

MENTOR

Revista de Investigación Educativa y Deportiva

Volumen 4
Número 12 | 2025

Director: Ph.D. Richar Posso Pacheco

Email: rjposso@revistamentor.ec

Web: <https://revistamentor.ec/>

Editora en Jefe: Ph.D. Susana Paz Viteri

Coordinador Editorial: Ph.D. (c) Josue Marcillo Ñacato

Coordinadora Comité Científico: Ph.D. Laura Barba Miranda

Coordinadora Comité de Editores: Msc. María Gladys Córdor Chicaiza

Coordinador del Consejo de Revisores: Ph.D. Javier Fernández-Rio

Original

Estrategias Metodológicas para la inclusión de estudiantes con Síndrome de Down a la clase de Educación física

Methodological Strategies for the Inclusion of Students with Down Syndrome in Physical Education Classes

Diego Josue Chacha Jara¹
ORCID: <https://orcid.org/0009-0000-4476-5396>

Wilson Esteban Ludizaca Viracocha¹
ORCID: <https://orcid.org/0009-0006-9369-4874>

Sonia Guerra Iglesias¹
ORCID: <https://orcid.org/0000-0003-0853-1036>

Universidad Bolivariana del Ecuador. Durán-Ecuador¹

Autor de correspondencia
djchachaj@ube.edu.ec

Recibido: 03-03-2025
Aceptado: 17-06-2025
Disponible en línea: 15-09-2025

Resumen

El artículo abordó la inclusión de estudiantes con Síndrome de Down en la clase de Educación Física, reconociendo las barreras pedagógicas y sociales que limitaron su participación activa. A partir del marco normativo ecuatoriano y de los aportes teóricos del aprendizaje significativo, cooperativo y la psicomotricidad adaptada, se planteó como objetivo proponer estrategias metodológicas inclusivas que promovieran el desarrollo integral y la participación de estos estudiantes. La investigación adoptó un enfoque mixto con predominancia cualitativa, aplicando observación estructurada, entrevistas a docentes, especialistas del DECE y familiares, así como análisis documental de expedientes psicopedagógicos. Los resultados evidenciaron carencias en la preparación docente, escasa adaptación de las actividades y actitudes de sobreprotección familiar, aunque también se identificó una disposición institucional positiva hacia la inclusión. Las estrategias diseñadas —multisensoriales, lúdicas y colaborativas— fueron validadas mediante clases demostrativas, siendo valoradas positivamente por su aplicabilidad y pertinencia. Se concluyó que la implementación de metodologías adaptadas, junto con procesos de formación docente y acompañamiento familiar, fortaleció el aprendizaje, la autonomía y la convivencia inclusiva de estudiantes con discapacidad en el área de Educación Física.

Palabras clave: educación física, estrategias, diversidad, inclusión, metodología inclusiva, Síndrome de Down.

Abstract

This article addressed the inclusion of students with Down syndrome in Physical Education classes, recognizing the pedagogical and social barriers that limited their active participation. Based on the Ecuadorian normative framework and the theoretical contributions of meaningful learning, cooperative learning, and adapted psychomotricity, the objective was to propose inclusive methodological strategies that would promote the integral development and participation of these students. The study adopted a mixed-methods approach with a qualitative predominance, applying structured observation, interviews with teachers, DECE specialists, and family members, as well as documentary analysis of psychopedagogical records. The results revealed shortcomings in teacher preparation, limited adaptation of activities, and overprotective family attitudes, although a positive institutional disposition toward inclusion was also identified. The designed strategies—multisensory, playful, and collaborative—were validated through demonstrative classes and were positively evaluated for their applicability and relevance. It was concluded that the implementation of adapted methodologies, along with teacher training and family involvement, strengthened learning, autonomy, and inclusive coexistence for students with disabilities in the context of Physical Education.

Keywords: physical education, strategies, diversity, inclusion, inclusive methodology, Down syndrome.

Introducción

La inclusión educativa se concibe como un enfoque que busca asegurar la participación y el aprendizaje de todos los estudiantes, independientemente de sus características o

necesidades particulares. Este modelo propicia un entorno educativo basado en el respeto, la aceptación y la valoración de las diferencias individuales. En este sentido, la educación inclusiva tiene como finalidad eliminar las barreras que obstaculizan la participación plena de los estudiantes, promoviendo una enseñanza de calidad, equitativa y con un enfoque de derechos (Arias, 2020).

Estas barreras pueden ser físicas, sociales, culturales o pedagógicas, y deben ser abordadas de forma integral para garantizar que todos los estudiantes se sientan seguros, valorados y motivados a participar activamente en su proceso de aprendizaje. En este contexto, el Síndrome de Down representa una condición genética que plantea desafíos particulares en áreas como la coordinación, el desarrollo motor y la integración social. Se trata de la alteración cromosómica más común, caracterizada por la presencia de un cromosoma adicional en el par 21, lo cual genera limitaciones significativas en el funcionamiento intelectual y en la conducta adaptativa, expresadas en habilidades conceptuales, sociales y prácticas, y que se manifiestan antes de los 22 años (Schalock, Luckasson, & Tassé, 2021).

Sin embargo, estas limitaciones no son inamovibles. Como lo indica Hodapp (1990), los niños con Síndrome de Down presentan un amplio rango de habilidades cognitivas, que pueden ir desde discapacidades profundas hasta dificultades leves, lo que demuestra que su desarrollo no está determinado al nacer. De hecho, muchos de ellos muestran progresos notables cuando participan en entornos educativos que fomentan el respeto, la empatía y la colaboración.

La UNESCO (2023) ha sostenido que una educación inclusiva contribuye a la equidad y a una mejor calidad educativa, eliminando barreras y promoviendo la participación activa de todos los estudiantes. Esta postura está alineada con el marco normativo del Ecuador, donde la

Constitución de 2008 impulsa la construcción de un Estado plurinacional, intercultural e inclusivo. En consecuencia, las políticas públicas educativas apuntan a garantizar derechos fundamentales para todos los ciudadanos, con especial atención a los grupos históricamente excluidos.

Las necesidades educativas específicas relacionadas con discapacidades o trastornos del desarrollo requieren adaptaciones metodológicas, curriculares y de recursos que aseguren una experiencia educativa equitativa (Armas & Rodríguez, 2022). La participación de los estudiantes con Síndrome de Down en la clase de Educación Física representa una valiosa oportunidad para fortalecer sus habilidades cognitivas, físicas y socioemocionales, siempre que se implementen estrategias inclusivas que propicien aprendizajes significativos y duraderos. En este sentido, teorías como el aprendizaje significativo de Ausubel, el aprendizaje cooperativo de Johnson y Johnson, y la psicomotricidad adaptada de Le Boulch aportan fundamentos esenciales para diseñar experiencias pedagógicas inclusivas y centradas en el desarrollo integral del estudiante (Casanova, 2021).

No obstante, la realidad observada en el centro educativo La Salle pone de manifiesto varios retos: los docentes carecen de formación específica para trabajar con estudiantes con Síndrome de Down, y las estrategias aplicadas suelen ser insuficientes o inadecuadas. Asimismo, se perciben deficiencias en la adaptación de actividades que reconozcan la diversidad de habilidades, lo que compromete el derecho a una educación inclusiva y equitativa. La amplia variabilidad en el desarrollo de los estudiantes con Síndrome de Down exige la personalización de las propuestas didácticas y una atención sostenida a su motivación y participación.

Este estudio parte de la siguiente interrogante: ¿Cómo favorecer la inclusión efectiva de estudiantes con Síndrome de Down en las clases de Educación Física? A partir de ello, el objetivo central es proponer un conjunto de estrategias metodológicas inclusivas orientadas a la participación activa de estos estudiantes, promoviendo a la vez la sensibilización del personal docente y de las familias. La respuesta a esta pregunta se construye desde la práctica, la observación crítica y el compromiso con una educación que celebre la diversidad y promueva oportunidades para todos.

Metodología

La investigación adoptó un enfoque mixto con predominancia cualitativa, integrando métodos de análisis cuantitativo para caracterizar a los participantes y valorar la implementación de estrategias metodológicas inclusivas en clases de Educación Física dirigidas a estudiantes con Síndrome de Down (Hernández et al., 2014). Esta elección metodológica permitió una comprensión holística del fenómeno educativo estudiado, articulando la descripción detallada de prácticas inclusivas con datos empíricos que sustentan la toma de decisiones pedagógicas. El diseño del estudio se inscribe dentro de una lógica descriptiva para identificar necesidades, proponer estrategias y valorar su viabilidad a través de un proceso participativo y reflexivo, fundamentado en la interacción con actores clave de la comunidad educativa.

La población objeto de estudio estuvo conformada por 64 estudiantes de sexto grado de una institución educativa privada del Ecuador. A partir de esta población se seleccionó, mediante un muestreo no probabilístico de tipo intencional, una muestra compuesta por 30 estudiantes, incluyendo dos casos con diagnóstico clínico de Síndrome de Down. Se consideró

la participación directa del docente de Educación Física, la docente tutora, especialistas del Departamento de Consejería Estudiantil (DECE) y familiares de los estudiantes con discapacidad, quienes fueron incluidos como informantes clave. La participación se desarrolló bajo criterios éticos de voluntariedad y consentimiento informado, garantizando el anonimato y la confidencialidad de la información recolectada.

El proceso de recolección de información integró diversas técnicas e instrumentos que aseguraron la triangulación metodológica. Se aplicó una guía de observación estructurada, adaptada del modelo propuesto por López Serrano (2024), con el objetivo de registrar la participación activa, las interacciones grupales, la ejecución motriz y las actitudes inclusivas durante seis sesiones de clase. Esta herramienta fue utilizada por el equipo investigador y complementada con registros anecdóticos del docente.

Asimismo, se desarrollaron entrevistas semiestructuradas dirigidas a docentes y especialistas del DECE, orientadas a identificar percepciones sobre las barreras, facilitadores y necesidades formativas vinculadas al proceso de inclusión. En paralelo, se realizaron entrevistas testimoniales a familiares, en las cuales se exploraron aspectos socioeducativos, experiencias de acompañamiento, expectativas y valoraciones sobre la participación de sus hijos en actividades físicas escolares.

Con el fin de profundizar en el conocimiento de los casos participantes, se realizó un análisis documental de los expedientes psicopedagógicos y planes educativos individualizados, lo que permitió construir un perfil caracterológico integral de las estudiantes con Síndrome de Down. Este análisis incluyó dimensiones físicas, cognitivas, emocionales, comportamentales,

motrices y familiares, aportando información relevante para el diseño personalizado de las estrategias metodológicas.

Durante la fase de validación de la propuesta, se implementó una exploración empírica de factibilidad a través de clases demostrativas en el marco de la unidad didáctica “Prácticas lúdicas, el juego y el jugar”, integrando las estrategias propuestas en la planificación curricular. Estas sesiones fueron observadas por el equipo investigador y documentadas sistemáticamente.

Posteriormente, se llevó a cabo una valoración por criterio de usuarios mediante la aplicación de una escala valorativa tipo Likert que contempló cinco dimensiones: fundamentación teórica, cualidades metodológicas, estructura e integralidad, recursos y materiales, y viabilidad práctica. Esta valoración fue aplicada a docentes, especialistas del DECE y familiares, quienes analizaron la aplicabilidad y pertinencia de las estrategias diseñadas.

Paralelamente, se procesaron datos sociodemográficos y resultados de observación mediante el uso del software estadístico SPSS, el cual permitió realizar análisis descriptivos de frecuencias y porcentajes para complementar la interpretación cualitativa con evidencia empírica cuantificable.

El enfoque metodológico adoptado, al integrar múltiples fuentes de información y técnicas de recolección de datos, no solo permitió una mirada comprehensiva del fenómeno de estudio, sino que fortaleció la validez de los hallazgos al promover la triangulación de perspectivas. La presencia activa del investigador en el campo, la participación de actores diversos y la sistematicidad en el análisis garantizaron una aproximación rigurosa, sensible al contexto educativo, y alineada con los principios de la educación inclusiva contemporánea.

Resultados

Caracterización de los casos participantes

Como punto de partida para la propuesta de estrategias inclusivas, se elaboró un perfil caracterológico detallado de las dos estudiantes con diagnóstico de Síndrome de Down participantes en el estudio. Esta caracterización fue construida a partir de expedientes psicopedagógicos, valoraciones de especialistas del DECE y entrevistas familiares. Las dimensiones analizadas incluyen aspectos físicos, cognitivos, emocionales, comportamentales, motrices y del contexto familiar. La Tabla 1 presenta los datos sintetizados.

Tabla 1

Perfil caracterológico de los casos de estudiantes con Síndrome de Down

Dimensión	Caso 1 (Nivel moderado)	Caso 2 (Nivel leve)
Edad	12 años	12 años y 5 meses
Físico	Hipotonía muscular que afecta postura y coordinación.	Sobrepeso y riesgo articular por factores metabólicos.
Cognitiva	Desarrollo cognitivo moderado, buena memoria, sigue instrucciones simples.	Aprendizaje lento, bajo nivel cognitivo para su edad, necesita apoyo constante.
Emocional	Sensible, empática, insegura en situaciones nuevas, se apoya en compañeros.	Extrovertida, social, frustración ante dificultades, muestra ansiedad.
Comportamental	Obediente, cooperativa, necesita recordatorios, impulsiva en juegos grupales.	Sigue reglas, necesita ayuda ante frustración, prefiere trabajar en grupos pequeños.
Motriz	Buena coordinación gruesa, dificultad en precisión.	Limitación motriz gruesa y fina, necesita mejorar equilibrio y control corporal.
Contexto familiar	Vive con padres y abuelos, familia promueve independencia.	Vive con padres y hermanos, familia sobreprotectora, proceso de aceptación gradual.

Fuente: Expediente psicopedagógico, entrevistas familiares, valoraciones del DECE. Elaboración propia.

Resultados de la Guía de Observación

La aplicación de la guía de observación permitió identificar patrones conductuales, motrices y actitudinales de los estudiantes, con especial atención a la participación de las niñas con diagnóstico de Síndrome de Down. En primer lugar, se evaluó el grado de acatamiento a las órdenes propuestas por el docente. Los resultados revelaron que el 50% del grupo obtuvo un nivel “mejorable”, seguido de un 30% que alcanzó un desempeño “satisfactorio”, mientras que los extremos “insuficiente” y “excelente” fueron registrados en igual proporción del 10%. Estos datos reflejan una necesidad de reforzar la autoridad pedagógica desde una perspectiva positiva, mediante dinámicas que promuevan la atención sostenida y la comprensión de consignas.

Tabla 2

El estudiante acata órdenes propuestas por el docente

Categoría	Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Insuficiente	3	10.0	10.0	10.0
Mejorable	15	50.0	50.0	60.0
Satisfactorio	9	30.0	30.0	90.0
Excelente	3	10.0	10.0	100.0
Total	30	100.0	100.0	

En cuanto a la ejecución técnica de saltos, como indicador de competencia motriz básica, se encontró que el 73,3% del grupo mostró un nivel “mejorable”, y solo el 20% alcanzó una ejecución “satisfactoria”. El bajo porcentaje de desempeño óptimo sugiere la necesidad de adaptar metodologías motrices en función del nivel de habilidad, especialmente en el caso de estudiantes con discapacidad, quienes fueron calificadas en nivel insuficiente.

Tabla 3

Corrección en la realización de saltos

Categoría	Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Insuficiente	2	6.7	6.7	6.7
Mejorable	22	73.3	73.3	80.0
Satisfactorio	6	20.0	20.0	100.0
Total	30	100.0	100.0	

En lo que respecta al respeto por la opinión de los demás, se evidencia una distribución equilibrada: un 43,3% del estudiantado se ubicó en nivel “satisfactorio”, el 46,7% en “mejorable”, y un 10% en “insuficiente”. Esta tendencia sugiere que, aunque existen gestos de aceptación interpersonal, todavía es necesario fortalecer la escucha activa y la validación de las ideas de los compañeros, como condiciones de base para la inclusión.

Tabla 4

Respeto la opinión de los demás

Categoría	Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Insuficiente	3	10.0	10.0	10.0
Mejorable	14	46.7	46.7	56.7
Satisfactorio	13	43.3	43.3	100.0
Total	30	100.0	100.0	

El fomento de un ambiente inclusivo durante las clases de Educación Física presentó resultados preocupantes: el 60% de los estudiantes fue calificado como “insuficiente” y el 40% como “mejorable”. La ausencia de niveles satisfactorios o excelentes evidencia una brecha significativa en la construcción de espacios colaborativos que promuevan la participación activa de estudiantes con discapacidad.

Tabla 5

Fomenta un ambiente inclusivo en la clase de Educación Física

Categoría	Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Insuficiente	18	60.0	60.0	60.0
Mejorable	12	40.0	40.0	100.0

Total	30	100.0	100.0
--------------	----	-------	-------

La motivación intrínseca y el apoyo entre pares constituyen otro indicador clave para la inclusión. No obstante, los datos indican que el 60% del grupo no muestra conductas motivadoras hacia los demás, y un 23,3% lo hace de manera parcial. Solo un 16,7% presenta un nivel “satisfactorio”, lo cual sugiere una limitada cultura de reconocimiento mutuo y una escasa construcción de vínculos solidarios.

Tabla 6

Motiva de manera correcta a sus compañeros

Categoría	Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Insuficiente	18	60.0	60.0	60.0
Mejorable	7	23.3	23.3	83.3
Satisfactorio	5	16.7	16.7	100.0
Total	30	100.0	100.0	

El respeto y la empatía hacia los compañeros —en especial hacia las niñas con Síndrome de Down— fue otro eje crítico de análisis. El 43,3% de los estudiantes fue calificado como “insuficiente” y el 50% como “mejorable”, lo que indica una débil capacidad del grupo para construir relaciones empáticas. Solo un 6,7% alcanzó el nivel “satisfactorio”, lo que reafirma la urgencia de incorporar dinámicas que fortalezcan la sensibilidad interpersonal y el reconocimiento de la diversidad.

Tabla 7

Demuestra respeto y empatía hacia sus compañeros

Categoría	Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Insuficiente	13	43.3	43.3	43.3
Mejorable	15	50.0	50.0	93.3
Satisfactorio	2	6.7	6.7	100.0
Total	30	100.0	100.0	

Resultados de las Entrevistas a profesionales de la educación

Se realizaron entrevistas semiestructuradas a cuatro profesionales de la institución: el docente de Educación Física, la docente tutora del curso y dos especialistas del Departamento de Consejería Estudiantil (DECE). El análisis temático de sus testimonios permitió identificar percepciones institucionales clave sobre la inclusión de estudiantes con Síndrome de Down, agrupadas en cuatro categorías: atención a la diversidad, diseño del espacio escolar, participación activa y comunicación con las familias. A continuación, se presentan los hallazgos sistematizados.

Tabla 8

Resultados de entrevistas a docentes y especialistas del DECE

Categoría	Hallazgos principales
Atención a la diversidad	Formación docente generalista; ausencia de capacitación específica sobre Síndrome de Down.
Diseño del espacio escolar	Accesibilidad arquitectónica básica (rampas); carencia de señalización adecuada y materiales adaptados.
Participación activa	Inclusión intermitente de las estudiantes con discapacidad; falta de motivación y estrategias diferenciadas.
Comunicación con familias	Un caso con sobreprotección familiar; otro con acompañamiento activo hacia la autonomía.

Fuente: Elaboración propia a partir de entrevistas semiestructuradas.

Los resultados evidencian una disposición institucional positiva hacia la inclusión, pero también limitaciones estructurales y metodológicas que afectan la participación efectiva de las estudiantes. Se destaca la necesidad de formación docente especializada, ajustes metodológicos en clase y un trabajo articulado con las familias para favorecer procesos inclusivos sostenibles.

Resultados de las Entrevistas testimoniales a las familias

Se realizaron entrevistas abiertas a los representantes legales de las dos estudiantes con diagnóstico de Síndrome de Down. El objetivo fue comprender sus percepciones sobre el proceso educativo, su relación con la institución y el impacto de la clase de Educación Física en el desarrollo de sus hijas. Las respuestas fueron organizadas temáticamente en torno a cuatro dimensiones: expectativas familiares, relación con docentes, percepciones sobre inclusión y nivel de acompañamiento.

Tabla 9

Resultados de entrevistas testimoniales a las familias

Categoría	Familia Caso 1	Familia Caso 2
Expectativas familiares	Desean autonomía e integración progresiva; valoran el aprendizaje funcional.	Enfatizan el cuidado y protección constante; temen riesgos físicos y sociales.
Relación con docentes	Fluida, basada en la confianza mutua; participan en reuniones y propuestas.	Distante y poco comunicativa; escasa participación en actividades escolares.
Percepciones sobre inclusión	Consideran que ha mejorado la interacción social y autoestima de su hija.	Perciben que su hija es aislada y no comprendida por sus pares.
Nivel de acompañamiento	Promueven la independencia con apoyo emocional continuo.	Tienden a sobreproteger; interfieren en decisiones pedagógicas.

Fuente: Elaboración propia a partir de entrevistas testimoniales.

Los testimonios reflejan dos enfoques familiares distintos: uno orientado al fortalecimiento de la autonomía con apoyo escolar articulado, y otro centrado en la protección, que puede limitar el desarrollo integral de la estudiante. Esta diversidad evidencia la importancia de trabajar con las familias desde una perspectiva de corresponsabilidad, ofreciendo orientación permanente que favorezca la inclusión real en el contexto educativo y particularmente en la clase de Educación Física.

El diagnóstico realizado facilitó la elaboración de estrategias metodológicas inclusivas para integrar a las personas con Síndrome de Down en las clases. A continuación, se presentan las características de estas estrategias, organizadas y estructuradas según las necesidades

identificadas en el estudio. Su enfoque metodológico se basa en evidencia científica, con propósitos claramente definidos, procedimientos estructurados de implementación y criterios específicos de evaluación.

Propuesta: Modelación de Estrategias Metodológicas para la Inclusión de Estudiantes con Síndrome de Down en Educación Física.

A continuación, se presenta la estructura del diseño de estrategias metodológicas para incluir a estudiantes con Síndrome de Down en la clase de Educación Física:

- Sistema de objetivos
- Bases epistemológicas: principios pedagógicos inclusivos.
- Características de las estrategias metodológicas inclusivas
- Estrategias metodológicas inclusivas

Objetivo General

Promover el desarrollo integral de los estudiantes con Síndrome de Down, considerando sus capacidades motoras, cognitivas y sociales, para potenciar su autoestima y autonomía mediante actividades inclusivas.

Objetivos Específicos

Fomentar un entorno de aprendizaje accesible y enriquecedor, adaptando actividades y evaluaciones que respeten las diferencias individuales y permitan la participación activa de los estudiantes con Síndrome de Down.

Sensibilizar a la comunidad educativa sobre la importancia de valorar y respetar la

diversidad, identificando barreras sociales y culturales.

Las bases epistemológicas de estas estrategias se centran en relaciones que orientan su desarrollo y en principios pedagógicos de la educación inclusiva. El análisis bibliográfico de autores como Macías, Albornoz y Guzmán (2022) destaca tendencias como la estimulación temprana, el aprendizaje significativo y la adaptación curricular personalizada.

Se identifican relaciones clave para el análisis de la inclusión de estudiantes con Síndrome de Down, tales como: desarrollo personal centrado en la individualización, enfoque didáctico inclusivo en la planificación de clases y creación de entornos inclusivos que favorezcan el crecimiento. Para ello se tiene en cuenta que el desarrollo personal y social es fundamental, como señalan Lormendez y Cano (2020), Gómez (2014), Lozano (2006) y Chisaguano (2023), quienes resaltan la importancia de un entorno inclusivo.

Principios Pedagógicos de la Educación Inclusiva

Individualización: Adaptar planes a las necesidades de cada estudiante, especialmente aquellos con hipotonía muscular, mediante actividades que fortalezcan habilidades motrices y consideren la dosificación de esfuerzos.

Participación activa: Diseñar actividades que fomenten la interacción y el protagonismo de los estudiantes con Síndrome de Down, incluyendo trabajo cooperativo y liderazgo en juegos.

Uso de apoyos: Proporcionar materiales, tecnología y acompañamiento especializado para superar barreras de participación, facilitando la interacción social y el autocuidado.

Evaluación formativa: Monitorizar el progreso en función de metas cooperativas e individuales.

Características de las Estrategias metodológicas

Inclusivas: Incorporan diversas estrategias y técnicas para asegurar la participación activa de todos los estudiantes.

Integradoras: Benefician a los estudiantes con Síndrome de Down al integrar bienestar

personal, actividad física y habilidades para la vida.

Personalizadas: Incluyen actividades diferenciadas para estudiantes con hipotonía muscular, mejorando fuerza, coordinación y movilidad sin causar estrés.

Adaptadas: Ajustan actividades a necesidades individuales, promoviendo el desarrollo integral en ambientes de respeto y cooperación.

Lúdicas: Fomentan la participación y el aprendizaje de manera divertida y accesible.

Multisensoriales: Incorporan estímulos visuales, auditivos y kinestésicos para facilitar la comprensión y el aprendizaje motor.

Las estrategias metodológicas se elaboran teniendo en cuenta recursos materiales, modelo metodológico, propósitos, metodología y evaluación.

Tabla 10

Estrategias Metodológicas Inclusivas (EMI)

Estrategias y recursos	Modelo metodológico	Propósitos	Descriptor	Metodología	Evaluación
Estrategias multisensoriales integradas	Combinación sistemática de estímulos	Mejorar la coordinación óculo-manual	Atrapar y lanzar la pelota, orientación	Lanzamiento de pelotas diferentes	Reflexión al final de cada sesión con los

Materiales: pelotas de colores y tamaños, pictogramas, tarjetas	visuales, auditivos y kinestésicos	y la fuerza en los brazos	espacial y temporal, integración táctil	y direcciones en parejas. Usar pelota grande para trabajar equilibrio y control corporal	estudiantes
Trabajo en parejas con roles complementarios Materiales: batones de colores, pictogramas	Aprendizaje colaborativo y adaptativo	Fomentar el trabajo en equipo y la cooperación	Juegos cooperativos con relevos, discriminación visual de colores, formas y tamaños	Carreras de relevo, juegos de imitación corporal (el espejo, movimientos de animales)	Reflexión con los estudiantes sobre logros personales y grupales
Tareas y ejercicios físicos motivadores Materiales: tizas de colores, música suave, globos	Motivación intrínseca y extrínseca	Generar experiencias sensoriales positivas	Activación multisensorial, visualización, respiración	Círculo inicial con música suave, ejercicios de respiración y visualización de globos de colores	Reflexión con los estudiantes sobre experiencias vividas
“Me sostengo y avanzo” Materiales: cuerdas, figuras geométricas, colores	Apoyos y recursos para el equilibrio	Fomentar la estabilidad postural	Equilibrio estático, dinámico y recuperación postural	Caminar sobre líneas o cuerdas en diferentes formas y velocidades, uso de superficies inestables	Reflexión con los estudiantes sobre avances en equilibrio
“Escucha, mira y muévete” Materiales: rótulos con indicaciones, imágenes	Progresión gradual de movimientos	Aumentar la flexibilidad a través de estiramientos	Estiramientos básicos, movilidad articular, cuidado corporal	Seguir comandos auditivos y visuales, estiramientos guiados	Reflexión con los estudiantes sobre la importancia del cuidado articular
Fuerza adaptada Materiales: botellas plásticas con agua, bolsitas de arena	Apoyo escalonado con graduación de esfuerzo	Desarrollar la fuerza muscular y resistencia	Uso adecuado del peso, seguridad, técnica	Levantamiento de peso ligero, flexiones, transporte de objetos	Reflexión sobre técnica, percepción de esfuerzo y avances
Circuito multisensorial de habilidades Materiales: conos, pelotas, cuerdas, colchonetas	Enseñanza por estaciones	Fomentar el desarrollo motriz general	Coordinación, lateralidad, conciencia espacial	Estaciones organizadas por habilidades (coordinación, fuerza, flexibilidad) en formato lúdico	Reflexión sobre la actividad preferida y percepción de mejora

Recomendaciones para la Inclusión de Estudiantes con Síndrome de Down en Educación Física

Se han elaborado recomendaciones para la preparación de docentes de Educación Física y orientaciones para las familias, con el fin de aprovechar el entorno familiar según las necesidades educativas específicas de los estudiantes con Síndrome de Down.

La creación de estrategias metodológicas inclusivas fue el punto de partida para su validación, destacando la importancia de las sesiones de formación para docentes y las orientaciones para las familias.

Procedimiento de Validación

La etapa de validación incluyó el acompañamiento a docentes y familiares para adaptar, explorar las estrategias propuestas. El procedimiento seguido fue el siguiente: preparación de docentes para la implementación de estrategias metodológicas inclusivas, para ello se realizó la integración de estrategias en la planificación curricular de la unidad denominada Practicas Lúdicas, el juego y el jugar, para el desarrollo de clases demostrativas en el terreno posterior a ello lograr la observación y registro de las clases para validar la viabilidad de la propuesta.

Se llevaron a cabo sesiones de preparación a los docentes y especialistas que participaron en el estudio, cuyo objetivo fue crear condiciones para la implementación de la propuesta. Se compartieron recomendaciones en tres talleres reflexivos y tres clases demostrativas, enfocadas en apoyar a los docentes en la inclusión de niños con Síndrome de Down, entre ellas el utilizar un lenguaje claro y sencillo para asegurar la comprensión, proporcionar indicaciones visuales (señales, demostraciones) para facilitar la comprensión, especialmente para estudiantes con Síndrome de Down, adaptar las técnicas

a las capacidades individuales de cada estudiante, incluir ejemplos de ejercicios variados para mantener el interés y la participación, ofrecer diferentes tipos de pelotas e implementos deportivos para facilitar el agarre y el lanzamiento.

Además de proporcionar explicaciones paso a paso de las técnicas, utilizando demostraciones visuales, evaluar el progreso de los estudiantes de manera continua y ajustar los objetivos según sea necesario e incorporar juegos y actividades lúdicas que sean atractivas y motivadoras. Se aprovechó este espacio para la aplicación de un instrumento para obtener el criterio de usuarios, según dimensiones, indicadores y escala valorativa.

Tabla 11

Resultado obtenido

Dimensiones	Escala					Observaciones
	5	4	3	2	1	
Fundamentación teórica	4					Responde a las peculiaridades de las actividades
Cualidades de las EMI	4					Tienen un enfoque adecuado.
Estructura e integralidad de las EMI	3	1				Los componentes y estructura son adecuados, aunque puede ampliarse la cantidad de actividades dentro de cada estrategia.
Recursos y materiales	2	2	1			Se pueden enriquecer los materiales y recursos
Viabilidad práctica	4					

Leyenda 5 (Excelente), 4 (Muy Bien), 3 (Bien), 2 (Regular), 1 (Deficiente)

Como se puede apreciar la fundamentación teórica, las cualidades y la viabilidad práctica se ubican en el nivel de excelente, mientras la estructura e integralidad de sus componentes se evalúa de excelente y muy bien, siendo los recursos y materiales el criterio donde más se diversifican las respuestas, aunque se mantienen en el rango de bien

a excelente.

Orientaciones para Familias

Se realizaron tres sesiones de conversatorios con las familias, donde se brindaron recomendaciones como: incluir la actividad física en la rutina diaria, establecer horarios específicos para actividades físicas (caminar, andar en bicicleta, jugar al aire libre), involucrar a toda la familia en actividades físicas, creando un ambiente de apoyo, ayudar a los hijos a establecer metas pequeñas y alcanzables en su actividad física y participar en talleres sobre inclusión en el deporte y la actividad física. Las 2 familias se mostraron agradecidas al respecto. Se ofrecieron orientaciones quincenales sobre el progreso de los estudiantes con Síndrome de Down, con sugerencias para el hogar y recomendaciones de actividades físicas familiares. Se destacaron logros como el aumento de la participación activa de los estudiantes, el desarrollo de actividades más inclusivas, y mejoras en la convivencia, empatía y colaboración en el grupo.

Discusión

Los beneficios de una experiencia didáctico-metodológica inclusiva son evidentes, promoviendo la interacción entre estudiantes de diversas habilidades y antecedentes. Esto crea un ambiente de aprendizaje donde todos se sienten valorados y pueden contribuir significativamente (Reveles, 2024). Además, se observan mejoras en el rendimiento académico y competencial de los estudiantes con Síndrome de Down, lo que demuestra que este enfoque no solo beneficia su desempeño académico, sino también su desarrollo de habilidades y

Las estrategias metodológicas inclusivas fomentaron actitudes positivas hacia la diversidad y la discapacidad, promoviendo la aceptación y el respeto mutuo en la clase de Educación Física.

Esto coincide con estudios que resaltan los beneficios de metodologías adecuadas en el proceso de enseñanza-aprendizaje para estudiantes con Síndrome de Down (Guachamin, 2023; Wishart, 2015; Díaz & Larreal, 2021; Vilella & Rodríguez, 2020). El contacto directo entre estudiantes potencia el desarrollo de habilidades de empatía y respeto, creando una comunidad escolar más inclusiva (Fernández, 2021).

Conclusión

La inclusión de estudiantes con Síndrome de Down en la clase de Educación Física es fundamental en la educación contemporánea, garantizando el acceso a una educación de calidad que les permita desarrollarse plenamente. En este sentido los análisis sobre las tendencias y enfoques teóricos revelan una visión más clara sobre cómo se puede promover la inclusión y el desarrollo de habilidades en estudiantes con SD tanto en sus habilidades físicas, como en su desarrollo social y emocional, enriqueciendo su experiencia educativa y fomentando una convivencia más inclusiva.

La elaboración de estrategias metodológicas inclusivas requiere identificar necesidades y potencialidades a nivel grupal e individual, destacando el perfil caracterológico de los estudiantes mediante un diagnóstico que informe sobre sus necesidades y potencialidades en relación con la participación en las actividades físicas. Para ello se deben tener en cuenta los sujetos y contextos institucional y familiar.

La investigación desarrollada demuestra la viabilidad de la aplicación de estrategias metodológicas inclusivas en la clase de E.F. para la participación de estudiantes con Síndrome de Down en un entorno regular, así como el fomento de destrezas y la mejora la convivencia inclusiva, preparándolos para la vida y desarrollando habilidades sociales en el contexto de su grupo clase. Además, influye positivamente en su tono muscular, coordinación motriz, prevención de sobrepeso y mejora de la salud general, promoviendo la autoconfianza y fortaleciendo su autoestima tanto social como emocionalmente.

Referencias

- Ainscow, M. (2015). *Necesidades especiales en el aula. Guía para la formación del profesorado* (Edic. UNESCO-NARCEA). Narcea Ediciones.
<https://educacioninclusiva30.files.wordpress.com/2014/04/las-necesidades-especiales-en-el-aula.pdf>
- Arias, L. G. (2020). Trabajo colaborativo y codocencia: una aproximación a la inclusión educativa. *Revista de Estudios Teóricos y Epistemológicos en Política Educativa*, 5, 1–14. <https://doi.org/10.5212/retepe.v.5.15321.016>
- Armas-Alba, L., & Alonso-Rodríguez, I. (2022). Las TIC y competencia digital en la respuesta a las necesidades educativas especiales durante la pandemia: Una revisión sistemática. *Revista Internacional de Pedagogía e Innovación Educativa*, 2(1), 11–48.
<https://doi.org/10.51660/ripie.v2i1.58>

- Casanova, M. A. (2021). Fundamentos del aprendizaje cooperativo e inclusivo. *Revista Internacional de Ciencias de la Educación*, 8(2), 33–47.
<https://doi.org/10.15366/riejs2021.8.2.002>
- Chisaguano, M. (2023). Inclusión educativa: desafíos de la práctica docente en aulas diversas. *Revista Ciencia Educativa*, 12(1), 78–90.
<https://revistas.utb.edu.ec/index.php/cienciaeducativa/article/view/625>
- Díaz, J., & Larreal, M. (2021). Avances legales, teóricos y curriculares en materia de inclusión de niños con Síndrome de Down. *Ciencia Latina Revista Científica Multidisciplinar*, 5(2), 302–320. <https://ciencialatina.org/index.php/cienciala/article/view/1095>
- Guachamín, B. (2023). Cómo la inclusión de estudiantes con discapacidades puede mejorar el aprendizaje para todos. *Ciencia Latina Revista Científica Multidisciplinar*, 5(1), 45–60.
<https://ciencialatina.org/index.php/cienciala/article/view/2502>
- Infante, M. (2020). Desafíos a la formación docente: inclusión educativa. *Estudios Pedagógicos*, 46(3), 289–297. <https://doi.org/10.4067/S0718-07052020000300289>
- López, J. V. (2024, 25 de junio). Criterios de clase con enfoque DEI (Diversidad, Equidad e Inclusión). *Edutekalab*. <https://edutekalab.org/criterios-clase-dei>
- Macías, E., Albornoz, J., & Guzmán, D. (2022). Aprendizaje significativo y estimulación temprana en la atención a la diversidad. *Revista Latinoamericana de Educación Inclusiva*, 16(1), 66–84. <https://revista.rinace.net/index.php/relie/article/view/1780>
- Ortega, A. (2023). Estrategias de atención inclusiva: Competencias básicas y valores necesarios para entornos educativos en educación. *Revista Electrónica de Ciencias de la Educación*, 5(2), 58–70. <https://revistas.pucese.edu.ec/recse/article/view/416>

<https://doi.org/10.56200/mried.v4i12.10602>
<https://revistamentor.ec/index.php/mentor>

UNESCO. (2017). *Guía para asegurar la inclusión y la equidad en la educación. Educación 2030*. <https://unesdoc.unesco.org/ark:/48223/pf0000248254>

UNESCO. (2024). *Informe de seguimiento de la educación en el mundo, 2023: Tecnología en la educación: ¿Una herramienta en los términos de quién?* <https://unesdoc.unesco.org/ark:/48223/pf0000388894>

Viñals, F. (2022). Características ecográficas y anomalías congénitas en fetos con Síndrome de Down. *Revista Chilena de Obstetricia y Ginecología*, 87(4), 266–272. https://scielo.conicyt.cl/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0717-75262022000400266

Financiación

Los autores no recibieron financiación para el desarrollo de la presente investigación.

Conflicto de Intereses

Los autores declaran no tener conflictos de intereses.

Contribución de Autoría:

Los autores han participado en la construcción del documentos