participación equitativa, respetando la diversidad de capacidades dentro de la clase de educación física.

Metodología: El docente organiza varias estaciones en el espacio de la clase, cada una con un nivel de dificultad distinto: caminar en línea recta, saltar pequeños obstáculos, girar sobre sí mismo, lanzar una pelota hacia un objetivo. Los estudiantes recorren el circuito eligiendo libremente la estación que mejor se adapta a sus capacidades, sin obligación de pasar por todas. La dinámica se repite varias veces, permitiendo que cada participante explore diferentes estaciones según habilidades.

Indicadores de logros:

Participación activa en al menos una estación por estudiante.

Respeto por la diversidad de elecciones y capacidades.

Evidencia de motivación y disfrute en la dinámica.

Semana 3: Creatividad interdisciplinaria y valoración

### Actividad 5.

#### Título: Ritmos en movimiento

Objetivo: Integrar movimientos con ritmos de expresión corporal con la cultura musical local, fomentando la creatividad en la clase de educación física.

Metodología: El docente distribuye a los estudiantes en el espacio de la clase y realizan movimientos corporales acompañados de ritmos tradicionales rurales, como

el tambor, la guitarra campesina o instrumentos locales. El docente propone diferentes secuencias musicales y los estudiantes deben adaptar sus movimientos al ritmo, explorando gestos libres y desplazamientos. La actividad se desarrolla en rondas, alternando momentos de improvisación individual y colectiva.

Indicadores de logros:

Participación activa de todos los estudiantes en la dinámica.

Coordinación entre movimiento corporal y ritmo musical.

Valoración positiva de la cultura local a través de la expresión corporal.

### Actividad 6.

Título: Rueda de logros.

Objetivo: Valorar los logros individuales y colectivos, promoviendo la inclusión educativa mediante el reconocimiento positivo de las aportaciones de todos los estudiantes.

Metodología: Al finalizar la semana, el docente los estudiantes en un círculo. Cada uno comparte un movimiento corporal que haya aprendido o creado durante las sesiones anteriores. Puede ser un gesto sencillo, una secuencia breve o una improvisación inspirada en la vida rural. Tras la presentación de cada estudiante, el grupo reconoce su aporte con aplausos o palabras de ánimo, reforzando la motivación y el sentido de pertenencia.

Indicadores de logros:

Todos los estudiantes comparten al menos un movimiento.

Evidencia de reconocimiento positivo por parte del grupo.

Manifestación de motivación y sentido de pertenencia en la dinámica.

### FASE 3. Evaluación y valoración comparativa de los resultados en los niveles de desempeño y grados de inclusión alcanzados, mediante los Test de Expresiones Corporales y rúbrica de inclusión

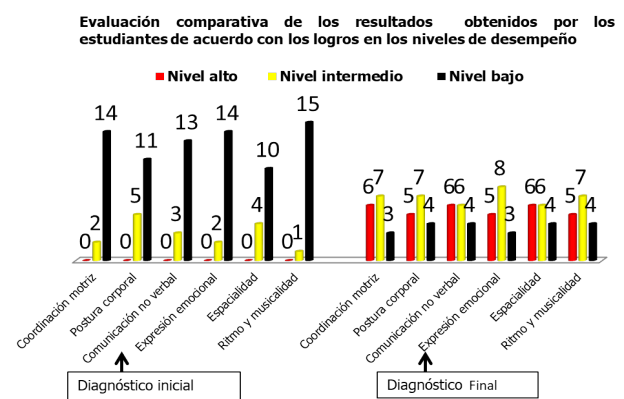


Figura 3. Análisis comparativo a partir de la valoración de las dimensiones e indicadores correspondientes a la Unidad de análisis I: Expresión corporal y motriz.

Durante el diagnóstico inicial (Figura 3) los estudiantes se encontraban evaluados en niveles bajos de desempeño, mostrando inseguridad en sus movimientos, escasa conciencia corporal y dificultades para coordinar gestos con el ritmo. La postura corporal era poco estable, la comunicación no verbal limitada y la expresión emocional se reducía a gestos muy básicos. Además, la espacialidad se restringía a desplazamientos mínimos y el acompañamiento musical no lograba integrarse de manera fluida con la corporalidad. Con la aplicación del sistema de actividades de expresión corporal, y la evaluación del post-test, se obtuvieron cambios significativos.

Los indicadores de las dimensiones coordinación motriz y postura corporal, de los 16 estudiantes evaluados, seis de ellos se ubicaron en el nivel alto, mostrando dominio en la ejecución de movimientos y estabilidad postural durante las actividades. Siete estudiantes alcanzaron un nivel intermedio, evidenciando avances en la coordinación, aunque con cierta rigidez en la postura. Tres estudiantes se situaron en el nivel bajo, con dificultades para mantener el equilibrio y la alineación corporal, lo que indica necesidad de apoyo en conciencia corporal y confianza.

Respecto a la comunicación no verbal y la expresión emocional, cinco estudiantes lograron un nivel alto, destacándose por transmitir mensajes claros y emociones auténticas a través de gestos y movimientos. Ocho estudiantes se ubicaron en el nivel intermedio, mostrando disposición para expresarse, aunque con limitaciones en la variedad de gestos. Tres estudiantes permanecieron en el nivel bajo, con escasa expresividad y timidez marcada, lo que requiere estrategias de acompañamiento para fortalecer su seguridad personal.

En el indicador de espacialidad, seis estudiantes alcanzaron un nivel alto, demostrando buen manejo del espacio y desplazamientos fluidos. Seis estudiantes se situaron en el nivel intermedio, con avances en la orientación espacial pero aún con dificultades para aprovechar todo el entorno. Cuatro estudiantes quedaron en el nivel bajo, mostrando inseguridad al desplazarse y tendencia a limitarse a espacios reducidos, lo que refleja la necesidad de actividades que refuercen la exploración del espacio corporal.

Finalmente, en ritmo y musicalidad, cinco estudiantes lograron un nivel alto, coordinando sus movimientos con los ritmos rurales de manera creativa y fluida. Siete estudiantes alcanzaron un nivel intermedio, con capacidad de seguir el ritmo, aunque con cierta falta de precisión. Cuatro estudiantes se ubicaron en el nivel bajo, con dificultades para sincronizar movimientos y música, lo que sugiere la necesidad de más actividades que integren la musicalidad como recurso pedagógico.

El post-test evidenció avances notables en la mayoría de los indicadores de expresión corporal. La mayoría de los estudiantes avanzó hacia niveles intermedios y altos,

mientras que un por ciento menor permaneció en el nivel bajo. La tendencia general confirma la eficacia del sistema de actividades aplicado. Estos progresos reflejan un fortalecimiento de la conciencia corporal, la seguridad personal y la integración entre movimiento, espacio y música (Figura 4).

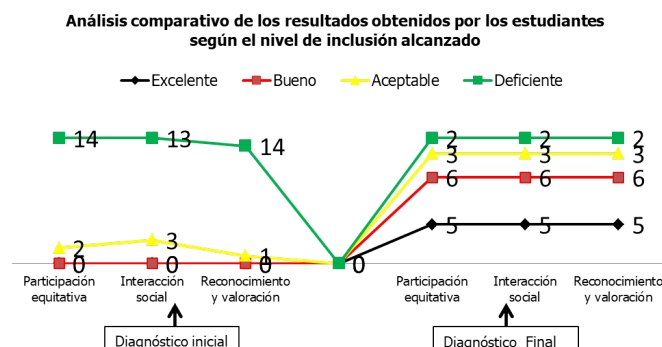


Figura 4. Valoración gráfica de los desempeños estudiantiles en relación con los distintos grados de inclusión identificados.

Durante la observación inicial al proceso inclusivo se reflejaron insuficiencias relacionadas con la participación equitativa, se constató estudiantes poco implicados en las actividades; la interacción social resultó restringida, marcada por timidez y escasa colaboración; y el reconocimiento y valoración hacia los demás fue insuficiente, reduciendo la cohesión grupal y el sentido de pertenencia. Al implementar las actividades de expresión corporal se visualizaron cambios en los procesos inclusivos.

En la evaluación final del grado de inclusión de los 16 estudiantes, se identificó que 5 alcanzaron un nivel excelente, destacándose por su participación constante, interacción colaborativa, acciones que reflejan un ambiente inclusivo consolidado. Asimismo, 6 estudiantes se ubicaron en el nivel bueno, mostrando un desempeño positivo en la participación y las relaciones sociales, aunque con algunas limitaciones en la constancia y profundidad del reconocimiento, lo que evidencia un nivel de inclusión sólido, pero aún perfectible.

Por otra parte, 3 estudiantes se situaron en el nivel aceptable, con participación parcial e interacciones esporádicas, mientras que 2 permanecieron en el nivel deficiente, presentando dificultades notorias en la participación equitativa, la interacción social y la valoración de los demás. Estos resultados señalan que, aunque la mayoría logró avances significativos hacia la inclusión, aún es necesario implementar estrategias pedagógicas diferenciadas para fortalecer la confianza, la apertura y el sentido de pertenencia en aquellos que se mantienen en niveles más bajos.

Los resultados finales del test de expresión corporal y la rúbrica de inclusión integral reflejan progresos notables

en la mayoría de los estudiantes, quienes se ubicaron principalmente en niveles intermedios y altos, evidenciando mejoras en su desarrollo integral. En cuanto al grado de inclusión, la mayoría logró integrarse de manera activa dentro del grupo. Estos resultados confirman la efectividad del sistema de actividades de expresión corporal, aunque señalan la necesidad de estrategias diferenciadas para alcanzar un proceso inclusivo pertinente al contexto rural, favoreciendo la integración de todos los estudiantes.

La expresión corporal, al ser un lenguaje universal, permite superar barreras comunicativas y culturales, generando un espacio donde todos los estudiantes, independientemente de sus condiciones, pueden participar y ser valorados. Los procesos expresivos corporales, aplicados desde un enfoque interdisciplinario, contribuyen a mejorar la conciencia corporal, la comunicación no verbal y la seguridad personal de los estudiantes. Autores como Barzola et al. (2024), reconocen que la expresión corporal en educación física favorece la eliminación de barreras comunicativas y promueve la inclusión al fortalecer las relaciones sociales en el aula.

Los resultados obtenidos a partir de la implementación del sistema de actividades muestran que, al sustentarse en un enfoque interdisciplinario y creativo, se logra una mejora significativa en la participación y comunicación de los estudiantes rurales. Esto coincide con lo planteado por Ramírez (2024), quien afirma que la práctica de la expresión corporal en educación primaria genera repercusiones positivas hacia una escuela inclusiva, favoreciendo la integración de estudiantes con diversas necesidades.

En este sentido, la interdisciplinariedad del sistema permite vincular la educación física con procesos artísticos y sociales, lo que amplía las oportunidades de aprendizaje. Maqueira & Velastegui (2026), señalan que la expresión corporal es una alternativa metodológica eficaz para la inclusión de estudiantes con discapacidad física, pues fomenta la interacción y la valoración mutua. Esta perspectiva se relaciona directamente con los resultados obtenidos en el contexto rural, donde la creatividad se convierte en un recurso primario para superar limitaciones materiales.

Mediante el enfoque creativo aplicado en las actividades responde a las características del entorno rural, donde la falta de recursos puede ser compensada con propuestas expresivas y dinámicas. Sánchez et al. (2026), destacan que el desarrollo de la expresión corporal, inspirado en experiencias docentes innovadoras, ha demostrado ser un recurso fundamental para la integración y la motivación en el aula. Esta visión refuerza la idea de que la creatividad es un puente hacia la inclusión en comunidades con menor acceso a recursos educativos.

## CONCLUSIONES

La sistematización de los fundamentos teóricos y metodológicos que sustentan el sistema de actividades de expresión corporal permitió establecer una base sólida para su aplicación en la clase de educación física, orientada a la inclusión de estudiantes residentes en zonas rurales. El análisis interdisciplinario evidenció que la integración de saberes provenientes de la educación física, las artes y las ciencias sociales favorece aprendizajes significativos y contextualizados. El enfoque creativo se consolidó como un recurso pedagógico esencial para superar las limitaciones materiales propias de los entornos rurales, potenciando la participación activa y la comunicación no verbal de los estudiantes.

El diagnóstico realizado sobre la situación actual del proceso de expresión corporal y la inclusión de estudiantes residentes en zonas rurales en la clase de educación física permitió identificar limitaciones que requieren atención pedagógica específica. Se constató que, aunque la mayoría de los estudiantes lograba participar de manera activa y colaborativa, aún existen casos con dificultades en la interacción social. Este análisis evidenció que la expresión corporal, aplicada desde un enfoque interdisciplinario y creativo, constituye un recurso valioso para superar barreras comunicativas y culturales, favoreciendo la equidad educativa en contextos rurales.

La demostración de la pertinencia del sistema de actividades, al favorecer el desarrollo motriz y expresivo como la interacción social, generó aprendizajes significativos y contextualizados, mientras que la creatividad se consolidó como un elemento esencial para superar las limitaciones del entorno rural. La propuesta mostró la capacidad de promover la participación grupal y el sentido de pertenencia, validando así que este modelo constituye un referente pedagógico pertinente para garantizar un proceso educativo más participativo y adaptado a las realidades de este contexto psicosocial.

## REFERENCIAS

- Barzola Ochoa, F. E., Catagua Pallo, C. J., & Romero Ibarra, O. P. (2024). La expresión corporal como alternativa metodológica para la inclusión de estudiantes con discapacidad física. *Lecturas: Educación Física y Deportes*, 29(318), 1–12. <https://efdeportes.com/efdeportes/index.php/EFDeportes/article/view/7925/2244>
- Bernate, J. A., & Alfaro Urtatiz, M. E. (2021). La expresión corporal como fenómeno dialógico desde la corporeidad. *EduSol*, 21(76), 1–15. <https://www.redalyc.org/journal/4757/475768574005/475768574005.pdf>

- Casado Sánchez, L. (2026). Influencia de la expresión corporal en la Educación Física para el desarrollo emocional de los adolescentes: Una revisión sistemática. *Sportis. Scientific Journal of School Sport, Physical Education and Psychomotricity*, 12(1), 1–25. <https://doi.org/10.17979/sportis.2026.12.1.12472>
- Casimiro-Urcos, C. N., Tobalino-López, D., Pareja-Pérez, L. B., Vegas-Palomino, E. M., Sanabria-Boudri, F. M., & Orosco-Naveros, A. B. (2025). *Actitud docente e inclusión educativa: Una mirada desde la primera infancia*. Sophia Editions.
- Chuquipiondo García, J. G., & Ñaccha Quispe, M. (2025). Desafíos y oportunidades de la educación inclusiva en escuelas rurales: una revisión sistemática. *Revista Tribunal*, 5(12), 345-367. <https://doi.org/10.59659/revista-tribunal.v5i12.211>
- Ebako Faith, D., & Chukwuma Sunday, L. (2024). Inclusive Physical Education in Resource-Constrained Settings: A Systematic Review of Instructional Models, Teacher Readiness, and Policy Implementation. *International Journal of Multidisciplinary Research and Growth Evaluation*, 5(6), 1760–1776. <https://doi.org/10.54660/IJM-RGE.2024.5.6.1760-1776>
- Fonseca Lette, M. (2024). La expresión corporal para el proceso enseñanza-aprendizaje y la recreación de niños: Un programa taller. *Varona. Revista Científico Metodológica*, (80). <http://revistas.ucpejv.edu.cu/index.php/rVar/article/view/2481/2919>
- Maqueira Caraballo, G. D. L. C., & Velastegui López, L. E. (2026). El enfoque interdisciplinario en la Educación Física Inclusiva: Una mirada necesaria y actual. *Ciencia & Turismo*, 5(1), 31–51. <https://doi.org/10.33262/ct.v5i1.80>
- Martínez Aguilera, G., Torres Aguilar, X., & De la Torre Cárdenas, A. E. (2024). Educación Física inclusiva. Una propuesta de práctica docente que promueve la igualdad de género en el contexto indígena. *Revista Latinoamericana de Estudios Educativos*, 54(3), 283–305. <https://doi.org/10.48102/rlee.2024.54.3.649>
- Matías Solanilla, E., & Vigo Arrazola, B. (2020). El valor del lugar en las relaciones de inclusión y exclusión en un colegio rural agrupado. Un estudio etnográfico. *Márgenes. Revista de Educación de la Universidad de Málaga*, 1(2), 90–106. <https://doi.org/10.24310/mg-nmar.v1i2.8457>
- Pérez Santodomingo, I. (2023). Inclusión en el aula de Educación Física: Superando barreras y fomentando la participación de todos. *Revista Académica Internacional de Educación Física*, 3(3), 1–5. <https://revista-acief.com/index.php/articulos/es/article/view/104/67>
- Prados Megías, E. (2020). Pensar el cuerpo. De la expresión corporal a la conciencia expresivo-corporal, un camino creativo narrativo en la formación inicial del profesorado. *Retos*, (37), 643–651. <https://doi.org/10.47197/retos.v37i37.74256>
- Ramírez Rendón, B. (2024). Prácticas pedagógicas en Educación Física en el contexto rural: Reflexiones y aportes. *Revista Social Fronteriza*, 4(3). [https://doi.org/10.59814/resofro.2024.4\(3\)269](https://doi.org/10.59814/resofro.2024.4(3)269)
- Restrepo, L. M. (2021). *Test: Expresiones corporales (Educación Física - 9.º - Secundaria)*. Educaplay. <https://es.educaplay.com/recursos-educativos/10205247-expresiones-corporales.html>
- Sánchez Sánchez, G., Padilla Moledo, C., Álvarez Gallardo, I. C., Amado, D., Apesteguía Lanseros, E., Arévalo, M., Armada Crespo, J. M., Caballero Julia, D., Calvo Estelrich, C., Cañabate, D., Gil, J., Hernández Gándara, A., Larraz, A., Lorenzo, M., Montávez, M., Ruano, K., Sánchez Martín, A., Serrano, J., Sotoca Orgaz, P., & Torrents, C. (2026). El desarrollo de la expresión corporal en España: Mercè Mateu, una maestra inspiradora. *Apunts Educación Física y Deportes*, (164), 1–9. <https://doi.org/10.5672/apunts.2014-0983.es.2026.164.01>
- Teshome, S. (2025). Key Performance Indicators in Higher Education: A Systematic Review of the Conceptualization, Dimensions, Frameworks, and Challenges of KPIs. *International Journal of Education, Management, and Technology*, 3(2), 611–623. <https://doi.org/10.58578/ijemt.v3i2.6493>
- Zach, S., Shoval, E., & Shulruf, B. (2023). Cooperative learning in physical education lessons: Literature review. *Frontiers in Education*, 8. <https://doi.org/10.3389/educ.2023.1273423>
- Zavaleta Aguilar, R. J. (2025). Juegos, expresión corporal y recreación: Implicaciones para la transformación socioeducativa. *Clío. Revista de Historia, Ciencias Humanas y Pensamiento Crítico*, 5(10). <https://doi.org/10.5281/zenodo.15550645>

**Conflictos de interés:**

Los autores declaran no tener conflictos de interés.

**Contribución de los autores:**

Daniel Alexander Guarnizo-Loyola, Robinson Damian Balladit-Duta, Orlando Patricio Romero-Ibarra, Giceya de la Caridad Maqueira-Caraballo: Concepción y diseño del estudio, adquisición de datos, análisis e interpretación, redacción del manuscrito, revisión crítica del contenido, análisis estadístico, supervisión general del estudio.

**Declaración ética:**

El estudio se desarrolló respetando los principios éticos de la investigación científica. La participación de los sujetos fue voluntaria y se obtuvo el consentimiento informado de los participantes. Se garantizó la confidencialidad, el anonimato y el respeto a los derechos de poblaciones consideradas vulnerables.