



UNIVERSIDAD
BOLIVARIANA
DEL ECUADOR

TRABAJO DE TITULACIÓN

i

UNIVERSIDAD
BOLIVARIANA
DEL ECUADOR



UNIVERSIDAD BOLIVARIANA DE ECUADOR

**MAESTRÍA EN PEDAGOGÍA DE LA CULTURA FÍSICA CON MENCIÓN EN
EDUCACIÓN FÍSICA INCLUSIVA**

TRABAJO DE TITULACIÓN

**PREVIO A LA OBTENCIÓN DEL TÍTULO DE
MAGÍSTER EN PEDAGOGÍA DE LA CULTURA FÍSICA CON MENCIÓN EN
EDUCACIÓN FÍSICA INCLUSIVA.**

TEMA

**PROGRAMA DE ENSEÑANZA DE FÚTBOL PARA NIÑAS CON SÍNDROME DE
DOWN DE 6 A 8 AÑOS DE LA FUNDACIÓN EL LEGADO**

Autor/Es:

**Peralta Luzuriaga Abigail Alexandra
Rocano Narváez Marcela Del Rocío**

Tutor/A:

Lic. David Job Morales Neira Mg., Msc

**Ecuador
2024**



DEDICATORIA

Dedico este trabajo al cielo donde esta el angel de mi vida junto a Dios guiandome desde la eternidad, dandome la fortaleza necesaria para seguir con mi subsistencia, tambien se lo dedico a mi hija JHIULIA que es mi fuente de motivacion para seguir superandome dia a dia de manera personal profesional, por entender mi ausencia en cada uno de mis proyectos. A mis padres, abuelos y hermnos, quienes forgaron a la persona que tiene las intenciones de superarse a base de sus experiencias, reverenciando los valores eticos y morales con el objetivo de ser un ser humano digno de su existencia y participacion en la sociedad. Por ultimo dedico a mi duo del presente trabajo y a mi persona por que se que este peldaño mas en nuestra formacion, refleja las mejores intenciones de superacion en el ejercicio profesional de nuestro titulo, en la sociedad, en el campo de la educacion y la inclusion.

Rocano Narváez Marcela del Rocío-

A mi abuela Luz, el ser más presente en mi corazón y mente, por que se que le hubiese encantado ver mi progreso estudiantil. A mis padres quienes se merecen todos los logros de mi vida. A mi hermano quién es mi ejemplo a seguir.

Peralta Luzuriaga Abigail-



AGRADECIMIENTO

A cada persona que aportó ideas, tiempo y palabras de aliento durante este proceso. A mis amigos, por escucharme y motivarme cuando parecía imposible, y a los investigadores que generosamente compartieron su conocimiento, ayudándome a dar forma a esta tesis. Su generosidad y confianza fueron fundamentales para este logro.

Rocano Narváez Marcela del Rocío-

A mis padres, Alexandra y Holger, a mi hermano Humberto; por ayudarme incondicionalmente durante este proceso de maestría, a mis maestros por impartir sus conocimientos e impulsar los míos, a Maqueira por la motivación constante, a mi grupo 7, quienes fueron un pilar fundamental para culminar esta meta, los llevo siempre en mi corazón. ¡GRACIAS POR TANTO!

Peralta Luzuriaga Abigail-



RESUMEN

El estudio analizó la necesidad de desarrollar estrategias inclusivas para fomentar el desarrollo motor, social y emocional en niñas con síndrome de Down, específicamente dentro del rango de 6 a 8 años. Su objetivo fue Proponer un "Programa de enseñanza de fútbol para niñas de 6 a 8 años con Síndrome de Down" de la Fundación El Legado que facilite la inclusión de niñas en los entrenamientos deportivos. La investigación adoptó un enfoque de estudio de caso, utilizando entrevistas semiestructuradas, observación participativa y análisis documental para recopilar información detallada sobre los avances y dificultades observadas. Los resultados evidenciaron mejoras significativas en la coordinación motora fina y gruesa, mayor atención y concentración durante las sesiones de entrenamiento, mayor disposición para realizar acciones colaborativas, y una reducción en la ansiedad social. Además, tanto padres como entrenadoras destacaron un aumento en la autoeficacia y autonomía de las niñas, así como una mejor comprensión de las reglas de juego. La propuesta consistió en la creación de un programa de enseñanza estructurado, dividido en etapas sucesivas basadas en las necesidades y posibilidades de las participantes. Se asignó un énfasis especial a actividades recreativas y ejercicios específicos dirigidos al desarrollo de habilidades técnicas y sociales. Esta propuesta fue validada teóricamente mediante el método Delphi, que involucró a un panel de expertos. Los resultados del proceso de validación demostraron un alto nivel de concordancia entre los especialistas en cada una de las etapas del programa, respaldando su relevancia y efectividad. Estas conclusiones subrayan los beneficios del programa en el desarrollo integral de las niñas, reafirmando la importancia de metodologías personalizadas con un enfoque inclusivo. Además, se destacó la necesidad del apoyo activo y continuo de especialistas, así como la participación de las familias, como elementos esenciales para maximizar el impacto positivo de los programas deportivos dirigidos a esta población.

Palabras clave: Inclusión, desarrollo motor, habilidades sociales, programa adaptado, fútbol infantil.



ABSTRACT

The study analyzed the need to develop inclusive strategies to promote motor, social and emotional development in girls with Down syndrome, specifically within the range of 6 to 8 years. Its objective was to propose a "Soccer teaching program for girls aged 6 to 8 with Down Syndrome" of the El Legado Foundation that facilitates the inclusion of girls in sports training. The research adopted a case study approach, using semi-structured interviews, participatory observation and documentary analysis to collect detailed information on the progress and difficulties observed. The results showed significant improvements in fine and gross motor coordination, greater attention and concentration during training sessions, greater willingness to perform collaborative actions, and a reduction in social anxiety. In addition, both parents and coaches highlighted an increase in the girls' self-efficacy and autonomy, as well as a better understanding of the rules of the game. The proposal consisted of the creation of a structured teaching program, divided into successive stages based on the needs and possibilities of the participants. Special emphasis was placed on recreational activities and specific exercises aimed at developing technical and social skills. This proposal was theoretically validated using the Delphi method, which involved a panel of experts. The results of the validation process demonstrated a high level of agreement between specialists in each of the stages of the program, supporting its relevance and effectiveness. These conclusions highlight the benefits of the program in the comprehensive development of girls, reaffirming the importance of personalized methodologies with an inclusive approach. In addition, the need for active and continuous support from specialists, as well as the participation of families, was highlighted as essential elements to maximize the positive impact of sports programs aimed at this population.

Keywords: Inclusion, motor development, social skills, adapted program, children's soccer.



ÍNDICE

RESUMEN.....	ix
ABSTRACT	x
ÍNDICE DE TABLAS	xv
ÍNDICE DE FIGURAS	xvi
LISTADO DE ANEXOS	xvii
INTRODUCCIÓN	1
Presentación y contextualización	1
Justificación del problema	2
Planteamiento del problema	3
Precisión del tema	3
Objeto de la investigación.....	4
Objetivo general	5
Idea para defender.....	5
Objetivos específicos de la investigación.	6
Métodos.....	6
Técnicas	7
Población y muestra.....	7
Declaración del tipo de investigación.....	8
Principales aportes	8
Importancia, necesidad social, novedad y actualidad científica	9
Descripción breve del contenido	10
CAPÍTULO I: MARCO TEÓRICO	11



1.1. Antecedentes de estudio.....	11
1.2. Conceptualizaciones	12
1.2.1. Síndrome de Down y su caracterización	12
1.2.2. Actividad física en personas con Síndrome Down	22
1.2.3. Programas de actividad física para personas con Síndrome de Down.....	23
1.2.4. El fútbol como medio formativo en la categoría de 6 a 8 Años	23
1.2.5. Beneficios del fútbol en niñas de 6 a 8 años	25
1.2.6. El Fútbol como herramienta inclusiva en niñas de 6 a 8 Años con Síndrome de Down	26
1.2.7. Efectos del síndrome de Down en niñas deportistas practicante de fútbol	27
1.2.8. Aspectos para considerar la inclusión de niñas con Síndrome de Down en el fútbol..	28
1.2.9. El entrenamiento deportivo y el proceso de inclusión de las niñas con Síndrome de Down.....	30
1.2.10. Estrategias para la inclusión de niñas con Síndrome de Down en el entrenamiento deportivo	31
1.2.11. Marco legal y políticas públicas sobre inclusión educativa en personas con discapacidad	32
1.2.12. El programa de enseñanza para el entrenamiento deportivo de fútbol en la categoría 6 a 8 años	33
1.2.13. Componente de un programa de entrenamiento de fútbol para niñas de 6 a 8 años con síndrome de Down	34
CAPÍTULO II: METODOLOGÍA PARA EL DESARROLLO DE LA INVESTIGACIÓN Y ESTUDIO DIAGNÓSTICO	37
2.1 Conceptualización y matriz de categorías, con su parametrización u operacionalización	37
2.2 Enfoque de la investigación.....	38
2.3. Alcance de la investigación	38
2.4. Declaración y justificación del tipo de investigación	39
2.5. Métodos empleados y sus propósitos en el contexto de investigación	39
2.6. Instrumentos derivados de la metodología seleccionada	40



2.7. Delimitación de la población y la muestra.....	41
2.8. Estrategia metodológica investigativa o proceder metodológico general seguido en el proceso de investigación de acuerdo con el alcance e intereses de la investigación	42
2.9. Descripción de las etapas de la metodología de investigación seguida:	44
2.10. Resultados de la investigación	46
2.11. Discusión de resultados.....	52
CAPÍTULO 3: PRESENTACIÓN Y VALIDACIÓN DE LA PROPUESTA	54
Fundamentación teórica y conceptual de la propuesta	54
Concepciones, enfoques y modelos	55
Sistemas y estrategias	55
Metodologías y métodos	56
Recursos, materiales y apoyos	57
Instrumentos para el diagnóstico y evaluación	58
Estructura del programa de enseñanza de fútbol para niñas con Síndrome de Down (6-8 años) en la Fundación el Legado	58
Presentación	58
Objetivos.....	59
Justificación	60
Caracterización de la propuesta	61
Ideas rectoras	61
Estructura y dinámica del programa	62
Actividades	63
Exigencias y criterios.....	72
Recursos.....	73
Beneficiarios	73



Cierre.....	73
Validación teórica de la pertinencia del programa de enseñanza de fútbol para niñas de 6 a 8 años con Síndrome de Down de la Fundación El Legado	74
Evaluación de expertos	75
CONCLUSIONES	78
RECOMENDACIONES.....	79
REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS.....	81
ANEXOS	91



ÍNDICE DE TABLAS

Tabla 1. Matriz de categorías y subcategorías apriorísticas	37
Tabla 2. Ficha de observación dirigida a las niñas con Síndrome de Down de 6 a 8 años.....	46
Tabla 3. Ficha de observación dirigida a las sesiones de entrenamiento de fútbol	48
Tabla 4. Sesión de entrenamiento 1	63
Tabla 5. Sesión de entrenamiento 2	64
Tabla 6. Sesión de entrenamiento 3	65
Tabla 7. Sesión de entrenamiento 4	66
Tabla 8. Sesión de entrenamiento 5	68
Tabla 9. Sesión de entrenamiento 6	69
Tabla 10. Sesión de entrenamiento 7	70
Tabla 11. Sesión de entrenamiento 8	71
Tabla 12. Sesión de entrenamiento 9	72
Tabla 13. Fuentes de argumentación	74
Tabla 14. Evaluación de las etapas del programa de enseñanza de fútbol para niñas con Síndrome de Down	76
Tabla 15. Frecuencia absoluta.....	76
Tabla 16. Resultados del nivel de concordancia de los expertos.....	76
Tabla 17. Rangos evaluativos de los puntos de cohorte	77



ÍNDICE DE FIGURAS

Figura 1. Movimiento ofensivo sin balón.	64
Figura 2. Regate y contacto con el balón.	66
Figura 3. Recepción y control del balón.	66
Figura 4. Cabeceo.	67
Figura 5. Pase y recepción.	68
Figura 6. Técnicas de defensa y desmarque.	69
Figura 7. Juego de posición y tácticas ofensivas.	70
Figura 8. Juego en equipo y defensa colectiva.	71
Figura 9. Partido y evaluación final.	72



LISTADO DE ANEXOS

Anexo 1. Ficha de observación científica dirigida a las niñas con Síndrome de Down	91
Anexo 2. Ficha de observación dirigida a las sesiones de entrenamiento de fútbol	94
Anexo 3: Guía de revisión documental dirigida a las sesiones de entrenamiento de fútbol para niñas de 6 a 8 años con síndrome de down	96
Anexo 4: Guía de entrevista semiestructurada dirigida a las instructoras	100
Anexo 5. Plan gráfico de entrenamiento – ciclo anual	102
Anexo 6. Contenido del programa de enseñanza de fútbol para niñas de 6 a 8 años	104
Anexo 7. Currículo de los expertos.....	107
Anexo 8. Validación de instrumentos por criterio de expertos de la entrevista realizada a las instructoras de fútbol.....	112
Anexo 9. Autorización de la institución para la realización del proyecto de investigación	116

INTRODUCCIÓN

Presentación y contextualización

Las actividades recreativas son fundamentales en el desarrollo integral de las niñas con síndrome de Down, ya que no solo perfeccionan sus habilidades motrices, sino que también favorecen su desarrollo cognitivo, emocional y sociocultural. Estas actividades, diseñadas según las características individuales de cada niño, fomentan la motivación, el aprendizaje y la socialización. Un estudio de Tobar y Maqueira (2024) realizado a 31 especialistas, 16 ecuatorianos y 15 extranjeros, analizó la importancia de estas actividades en el desarrollo de habilidades físicas y cognitivas. Los resultados indicaron que, aunque no hubo diferencias significativas en el desarrollo de habilidades físicas y valores entre ambos grupos, sí se detectaron discrepancias en habilidades cognitivas, lo que resalta la necesidad de una mayor actualización para los especialistas ecuatorianos en este campo.

Esta investigación surge de la necesidad de implementar estrategias metodológicas inclusivas que permitan a niñas con síndrome de Down acceder al fútbol como una actividad física adaptada para su desarrollo integral. Las personas con discapacidad enfrentan grandes desafíos para ser incluidas en actividades deportivas, lo que afecta no solo su desarrollo físico, sino también sus capacidades sociales, emocionales y cognitivas. En particular, el fútbol, como deporte universalmente reconocido, ofrece un escenario ideal para trabajar aspectos técnicos y de interacción social, aunque tradicionalmente no se ha adaptado adecuadamente para grupos con necesidades específicas. La falta de programas especializados dificulta que las niñas con síndrome de Down disfruten de los beneficios del deporte, perpetuando barreras de exclusión en este ámbito.

El estudio se desarrolló en la “Fundación El Legado”, una institución dedicada al desarrollo integral de la niñez, donde se evidenció la carencia de programas inclusivos de fútbol para niñas con síndrome de Down de seis a ocho años. Este contexto refleja un problema más amplio: la poca disponibilidad de iniciativas que contemplen ajustes curriculares y metodológicos en el deporte infantil para personas con discapacidad. En este escenario, la investigación propone un programa de enseñanza adaptado que fomente la inclusión y participación activa de estas niñas en el fútbol, promoviendo no solo habilidades técnicas y sociales, sino también un mayor nivel de autoestima y bienestar emocional. Este modelo, además de atender una necesidad local, tiene el potencial de ser replicado globalmente, sensibilizando a entrenadores, familias y comunidades sobre la

importancia de implementar metodologías inclusivas que respeten las especificidades y capacidades individuales de cada participante.

Justificación del problema

La inclusión efectiva de niñas con síndrome de Down en actividades deportivas representa un desafío significativo, particularmente en la “Fundación El Legado”, donde se promueve un entorno basado en la equidad y la aceptación. Sin embargo, algunas niñas no reciben la atención adecuada para maximizar su aprendizaje. La participación de niños con síndrome de Down en actividades deportivas puede presentar desafíos relacionados con la comprensión de instrucciones complejas y la adaptación al ritmo de las tareas. La ausencia de un enfoque pedagógico individualizado y la aplicación de estrategias homogéneas dificultan su involucramiento activo. Además, factores como la falta de empatía por parte de sus compañeros y la constante variación de actividades pueden comprometer su capacidad de concentración y aprendizaje, lo que resalta la necesidad de diseñar intervenciones inclusivas que promuevan un entorno de enseñanza adaptado a las necesidades individuales.

Existe una necesidad urgente de desarrollar una estrategia inclusiva que adapte las actividades físicas, especialmente el fútbol, a las necesidades y capacidades de las niñas con síndrome de Down. Esto debe realizarse en un entorno seguro, empático y significativo, promoviendo su desarrollo integral. El programa de fútbol de la “Fundación El Legado” busca resolver este desafío, creando un espacio inclusivo donde las niñas puedan participar activamente, sin enfoque competitivo, y mejorar su salud, bienestar físico, emocional y social. Además, el programa contribuye a su integración social, mejorando su autoimagen y autoestima, y tiene como objetivo expandir la inclusión de más niñas con discapacidades en un ambiente saludable y seguro para su crecimiento.

Esta estrategia es crucial dado que las niñas con síndrome de Down tienden a encontrar severas barreras al intentar participar en actividades deportivas típicas. Su exclusión de la sociedad y la falta de acceso a tales experiencias obstaculiza su crecimiento en dimensiones físicas, sociales y emocionales. En este sentido, este proyecto aspira a enfocarse en áreas que fomenten el desarrollo integral, la inclusión y animen a las personas a participar en deportes sin importar su etnia y, al hacerlo, crear un entorno multiétnico e inclusivo. Se espera que el “Programa de Enseñanza de Fútbol” tenga un enfoque en la adquisición de habilidades, así como en la integración social y en la mejora de las condiciones de vida para las niñas con discapacidades.

Planteamiento del problema

La incorporación de alumnos con discapacidad al contexto del entrenamiento deportivo constituye un significativo reto para los profesores, sobre todo cuando se está hablando de niñas con síndrome Down. Las características físicas que poseen este grupo de niñas, les complica la práctica de varios deportes, lo que en muchas ocasiones conlleva a su negativa o sencillamente abstenerse del trabajo de equipo y el entrenamiento que le permita desarrollarse física, social y emocionalmente. En este sentido, la Fundación El Legado se encuentra con que niñas con síndrome Down tienen obstáculos para realizar prácticas deportivas por falta de recursos necesarios y la exclusión de algunos de sus compañeros. Esta falta de inclusión puede traer efectos adversos tanto en la autoestima de las niñas, como en su actividad escolar, y por tanto, en su desarrollo integral.

Con el fin de abarcar esta problemática, se propone el desarrollo del "Programa de enseñanza de fútbol para niñas con síndrome de Down". Este diseño tiene como propósito incentivar la inclusión y la activa participación de las niñas en el ejercicio de las actividades físicas creadas a sus requeridos. Este programa necesita ser diseñado de tal manera que proporcione actividades que no solo se ajusten a las capacidades físicas de las participantes, sino que también ayuden en el fortalecimiento social, emocional y del trabajo en equipo entre el grupo. El problema central que aborda esta tesis de maestría es la carencia de participación activa y la imposibilidad de inclusión a las sesiones de entrenamiento de fútbol de parte de las niñas con síndrome de Down, lo que repercute de manera negativa en su desarrollo físico, social y emocional.

La línea de investigación que se ha planteado se centra en el diseño y aplicación de programas de entrenamiento deportivo que puedan ser justificadamente inclusivos para la resolución a esta problemática. Este enfoque tiene como propósito no solamente mejorar las habilidades físicas de las niñas a la que va dirigido sino estimular la autoestima, mejorar las relaciones sociales y facilitar su inserción en un contexto deportivo inclusivo.

Precisión del tema

Este proyecto se enmarca dentro de la línea de investigación aprobada de la institución "Sociedad, Inclusión y Diversidad" y pertenece a la sublínea "Actividades físicas, deportivas, recreativas y de ocio: Adaptación para inclusión – Diversidad – Equidad", lo que garantiza su articulación con los enfoques de inclusión y diversidad, utilizando el deporte, las actividades físicas y las actividades recreativas como herramientas.

El tema "Programa de enseñanza de fútbol para niñas con Síndrome de Down" en las clases de entreno deportivo de la Fundación El Legado, se centra en la concepción y puesta en operatividad de una propuesta educativa inclusiva y de calidad, que busca fomentar la plena participación de las niñas con Síndrome de Down en la práctica del fútbol. No es un objetivo primario de este programa aprender los fundamentos del fútbol, sino inculcar valores tales como inclusión, respeto por la diversidad, ayudarse mutuamente para alcanzar metas comunes y el concepto de trabajo en equipo con el fin de mejorar el desarrollo integral de las participantes y trabajar hacia la consecución de una sociedad más equitativa y justa; el contexto de género aquí es especialmente importante.

El problema principal de esta investigación es la actitud de las instructoras hacia la inclusión de niñas con síndrome de Down en las sesiones de entrenamiento deportivo de fútbol, lo que les impide beneficiarse de la participación en estas actividades para su bienestar físico, emocional y social. Este desafío se abordará mediante el desarrollo de un programa de enseñanza de fútbol especialmente diseñado para niñas con síndrome de Down con el fin de promover su participación en el deporte y permitirles participar en las sesiones de entrenamiento para obtener los mismos beneficios que sus compañeros.

La pregunta que centra la investigación es la siguiente: ¿Cómo estructurar y poner en práctica un "Programa para la enseñanza de fútbol a niñas con síndrome de Down" en las actividades deportivas de la Fundación El Legado que promueva su inclusión, participación y desarrollo integral de la alumna?

Para asegurar la inclusión educativa de estas alumnas con discapacidad, se ha concebido la posibilidad de desarrollar una metodología de enseñanza del fútbol que responda a sus peculiaridades y características de cada una de ellas. Para tal efecto, se realizará un inventario de la información existente sobre inclusión de actividades recreativas, lúdicas y deportivas, juegos y ejercicios motivantes que sean contextualmente apropiados y comunes para el desarrollo físico y social del grupo objetivo mencionado.

Objeto de la investigación

"La enseñanza del fútbol para niñas de 6 a 8 años"

El objeto de esta investigación de tesis consiste en el análisis de la posibilidad de enseñanza del fútbol a las niñas de entre seis y ocho años de edad. Apoyando este proceso están diferentes filones y hilos de orden. Como primer elemento, se valorará el desarrollo físico y motor de las

progenitoras en este periodo por un conjunto como la coordinación, la motricidad, el equilibrio y la lateralidad y la manera en que se establecen actividades que alientan al desarrollo de estas capacidades de forma continua y en función de su edad. El estudio también solicitó estrategias pedagógicas de supervisión que mantengan sus necesidades cognoscitivas, emocionales y de construcción social, embelleciendo posteriormente el ambiente de aprendizaje. El estudio también se propone la identificación de las estrategias más adecuadas para el aprendizaje de la gestión del balón, el pase, la defensa y otras básicas y fundamentales, y que el nivel de dificultad de las actividades no fuera excluyente sino así sistemas y ampliaciones definidas.

Objetivo general

Proponer un "Programa de enseñanza de fútbol para niñas de 6 a 8 años con Síndrome de Down" de la Fundación El Legado que facilite la inclusión de niñas en los entrenamientos deportivos.

Idea para defender

Si se propone un "Programa de enseñanza de fútbol para niñas de 6 a 8 años con Síndrome de Down" de la Fundación El Legado, entonces, incidirá favorablemente en la inclusión de niñas con síndrome de Down en la clase de Entrenamiento deportivo.

En la investigación se identifican las siguientes categorías apriorísticas:

Categoría 1: El Programa de enseñanza de fútbol hace referencia a la intervención o tratamiento experimental utilizado en alguna investigación para evaluar su efecto sobre la variable dependiente. En el ámbito del aprendizaje del fútbol, un programa que no esté mal elaborado y que esté bien cumplido se puede decir que influye notablemente en varios factores del desarrollo de las niñas, entre otros: Habilidades futbolísticas; tales como: Dominio de las técnicas básicas del fútbol como son el control, pase, tiro, y conducción del balón, así como el aprendizaje de habilidades tácticas y estratégicas durante la participación en juegos de equipo. Desarrollo de habilidades tácticas y estratégicas para el juego en equipo. Mejora del rendimiento físico, como la resistencia, la velocidad y la coordinación, que son herramientas para promover el desarrollo motor y la inclusión en este caso de las niñas de 6 a 8 años con síndrome de Down (Martínez, 2011).

Categoría 2: "La Inclusión de las niñas con síndrome de Down en las sesiones de Entrenamiento Deportivo de fútbol " es el resultado que se pretende en la sociedad al haber puesto en marcha el "Programa de enseñanza de este deporte". Esta variable debe ser entendida en relación con la extensión del tiempo de participación, la aceptación y el sentido de satisfacción que las niñas con síndrome de Down experimentan durante las clases de fútbol. Aparte de eso, mide el cambio o el

efecto que se puede esperar en el nivel de inclusión de las niñas con síndrome de Down como resultado de la intervención del programa. Los resultados esperados para la aplicación del Programa son una mejora en esta variable debido a que se busca una mayor inclusión de las niñas, mejorando así el ambiente de aprendizaje (Arévalo y Burgos, 2020).

Objetivos específicos de la investigación.

- Comprobar los fundamentos teóricos metodológicos relacionados con el Programa de enseñanza del fútbol y su incidencia en los procesos de inclusión en el Entrenamiento deportivo, de las niñas de 6 a 8 años que presentan síndrome de Down.
- Determinar el estado actual y las características que presenta el proceso de inclusión de las niñas con síndrome de Down en la clase de Entrenamiento deportivo; con relación a la enseñanza del fútbol para niñas de 6 a 8 años de la fundación El Legado, del periodo lectivo 2022-2023.
- Determinar la estructura, componentes e interrelación del Programa de enseñanza del fútbol para el logro del desarrollo motriz y la inclusión de niñas con síndrome de Down en la clase de Entrenamiento deportivo.
- Validar la efectividad del Programa de enseñanza del fútbol y su incidencia en los procesos de inclusión en la clase de Entrenamiento deportivo; de las niñas de 6 a 8 años que presentan síndrome de Down.

Métodos

Métodos teóricos:

Se emplearon varios métodos para abordar la inclusión de niñas con síndrome de Down en clases de entrenamiento deportivo. El método analítico-sintético permitió descomponer y sintetizar información sobre inclusión, discapacidad y enfoques pedagógicos adaptados. El método inductivo-deductivo se utilizó para observar casos específicos en la Fundación El Legado, generalizando hallazgos que ayudaron a formar principios y estrategias para la enseñanza de fútbol adaptado. Además, el enfoque sistémico estructural-funcional permitió analizar cómo los componentes del sistema educativo trabajaban juntos en el proceso de integración. Finalmente, el modelado ayudó a crear un modelo teórico para guiar la ejecución del programa, enfocándose en estrategias pedagógicas y actividades adaptadas a las necesidades de las niñas (Sampieri et al., 1988).

Métodos empíricos:

Se utilizaron dos métodos empíricos clave para recopilar datos sobre la inclusión de niñas con síndrome de Down en clases de entrenamiento deportivo. La observación directa permitió comprender cómo se implementaban las actividades, la interacción entre las niñas, sus compañeros y entrenadoras, y los desafíos y logros en su proceso de inclusión. Esta técnica ofreció detalles sobre las dinámicas del grupo y las respuestas a los estímulos de aprendizaje (Sampieri et al., 2014). La revisión documental consistió en consultar estudios, documentos y bibliografía sobre educación inclusiva, entrenamiento deportivo adaptado y metodologías para el síndrome de Down. Este análisis proporcionó un marco teórico más amplio y facilitó la comparación de prácticas y resultados obtenidos en la Fundación El Legado con las experiencias previamente documentadas en la literatura científica.

Técnicas:

Se utilizaron entrevistas semiestructuradas para recopilar información sobre las percepciones de las instructoras, observación participante para registrar las dinámicas durante las sesiones de fútbol adaptado y análisis documental para evaluar los contenidos del programa y su alineación con principios inclusivos.

Población y muestra

La población del estudio estuvo compuesta por los 450 niños de la Fundación El Legado en La Paz durante el periodo 2022-2023, abarcando a todos los niños sin importar su edad, sexo o condición. La investigación se centró en un segmento específico: las deportistas femeninas de entre 6 y 8 años que asistieron a las clases de Entrenamiento Deportivo en la mañana. La muestra consistió en 12 deportistas, de las cuales 3 tenían síndrome de Down. Estas niñas fueron seleccionadas como unidad de análisis debido a su participación en las clases de fútbol adaptado, centrando el estudio en la inclusión y efectividad del programa para niñas con síndrome de Down. Los criterios de inclusión para la selección de la muestra fueron los siguientes. En el caso de los tres primeros criterios se corresponden con la muestra informante, el último criterio se relaciona con el caso unidad de análisis.

- Estar en edad de 6 a 8 años
- Tener disposición de participar en la investigación
- Estar aptos para participar en la clase de Entrenamiento deportivo.

- Presentar el síndrome de Down.

Declaración del tipo de investigación

La investigación presentada es un estudio de caso de enfoque cualitativo, con un diseño descriptivo. Se centra en la descripción detallada de la situación actual de la inclusión de las niñas con síndrome de Down en las clases de Entrenamiento deportivo, así como en la evaluación cualitativa de la efectividad del "Programa de enseñanza de fútbol para niñas de 6 a 8 años con Síndrome de Down" de la Fundación El Legado, diseñado para fomentar dicha inclusión (Piza et al., 2019).

La investigación sobre la inclusión de niñas con síndrome de Down en el entrenamiento deportivo es de suma importancia por diversos motivos:

Principales aportes

Esta tesis se centra en el diseño e implementación de un programa de enseñanza del fútbol para niñas con síndrome de Down en la Fundación El Legado, con el objetivo de facilitar su inclusión en el deporte. A través de este programa, se busca no solo entrenar habilidades futbolísticas, sino también crear un entorno que promueva el desarrollo físico, social y emocional de las participantes. El estudio se lleva a cabo mediante la observación directa y la recopilación de información, con el fin de comprender cómo las actividades deportivas adaptadas a las necesidades psico-fisiológicas de las niñas con discapacidad pueden contribuir a su bienestar y desarrollo.

El trabajo se vincula con la investigación de Fernández (2016), quien resalta la importancia de la actividad física adaptada para mejorar la motricidad, la integración social y el desarrollo de niñas con síndrome de Down. Fernández enfatiza que las actividades físicas fomentan habilidades clave como la coordinación, fuerza, equilibrio y agilidad, esenciales tanto para la vida social como para el desarrollo personal, objetivos que también persigue esta tesis al promover la autoestima y la interacción social de las niñas mediante el fútbol.

Asimismo, la tesis se conecta con el estudio de Véliz y Mateo (2022), quienes destacan las actividades recreativas como herramientas clave para motivar el aprendizaje y la participación de las niñas con síndrome de Down en actividades grupales. Estos autores señalan que el disfrute y la motivación durante las actividades físicas ayudan a superar barreras cognitivas y emocionales, facilitando su integración. En este sentido, el programa de fútbol propuesto en la tesis se presenta como una respuesta efectiva para la inclusión de niñas con síndrome de Down en el contexto deportivo de la Fundación El Legado.

Importancia, necesidad social, novedad y actualidad científica

La importancia de esta tesis radica en la necesidad de abogar por la inclusión de niñas con síndrome de Down en actividades deportivas, especialmente el fútbol, un área que ha estado tradicionalmente cerrada para estas personas debido a barreras físicas, cognitivas y sociales. La investigación se centra en el desarrollo de un programa de enseñanza de fútbol adaptado, con énfasis en mejorar las habilidades deportivas de las niñas con síndrome de Down, así como en apoyar su participación en las actividades deportivas. Este enfoque ayuda a crear entornos más inclusivos y acogedores, que son esenciales para el bienestar físico, emocional y social de las niñas con discapacidades. La inclusión en el deporte promueve la autoestima de los participantes, fortalece el trabajo en equipo y mejora la igualdad de oportunidades, lo cual es importante en la construcción de una sociedad equitativa (Abril y Díaz, 2020).

Necesidad social

La justificación social de este estudio es clara en el contexto deportivo. En numerosos centros de entrenamiento, las niñas con síndrome de Down son excluidos de las actividades físicas, lo que limita su desarrollo y plena integración en la sociedad. La participación de estas niñas en deportes como el fútbol no solo mejora su salud física, sino que también les ayuda a sentirse aceptados y superar barreras sociales. La tesis aborda esta necesidad social desarrollando un modelo operativo que se especializa en integrar a las niñas con síndrome de Down en el entrenamiento deportivo, aumentando su participación activa y desarrollo holístico dentro de un entorno deportivo inclusivo (Alvarado, 2022).

Novedad

Una de las características que se distingue en esta investigación es la creación y puesta en práctica de un programa de fútbol adaptado a las niñas con síndrome de Down, en principio un grupo que ha estado ausente en las actividades físicas comunes. Aunque la inclusión de niñas con síndrome de Down en la práctica de actividades físicas de recreo ha sido objeto de investigación en otros contextos, el énfasis en el fútbol, que es una actividad que combina motricidad y trabajo en equipo, añade valor en este caso. De hecho, la investigación considera no solo la capacitación en técnicas deportivas, sino también los aspectos sociales y emocionales de la inclusión, lo cual es una perspectiva valiosa e innovadora en el campo de los estudios sobre discapacidad y deporte (Baquero y Castro, 2022).

Actualidad científica

La investigación se origina de la escasa investigación que existe en el ámbito de la malformación cognitiva en la práctica de deportes. En los últimos años, se ha visto un creciente interés en investigar cómo este grupo puede participar en actividades físicas y deportivas competitivas y, en el contexto de su grupo etario, cómo el deporte puede integrarse en la vida diaria. Trabajos recientemente publicados por Barros (2024) y Tobar y Baqueira (2024) presentan oportunidades que hacen posible generar investigaciones afirmativas adicionales. Esta tesis es coherente con esta línea de pensamiento, proporcionando evidencia empírica sobre los efectos positivos de los programas de deportes inclusivos en la capacidad de las niñas inglesas con síndrome de Down para participar en actividades deportivas.

Descripción breve del contenido

La investigación se organiza en varios capítulos clave que abordan diferentes aspectos esenciales del estudio.

Introducción: Presenta una sinopsis general de la investigación, incluyendo el problema sociológico, los objetivos específicos, la metodología y la relevancia científica del estudio, enfatizando su valor añadido en el área de preocupación.

Capítulo I: Marco teórico: Se realiza una revisión exhaustiva de la literatura relacionada con la enseñanza del fútbol, la inclusión de niñas con síndrome de Down y las variables de investigación establecidas.

Capítulo II: Investigación cualitativa: Se describe la metodología empleada en el estudio de caso, incluyendo la definición de variables, técnicas de recolección de datos, análisis de resultados y detalles sobre la población y la selección de la muestra.

Capítulo III: Presentación y validación de la propuesta de investigación: Este capítulo detalla la propuesta de investigación, su justificación, estructura, componentes y proceso de validación. Incluye aspectos clave como el marco teórico, metodología, plan de trabajo, aspectos éticos, presupuesto y validación de la propuesta, con un análisis de los resultados de la evaluación de la propuesta.

CAPÍTULO I: MARCO TEÓRICO

1.1. Antecedentes de estudio

Para el presente proyecto ha sido necesario indagar varias fuentes y marcar las relevancias de algunos autores quienes han sentado sus bases acerca del deporte para personas que padecen alguna discapacidad, enfermedad o trastornos y como este ha beneficiado a la salud física y mental, a las relaciones sociales, conducta y a la independencia. Durante el desarrollo de los trabajos enunciados, se ha demostrado que la actividad física o cualquier actividad deportiva, competitiva, estructurada y reglada, o de forma recreativa, tiene múltiples beneficios. (Cabrera, 2016) en su estudio "El fútbol sala adaptado en el mejoramiento de la calidad de vida de las niñas con Síndrome de Down de la unidad educativa especializada Ambato" planteó como objetivo; presentar resultados del trabajo desempeñado identificar los efectos del fútbol sala adaptado en las niñas con síndrome de Down, en la que usó una metodología mediante test o escala GENCAT que le permitieron identificar los cambios que genera el fútbol en el ámbito de la calidad de vida. Se concluye los efectos que genera el fútbol sala adaptado en niñas con síndrome de Down es efectivo, siendo este un elemento primordial para vivir en relación con la felicidad.

Se resalta el uso adecuado de los recursos a los exigidos con la meta que tiene el trabajo de investigación, ya que al exponerlo a alumnos con este síndrome son más susceptibles. El fútbol al ser un deporte en equipo fomenta trabajo en equipo, y motivación y esto les ayuda de manera positiva a este grupo. "Los efectos psicosociales del deporte y actividades adaptadas en niñas con Síndrome de Down: Una Revisión Sistemática" escrita por (Reinoso & Lomeli, 2018) y se plantean las siguientes metas: reportar las percepciones de uno, participación, amistad y satisfacción general hacia la vida en el contexto de deportes y actividades adaptadas. Los resultados revelaron que el deporte y la actividad adaptada tiene beneficios en el bienestar psicosociocultural de las niñas con síndrome de Down, así como efectos positivos en la dinámica familiar.

Esta perspectiva nos permite expandir el aprovechamiento del fútbol como instrumento en el aprendizaje de las niñas con Síndrome de Down, al apreciarlo desde el aspecto de integración y proyección futura en lo sociopsicológico y corporal. (Varas, 2021) en su trabajo de tesis: "El deporte como herramienta en procesos de inclusión de personas con Síndrome de Down: una aproximación desde el trabajo social". Planteó que el objetivo del proyecto es conocer cómo se usa el deporte como un modelo de intervención contemporánea desde el Trabajo Social en

programas de inclusión a personas con Síndrome de Down. Con una ecuación de alcance descriptivo. Llega a la conclusión que no hay dudas que el ejercicio físico requerido para la práctica de un deporte reporta riquezas en todos los niveles que caracterizan a un ser humano y que allí en esos niveles el deporte da su influencia favorable a quienes lo ejercitan, con regularidad. La actividad deportiva representa un aspecto que actúa como beneficio en el estilo de vida de las personas en nuestra sociedad y este aspecto es aún más relevante al hablar de personas con síndrome de Down.

Poma et al. (2024) llevaron a cabo un estudio que se centró en la inclusión educativa de alumnos con discapacidades intelectuales leves, en particular con respecto al contexto del entrenamiento en fútbol como medio para mejorar su participación social. Para la investigación, se han utilizado varios métodos cualitativos y cuantitativos, incluyendo una revisión de diversas fuentes teóricas y un cuestionario compuesto por 11 preguntas dirigido a 12 profesores de educación física que trabajan en instituciones de educación primaria. Los resultados permitieron establecer que el enfoque didáctico inclusivo es crítico para estas niñas durante el aprendizaje del fútbol al incorporar diferentes tipos y variaciones del juego, como pases, defensa y ataque del balón.

1.2. Conceptualizaciones

1.2.1. Síndrome de Down y su caracterización

El síndrome de Down se encuentra entre una de cada 700 o 1000 bebés nacidos en el planeta, es una alteración genética. Esta cromosomopatía no es sólo la más frecuente de todas las discapacidades intelectuales, también se acompaña de una serie de comprometimientos de tipo físico, emocional y social en las personas que lo tienen. Partiendo de una triada cito genética que se halla fenotípicamente expresada por una alteración en el número de cromosomas, que es descifrada en la trisomía del cromosoma 21. Este cromosoma adicional afecta el desarrollo adecuado del cuerpo y del cerebro lo cual genera las características que comparte con otros y los retos que presenta a las personas de dicha condición (Benassar, 2022).

Existen tres formas diferentes en las que se puede presentar el síndrome de Down. Uno de ellos es el tipo del que todos los cuerpos tienen 3 copias del cromosoma 21, esta es la forma más común, representando el 95 % de los casos y es conocida como el 21, libre de trisomía. Como consecuencia se desarrollan diferentes rasgos que en conjunto componen el síndrome entre los cuales se pueden encontrar: protrusión lingual, uno o ambos ojos pueden tener una forma similar

a las almendras, discapacidad de tipo muscular conocida como hipotonía, y su altura es menor en función a la media de la sociedad. De la misma manera, las personas que presentan este tipo de síndrome padecen de retraso mental que pueden ir en términos de gravedad desde leve hasta moderado o severo. Esto depende de diferentes agentes sociales como el contexto, estimulación y la parte educativa (Bravo, 2021).

La translocación es otra variante del síndrome de Down, siendo incluso el menos abundante y representando aproximadamente el 4% de los casos. En este tipo, el cromosoma 21 no se encuentra libre en el individuo, sino que está fusionado con el cromosoma 14 o con el cromosoma 15. Si bien las características físicas y las habilidades mentales de los portadores del síndrome por translocación son parecidas a las del tipo clásico, sería importante señalar que en su caso la translocación es una enfermedad de carácter hereditario. Es decir, hay padres que tienen una translocación del cromosoma, que aunque no tengan por sí mismos el síndrome, pueden expresar a sus hijos y en ellos aumenta las chances de tener el síndrome de Down. (American Academy of Pediatrics, 2020).

Características físicas

Los síntomas y las características que presenta un niño que sufre de Síndrome de Down son muy evidentes. Sin embargo, no todos los casos son iguales, existen características comunes que suelen aparecer. Una de ellas es la proporción del cuerpo que suele estar alterada, lo que causa un déficit en su desarrollo, tanto en su estatura al ser un niño, así como en su etapa de adulto. Esta será una normalidad que puede observarse desde el nacimiento, ya que el ritmo en el que desarrollan su crecimiento es siempre muy reacio en cuestión de comparación con sale de las niñas normo típicos o que están dentro de un desarrollo sano (Esparza et al., 2020).

En lo que respecta a dimensiones faciales, se notan características físicas concretas: Micromelia o microcefalia que generalmente está asociada con una braquicefalia. Este tipo de cavidad en el cráneo es una de las características del síndrome de Down que también posee una frente baja y plana. Nariz corta y deprimida, pies de oreja pequeños y a veces con el helico muy plegado. La mayor parte de los ojos son de forma ovalada, debido a la tendencia de los ojos a estar en diagonal, y tienen un color generalmente claro. Esta lipochrome ocasiona a veces un efecto moteado o irregular, conocido como iris de mosaico (American of Pediatrics, 2016).

En lo que respecta a la hipotonía o tensión muscular laxa, presenta uno de los rasgos más comunes en las personas con Síndrome de Down. Esta patología se caracteriza por debilidad de la

musculatura y disfunción en la sincronía de los movimientos, lo que genera problemas para realizar movimientos somáticos o finos estratégicamente controlados. La hipotonía es notoria en casos más avanzados del desarrollo, en las cuales los bebés que sufren de esta anomalía, tienen complicaciones para mantener la cabeza erguida, para rodar, sentarse o caminar a diferencia de los otros infantes. Este tono muscular laxo se presenta en los músculos de los miembros, cervical y del tronco, lo cual dificulta la ejecución de movimientos voluntarios y provoca un aumento de la tensión en las articulaciones (Bouta y Artal, 2011).

La sordera neurosensorial es otra de las anomalías congénitas que presenta una persona con síndrome de down. Este tipo de sordera, que afecta el oído interno y la transmisión de señales al cerebro, probablemente da lugar a alteraciones en la percepción y en la localización del sonido. En una minoría de ocasiones la audición tiene un grado de pérdida que es considerado leve, pero también se han documentado casos en donde la pérdida auditiva es severa dificultando el reconocimiento de los olores, la capacidad de escuchar al habla o la misma capacidad de hablar (Benavides, 2021).

Aparte de los rasgos físicos ya descritos, muchas de las personas con síndrome de Down presentan también alteraciones en las habilidades motoras, en particular habilidades de la escritura, de los agarres y el uso de utensilios y también del lenguaje. Por otro lado, la hipotonía muscular y los problemas para coordinar los movimientos de boca y lengua son factores que dificultan la pronunciación, ocasionando dificultades para el habla y el lenguaje de los infantes. Cualquiera que sea la causa, no hay duda de que estas niñas necesitan ayuda por dificultades de comunicación para ser más activos y eficaces socialmente (Posada et al., 2008).

Alteraciones craneofaciales

Las niñas con síndrome de Down presentan diversas anomalías físicas, como aplanamiento del puente nasal, hipoplasia facial, micrognatia, pabellones auriculares pequeños y malformaciones en la trompa de Eustaquio y el oído interno. Además, pueden tener macroglosia, paladar estrecho y faringe también reducida. Estas características, junto con la hipotonía generalizada, favorecen problemas otorrinolaringológicos, como otosclerosis, que afecta la audición, y disfunciones relacionadas con la acumulación de moco debido a infecciones recurrentes de oído y sinusitis, que pueden afectar la audición y el equilibrio (Salmón et al., 2020).

Aproximadamente entre el 65% y el 80% de las niñas con síndrome de Down experimentan otosclerosis, lo que puede afectar la percepción clara de los sonidos. En algunos casos, la pérdida

auditiva es neurosensorial, lo que impacta la capacidad de distinguir ciertos sonidos o frecuencias. Estas niñas a menudo requieren dispositivos amplificadores para mejorar su audición (Bax y Millichap, 2011).

El proceso de comunicación en niñas con síndrome de Down involucra varios sentidos. La comunicación visual juega un rol fundamental en la adquisición del lenguaje, al asociar palabras con estímulos visuales. El tacto también es crucial en las primeras etapas del aprendizaje, ya que las niñas exploran su entorno a través del contacto físico. Sin embargo, el funcionamiento limitado de los sentidos y del sistema nervioso central puede retrasar el desarrollo de estas habilidades, lo que en algunos casos requiere la intervención de terapeutas ocupacionales especializados en la integración sensorial (Torres et al., 2021).

Además, el poder de hablar y pensar de manera abstracta puede ser más desafiante para estas niñas, debido a las limitaciones cognitivas asociadas al síndrome de Down. Por ejemplo, conceptos como "caliente" y "frío", o frases que cambian de significado según el orden de las palabras, pueden ser difíciles de entender. Estas dificultades requieren un enfoque educativo adaptado que fomente el desarrollo del lenguaje y la cognición en función de sus capacidades y necesidades específicas.

Características cognitivas

Las personas con síndrome de Down presentan un rango de características cognitivas que varían según el grado de discapacidad intelectual, que puede ser leve, moderada o grave, reflejado en su coeficiente intelectual (CI), que oscila entre 50 y 70 para casos leves, de 35 a 50 para moderados y de 20 a 35 para graves. A pesar de la presencia de déficit cognitivo, el aprendizaje y desarrollo de capacidades varían significativamente entre las personas, y las discapacidades educativas, junto con intervenciones tempranas y programas de enseñanza adaptados, pueden ser de gran ayuda (Silva et al., 2020).

Un trastorno común es la predisposición a la otitis media, que aumenta el riesgo de pérdida auditiva. Aproximadamente el 75% de las personas con síndrome de Down experimentan hipoacusia, lo que puede mitigarse con una estimulación temprana de la comunicación. Además, la apnea obstructiva del sueño afecta entre el 50% y 79% de la población con síndrome de Down, provocando dificultades respiratorias durante el sueño y afectando la calidad de vida. Los dispositivos que mantienen las vías respiratorias abiertas han demostrado mejorar esta condición (Solis y Borja, 2021).

Aproximadamente el 60% de las personas con síndrome de Down presentan problemas oculares, como cataratas y errores refractivos, lo que puede afectar su aprendizaje y calidad de vida, por lo que es recomendable realizar exámenes periódicos. Además, cerca del 50% de las personas con síndrome de Down tienen alteraciones cardíacas congénitas, como la comunicación interauricular o la persistencia del canal arterioso, que pueden impactar su salud general (Rivera et al., 2022).

En términos de desarrollo cognitivo y adaptativo, la discapacidad intelectual se asocia con un CI por debajo de 70, lo que limita la adaptación a las demandas sociales y cotidianas. El síndrome de Down es detectable desde la niñez, lo que hace esencial intervenir en el ámbito escolar para optimizar el aprendizaje y el desarrollo. Además, la deficiencia mental no solo se manifiesta en un CI bajo, sino en limitaciones en áreas como la comunicación, la autogestión, y las habilidades sociales y prácticas, lo que implica una dependencia significativa en la vida diaria. Esto justifica la necesidad de un enfoque educativo integral que promueva habilidades cognitivas, sociales, emocionales y prácticas (McDermott et al., 2019).

Características psicológicas

Según Piaget (1952), el desarrollo intelectual de las personas con discapacidad intelectual, como las niñas con síndrome de Down, se caracteriza por un ritmo más lento en comparación con los individuos "normales", aunque sigue la misma secuencia lógica, solo que en una escala diferente. El crecimiento de las funciones cognitivas es un proceso natural para cada niño, y Piaget identificó algunas etapas cognitivas que son normales para todas las niñas, aunque para las niñas con discapacidades intelectuales esta norma se realiza más lentamente. En general, las personas con síndrome de Down sí transitan por las etapas del desarrollo cognitivo, pero permanecen más tiempo en cada etapa y subetapa que las niñas sin discapacidades.

Al mismo tiempo, Piaget también enfatizó que las niñas con deficiencia mental están limitadas en las formas en que Piaget propuso resolver problemas, y eso fue perjudicial para su capacidad de adaptarse a diferentes situaciones nuevas. En lugar de avanzar hacia la resolución compleja de tareas abstractas, es probable que permanezcan en un nivel más rudimentario de pensamiento que es característico de las etapas más tempranas del desarrollo cognitivo (Mansilla y Abellán, 2022).

Lo que sigue, o lo que se plantea, es que, aunque las niñas con síndrome de Down puedan ir aprendiendo de forma paulatina a realizar escalas o actividades, probablemente su capacidad

para generalizar lo que han aprendido y así utilizarlo en otros escenarios será menos efectiva que en las niñas regulares. No obstante, estas diferencias, Piaget sostenía que un niño con discapacidad intelectual no tiene un fracaso total en el desarrollo cognitivo; más bien, cada paso adelante, no importa cuán pequeño o poéticamente presentado, es un logro que debe ser apreciado también, aunque de una manera diferente y más lenta (Martínez et al., 2020).

Es vital entender este proceso para idear estrategias educativas e intervenciones adecuadas para las niñas con síndrome de Down. En este contexto, con metodologías pedagógicas orientadas a su ritmo de aprendizaje y una instrucción organizada, es posible ayudar a estas menores a avanzar en su desarrollo cognitivo según sus habilidades sin comparaciones injustas con niñas sin discapacidades.

Causas

El síndrome de Down es en muchas ocasiones el resultado de una anomalía en el número de cromosomas que sobrevino espontáneamente en el proceso formativo de los espermatozoides o de los óvulos, aunque también puede haber un componente hereditario. En un pequeño porcentaje de casos, aproximadamente 4%, el síndrome de Down es causado por una translocación del cromosoma 21, donde se podría decir que se ha adherido a otro género que casi siempre es el 14. Este tipo de síndrome de Down podría definirse como transmitido por herencia porque padres que poseen la translocación pueden heredar a sus hijos aunque no sean deficientes mentalmente (Hernández, 2023).

Edad Materna Avanzada: El síndrome de Down es uno de los más complejos rasgos fenotípicos que aparecen en mayor proporción en mujeres de más de 35 años. Esto ocurre por el aumento de las incidencias de la dotación del complemento que se observa por cada fallecimiento que una mujer tiene con 35 años de edad. A medida que en la familia hay mayor número de casos de la enfermedad se incrementa el riesgo de la aparición del síndrome en un nuevo miembro de la familia. Específicamente para las discapacidades y particularmente en el caso del síndrome de Down se han detectado cambios en la calidad de los ovocitos que son esperados de despolarizarse después de la fecundación en el citoplasma.

- **Factores Genéticos:** Da la casualidad que una gran proporción de los nuevos casos de la enfermedad son esporádicos, pero hay familias que son propensas a elevar el riesgo de tener un niño afectado debido a la herencia de una translocación del cromosoma. Por lo que hemos explicado arriba este tipo de síndrome, de Down en particular, puede ser

heredado. En estos casos ambos padres tienen el riesgo de tener un hijo afectado, más no siempre se da así ya que el riesgo en estos casos está determinado por la afectación de uno de los padres por la translocación.

- **Elementos que involucran el entorno:** Muchas de estas infecciones provocan el Síndrome de Down, entre ellas hay infecciones que se han estudiado como agentes de riesgo, pero deben de ser multiplicidad de cronología o ser sufrido de forma crónica y no debe de ser un único elemento. La relación entre estos casos y Down es amplia. Lo que se pueda asignar a eso es por lo menos a nivel de lo que se han indicado por base virológica o perjudicial a rubéola como por contagios de hepatitis. Puede hacer mucho más daño durante la gestación del embarazo que fuera de la misma y puede aumentar riesgo para anomalías (Calle, 2020).
- **Radiación y agentes químicos:** La exposición a radiaciones ionizantes, como algunas que se originan a partir de ciertos tratamientos médicos (ejemplo: la radioterapia) o algunos accidentes nucleares, puede generar mutaciones genéticas en las células reproductoras, aumentando el riesgo de problemas cromosómicos. Igualmente, hay estudios que plantean que el contacto con productos químicos peligrosos, como en algunos pesticidas o incluso drogas, puede generar alteraciones en los genes.
- **Deficiencias vitamínicas y nutrición materna:** Así como la genética de un individuo se hereda de los padres, cierto aspecto de la nutrición de la madre también impacta en la formación del feto. Se ha sugerido que la falta de ciertos tipos de vitaminas y minerales como el ácido fólico puede aumentar el riesgo del cromosoma y otras complicaciones del embarazo. El ácido fólico, particularmente, se sabe que estas vitaminas son efectivas en la prevención de defectos de tubo neural, y también se dice que una buena dieta durante el embarazo que sea balanceada y rica en vitaminas y nutrientes esenciales puede ayudar a eliminar ciertos riesgos que surgen debido a la anomalía cromosómica que es responsable de causar el síndrome de Down (Chaverra y Hernández, 2019).

Clases

El síndrome de Down se clasifica en tres tipos principales que difieren entre sí en su forma de expresión de la anomalía cromosómica así como en las características celulares que están implicadas (Chávez y Grace, 2021). A continuación, se describen las tres clases principales del síndrome de Down:

- **Trisomía 21:** Este representa el tipo que más se presenta y uno de cada veinte casos corresponde al síndrome de Down. Esta categoría se caracteriza porque en todas las células del organismo hay 47 cromosomas en lugar de los básicos 46. Por lo tanto, hay una duplicación de material genético gracias a la existencia de un tercer par de cromosomas del par 21. Este tipo se manifiesta generalmente de modo espontáneo cuando hay división celular durante la ovogénesis o espermatogénesis, es decir, la formación del óvulo o el espermatozoide, atenta que en la mayoría de las ocasiones, el excedente cromosómico no ha precedido en la familia.
- **Mosaicismo:** Este tipo de síndrome de Down mosaicismo es menos frecuente ya que representa solo el 1% de la población. En tal caso, algunas de las células del cuerpo contienen 47 cromosomas debido a la presencia del cromosoma 21, mientras que otras mantienen el número habitual que es 46. Esta variabilidad en la cantidad de cromosomas presentes en las células se conoce como mosaicismo. El síndrome de Down en mosaicismo generalmente es considerado una forma menos severa en índice en comparación a aquellas personas que sufren de trisomía 21 completa porque algunos efectos asociados con el cromosoma extra pueden ser compensados por células normales.
- **Translocación:** Este tipo, conocido como Translocational Down Syndrome, es con diferencia el menos común ya que se da en el 4% de los casos únicamente. En este tipo hay una parte del cromosoma 21 que se ha desprendido y se ha unido o "translocado" a otro cromosoma. Por lo general, esto suele ser el cromosoma 14. El hecho aquí es que esta translocación se puede realizar en las células germinales (en óvulos o durante la división de los espermatozoides) o por el desarrollo que se realiza en los primeros estadios del embrión. A diferencia de la trisomía 21, la translocación puede no ser inaugurada de nuevo cuando los padres tienen hijos. En este caso, la transmisión es de los padres al niño de este cromosoma 21 translocado, de esta forma se incrementa la posibilidad de que el niño presente síndrome de Down.

Prevención en las 14- 17 semanas mediante amniocentesis

La amniocentesis es otra de las técnicas más precisas para llevar a cabo el diagnóstico, por ejemplo, del síndrome de Down, además proviene de un avanzado procedimiento. Se juzga esta técnica diagnóstica además como 'no invasiva' en el periodo comprendido entre las 14 a 17 semanas, debido al hecho de que un ginecólogo obstetra puede realizar esta solicitud a la madre,

para que se obtenga una muestra de líquido amniótico que es el que rodea y que el bebé respira mientras está en gestación. Existen células del bebé en el líquido amniótico, por lo tanto, es posible realizar un examen minucioso de su «patrón» para que, en caso de encontrar, una posible irregularidad en los cromosomas, como el cromosoma 21, la trisomía 21, que es la responsable del síndrome de Down, sea posible la identificación de la misma (Parra et al., 2024)

Agujas finas atraviesas son necesarias; además, dicha aguja se coloca cuidadosamente en el abdomen previa orientación clínica para orientarla a la vagina, esto se hace para no afectar al feto ni a la placenta. La aguja se introduce en la bolsa que también se le denomina como amniótica y se extrae una pequeña fracción de líquido amniótico que oscila entre 15 a 20 ml y para ser empleada la misma se dobla hacia abajo. Este líquido se lleva a un laboratorio de ginecología en el cual los encargados de girar al amniótico son genetistas que revisarán las células fetales en busca de elementos que puedan ser denominados como cromosomopatías (Estrada, 2023).

El procedimiento de amniocentesis se considera generalmente seguro, aunque conlleva algunos riesgos inherentes, ya que es una intervención invasiva. Uno de estos riesgos es aborto espontáneo, que se produce en alrededor de 1 cada 300 a 500 casos, también la posibilidad de infección por las agujas. Adicionalmente, en algunas muy raras ocasiones, la amniocentesis puede ocasionar alguna lesión al bebé o a la madre (Silva et al., 2020). Precisamente en consideración de esos riesgos, la amniocentesis ha sido categorizada como una prueba poco recomendable en general para todas las mujeres que están embarazadas, pero se compensa que es adecuada para aquellas que tienen mayor riesgo de alteración de los cromosomas. En este grupo se encuentran mujeres mayores de 35 años de edad que, es muy probable que tengan un hijo con síndrome de Down o cualquier otra bebé que sufra una anomalía. También es recomendable a mujeres que han tenido antecedentes en la familia de trastornos de tipo cromosómico o cuando se han hecho otras pruebas prenatales como análisis de sangre, examen de ecografía de translucencia nuchal, que han demostrado tener un riesgo mayor al normal (Federación Española de Deportes para Personas con Discapacidad Intelectual, 2023).

Por otro lado, a través de la amniocentesis, es posible identificar otras anomalías cromosómicas y trastornos genéticos como la trisomía 18 (síndrome de Edwards) y trisomía 13 (síndrome de Patau), y también defectos del tubo neural, por ejemplo: Espina Bífida. Aparte de las pruebas cromosómicas, la amniocentesis también se realiza para determinar el sexo del feto, la

presencia de ciertas enfermedades infecciosas o metabólicas, y también para evaluar la madurez pulmonar fetal en caso de embarazos de mayor riesgo.

Tratamiento

El manejo del síndrome de Down, particularmente en el ámbito educativo, tiene que ser multidisciplinario, poniendo énfasis en la persona en su totalidad y asumiendo que esta persona no solo tiene un enfoque físico, o emocional, sino también cognitivo y social. La cantidad de barreras que limitan al niño que tiene Síndrome de Down a alcanzar sus máximas potencialidades y que no se limita a la discapacidad intelectual solo requieren de una intervención temprana. Por lo tanto, la acción educativa debe ser dirigida e individual en relación a las características y potencialidades del niño con rumbo a la inclusión con la finalidad de que el niño se involucre en la vida social y educativa (Fox et al., 2019).

Uno de los puntos más cruciales del tratamiento se orienta hacia la creación de un ambiente peculiar, donde las habilidades cognitivas, motoras y de la comunicación sean promovidas desde la infancia. Se sabe que la intervención en la infancia, en la mayoría de los casos a través de programas de estimulación temprana, está relacionada de forma positiva con el desarrollo de capacidades intelectuales y a la disminución de los efectos negativos de las deficiencias intelectuales (García, 2021).

La motivación es un factor importante si no es fundamental para el aprendizaje de las niñas con síndrome de Down, pues esta condición puede dar lugar a un déficit en la habilidad de fijar la atención o la concentración sobre alguna actividad. Por lo dicho, es necesario generar un ambiente educativo que sea de interés para el niño, que sea atractivo y donde pueda apreciar la utilidad de lo que le están enseñando. Las recompensas y el refuerzo positivo son un elemento muy importante de la motivación, pues ayudan al niño a relacionar la participación y el esfuerzo con el éxito, y esta noción mejora tanto su autoconcepto como su deseo por aprender (Fundación Down España, 2023).

Las características socioafectivas, cognitivas y degenerativas de las niñas abren espacios de desarrollo que permiten trabajar las actividades educativas; hay que diseñarlas para que sean lo más accesibles posible, que sean de fácil comprensión y que satisfacen una necesidad en el niño. Las actividades deben promover la autonomía, la socialización y la autoestima. Por ejemplo, pueden incorporarse actividades con fines educativos, como juegos de motricidad, ejercicios de lenguaje y resolución de problemas, que desarrollen todos sus aspectos tanto cognitivos como

emocionales. Es imprescindible que se realicen de forma lúdica y dinámica, pues el juego es una poderosa herramienta de aprendizaje en la infancia.

1.2.2. Actividad física en personas con Síndrome Down

La actividad física es importante para el desarrollo y bienestar de las personas con síndrome de Down, ya que mejora su estado físico y emocional. Con el ejercicio regular pueden obtenerse muchas ventajas, como un mejor tono y una mejor coordinación motora, así como una mejor función cardiovascular, que pueden estar alteradas en los portadores de esta condición. Asimismo, la actividad física contribuye a disminuir enfermedades asociadas como la obesidad que es frecuente en este tipo de personas por su poca actividad física y algunos trastornos metabólicos (Gupta et al., 2022).

De hecho, una de las ventajas más relevantes de la actividad física entre las personas diagnosticadas con síndrome de Down es la mejora de las habilidades motoras gruesas y finas. La coordinación del sistema nervioso central suele estar afectada en estos sujetos, lo que puede restringir el control corporal y la ejecución de movimientos refinados. Al realizar ejercicios físicos y juegos, la integración de movimientos y el control del tono postural, así como el equilibrio, la coordinación y el potencial de destreza se incrementaron en una variedad de actividades. Estos no solo tienen efectos en el rendimiento deportivo, sino que también son beneficiosos en actividades diarias como la locomoción, el subir escaleras mecánicas y las tareas del hogar (Benavides, 2021).

Además de los beneficios físicos, la actividad física impacta de manera positiva en el bienestar emocional y psicológico de las personas con síndrome de Down. La actividad física libera endorfinas, que son neurotransmisores que favorecen el estado de euforia. Esta liberación no solo mejora el ánimo, sino que también mejora los niveles de ansiedad y estrés, que son trastornos comunes en individuos acostumbrados a estas especificidades. Asumir prácticas deportivas en grupo también promueve la relación y el contacto con otros, que al final se convierte en un aspecto que favorece las "habilidades sociales y de la autoevaluación" (Calatayud, 2019).

La actividad física también influye de manera positiva en el funcionamiento cognitivo de los individuos diagnosticados con síndrome de Down. Algunos investigadores se han propuesto probar si la actividad física regular de forma sistemática permite mejorar la atención, la memoria y incluso otras destrezas, otorgándoles facilidades en la escuela. Por último, la actividad física puede usarse para formar destrezas de autocontrol y disciplina. Primero, los entrenamientos se basan en la constancia y el esfuerzo que necesitan concentración.

1.2.3. Programas de actividad física para personas con Síndrome de Down

El desarrollo de programas de actividad física corre el riesgo de convertirse en un proceso complejo en el caso de personas con síndrome de Down, ya que deberán ser elaborados de manera adaptativa y dentro del marco de las capacidades y necesidades individuales de cada persona. Estas prácticas generan un efecto positivo en la salud física y generan efectos en el desarrollo cognoscitivo, emocional y social de los sujetos con esta patología. Es esencial que estas prácticas sean inclusivas, sean incentivadoras y apropiadas para cada rango de edad, que tengan un entorno seguro y positivo que garantice la participación activa donde se logre el divertimento con la actividad física (Calvar et al., 2021).

En primera instancia, los programas tienen que enfocarse en la mejoría de la motricidad gruesa, la cual suele estar afectada en las personas con síndrome de Down con mayor prevalencia. Programas que integran de este modo caminar, correr, saltar, lanzar, atrapar y bailar entre otros ejercicios pueden formar parte de un paquete de intervención que ayude en el fortalecimiento de estas funciones. La mejora en la coordinación, así como el equilibrio también hay que reconocerlos como primordiales ya que estas variables pueden estar alteradas en la población con Síndrome de Down. Ejercicios que permiten la promoción del control postural y la estabilidad especialmente en las Salam YOGA ejercicios son propicias para la maduración de estas destrezas de desarrollo (Cauich, 2019).

Tienen que ser considerados, además de los aspectos físicos que se persiguen, el bienestar social y el bienestar emocional pues también son muy importantes funciones que una persona realiza con los programas de actividad física. Para las personas con síndrome de Down esta actividad es una buena forma de ayudar a generar sus niveles de ansiedad y de conseguir un buen estado de ánimo. Dentro de este tipo de programas de intervención se deben incluir juegos en equipo o danza de manera que reduzcan el aislamiento social y la posibilidad de establecer vínculos afectivos, mejorando la autoestima y habilidades sociales. Así podrán comprender la importancia de la actividad, el trabajo en equipo y la cooperación y el respeto por las otras personas (Corral, 2019).

1.2.4. El fútbol como medio formativo en la categoría de 6 a 8 Años

El fútbol, como todo deporte, es de gran utilidad en la formación de niñas, especialmente en la franja de 6-8 años. A esa edad, les permite desarrollar habilidades motrices, sociales y cognitivas que son de vital importancia durante esa etapa de crecimiento. Por medio del fútbol, los

infantes no sólo se limitan a aprender sobre el juego, sino que también fomentan capacidades físicas, emocionales, así como la capacidad de razonar que sentarán las bases de su desarrollo (Ferriz et al., 2019).

Desde un punto de vista físico, el fútbol hace que las niñas sean mucho más coordinados, equilibrados y ágiles, lo cual se da durante la fase de desarrollo motor de las niñas. A esta edad, las niñas empiezan a ejecutar movimientos simples y el fútbol les ayuda a desarrollar habilidades como correr, saltar, driblar, pasar o incluso patear el balón hacia una meta, que son esenciales para el desarrollo motor grueso en este caso. Igualmente, estas actividades físicas favorecen el completo sistema cardiovascular y muscular, salud y bienestar físico en general mejorados.

El fútbol es una actividad enriquecedora que contribuye no sólo al desarrollo físico, sino que también involucra la creación del compañerismo, así como el respeto y la comunicación. En la medida que las niñas participan en partidos y entrenan, poco a poco se van metiendo en la cultura de ayudar a los demás, de asumir partes de la carga y trabajar juntos por un fin común. En esta fase se empieza a asimilar el papel que desempeñan las reglas y normas del juego y se les inserta socialmente en conductas como el respeto a los otros, la tolerancia, la empatía y la habilidad de manejar conflictos, que son competencias que les son útiles en sus interacciones con sus pares dentro y fuera del partido (Galarza, 2018).

Desde la parte cognitiva, el fútbol en la categoría en cuestión también es reflejo de un gran número de ventajas. Los infantes deben aprender a ser autónomos, a realizar movimientos que no son siempre groseros así, como 'cabeza', 'pies' y 'torso', ya que esto es crucial. El seguimiento de una jugada, el aviso en la toma de decisiones y el cambio a diversas estrategias durante el juego les saca ventaja en su crecimiento intelectual. Al igual, el fútbol se les puede utilizar para trabajar la memoria, ya que las niñas tienen que recordar qué posiciones, qué tácticas y qué movimientos han de ejecutar los grandes.

El fútbol también provoca como consecuencia un impacto emocional positivo, puesto que permite que las niñas sientan éxito y fracaso dentro de un marco controlado y saludable. Gracias al juego las niñas son capaces de aprender a controlar sus emociones, a encarar cada situación con optimismo y a experimentar frustraciones de forma ordenada. Para ellos, este tipo de competición dentro del aula nutre la autoconfianza normativa y fomenta una mayor autoestima (Garay et al., 2021).

1.2.5. Beneficios del fútbol en niñas de 6 a 8 años

El fútbol podría resultar muy beneficioso para niñas entre 6 a 8 años no solo físicamente, sino también a nivel emocional, social y cognitivo (García et al., 2020). Los puntos principales respecto a la importancia de este deporte en esas etapas son los siguientes:

- **Desarrollo físico:** El fútbol permite al niño el desarrollo de sus habilidades motoras como el correr, el saltar, el giro y la coordinación. A esa edad, las niñas están desarrollando su dominio de control del cuerpo por lo que el fútbol se configura como un deporte idóneo para promover la agilidad, el equilibrio y la coordinación. Aparte de esto, el deporte también mejora el sistema cardiovascular, la resistencia y la fuerza muscular, aspectos tan importantes para la salud y el bienestar general.
- **Fomento de la disciplina y el esfuerzo:** Por medio del fútbol, las niñas comprenden que la disciplina y el esfuerzo son elementos importantes en la consecución de metas. Practicar diariamente y jugar en entrenamientos y partidos les construye el trabajo que en el futuro no solo les servirá en el deporte sino también en otras áreas de sus vidas. Saben que ganar implica esfuerzo en donde toca trabajar para conseguir la meta lo que les ayuda a desarrollar la capacidad de tornarse a los problemas.
- **Mejora de las habilidades sociales:** El fútbol es un juego colectivo que fomenta la interacción y la comunicación entre las niñas. Cuando las niñas están comprometidas en jugar, se convierten en jugadores de equipo, aprenden a ser responsables de ciertos roles mientras cumplen con los roles de sus compañeros de equipo. Tal interacción mejora su capacidad para hacer amigos y también les enseña cómo resolver desacuerdos de manera más civilizada. Además, el fútbol ayuda a desarrollar la integración porque todas las niñas tienen un papel importante que desempeñar en el equipo independientemente de su nivel de rendimiento.
- **Desarrollo cognitivo:** El juego del fútbol es igualmente una ayuda en el desarrollo cognitivo de las niñas, en el sentido de que requerirá que tomen decisiones rápidamente, anticipen lo que los otros jugadores del equipo y el otro equipo harán, y planifiquen sus movimientos y las posiciones de sus jugadores. Estos desafíos ayudan a mejorar la concentración, la memoria y la capacidad de resolver problemas. Asimismo, la capacidad de conocer el juego y sus reglas y de cumplir con las reglas establecidas aumenta las habilidades de razonamiento y pensamiento lógico.

- **Manejo de emociones y estrés:** El fútbol enseña a las niñas cómo lidiar tanto con ganar como con perder en un ambiente controlado. Perder y ganar como parte de un equipo enseña a las niñas cómo autorregular sus sentimientos y desarrollar la capacidad de resistir y afrontar desafíos. Cuando se ven presionados o frustrados durante un partido, entienden cómo manejar ese estrés y cómo mantenerse optimistas, lo cual es bueno para su autoimagen y confianza.
- **Desarrollo de un estilo de vida saludable, rutinas y hábitos:** El fútbol resalta la importancia de la actividad física de manera regular, lo que ayuda a las niñas a desarrollar la rutina desde una edad temprana. Asistir a sesiones de entrenamiento y competir en partidos les ayuda a aprender el valor de la perseverancia, la disposición a tomar seriamente sus responsabilidades y el respeto por la forma física como un componente de su vida diaria.

1.2.6. El Fútbol como herramienta inclusiva en niñas de 6 a 8 Años con Síndrome de Down

El fútbol puede ser una herramienta de inclusión inmensamente poderosa y efectiva para niñas con síndrome de Down de 6 a 8 años, ya que les proporciona una atmósfera bien estructurada y positiva en la que pueden adquirir tanto habilidades físicas como sociales, al tiempo que mejoran su integración social y participación en actividades grupales. Este deporte se adapta bastante bien a las necesidades de las niñas con tal condición, permitiendo su participación en un entorno donde todos son necesarios y juegan un papel significativo independientemente de las fortalezas o limitaciones del niño (Gómez et al., 2019).

El fútbol como forma colectiva de juego es una magnífica herramienta para incidir en lo social, pues por medio de este deporte los infantes con síndrome de Down son incluidos e interactúan con sus pares. A través del juego, las niñas adquieren comunicación, aprenden colaboración y aprenden a trabajar en equipo. Al ser parte de un colectivo, ganan un sentido de identidad; a través de esto, las niñas que sufren de síndrome de Down podrán sentir la misma hermandad, amor y amistad que cualquier otro niño (García y González, 2021).

El fútbol es un juego donde se requiere rapidez en la decisión y la anticipación a escenarios. Para las niñas con síndrome de Down, la práctica de un deporte que requiere de ellos una estrategia para el juego y la atención a diferentes pases o movimientos en el juego les favorece a sus capacidades cognitivas. Adicionalmente, el fútbol se encarga de la recuperación de estructuras y el enfoque. Estas habilidades cognitivas son muy importantes en el desarrollo global del niño, así

como también en su integración a la vida escolar y social.

El fútbol es un deporte que juega un papel crucial en la socialización de las niñas al crear lazos entre las niñas con síndrome de Down y los que no lo tienen. Las deportistas aprenden a aceptar y hacer uso de las diferencias de los demás y a trabajar juntos por un objetivo común. Además, la inclusión en un ambiente deportivo ayuda a las niñas con síndrome de Down a desarrollar amistades y relaciones sociales, mejorando así su identidad y sentido de pertenencia a la comunidad. Tales relaciones son importantes para el desarrollo social, emocional y comunicativo de las niñas.

La participación en actividades deportivas como el fútbol también ayuda a las niñas con síndrome de Down a desarrollar sus habilidades lingüísticas. Ya sea a través de gestos, palabras o señales, el fútbol les brinda a esas niñas la oportunidad de participar en la comunicación verbal y no verbal, lo que les permite socializar y mejorar sus habilidades expresivas. Además, aprender a comunicarse con compañeros jugadores y entrenadoras es igualmente importante para su aceptación en grupo.

1.2.7. Efectos del síndrome de Down en niñas deportistas practicante de fútbol

El síndrome de Down se debe a la presencia de un tercer cromosoma 21 que afecta el desarrollo psicosocial y motor del hijo y en el caso de las hijas en especial del balonmano las integraciones deben ser adaptadas a ciertos requerimientos tanto psicológicos como físicos. Pero en el caso de las hijas con el enfoque correcto muchas de ellas pueden jugar al fútbol, así que pueden obtener todos los beneficios que obtienen.

De forma fisiológica a las niñas nacidas con el Síndrome de Down les puede ayudar a los balanceos ya que la hipotonía es por lo general un tono muscular de baja actividad. A causa de esto pueden ser menos rápidas al necesitar ser ágiles, tener una fuerte resistencia y demás al ser comparadas con niñas que tengan su misma edad. En el fútbol la moderada fuerza del agitar el cuerpo requiere mucho de inteligencia, y para que esta se pueda obtener, el movimiento sin requerir fuerza en exageración en movimientos como girar y acelerar/ desacelerar es necesario, el estiramiento muscular básico que se necesita se vuelve crucial a medida que avanza en un programa de entrenamientos (González et al., 2023).

Con respecto a las habilidades cognitivas, las niñas con síndrome de Down pueden llegar a tener problemas al utilizar la memoria a corto plazo, la atención, así como la habilidad de tomar decisiones rápidas. Estas dificultades podrían verse reflejadas en el rendimiento de las futbolistas a

la hora de comprender y ejecutar las tácticas de juego, así como en la ejecución de los pases que se les ordena o la prevención de los pases de la jugadora a las oponentes. Sin embargo, la repetición de ejercicios y tácticas, y un enfoque visual o instrucciones simples y claras, pueden marcar la diferencia a la hora de ejecutar estos movimientos durante los partidos.

Con las dificultades motoras y cognitivas, las niñas con síndrome de Down también pueden experimentar retraso en el desarrollo del lenguaje. Se puede decir que, en un colectivo, la pronunciación del lenguaje, la comprensión de tácticas y la organización de partidos son obstáculos, por lo que la integración con las técnicas futbolísticas también se vuelve más difícil de lograr. Sin embargo, en un equipo y a través de prácticas repetidas de comunicación verbal, esta niña puede mejorar en el lenguaje y en habilidades de cooperación en equipo (González et al., 2019).

Desde una perspectiva emocional y social, el fútbol ayuda a mejorar la autoestima y fortalece las habilidades sociales, mientras que participar en un equipo de fútbol brinda a las niñas con síndrome de Down la oportunidad de establecer amistades y colaborar con personas afines en el esfuerzo de equipo. Sin embargo, algunas niñas pueden sentirse frustradas debido a la falta de flexibilidad física y habilidades integradas debido a razones físicas e intelectuales, y si no se crea un entorno relativamente inclusivo y de apoyo, esto puede llevar a un desarrollo negativo debido a altos niveles de autoestima baja o sentimientos de aislamiento.

Ser parte de un equipo de fútbol puede tener un mayor impacto en la salud mental de las niñas con síndrome de Down. Es bien conocido que la actividad muscular tiene un efecto positivo en la salud mental, ya que ayuda a aliviar el estrés, mejora el estado de ánimo y aumenta la autoeficacia. Unirse a un equipo y ser reconocido por sus logros independientemente del nivel de juego puede aumentar la motivación intrínseca y la autoestima, permitiendo a las jugadoras romper barreras emocionales y cognitivas. Sin mencionar que el fútbol también puede ayudarlas a construir relaciones importantes, ayudándolas a sentirse integradas en la comunidad deportiva (Lamoned y Flores, 2022).

1.2.8. Aspectos para considerar la inclusión de niñas con Síndrome de Down en el fútbol

La inclusión de estas niñas en el fútbol requiere, a la vez, una serie de ideas y cambios que ayuden a garantizar la seguridad, comprensión y motivación. Estos aspectos incluyen la modificación de las actividades, las reglas del juego, así como el entorno de aprendizaje de tal manera que la participación y disfrute de las niñas se vean realzados y no obstaculizados por los atributos del síndrome. Es esencial que tales adaptaciones se hagan de manera que se potencie el

desarrollo social, afectivo, físico y cognitivo (Guaman y Díaz, 2020).

Ajustar las actividades es crítico para asegurar la participación de las niñas con síndrome de Down en el fútbol de maneras significativas. Se requiere que las instructoras estructuren ejercicios adecuados a las habilidades y capacidades motoras de cada niña. Por ejemplo, ciertas actividades de habilidades con el balón podrían desglosarse en pasos, para que las jugadoras pudieran aprenderlas gradualmente. Actividades que mejoran las habilidades motoras gruesas como correr, saltar, cambiar de dirección, podrían introducirse con un calentamiento que involucre acciones lentas y repetitivas. Ayudas visuales y señales claras pueden ayudar a las entrenadoras a explicar los ejercicios y tácticas, ya que pueden ser aprendidos visualmente de manera repetitiva por las niñas con SD. La esencia de la tarea es dar retroalimentación positiva y constante y reconocer los esfuerzos sin importar la habilidad demostrada (Hernández et al., 2021).

Otro de esos cambios que se puede hacer es que desde un principio se rebaje el nivel de complejidad de las tácticas empleadas en el juego y primero se enseñen las habilidades individuales y luego se introduzcan tácticas complejas. Lo mismo ocurre si se observa la ausencia de uno o más descansos, pero con una razón sólida para ello, como el cansancio, físico y a veces emocional, especialmente para las niñas con hipotonía muscular o problemas con el sistema respiratorio.

La primera acción que se debe abordar es la inclusión de las niñas con síndrome de Down en el fútbol a través de la apropiación del espacio en el deporte donde sean participantes activas. El entorno debe cumplir con la seguridad y la eliminación de elementos que puedan poner en riesgo a las deportistas. Un campo de fútbol más pequeño podría ser una buena opción para crear un espacio donde las niñas sean capaces de correr y moverse sin sentirse asfixiadas. Se debe también crear un ambiente que sea favorable para la interacción entre las niñas que deseen ser parte del equipo de niñas y esto haría que todas las jugadoras se sientan respetadas y sean parte del equipo. Esto significa que todos los participantes deben respetarse y apoyarse mutuamente, y hacer esto independientemente del nivel de sus diferentes habilidades. Las entrenadoras están en capacidad de enseñar a las niñas con síndrome de Down más que solo cómo patear un balón mientras están en el campo de fútbol, ya que tienen esta maravillosa oportunidad de aprender empatía, paciencia y trabajo en equipo (Letelier et al., 2022).

Es igualmente importante que las entrenadoras estén especialmente capacitadas sobre las características del síndrome de Down para poder entender qué tienen las niñas y cuándo es probable que respondan. Esto incluye conocimiento sobre las discapacidades físicas y cognitivas

del síndrome de Down y los métodos pedagógicos más apropiados para potenciar su aprendizaje. Las instructoras deben ser capaces de dar comandos claros, consistentes y repetitivos con la garantía de que cada niña sabrá qué se espera de ella. A veces podría ser efectivo utilizar señales visuales y auditivas, y los objetivos deben ser apropiados al nivel de cada niña.

1.2.9. El entrenamiento deportivo y el proceso de inclusión de las niñas con Síndrome de Down

De acuerdo a la Asociación Internacional de Síndrome de Down (1998), afirmar que las niñas con Síndrome de Down (SD) están excluidas del entorno es erróneo, ya que, gracias al entrenamiento deportivo, estas pueden desarrollar habilidades esenciales en sus diferentes esferas, logrando así integrarse a la red. Esto requiere un abordaje global, centrado no sólo en el caso particular de cada niña incluyendo sus capacidades o limitaciones, sino en su capacidad para ser motivadas a realizar actividades físicas.

Uno de los elementos clave del entrenamiento para niñas con síndrome de Down es la modificación de la actividad física. Las modificaciones pueden ser amplias e incluir ejercicios lentos, técnicas simples e incluso algunas de las reglas del juego. Por ejemplo, se pueden utilizar ejercicios más repetitivos para que las niñas puedan practicar y perfeccionar sus habilidades particulares a su propio ritmo. Las actividades también pueden descomponerse en unidades más pequeñas, lo que facilita el aprendizaje paso a paso, dado que se garantizará el éxito de las niñas en cada etapa del proceso. Así que, en este sentido, se espera que las instructoras fomenten la práctica y el refuerzo positivo, orientándose hacia el aprendizaje del concepto de que un error es una mejor situación para el entrenamiento que no intentarlo (García et al., 2020).

Asimismo, la cooperación o el aspecto social son partes que son esenciales en la preparación deportiva de las niñas con Síndrome de Down. El fútbol, por ejemplo, les puede contribuir significativamente en el aspecto de enseñarles cómo respetar turnos y trabajar en equipo. Las niñas que tienen Síndrome de Down suelen asociar interacciones sociales en un entorno deportivo como aprendizaje, comunicándose y siendo empáticos y respetuosos con otros miembros del equipo. En base al entrenamiento, las niñas son capaces de identificar sus emociones, así como las de quienes las rodean, lo que ayuda a aumentar su bienestar emocional y la capacidad de establecer relaciones sociales positivas (García, 2019).

Las niñas también deben concentrarse en el enfoque del desarrollo físico y motriz. Es frecuente que las niñas con Síndromes de Down tengan deficiencias en el desarrollo motor, siendo

la hipotonía muscular (bajo tono muscular) una de estas deficiencias. Esto perjudica su capacidad para los movimientos y el equilibrio. Por lo tanto, es importante preparar ejercicios que permitan el aumento de la musculatura, así como control del movimiento en el espacio. Ejercicios que mejoren el contexto motriz y que en este caso incluyen correr, saltar y girar son esenciales para el estado físico de las niñas. Además, son imprescindibles las necesidades relacionadas con la movilidad, como el ritmo para cada niña y la duración de las sesiones para evitar la fatiga.

1.2.10. Estrategias para la inclusión de niñas con Síndrome de Down en el entrenamiento deportivo

La intervención está enfocada en las características que estas niñas presentan ya que se requiere de un protocolo especial que les permita por cuestión de igualdad de oportunidades, ser parte de las actividades físicas. La efectividad de la mencionada igualdad puede ser alcanzada mediante el desarrollo físico, cognitivo, emocional y la integración en un contexto social. Algunas estrategias que ayudarían a estas niñas al realizar el deporte en entrenamientos y competencias son las que se explican a continuación (Muñoz et al., 2020).

Adaptación de los ejercicios: A la modificación del régimen y el enfoque de las sesiones se le da una gran importancia en la estrategia de inclusión. Modificar los objetivos de las sesiones de entrenamiento de acuerdo con las capacidades físicas y cognitivas de las niñas con síndrome de Down también es parte de la modificación. P.ej. Una forma es combinar los componentes básicos lentamente. En tales situaciones, las instructoras pueden desglosar las actividades en partes más pequeñas y usarlas en serie para aumentar las oportunidades de práctica para que las niñas puedan dominar estas habilidades motoras. Finalmente, es imperativo tener alternativas que satisfagan las diferentes maneras en que una niña puede aprender, visualmente, táctilmente o verbalmente (MINEDUC, 2016).

Utilización de directrices sencillas y claras: Las niñas con síndrome de Down pueden tener dificultades para entender comandos verbales, por lo tanto, se vuelve absolutamente necesario que las entrenadoras proporcionen instrucciones simples y cortas. La redacción debe ser directa y específica, sin intentar proporcionar complicaciones o abstracciones. Para asegurarse de que las niñas comprendan lo que se les pide, las entrenadoras pueden usar señales visuales, pictogramas o mostrarles lo que se requiere junto con las instrucciones verbales. Las imágenes o acciones pueden reforzar el significado y hacer que la comprensión sea más fácil, especialmente cuando se involucra acción.

Promoción del trabajo en equipo y la socialización: El deporte ofrece una muy buena oportunidad para fomentar la integración social. Dentro del contexto de entrenamiento en particular, es esencial que las niñas con síndrome de Down colaboren con sus compañeros, fomentando comportamientos cooperativos y empáticos. Las instructoras podrían planificar actividades que mejoren la comunicación e interacción entre todos los miembros del grupo para que las niñas sientan que pertenecen a un equipo. El trabajo en equipo también puede potenciar el desarrollo de habilidades sociales, por ejemplo, la capacidad de comunicarse, turnarse y resolver problemas, lo cual es ventajoso tanto para las niñas con síndrome de Down como para sus compañeros.

Fomento de un entorno inclusivo: Sin importar su habilidad, la niña siempre estará rodeada de respeto. Fomentar la inclusión donde todas las niñas, independientemente de sus diferencias, sean aceptadas y tratadas de manera justa, mientras se asegura un cambio en el punto de vista trabajado por las instructoras. Una tarea importante también es hacer que las niñas con síndrome de Down se sientan como la Sra. Congenialidad, así como a sus compañeras y entrenadoras, inculcando una sensación general de pertenencia, respeto y amabilidad. La participación de las niñas también aumentará, alentando a practicar más deportes y sintiendo la pertenencia al mundo del deporte como una comunidad.

Formación de las entrenadoras: Las entrenadoras deberían centrarse en esfuerzos que cambien la comunidad para mejor. Para que las estrategias de inclusión tengan un impacto positivo, se deben proporcionar cursos médicos especializados para las entrenadoras, centrados en el síndrome de Down y cómo proporcionar educación física a las niñas. Esto debería incluir detalles adicionales sobre las características y rasgos del síndrome de Down, estrategias útiles para el entrenamiento inclusivo y métodos de comunicación. Además, es importante que las entrenadoras sean conocedores y conscientes sobre la inclusión y lo que aporta a los deportes, así como la belleza de la heterogeneidad en ellos.

1.2.11. Marco legal y políticas públicas sobre inclusión educativa en personas con discapacidad

En el contexto ecuatoriano, la política pública y la legislación que apuntan a la inclusión y la igualdad de todas las personas con discapacidad en el sistema académico están garantizadas. La Constitución de la República del Ecuador, en sus artículos 26, 27 y 28, segmenta a la educación como uno de los derechos humanos y el estado es quien debe proporcionar ese recurso. Estos

artículos son defensores de la justicia, garantizan la fomentación de la actividad física y el deporte, así como la integración social; reafirmando la esencia de una educación inclusiva y de calidad para todas las personas sin ninguna forma de discriminación.

En la sexta sección, Personas con discapacidad, el artículo 47 garantiza a través del estado políticas de igualdad de oportunidades e integración social de las personas con discapacidad. Uno de los hitos más importantes en materia de inclusión educativa en Ecuador es la aprobación de la Ley Orgánica de Educación Intercultural (LOEI) en 2011, la cual establece la obligación de brindar una educación inclusiva y de calidad a personas con discapacidad, reconociendo la diversidad cultural y la equidad en el acceso a la educación (Ley orgánica de discapacidades, 2012).

De manera similar, en su artículo 6 menciona que los docentes deben hacer la adaptación de los currículos y materiales educativos para satisfacer los requerimientos de los niños con discapacidad. Asimismo, el Plan Nacional del Buen Vivir 2013-2017 de Ecuador (s.f.) y el Plan Nacional de Desarrollo 2017-2021 Toda la vida (2017) establecen la inclusión educativa como uno de sus propósitos de desarrollo estratégico de las personas con discapacidad (UNESCO, s.f.). También, el Ministerio de Educación de Ecuador ha elaborado políticas y lineamientos específicos de inclusión educativa. El programa de educación inclusiva y atención a la diversidad se propone garantizar la inserción, el mantenimiento y el aprendizaje de los alumnos con discapacidad en la educación ordinaria. Este programa está anclado en principios de equidad, igualdad de oportunidades y respeto a la diversidad (MINEDUC, 2016).

1.2.12. El programa de enseñanza para el entrenamiento deportivo de fútbol en la categoría 6 a 8 años

El programa de formación para el deporte de fútbol en la franja de edad de 6 a 8 años se debe enfocar en el desarrollo básico de las habilidades motrices, entendimientos de algunos conceptos básicos del fútbol, y más importante, el disfrute y la inclusión de todas las niñas. En esta etapa, la prioridad debe ser permitir a las niñas aprender al permitirles jugar y disfrutar del fútbol, mientras se les proporciona lo básico que puede ayudar a mejorar su rendimiento en el futuro.

El objetivo del programa debe ser similar a un juego porque las niñas tienen una corta capacidad de atención y están en la etapa en la que aprenden a través del juego. El fútbol debe ser una actividad divertida para las niñas, quienes podrán expresarse sin presión. El énfasis debe estar en que las instructoras incluyan juegos divertidos y atractivos que permitan a las niñas interesarse mientras también trabajan en habilidades básicas de movimiento como correr, girar, saltar y

cambiar de dirección (Navarro et al., 2019).

El programa debe enfocarse en promover el aprendizaje de habilidades motrices básicas porque los infantes están en la etapa crucial de desarrollo de la coordinación, el equilibrio, la agilidad, la velocidad de reacción y el control del balón. En el caso de las niñas, los movimientos de baloncesto deben realizarse de manera progresiva comenzando desde los movimientos más básicos del fútbol y luego la intensidad debe aumentar con el desarrollo de las niñas. El control del balón, el pase, el dribbling y las habilidades de gestión del espacio son consideradas habilidades elementales para desarrollar su aspecto físico y técnico dentro de su capacidad individual.

A pesar de que las niñas de 6 a 8 años no están en la posición de poder asimilar tácticas de complejidad avanzada, se debe comenzar a dar nociones de contacto del balón, como por ejemplo, la posición en el campo, las dimensiones del campo y el desplazamiento sin balón. Las instructoras pueden llevar a cabo prácticas que involucren al niño en estos aspectos de modo que el niño entienda cómo puede cambiar su desplazamiento por el campo. De igual forma, se pueden introducir en su programa algunas situaciones de aprendizaje que se logran en 1 vs. 1 o 2 vs. 2 para que las niñas, en pocos segundos, tomen decisiones en torno a cuándo se debe pasar, cuándo driblar o cuándo se debe tirar a puerta (Pacheco et al., 2024).

El programa debe ser flexible para acomodar las diferentes habilidades de todas las niñas incorporando variaciones a los diversos ejercicios para que cada uno de ellos pueda mejorar 'virtualmente' a su propio ritmo. Es vital que los regímenes de entrenamiento estén correlacionados no solo con los logros individuales, sino también con la construcción de un equipo como un todo, resultando en que cada niño tenga la oportunidad de ser parte de la acción y de la experiencia de aprendizaje.

1.2.13. Componente de un programa de entrenamiento de fútbol para niñas de 6 a 8 años con síndrome de Down

1. Programa Anual (Macro)

El programa anual debe concebirse en varias fases:

- Fase de preparación general: Esta fase debe concentrarse en el desarrollo de habilidades de movimiento básicas, así como en la práctica de actividad física a través de actividades de bajo impacto que ayudarán a introducir gradualmente a las niñas en el fútbol.
- Fase de preparación específica: En primer lugar, debemos notar que las niñas comienzan a pasar del entrenamiento general al específico, donde se hace hincapié

en la enseñanza del control del balón, el pase, el dribling e incluso la comprensión simple de las tácticas del juego.

- Fase de competición o aplicación: Podrían comenzar a jugar partidos reducidos. Estos incluirían 3 vs. 3 o 4 vs. 4, y esto es emocionante ya que, aunque sean juegos, se están poniendo en práctica conceptos enseñados anteriormente (Bompa, 2010).

2. Periodización del programa de entrenamiento para categoría de 6 a 8 años

La periodización cronológica consiste en tres fases principales:

- Fase de Preparación (1-2 meses): En esta fase, el objetivo principal es centrarse en establecer una base de acondicionamiento general, fomentando la coordinación motora básica, la agilidad, la velocidad y la fuerza en las niñas a través de juegos y actividades recreativas, así como su comprensión básica del fútbol.
- Fase de Competencia (3 - 4 meses): La afición tiene que sufrir sesiones de práctica más intensas que deben incluir actividades específicas del fútbol. Se incluyen entrenamientos técnicos que favorecen el desarrollo de habilidades individuales y grupales, dando mayor importancia a la comunicación y el contacto en partidos no oficiales.
- Fase de Transición (1 mes): Esta fase incluye principalmente la preparación para las mini competiciones que se realizan a lo largo de la temporada. En esta fase se hace hibernar a todo el cuerpo, ya que el enfoque estará en reiniciar todo el régimen de ejercicio, no obstante, con una intensidad menos estresante.

3. Planificación trimestral del programa de entrenamiento

Para toda proposición, las estrategias en el marco de un trimestre estándar específico serán revisadas lógicamente con el fin de completar los objetivos en un trimestre determinado. Las niñas con síndrome de Down tienen necesidades específicas que deben ser tomadas en consideración al esperar el objetivo para cada trimestre.

Primer trimestre (3 meses): Se trabajará principalmente en la integración al grupo y en la adquisición de habilidades motrices básicas, tales como correr, saltar y manejar el balón de manera divertida. Deberán ser introducidos conceptos básicos de relaciones interpersonales y comportamiento en el campo, mediante juegos que favorezcan el contacto social y la diversión.

Segundo trimestre (3 meses): En este periodo es importante proporcionar entrenamientos que se dirijan a mejorar el control de balón, los pases y los dribles. Aumenta la intensidad y la complejidad de los ejercicios, introduciendo conceptos tácticos sencillos, como el movimiento por el campo y

el sentido de las posiciones al ubicarse.

Tercer trimestre (3 meses): En este trimestre se debe propiciar el desarrollo de las habilidades tácticas y estratégicas de las niñas a partir de la realización de partidos en mini-composición en los que se consoliden los conceptos aprendidos en las sesiones anteriores. Los entrenamientos deben contener un mayor número de ejercicios de cooperación para que las niñas se entiendan y tomen decisiones rápidas dentro del ámbito del fútbol.

4. Distribución de Microciclos

Los microciclos, o ciclos de entrenamiento semanales, tendrán que distribuirse de acuerdo a las capacidades físicas y psicológicas de las niñas con síndrome de Down. Una semana debería tener diferentes tipos de ejercicios supervisados con la rotación de días bajos, medios y altos para mejorar la adaptación física de las niñas (Bompa, 2010).

Lunes: Actividades físicas de baja intensidad centradas en la coordinación motora y el entrenamiento lúdico, incluyendo habilidades básicas de fútbol.

Miércoles: Sesión de entrenamiento de intensidad moderada que comprende prácticas de control de balón y pases. También se deben jugar juegos que fomenten el trabajo en equipo y la toma de decisiones.

Viernes: Ejercicios intensos que se centran en ejercicios de fútbol como el driblar con el pie, pases largos y un mejor trabajo en equipo durante situaciones de juego.

5. Sesiones de entrenamiento

El tiempo de entrenamiento no debe exceder de 45 a 60 minutos con el objetivo de prevenir el cansancio físico y mental. Es importante que en cada entrenamiento se disponga de un tiempo para calentar los músculos y las articulaciones, y que después de esto se realicen actividades de acuerdo al enfoque del día. Al final de cada sesión también es muy recomendable incluir una fase de enfriamiento y estiramientos con la idea de evitar posibles lesiones y facilitar la recuperación.

CAPÍTULO II: METODOLOGÍA PARA EL DESARROLLO DE LA INVESTIGACIÓN Y ESTUDIO DIAGNÓSTICO

2.1 Conceptualización y matriz de categorías, con su parametrización u operacionalización

Categoría 1 Programa de enseñanza de fútbol: Un programa de enseñanza de fútbol consiste en un conjunto organizado de actividades, estrategias y métodos que buscan desarrollar habilidades técnicas, tácticas, físicas y cognitivas en los futbolistas, teniendo en cuenta las necesidades y características de los participantes. Este enfoque favorece un aprendizaje gradual y promueve valores como la disciplina, el trabajo en equipo y el respeto (Cárdenas, 2018).

Categoría 2 La inclusión de las niñas con síndrome de Down en las sesiones de entrenamiento deportivo de fútbol: Incluir a niñas con síndrome de Down en las sesiones de entrenamiento de fútbol requiere diseñar actividades accesibles y adaptadas que fomenten su participación activa, así como su desarrollo físico, social y emocional. Este enfoque subraya la importancia de la igualdad de oportunidades y la diversidad en los entornos deportivos (Hernández y López, 2020).

Tabla 1. Matriz de categorías y subcategorías apriorísticas

Título:	Programa de enseñanza de fútbol para niñas con Síndrome de Down de 6 a 8 años de la Fundación El Legado					
Ámbito temático	Problema de investigación	Idea a defender	Objetivo general	Categorías	Subcategorías	
Deporte adaptado	La Fundación El Legado no cuenta con un programa de enseñanza de fútbol adaptado específicamente para niñas de 6 a 8 años con síndrome de Down, lo que limita su desarrollo integral y su participación en actividades deportivas. Las sesiones actuales no abordan las necesidades particulares de estas niñas, lo que dificulta su inclusión,	Si se diseña de un un "Programa de enseñanza de fútbol para niñas de 6 a 8 años con Síndrome de Down" de la Fundación El Legado, entonces, incidirá favorablemente en el desarrollo motor e inclusión de niñas con síndrome de Down en la clase de Entrenamiento deportivo.	Diseñar un "Programa de enseñanza de fútbol para niñas de 6 a 8 años con Síndrome de Down" de la Fundación El Legado que facilite el desarrollo motor e inclusión de niñas en los entrenamientos deportivos.	Programa de enseñanza de fútbol La inclusión de las niñas con síndrome de Down en las sesiones de entrenamiento Deportivo de fútbol	-Habilidades futbolísticas básicas -Desarrollo físico -Desarrollo motor y bienestar integral -Participación activa -Aceptación por parte de su grupo -Satisfacción y sentido de pertenencia -Evolución que permita medir el nivel de inclusión	

aprendizaje de habilidades motoras y sociales, y el fortalecimiento de su autoestima. Esta situación resalta la necesidad de crear estrategias metodológicas que aseguren su integración total y fomenten su desarrollo físico, emocional y social a través del fútbol.

Elaboración propia.

2.2 Enfoque de la investigación

La investigación utilizó un enfoque cualitativo para obtener una comprensión profunda del tema, este método permitió explorar y analizar las experiencias, opiniones y percepciones de los participantes, lo que enriquece el estudio del fenómeno (Sampieri et al., 2014).

En el estudio, se emplearon herramientas cualitativas como guías de observación dirigidas a entrenadoras y niñas, así como entrevistas en profundidad. Estas herramientas facilitaron la recopilación de datos descriptivos que ofrecieron información sobre las prácticas, percepciones y experiencias relacionadas con el programa de enseñanza de entrenamiento deportivo y la inclusión de niñas con síndrome de Down.

Además, la investigación optó por un enfoque de estudio de caso debido a la singularidad del objeto de estudio. Este enfoque se concentró en el análisis de un caso específico: la experiencia de inclusión de un estudiante con síndrome de Down en las clases de entrenamiento deportivo. La combinación de observaciones y entrevistas permitió abordar las dimensiones cualitativas de la inclusión, enriqueciendo la comprensión de la problemática. Así, la investigación proporcionó una visión detallada y profunda de los procesos y dinámicas que favorecen o limitan la inclusión en el contexto del entrenamiento deportivo.

2.3. Alcance de la investigación

Este estudio tiene un alcance exploratorio, descriptivo y No experimental.

En la fase exploratoria, se buscó entender las características y desafíos que enfrentan las niñas con síndrome de Down en las clases de entrenamiento deportivo. Se recopiló información

sobre las percepciones, necesidades y experiencias de instructoras y niñas en este contexto, utilizando un enfoque cualitativo que permitió un análisis profundo y contextualizado (Sampieri et al., 2014).

La fase descriptiva se enfocó en detallar la situación actual de la inclusión de niñas con síndrome de Down en las sesiones de entrenamiento deportivo. En esta etapa, se caracterizaron las prácticas pedagógicas existentes, se identificaron las percepciones de los participantes y se analizaron las necesidades específicas del caso de estudio (Sampieri et al., 2014). La investigación empleó un diseño no experimental transversal, que, según Sampieri (2006), se caracteriza por la recolección de datos en un solo momento temporal.

Este diseño permitió describir variables y analizar su incidencia e interrelación en un punto específico en el tiempo. Finalmente, en la fase aplicada, se desarrolló una propuesta pedagógica adaptada a las necesidades de la niña con síndrome de Down y se evaluó su impacto en el contexto de las clases de entrenamiento deportivo. Esta etapa buscó determinar la efectividad de la propuesta, proporcionando información valiosa para mejorar futuras intervenciones y fomentar investigaciones adicionales en el ámbito de la inclusión deportiva.

2.4. Declaración y justificación del tipo de investigación

La investigación se centró principalmente en dos tipos: la investigación de campo y el estudio de caso. La investigación de campo fue crucial, ya que permitió la recolección de datos directamente del entorno educativo (Piza et al., 2019). Se realizaron observaciones y entrevistas con instructoras y niñas, lo que facilitó el análisis de las prácticas, percepciones y experiencias relacionadas con la inclusión de niñas con síndrome de Down en las clases de entrenamiento deportivo para la categoría de 6 a 8 años. Además, se utilizó un estudio de caso para llevar a cabo un análisis detallado de la experiencia de inclusión de una niña específica con síndrome de Down en el programa de entrenamiento deportivo. Este enfoque ofreció una comprensión profunda y contextualizada de las dinámicas de inclusión en el ámbito deportivo, permitiendo abordar las necesidades y desafíos particulares de la niña en cuestión (Creswell, 2014).

2.5. Métodos empleados y sus propósitos en el contexto de investigación

Métodos de nivel teórico

Para respaldar los fundamentos teóricos y pedagógicos de la inclusión en el entrenamiento deportivo, se implementaron diversas estrategias metodológicas, destacando los juegos cooperativos. Los métodos teóricos utilizados fueron los siguientes:

Analítico-Sintético: Este método se aplicó para descomponer la información teórica sobre la inclusión de niñas con síndrome de Down en el entrenamiento deportivo de fútbol. A través del análisis, se desglosaron conceptos, teorías y estudios existentes, examinándolos en profundidad. Luego, se realizó la síntesis, uniendo esas partes individuales para construir una comprensión global y coherente del tema. Este enfoque permitió identificar patrones y relaciones clave en la información, lo cual es fundamental para la fundamentación de la investigación.

Inductivo-Deductivo: Este método facilitó la formulación de conclusiones generales sobre la inclusión en el entrenamiento deportivo, comenzando desde datos específicos recogidos en la investigación. A través de la inducción, se analizaron casos particulares para establecer generalizaciones sobre la efectividad de la inclusión en las clases. Por otro lado, la deducción permitió aplicar conceptos teóricos generales a situaciones concretas, evaluando su aplicabilidad y haciendo ajustes según las necesidades de las niñas.

Sistémico Estructural Funcional: Este enfoque permitió entender cómo los elementos del sistema (entrenamiento deportivo e inclusión) interactúan y dependen unos de otros para alcanzar los objetivos del programa de enseñanza. Al considerar la inclusión como parte de un sistema interrelacionado, se evaluaron las dinámicas de las actividades, el impacto en las niñas con síndrome de Down y su participación en el contexto de las clases de fútbol.

Modelación: La modelación facilitó el diseño y la representación estructurada de la propuesta pedagógica, ofreciendo una guía visual.

Método empírico:

Para recolectar datos directamente de la población de la Fundación El Legado, se utilizó el siguiente método empírico: Observación científica enfocada en las sesiones de entrenamiento: Se llevó a cabo para registrar las dinámicas generales del entrenamiento, observando la participación de las tres niñas con síndrome de Down en las actividades. Esta observación facilitó el análisis de cómo se desarrollaban las clases, cómo participaban las niñas y cómo se adaptaban las actividades a sus necesidades específicas.

2.6. Instrumentos derivados de la metodología seleccionada

Para ello, se utilizaron tres instrumentos para la recolección de datos:

Ficha de observación científica dirigida a las sesiones de entrenamiento: Se llevó a cabo para registrar las dinámicas generales del entrenamiento, observando cómo se incluían las niñas con síndrome de Down en las actividades. Esta observación permitió analizar el desarrollo

de las clases y la participación de las niñas en ellas.

Ficha de observación enfocada en las niñas: Se centró específicamente en las interacciones y la participación de las tres niñas con síndrome de Down durante las sesiones de entrenamiento deportivo. Se registraron aspectos como la interacción social, la participación en las actividades y el apoyo que recibieron de las entrenadoras y compañeros (Echavarría, 1999).

Guía de entrevistas semiestructuradas a las entrenadoras: Estas entrevistas proporcionaron información sobre las percepciones y experiencias de las entrenadoras respecto a la inclusión de las niñas con síndrome de Down en las clases, así como sus enfoques y estrategias pedagógicas para promover una inclusión efectiva (Feria et al., 2020).

Guía de revisión documental de las planificaciones: Se revisaron las planificaciones de las sesiones de entrenamiento para evaluar cómo se integraban las necesidades específicas de las niñas con síndrome de Down en la estructura del programa de enseñanza.

2.7. Delimitación de la población y la muestra

Universo: El universo de estudio corresponde a la Fundación El Legado, que tiene un promedio de 450 niños. Este universo abarca a todos los niños registrados en la institución durante el período lectivo 2022-2023.

Población: Para los fines de esta investigación, la población se limita a las niñas de entre 6 y 8 años que entrenan tres veces a la semana en la jornada matutina, durante el período lectivo 2022-2023. Esta selección se realizó debido a la naturaleza específica del estudio, que se centra en la inclusión de niñas con síndrome de Down en el entrenamiento deportivo.

Muestra y análisis: La muestra y unidad de análisis se definieron a partir de tres niñas con síndrome de Down que forman parte de la población seleccionada. La elección de estas niñas es significativa porque el objetivo principal de la investigación es diseñar un programa de enseñanza para el entrenamiento deportivo de niñas de 6 a 8 años en la Fundación El Legado, con un enfoque particular en la inclusión de niñas con síndrome de Down que practican fútbol. Por lo tanto, estas niñas son la unidad de análisis principal y participarán activamente en el estudio.

La muestra fue seleccionada siguiendo criterios de inclusión específicos, que son los siguientes: los tres primeros criterios se relacionan con la muestra informante, mientras que el último criterio se refiere al caso de la unidad de análisis.

- Tener entre 6 y 8 años de edad.
- Tener disposición para participar en la investigación.

- Estar aptas para participar en las sesiones de entrenamiento tres veces por semana.
- Presentar síndrome de Down.

Estos criterios aseguraron que las niñas seleccionadas cumplieran con las características necesarias para su inclusión en el estudio y la implementación del programa de enseñanza de entrenamiento deportivo.

Justificación del tipo de muestreo y los procedimientos de selección de la muestra:

Enfoque de estudio de caso:

La presente investigación se desarrolla a través de un estudio de caso, una metodología que facilita un análisis detallado de un individuo o grupo en un contexto particular (Vargas, 2009). Este enfoque cualitativo resulta adecuado para entender a fondo la experiencia de inclusión de niñas con síndrome de Down en un programa de entrenamiento deportivo de fútbol dirigido a la categoría de 6 a 8 años. Se eligió un muestreo no probabilístico, específicamente por conveniencia o juicio, debido a las características particulares de la población objetivo. Dado que no todas las niñas de la Fundación "El Legado" tienen síndrome de Down, y considerando que estas condiciones son relativamente poco frecuentes, la disponibilidad de niñas con síndrome de Down en el rango de edad de 6 a 8 años era limitada. Sin embargo, la inclusión de estas niñas era fundamental para alcanzar los objetivos específicos de la investigación, que se centraban en el diseño de un programa de entrenamiento deportivo inclusivo de fútbol. Por lo tanto, se seleccionaron tres niñas con síndrome de Down, lo que asegura la relevancia de la muestra para los fines del estudio, permitiendo enfocar el análisis en las necesidades y experiencias particulares de esta población (Sampieri et al., 2016).

2.8. Estrategia metodológica investigativa o proceder metodológico general seguido en el proceso de investigación de acuerdo con el alcance e intereses de la investigación

En esta investigación se utiliza un enfoque metodológico cualitativo que permite obtener una comprensión profunda y detallada de las experiencias de los niñas y entrenadoras, centrado en el contexto de la inclusión en el entrenamiento deportivo de fútbol. Este enfoque es ideal para explorar los aspectos subjetivos y las percepciones de los participantes, lo que facilita un análisis exhaustivo de cómo se desarrollan las dinámicas de inclusión y participación en el programa propuesto.

Revisión de la Literatura: Para fundamentar la investigación y guiar su desarrollo, se realizó una revisión exhaustiva de la literatura sobre educación inclusiva, Educación Física

adaptada y juegos cooperativos como estrategia metodológica. Esta revisión bibliográfica ayudó a establecer un marco teórico sólido, abarcando una amplia gama de perspectivas y enfoques sobre los temas de interés. La información recopilada fue analizada críticamente, evaluando la calidad, relevancia y confiabilidad de las fuentes consultadas, lo que permitió construir un marco conceptual robusto para el desarrollo del estudio.

Recopilación de Datos:

Observación directa a las niñas:

Para comprender en detalle las interacciones y la participación de las niñas, especialmente de la niña con síndrome de Down, se utilizó la técnica de observación directa. Esta técnica permitió registrar las dinámicas de las clases de entrenamiento deportivo, enfocándose en la comunicación, la colaboración, el respeto y la inclusión. Se observó el nivel de participación en las actividades, prestando especial atención a la niña con síndrome de Down para entender sus experiencias y dinámicas de participación en el contexto del entrenamiento (Vargas, 2009).

Observación científica dirigida a las sesiones de entrenamiento deportivo:

Se aplicó la observación científica a las sesiones de entrenamiento para registrar las dinámicas generales de las clases y analizar cómo se adaptaban las actividades a las necesidades de las niñas con síndrome de Down, así como la efectividad de las estrategias inclusivas implementadas.

Entrevistas semiestructuradas a las instructoras:

Se realizaron entrevistas semiestructuradas a las entrenadoras para conocer sus percepciones y experiencias en la inclusión de las niñas con síndrome de Down en las actividades de entrenamiento. Estas entrevistas ofrecieron una visión más profunda de cómo las instructoras manejan la inclusión y los retos que enfrentan al implementar la metodología.

Revisión documental de las planificaciones de las sesiones de entrenamiento:

Se llevó a cabo una revisión de los documentos relacionados con las planificaciones de las sesiones de entrenamiento deportivo. Esta revisión permitió analizar cómo se estructuran las actividades y si estas contemplaban las necesidades específicas de las niñas con síndrome de Down, contribuyendo a evaluar la adecuación del programa propuesto.

Análisis de datos:

Análisis cualitativo:

Los datos cualitativos, obtenidos mediante guías de observación, entrevistas y revisión de

documentos, fueron analizados con técnicas de análisis de contenido. Este proceso permitió identificar patrones y temas emergentes vinculados a la inclusión y participación de las niñas en las actividades de entrenamiento, con un enfoque particular en las experiencias de las niñas con síndrome de Down.

Validación: La validación de la pertinencia del programa de entrenamiento deportivo se realizó mediante la comparación de los resultados obtenidos a partir de las guías de observación, entrevistas a las instructoras y revisión documental, con los objetivos establecidos en la investigación. Este proceso permitió evaluar si las actividades propuestas eran adecuadas para las necesidades de las niñas con síndrome de Down, garantizando que el programa fuera pertinente y adecuado para el contexto de inclusión en el entrenamiento deportivo de fútbol. La validación aseguró que el programa propuesto respondiera a las características y demandas específicas de los participantes, verificando su aplicabilidad y relevancia en el entorno estudiado.

2.9. Descripción de las etapas de la metodología de investigación seguida:

La metodología de investigación se organizó en cuatro etapas principales, enfocadas en analizar, diagnosticar y proponer estrategias pedagógicas inclusivas para niñas con síndrome de Down en las clases de entrenamiento deportivo de la Fundación "El Legado". Estas etapas garantizaron un enfoque sistemático y exhaustivo, facilitando la creación de una propuesta relevante y fundamentada.

1. Etapa del estudio teórico

En esta etapa inicial, descrita en el capítulo 1, se establecieron las bases conceptuales y teóricas de la investigación. A través de una revisión bibliográfica detallada, se analizaron las principales variables del estudio: inclusión educativa, deporte adaptado y estrategias pedagógicas inclusivas. Se revisaron artículos científicos, documentos normativos y experiencias internacionales relevantes sobre educación inclusiva y actividades físicas para niñas con discapacidad intelectual. Este análisis no solo permitió identificar vacíos teóricos, sino también consolidar un marco conceptual que guió las etapas posteriores. Además, se definieron las categorías y subcategorías analíticas que sirvieron para interpretar los datos obtenidos más adelante.

2. Etapa del diagnóstico inicial

El diagnóstico inicial tuvo como objetivo evaluar el estado actual de la inclusión en las actividades deportivas de la Fundación. Se utilizaron técnicas cualitativas como:

Observación directa: Se documentaron las dinámicas de las sesiones de entrenamiento, prestando especial atención a la interacción de las niñas con síndrome de Down con sus compañeras y entrenadoras, la metodología utilizada por las entrenadoras y las adaptaciones realizadas durante las actividades.

Entrevistas semiestructuradas: Dirigidas a las entrenadoras, niñas participantes y sus compañeras, estas entrevistas permitieron explorar percepciones, experiencias y desafíos en el contexto deportivo.

Revisión documental: Incluyó el análisis de planes de entrenamiento deportivo de fútbol.

3. Etapa de la modelación de la propuesta

A partir de los resultados del diagnóstico inicial, se diseñó un programa de enseñanza de fútbol adaptado específicamente para niñas con síndrome de Down, enfocado en fomentar la participación activa, el desarrollo de habilidades motoras y la integración en actividades deportivas. Esta etapa incluyó los siguientes pasos clave:

- **Diseño del programa:** Se elaboró un programa de enseñanza de fútbol con un enfoque inclusivo, compuesto por sesiones que combinan ejercicios lúdicos, técnicas básicas de fútbol y dinámicas grupales. El programa se organizó en módulos que abordan progresivamente el desarrollo de habilidades como el control del balón, el pase, el remate y la participación en pequeños juegos en equipo.
- **Adaptaciones metodológicas:** Cada sesión se diseñó teniendo en cuenta las necesidades específicas de las niñas con síndrome de Down, asegurando que las actividades fueran comprensibles, accesibles y motivadoras. Se incorporaron adaptaciones como instrucciones claras y visuales, pausas frecuentes para mantener la atención, y el uso de materiales adecuados.
- **Enfoque pedagógico inclusivo:** El programa se basó en principios de educación inclusiva y en metodologías activas que promueven el trabajo en equipo. Las entrenadoras fueron capacitadas para facilitar actividades que incluyeran a todas las participantes, fortaleciendo valores como el respeto, la empatía y la cooperación.

4. Validación de la Propuesta (Teórica)

La propuesta fue sometida a un exhaustivo proceso de validación teórica para garantizar su relevancia, viabilidad y aplicabilidad. Este proceso incluyó:

- **Consultas con expertas:** Se convocó a profesionales en inclusión educativa y deporte

adaptado para revisar y ofrecer observaciones sobre la propuesta. Las expertas resaltaron aspectos positivos y sugirieron modificaciones en las estrategias.

- **Revisión con entrenadoras:** Se llevaron a cabo reuniones individuales y grupales con las entrenadoras de la Fundación para discutir cada componente de la propuesta, evaluar su comprensión y recoger sugerencias prácticas para su implementación.
- **Evaluación de viabilidad:** Se examinaron los recursos humanos, materiales y temporales necesarios para llevar a cabo las estrategias, asegurando que fueran factibles en el contexto de la Fundación.

2.10. Resultados de la investigación

Resultados de la ficha de observación dirigida a las niñas con Síndrome de Down (6-8 años) de la Fundación el Legado

El análisis cualitativo de las diez sesiones de entrenamiento realizadas con un grupo mixto de tres niñas con síndrome de Down y niñas regulares permitió identificar de manera clara las dificultades y avances iniciales en las habilidades deportivas, sociales y emocionales de las participantes. Estas sesiones funcionaron como una etapa diagnóstica fundamental para entender las necesidades específicas de las niñas con síndrome de Down y establecer estrategias pedagógicas adaptadas, al mismo tiempo que se fomentaba la integración con el grupo de niñas regulares.

Tabla 2. *Ficha de observación dirigida a las niñas con Síndrome de Down de 6 a 8 años*

Subcategorías	Indicadores	Descripción	Juicio de valor
Habilidades técnicas	Control de balón	Las niñas mostraron dificultades para controlar el balón en ejercicios de conducción en línea recta y durante pases o remates.	Deficiente
	Pase	Las participantes tuvieron dificultades para realizar pases precisos y adecuados, lo que afectó el flujo de las actividades grupales.	Regular
	Remate	La capacidad de las niñas para realizar remates efectivos hacia el arco fue limitada, mostrando dificultad para impactar el balón con precisión y fuerza.	Deficiente
Desempeño físico y resistencia	Resistencia	Las niñas experimentaron fatiga rápidamente durante los ejercicios de	Deficiente

	Fuerza	resistencia, lo que les impidió mantener el ritmo en comparación con sus compañeras. Durante los ejercicios que involucraron desplazamientos rápidos o saltos, se observó que las niñas tenían dificultades con el equilibrio y la fuerza.	Regular
	Coordinación	Se evidenció dificultad para ejecutar movimientos coordinados, como giros rápidos o cambios de dirección, comparado con el desempeño de las niñas regulares.	Deficiente
Motivación y Participación	Actitud frente a las actividades	Se notó una variabilidad en la motivación de las niñas, mostrando mayor disposición hacia actividades visualmente estimulantes y lúdicas, mientras que otras tareas causaban desinterés.	
	Participación	La participación activa mejoró gradualmente, especialmente en actividades grupales, a medida que las niñas ganaban confianza y seguridad en su desempeño.	
Interacciones sociales	Relación con compañeras	Inicialmente, las niñas tendían a preferir trabajar de forma individual. Con el tiempo, mostraron mayor disposición para interactuar durante las actividades en equipo.	
	Trabajo en equipo	Aunque las niñas intentaron trabajar en equipo, la falta de confianza y la inseguridad afectaron su capacidad para colaborar de manera eficiente.	

Elaboración propia

Las diez sesiones iniciales permitieron construir una comprensión integral sobre el estado inicial de las niñas con síndrome de Down en aspectos técnicos, físicos y emocionales, al mismo tiempo que se promovía su integración con las niñas regulares. Las dificultades observadas, tanto a nivel individual como grupal, evidencian la necesidad de un programa estructurado que no solo aborde los aspectos técnicos del fútbol, sino que también fomente el desarrollo motor, emocional y social de las niñas con síndrome de Down. Los hallazgos refuerzan la importancia de un enfoque pedagógico que integre actividades progresivas y adaptadas, combinando elementos lúdicos con objetivos claros y alcanzables. Además, se destaca la relevancia de trabajar en dinámicas que promuevan la cohesión grupal y el fortalecimiento de la confianza interpersonal, creando un entorno inclusivo y motivador que favorezca el bienestar integral de las participantes.

Resultados de la Guía de Observación dirigida a las sesiones de entrenamiento de

fútbol adaptado a las niñas con Síndrome de Down de 6 a 8 años de la Fundación el Legado

Introducción

El análisis realizado a partir de la observación aplicada durante las sesiones de entrenamiento deportivo tuvo como objetivo evaluar el desempeño pedagógico y metodológico de las instructoras que lideraron un programa de enseñanza de fútbol para niñas con Síndrome de Down. Esta evaluación se centró en un enfoque cualitativo, enfocado en las prácticas pedagógicas, las interacciones con las participantes y la organización general de las sesiones. Durante la observación, se prestó especial atención a cómo las instructoras llevaron a cabo la planificación, la preparación del entorno de aprendizaje, la implementación del plan de enseñanza, la evaluación y retroalimentación, así como la gestión de las dinámicas dentro de la cancha. Los resultados se presentaron a través de juicios de valor cualitativos, buscando detallar las fortalezas y áreas de mejora de las instructoras en cada una de las dimensiones evaluadas. Este análisis ofrece información clave para mejorar la práctica pedagógica y optimizar la calidad del entrenamiento deportivo dirigido a niñas con Síndrome de Down.

Los resultados de la observación indican áreas significativas de mejora en el desempeño pedagógico y metodológico de las instructoras. En términos generales, se observa una desconexión entre la planificación y la ejecución de las actividades, lo que resulta en una experiencia de aprendizaje que no siempre es efectiva para las niñas con Síndrome de Down.

Tabla 3. *Ficha de observación dirigida a las sesiones de entrenamiento de fútbol*

Aspectos evaluados	Observaciones	Juicio de valor
Planificación y organización	La planificación y organización de las sesiones presentó dificultades, ya que no hubo una estructura coherente, y los objetivos no estaban claramente definidos ni adaptados a las necesidades de las participantes.	Regular
Preparación del entorno de aprendizaje	El espacio físico era adecuado y seguro, pero las interacciones sociales y el ambiente emocional no siempre fueron efectivos. No se promovió un ambiente inclusivo y motivador, y las interacciones entre las niñas fueron limitadas.	Bueno
Implementación del plan de enseñanza	La implementación del plan mostró dificultades, como la falta de instrucciones claras y detalladas, lo que generó confusión entre las niñas. Las actividades no se ajustaron adecuadamente a su nivel de habilidad.	Regular
Evaluación y retroalimentación	No hubo un sistema estructurado de evaluación ni retroalimentación continua. La falta de retroalimentación limitó el desarrollo de las habilidades de las participantes.	Deficiente

Interacción con las niñas	La interacción fue empática en momentos puntuales, pero no se fomentó suficientemente la comunicación grupal ni la colaboración entre las niñas.	Bueno
Gestión en la cancha deportiva	Existió buena organización en cuanto a disciplina y orden, pero faltaron oportunidades para que las niñas asumieran roles activos y de liderazgo. No se promovió adecuadamente la autonomía y responsabilidad.	Regular
Elaboración propia		

La implementación del programa de fútbol adaptado evidenció diversas áreas de mejora en aspectos clave como la planificación, el entorno de aprendizaje, la evaluación, la interacción en las sesiones y la gestión deportiva. La planificación de las sesiones presentó carencias en estructura y adaptación, lo que afectó tanto la calidad de las actividades como el desarrollo de habilidades en las participantes. Aunque el entorno físico fue seguro, las dinámicas sociales y emocionales no siempre fomentaron un ambiente inclusivo y colaborativo, limitando el sentido de comunidad entre las niñas. Además, la falta de un sistema estructurado de evaluación y retroalimentación restringió el progreso técnico y emocional de las participantes, al no proporcionarles una orientación personalizada. Si bien la interacción con las niñas fue empática, se evidenció una necesidad de fortalecer la cohesión grupal y promover habilidades sociales como el trabajo en equipo. En cuanto a la gestión deportiva, las instructoras demostraron habilidades en organización y disciplina, pero faltaron oportunidades para fomentar la autonomía y el liderazgo de las niñas, aspectos fundamentales para su desarrollo integral. Estas observaciones destacan la importancia de ajustes metodológicos que garanticen un aprendizaje más inclusivo, motivador y enriquecedor para las participantes.

Resultados de la revisión documental realizada a las sesiones de entrenamiento de fútbol

La planificación y ejecución del programa de fútbol adaptado para niñas con síndrome de Down presentaron diversas limitaciones que impactaron su efectividad. En primer lugar, los objetivos establecidos no se ajustaron adecuadamente a las capacidades individuales de las participantes, lo que generó confusión y una falta de progresión en su desarrollo. Además, las actividades carecieron de una estructura detallada y progresiva, repitiéndose sin incorporar desafíos escalonados que estimularan el aprendizaje. La falta de adaptación al ritmo individual de las niñas ocasionó frustración en algunas y desmotivación en otras, al no encontrar un nivel de dificultad adecuado a sus necesidades. Por otro lado, no se implementó un sistema de evaluación continua ni una retroalimentación personalizada, lo que dificultó el seguimiento del progreso y la identificación de áreas de mejora. Asimismo, la ausencia de recursos y materiales diversificados

limitó la creatividad y la dinámica de las sesiones, afectando la participación activa de las niñas. Estas deficiencias, junto con actividades repetitivas y poco innovadoras, disminuyeron la motivación y el interés de las participantes, evidenciando la necesidad de un enfoque metodológico más inclusivo, estructurado y adaptado a sus capacidades y potencial.

Resultados de las entrevistas semiestructuradas dirigidas a las instructoras de fútbol de la Fundación El Legado de la categoría femenina 6-8 años

1. ¿Cómo ha sido su experiencia al integrar a niñas con síndrome de Down en las sesiones de fútbol? ¿Qué desafíos ha enfrentado y cómo los ha superado?

Instructora 1: Integrar a niñas con síndrome de Down en las sesiones de fútbol ha sido una experiencia muy enriquecedora. Al principio, nos encontramos con algunos desafíos, especialmente en la comunicación y la adaptación de las actividades. Las niñas con síndrome de Down a veces tienen una capacidad de atención limitada, lo que puede dificultar que sigan las instrucciones de manera efectiva. Para superar esto, hemos implementado métodos visuales y hemos utilizado más demostraciones que palabras.

Instructora 2: La experiencia ha sido positiva, aunque con sus desafíos. Las niñas con síndrome de Down procesan las instrucciones de manera diferente, lo que puede causar confusión en las primeras clases. Sin embargo, al utilizar métodos visuales y simplificar las actividades, hemos logrado que participen de manera activa. A veces, las niñas no comprenden el ritmo del juego y se frustran, pero trato de mantener un ambiente relajado y de apoyo, para que puedan disfrutar del proceso sin sentirse presionadas.

2.- ¿Qué estrategias pedagógicas utiliza para adaptar las actividades de fútbol a las necesidades específicas de las niñas con síndrome de Down?

Instructora 1: Principalmente, adapto los ejercicios para que sean más accesibles. Por ejemplo, en lugar de un ejercicio de pase tradicional, les pido que realicen pases a distancias más cortas y siempre me aseguro de que los balones sean del tamaño adecuado para sus manos. Además, en muchas actividades, trabajo en parejas o pequeños grupos para que puedan apoyarse mutuamente.

Instructora 2: Mi enfoque se basa en simplificar. Intento reducir la complejidad de las jugadas para que las niñas puedan entender y ejecutar con éxito los movimientos básicos. Por ejemplo, en los ejercicios de pase, dedico más tiempo a explicar lo que se espera y acorto las distancias. También incluyo muchas repeticiones de movimientos sencillos para que se sientan

cómodas y seguras. Además, trato de crear un ambiente visualmente estimulante con colores y señales claras.

3- En términos de integración social, ¿cómo promueve que las niñas con síndrome de Down interactúen con sus compañeras durante las actividades grupales?

Instructora 1: He notado que al principio las niñas con síndrome de Down suelen ser un poco más tímidas para interactuar, así que fomento la integración mediante juegos en equipo. Organizo actividades que requieren cooperación, como pasar el balón entre varias personas para alcanzar un objetivo, lo que ayuda a mejorar la comunicación y el trabajo en equipo. Además, me aseguro de que las niñas regulares también participen en el proceso de inclusión, brindando oportunidades para que todas se apoyen mutuamente y se den retroalimentación positiva.

Instructora 2: Para promover la integración social, busco crear situaciones en las que todas las niñas puedan ayudarse entre sí. Durante las actividades grupales, animo a las niñas regulares a que formen parejas con las niñas con síndrome de Down, lo que les ayuda a mejorar su desempeño. Esto también las impulsa a ser más inclusivas.

4.- ¿Qué tipo de retroalimentación ofrece a las niñas con síndrome de Down durante las sesiones, y cómo asegura que sea motivadora y efectiva para su desarrollo?

Instructora 1: Siempre busco dar retroalimentación positiva, centrándome en lo que han logrado. Intento no abrumar a las niñas con demasiadas correcciones y me aseguro de reconocer cada pequeño logro. Valoro mucho el esfuerzo, incluso si no alcanzan el objetivo final. Me esfuerzo en proporcionarles retroalimentación clara, utilizando frases cortas y simples que sean fáciles de entender.

Instructora 2: La retroalimentación que ofrezco se enfoca en reforzar el comportamiento positivo. Siempre trato de hacerlo en un tono amable y alentador, celebrando cada pequeño avance. Utilizo frases cortas y simples para que les resulte más fácil comprender. Además, me aseguro de que la retroalimentación sea inmediata, para que las niñas puedan asociar su comportamiento con el comentario que reciben, lo que les ayuda a mejorar su desempeño.

5.- ¿Cómo evalúa el progreso de las niñas con síndrome de Down en sus habilidades futbolísticas a lo largo de las sesiones?

Instructora 1: Evaluamos el progreso observando cómo las niñas mejoran en los movimientos básicos del fútbol, como el pase y el control del balón. También consideramos su participación en las actividades y el aumento de su confianza al interactuar con sus compañeras. A

veces, hacemos ejercicios de repaso para comprobar si han memorizado lo aprendido, y los resultados suelen ser muy positivos a medida que avanzan las sesiones.

Instructora 2: Evaluamos el progreso observando su participación en las actividades y los pequeños logros en habilidades técnicas. También nos fijamos en su actitud y motivación; si están más dispuestas a participar en el juego, eso indica que están avanzando. Utilizamos ejercicios prácticos para ver cómo mejoran en áreas como el control del balón y el pase. Con el paso de las semanas, notamos un mayor entendimiento del juego y una mejor interacción con sus compañeras.

¿Qué cambios ha observado en la participación y actitud de las niñas con síndrome de Down a lo largo de las sesiones?

Instructora 1: Al principio, algunas niñas eran tímidas y les costaba mucho participar. Con el tiempo, he notado un aumento significativo en su confianza. Ahora están más dispuestas a probar nuevas actividades, aunque todavía tienen momentos de duda. Lo más importante es que están disfrutando más, se sienten más integradas y están más motivadas a seguir adelante.

Instructora 2: Al principio, algunas niñas eran más reticentes y no estaban tan involucradas. Sin embargo, con el tiempo he notado que están mucho más dispuestas a participar. Algunas incluso han comenzado a mostrar liderazgo, motivando a sus compañeras. También han mejorado en términos de cooperación y trabajo en equipo, lo que indica que están disfrutando más de las clases y se sienten más cómodas en el entorno.

2.11. Discusión de resultados

Los resultados de este estudio actual subrayan la necesidad de proporcionar materiales educativos integrales para la aplicación de programas de enseñanza en el contexto del entrenamiento deportivo inclusivo. La elaboración de una planificación deportiva estructurada y personalizada se convierte entonces en un elemento importante de la estrategia para incluir a atletas con síndrome de Down en las clases de entrenamiento deportivo con el fin de facilitar su inclusión y asegurar un ambiente de aprendizaje efectivo y participativo (Rodríguez, 2019).

De acuerdo con los resultados obtenidos en la investigación, existe un interés positivo por ofrecer una formación integral en niñas de 6 a 8 años, en las diferentes ventajas que puedan compartir en el contexto del fútbol, táctico, conceptual, físico, teórico y de la psicología. Este enfoque busca que haya un desarrollo de la interacción e inclusión de todos los deportistas, en especial de los que tengan síndrome de Down. Esto consolida la eficacia de los contenidos propuestos, favoreciendo el clima de seguridad y de tipología de accesibilidad en las clases de

entrenamiento deportivo (Proenza, 2020). A partir de los resultados obtenidos en este estudio, se puede concluir que concuerdan con otros trabajos que manifiestan la importancia de los programas de iniciación deportiva en la formación integral del niño. Las investigaciones de Vicent y Martínez (2018), Martínez y Gómez-Molina (2016), Ainsworth et al. (2014) y Bruininks & Bruininks (2018) han señalado que los programas de entrenamiento deportivo en su debida forma bien organizada producen cambios en las áreas cognitivas, físicas y socioemocionales en las niñas.

Por la vertiente física, se deduce de las definiciones y las finalidades referidas al deporte base que los programas de iniciación deportiva contribuyen al fortalecimiento muscular, así como también a la mejora de la condición física general, y a la adquisición de habilidades motrices básicas que son esenciales para la movilidad y autonomía de los menores de edad. De igual manera, Bompa (2010) señala que la práctica deportiva, desde una óptica socioemocional, promueve la creación de lazos entre los participantes, el respeto por las reglas y el intercambio que se da entre las personas. Martínez y Gómez-Molina (2016) afirman que un esquema bien diseñado y bien estructurado de los contenidos de la enseñanza es una buena forma de conseguir el máximo aprovechamiento de las ventajas que la actividad física y sobre todo los programas de entrenamiento deportivo ofrecen.

CAPÍTULO 3: PRESENTACIÓN Y VALIDACIÓN DE LA PROPUESTA

Título de la propuesta: Diseño de un programa de enseñanza de fútbol para niñas con Síndrome de Down (6-8 años) en la Fundación el Legado.

Fundamentación teórica y conceptual de la propuesta

La concepción, los enfoques y modelos pedagógicos son el soporte teórico imprescindible para el desarrollo de un programa de enseñanza de fútbol para niñas con Síndrome de Down con edades comprendidas entre 6 a 8 años. En la concepción del programa, el desarrollo del deporte debería ser entendido como un derecho en los planteamientos políticos de una sociedad inclusiva. En este contexto, los principios de la educación inclusiva son mayores que la integración de niñas en un campo deportivo, en que el énfasis es en la creación de prácticas modificadas para satisfacer las necesidades de las características individuales de las niñas y fortalecer sus capacidades. Este entendimiento encuentra un mayor apoyo en los principios de la educación en derechos humanos que tienen como objetivo las fuerzas integrales del cuerpo y el respeto por uno mismo de cada niño a través de la participación en el deporte (Muñoz et al., 2020).

En términos pedagógicos, el programa en cuestión se basa en un modelo constructivista, donde las niñas están en el centro del proceso de aprendizaje. La importancia del contexto se entiende a través de la interacción entre lo que uno ya sabe y la nueva experiencia que se les ofrece, fomentando la independencia y la creatividad en la resolución de problemas. En el constructivismo, el deporte se considera como un factor en el desarrollo integral del individuo, abordando tanto los aspectos cognitivos y emocionales como los sociales y motores del aprendizaje. De forma integrativa, también se incorpora un enfoque de desarrollo humano integral, que incluye los aspectos físicos, emocionales, sociales y cognitivos de las niñas en la comprensión de que todos ellos están integrados y son de igual importancia en su desarrollo (Naranjo et al, 2021).

Estructuralmente, el programa en cuestión está atravesado por las concepciones sistémicas, en que todos sus componentes (actividades, estrategias, materias, recursos, evaluaciones de programas) son interdependientes y orientados a un objetivo común que es una niña integralmente desarrollada. Este nivel permite, a partir de cada nivel de complejidad, el diseño de un programa que sea lógico en niveles, de manera que cada nivel es previo al siguiente en aprendizaje intencionado. Así, en las primeras etapas, las actividades son de clases básicas de motricidad,

después se irán viendo actividades que incluirán tácticas y técnicas con mayor desarrollo de comprensión de las niñas (OMS, 2023).

Desde la óptica psicológica, se integran aspectos de la teoría del refuerzo, desarrollada por Skinner, donde se considera la importancia del reforzador positivo en los procesos de aprendizaje y sostenimiento de ciertas conductas. En el programa, esta teoría se aplica en forma de estrategias concretas como ofrecer elogios, dar recompensas simbólicas y proporcionar retroalimentación específica que apoye el aumento de la motivación y la participación de las niñas en las actividades propuestas. Además, se tienen en cuenta los postulados de la teoría de la autodeterminación de Deci y Ryan, que enfatizan la necesidad de satisfacer las necesidades básicas de autonomía, competencia o relación para provocar y mantener un comportamiento activo y, en este caso, duradero en la práctica del deporte (Pacheco et al., 2024).

Concepciones, enfoques y modelos

La propuesta se basa en teorías que involucran una visión integradora, pedagógica y deportiva. En términos conceptuales, el programa se basa en el modelo de aprendizaje significativo que propuso Ausubel, que considera la importancia del conocimiento previo y el nuevo conocimiento, permitiendo a las niñas realizar un aprendizaje contextualizado. En una visión diferente pero también sistémica, el enfoque ecológico de Bronfenbrenner establece que el desarrollo de las niñas ocurre a través de la familia, la escuela y el entorno deportivo. Tal modelo sirve de base sobre la cual se estructura el programa como un sistema responsable de las necesidades específicas de las participantes (Ainsworth et al., 2014).

Sistemas y estrategias

La propuesta opera como un sistema estructurado en niveles sencillos y complejos que asegura la integración de objetivos pedagógicos, técnicos y sociales en cada etapa de su implementación. A nivel simple, se presta atención al desarrollo de habilidades motoras más básicas, como la coordinación, el equilibrio y el control del cuerpo, mientras que a nivel complejo se aborda la integración de habilidades técnicas futbolísticas con estrategias de socialización y trabajo en equipo (Bruininks y Bruininks, 2018). Este sistema garantiza que cada componente del programa está diseñado para contribuir al desarrollo integral de las niñas. Las estrategias empleadas son varias y específicas. Entre las más destacadas se encuentran:

- **Estrategias pedagógicas adaptadas:** que están diseñadas para satisfacer las necesidades individuales de cada participante. Estas incluyen la simplificación de instrucciones, la repetición constante y apoyos visuales y auditivos.
- **Estrategias de refuerzo positivo:** para fortalecer la motivación intrínseca y extrínseca, tratando los logros individuales y colectivos de cada uno mediante recompensas simbólicas y retroalimentación verbal.
- **Estrategias lúdicas:** que involucran diferentes juegos y dinámicas recreativas durante las sesiones con el fin de aprender habilidades técnicas en un contexto amistoso y motivador.
- **Estrategias colaborativas:** que fomentan la interacción y cooperación entre las niñas con valores como el respeto, la empatía y el trabajo en equipo.

Estas estrategias están destinadas a ser adaptables y permiten cambios a medida que surgen los desafíos durante la implementación del programa.

Metodologías y métodos

La metodología integra enfoques prácticos, experienciales y sensibles al contexto, que buscan asegurar que todas las niñas participen activamente. Se basa en conceptos del enfoque de enseñanza progresiva y enfoques centrados en el alumno para el aprendizaje, con énfasis en el ritmo y las capacidades de las participantes individuales.

Los métodos empleados incluyen:

- **Método directo:** orientado hacia el aprendizaje de habilidades técnicas específicas, como pasar, controlar el balón y disparar. Este método permite dar instrucciones claras y organizadas.
- **Método de juego:** enfocado en el uso de juegos y otras actividades lúdicas que involucran habilidades y aspectos sociales para que el aprendizaje se lleve a cabo de una manera más placentera.
- **Método de descubrimiento guiado:** alienta a las niñas a buscar y probar diferentes respuestas al problema planteado, ayudando a desarrollar creatividad y pensamiento fuera de lo convencional.

- **Método de retroalimentación continua:** mantiene a las niñas informadas sobre su desempeño e proporciona sugerencias bien estructuradas y correctas, señalando logros y acciones correctivas a tomar.

Estos métodos, al combinarse de manera efectiva, aseguran que el proceso de aprendizaje sea activo, participativo y productivo, mientras se aprecia la diversidad de cada una de las niñas.

Recursos, materiales y apoyos

Los recursos utilizados en el programa son variados y están estructurados de manera que abordan los requisitos únicos de las niñas con síndrome de Down. Los recursos físicos incluyen:

- Pelotas ligeras y coloridas que permiten un mejor manejo y enfoque visual.
- Conos, aros y cintas destinados a actividades de coordinación y precisión.
- Material audiovisual para fortalecer las instrucciones verbales para una mejor comprensión.

Los recursos humanos incluyen entrenadoras calificadas con conocimiento en educación inclusiva y auxiliares que asisten durante las sesiones ofreciendo apoyo individualizado.

Además, se emplean recursos pedagógicos como tarjetas visuales, carteles y guías didácticas, que ayudan a presentar las actividades de una manera más organizada y refuerzan el proceso de aprendizaje. Estos recursos garantizan la disponibilidad y efectividad del programa y ayudan a crear un ambiente inclusivo y beneficioso.

Adaptaciones:

El programa también introduce adaptaciones específicas que mejoran el contacto de todas las niñas en el programa. Tales modificaciones son:

- Cambiar los aspectos del contenido para que estén al alcance de la comprensión de las niñas.
- Beneficios monetarios del seguro de salud para adultos mayores que brindan compensación y para ceguera por degeneración macular relacionada con la edad.
- Reformular para que estas ideas sean gramaticalmente más potentes y mejor estructuradas de lo que consiste la paráfrasis. Asistencia en redacción para niñas que aprenden inglés como otro idioma (EAL) comenzando mi carrera en finanzas.

- Reordenamiento dentro de la programación de las actividades, de forma que cada niña lo pueda hacer a su propio ritmo.

Estas adecuaciones aseguran que el programa se desarrolle de manera inclusiva y atienda a las características de las participantes, favoreciendo un aprendizaje justo y relevante.

Instrumentos para el diagnóstico y evaluación

La evaluación del programa se lleva a cabo a través de instrumentos cualitativos y cuantitativos que permiten analizar el programa en términos de sus objetivos relacionados con el desarrollo de las niñas. Entre estas herramientas, se mencionan las siguientes:

- **Pruebas diagnósticas iniciales:** destinadas a identificar el nivel de habilidades motoras y técnicas al inicio del programa. Medidas descriptivas enfocadas: para rastrear el progreso en habilidades específicas y sociales.
- **Registros de rendimiento individual:** que muestran todos los logros de cada una de las niñas en relación con los objetivos particulares que se les han asignado.
- **Encuestas y entrevistas a padres y entrenadoras:** para recopilar información cualitativa sobre los cambios que se han notado en las niñas y la retroalimentación general que ha recibido el programa.

Estos instrumentos permiten hacer un seguimiento permanente y modificar los programas de acuerdo a las necesidades observadas, asegurando su relevancia y eficacia.

Estructura del programa de enseñanza de fútbol para niñas con Síndrome de Down (6-8 años) en la Fundación el Legado

Presentación

En el ámbito del desarrollo humano, se dice que el fútbol es una herramienta educativa que mejora el desarrollo de las niñas, y se adapta a las necesidades específicas que el niño tenga. Casi seguro que este deporte será muy beneficioso para las niñas con síndrome de Down ya que puede contribuir en el desarrollo de las habilidades motoras y sociales mientras mejora su estado emocional durante el proceso (UNESCO, 2015). El Programa de Necesidades de Fútbol para Niñas con Síndrome de Down se centra en estas necesidades y características, pues su fin es promover la actividad física en estas niñas y por impresión integrarlas socialmente.

Este enfoque toma como base principios de la educación inclusiva, que tiende a garantizar el igualamiento de las oportunidades de todas las personas sin ninguna distinción, ya sea por sus capacidades o por sus discapacidades. El programa se plantea asegurar que cada niña se involucre en las actividades a su ritmo y de acuerdo a sus particularidades, lo que contribuye tanto a su autoestima como a su socialización. Además, al realizar las tareas en un entorno grupal, se favorece el trabajo, la comunicación y la interacción de las niñas, lo que contribuye a potenciar sus habilidades sociales en relación a sus compañeros (Vicent y Martínez, 2018). Una de las características más sobresalientes del programa es su flexibilidad, en la medida que se ajusta constantemente a las necesidades y los avances de cada una de las participantes. En lugar de tener que seguir un determinado rito, las actividades son concebidas de modo que ellas se proponen de forma progresiva, para que las pequeñas tengan éxito en cada uno de los niveles y desarrollen y dominen sus destrezas poco a poco. Mediante dinámicas de juego, ejercicios técnicos y actividades más grupales, se busca el desarrollo de algunas habilidades motoras de forma amena y entretenida, como el control, el pase, el tiro y remate a puerta (Villacís, 2019).

Este programa también se involucra en el desarrollo emocional y social de las participantes, no tiene solo un enfoque físico. Las niñas en su integridad pueden poner en práctica todos estos aprendizajes, por ejemplo, las habilidades para manejar las emociones o las habilidades para relacionarse positivamente con sus compañeros y para asumirse de manera más autoeficaz. Al mismo tiempo, se enfatiza el trabajo y el respeto, lo cual ayuda a construir un clima respetado en el que cada niña se sienta valorada y atendida (Velázquez, 2013). Las actividades presentadas en el programa son divertidas y motivadoras gracias a los materiales adaptados y enfoques innovadores que ayudan en la comprensión y ejecución de las tareas. La combinación de fútbol con actividades divertidas asegura que las niñas disfruten de la experiencia, mientras que, al mismo tiempo, aprenden y adquieren nuevas habilidades. La evaluación constante del progreso también ayuda a adaptar el programa de tal manera que cada niña progrese según sus capacidades y requerimientos (Silva et al., 2021).

Objetivos

Objetivo general:

Promover el desarrollo integral de las niñas con síndrome de Down, utilizando el fútbol como fuente de mejora de sus habilidades motoras, sociales y emocionales, de acuerdo con su

potencial. Esta propuesta tiene como objetivo crear un ambiente de aprendizaje inclusivo y significativo al proporcionar actividades adecuadas según las necesidades de cada niña.

Objetivos específicos

- Evaluar las habilidades físicas y sociales de las niñas al inicio, para modificar las tareas y el método de enseñanza a utilizar.
- Desarrollar e integrar actividades inclusivas que permitan el dominio gradual de las habilidades técnicas básicas del fútbol, incluyendo el control del balón, el pase y el tiro.
- Mejorar la participación social y el trabajo en equipo a través de ejercicios que fomenten la cooperación y la comunicación de las participantes.
- Evaluar el impacto del programa en el desarrollo físico, cognitivo y social de las niñas, realizando observaciones y registros de progreso durante el transcurso del programa.

Justificación

El programa proporciona un enfoque pedagógico de integración y adaptado sobre la base de teorías como el aprendizaje significativo de David Ausubel y el aprendizaje por descubrimiento de Jerome Bruner. Estas teorías defienden tradiciones que afirman que para que ocurra el aprendizaje debe haber una conexión con el mundo real y con lo que el aprendiz ya ha experimentado para una mejor y más duradera retención del conocimiento (Romero et al., 2020).

La adquisición de habilidades de fútbol por parte de niñas con síndrome de Down no se limita solo a las habilidades motoras, sino que también abarca el desarrollo emocional y social, que son importantes para su proceso de inclusión. El modelo ecológico de Bronfenbrenner también subraya la importancia del contexto en el desarrollo de la niña, afirmando que un ambiente propicio que fomente el auto desarrollo es crítico para la niña. En este sentido, el fútbol se convierte en un instrumento a través del cual se mejora la autoestima, la autosuficiencia y la participación activa en la sociedad a través del compromiso social y físico (Silva et al., 2021):

Asimismo, la OMS (2023) ha enfatizado la relevancia del ejercicio físico frecuente en las niñas con algún tipo de discapacidad, señalando que mejora de forma notable el desarrollo físico, la salud mental y la inserción social. Tal programa, consistente con estas directrices, tiene como

finalidad ofrecer una oportunidad de desarrollo físico, emocional y social en un ambiente seguro, ajustado e inclusivo.

Caracterización de la propuesta

El programa se caracteriza por:

- **Inclusión:** El diseño del programa está orientado a asegurar la participación activa de todas las niñas, independientemente de sus habilidades. Las actividades son flexibles e individualizadas a las necesidades de cada participante, promoviendo así un aprendizaje gradual (Rodríguez, 2019).
- **Flexibilidad:** Las actividades se ajustan en función de los niveles de rendimiento y las capacidades de las participantes, lo que permite a cada niña progresar a su propio ritmo y sin presión. Esto se garantiza mediante un monitoreo constante y retroalimentación.
- **Ludicidad:** El juego es la herramienta principal de enseñanza en este programa, con actividades para niñas y formas divertidas para que las niñas aprendan. Esto mejora la adquisición de técnicas de fútbol, al tiempo que contribuye a la formación de relaciones interpersonales y al desarrollo emocional.
- **Enfoque integral:** El programa implica el aspecto físico del deporte, pero también necesita incluir la formación de competencias sociales y emocionales, creando un entorno de aprendizaje que promueva la inclusión, la colaboración y la interdependencia positiva.

Ideas rectoras

- **Aprendizaje significativo:** El proceso de enseñanza debe ser efectivo y relevante para las experiencias de vida de las niñas, de modo que puedan utilizar el conocimiento recién adquirido en el mundo real.
- **El fútbol como medio de inserción:** No solo de ser un deporte, el fútbol es una herramienta que ayuda para la inserción social, al mismo tiempo otorga a las niñas un medio para la interacción, la cooperación y el desarrollo de habilidades sociales.
- **Valoración de las capacidades individuales:** Cada niño tiene su tiempo y su manera de comprender las cosas. Es importante que se respeten estas particularidades y

que el proceso de enseñanza se adapte a estas necesidades para que cada una de las niñas cubra progreso.

- **Desarrollo integral:** La actividad física debe ser vista como un medio y no como un fin, hacia el desarrollo de capacidades motoras, sociales, cognitivas y emocionales, en un clima inclusivo (Quinga, 2020).

Estructura y dinámica del programa

El programa consta de cuatro fases destinadas a satisfacer progresivamente y de manera adecuada las necesidades de las niñas:

Fase inicial: Diagnóstico y establecimiento de metas individuales

En esta etapa preliminar, se evalúan las habilidades físicas, cognitivas y sociales de las niñas para establecer objetivos individuales. Esto incluye observar su coordinación motora mientras interactúan con los demás, así como su comprensión de los aspectos más básicos del fútbol. Con las evaluaciones en mano, es decir, se pueden adaptar las actividades de tal manera que estén al alcance del nivel de las niñas y también las estiren según sea necesario.

Fase de aprendizaje: Las habilidades se introducen gradualmente de más fáciles a más difíciles

Esta fase centra su atención en el desarrollo de habilidades fundamentales en las niñas, por ejemplo, control del balón, pase y tiro. Las actividades se estructuran de tal manera que las niñas pueden comenzar gradualmente a querer trabajar con tareas más desafiantes a medida que aumenta su nivel de rendimiento; comienzan con ejercicios simples. También hay un énfasis en la repetición y en trabajar habilidades en un ambiente agradable que esté libre de presión.

Fase de integración: Fomento del trabajo en equipo y la interacción social

En esta fase, se utilizan juegos y dinámicas grupales para promover la colaboración entre la estrategia del CD. Se realizan actividades como competiciones de equipos, relevos, ejercicios de cooperación, entre otros en los que las niñas deben juntarse y trabajar en equipo para lograr objetivos comunes. A esto les sirve para desarrollar otras habilidades blandas como la comunicación, el respeto por los demás y el trabajo en grupo en un mismo entorno.

Fase de cierre: Evaluación crítica y celebración de logros

Al finalizar el programa, se lleva a cabo una evaluación final para examinar el proceso que cada niña ha realizado a lo largo del programa en relación con los objetivos establecidos. Las habilidades tangibles que se obtuvieron se miden en comparación con los estándares establecidos previamente, y se reconoce el esfuerzo de las participantes y el progreso que lograron, ya que esto inyecta más confianza y entusiasmo en ellas para seguir adelante con la vida y convertirse en triunfadoras en el futuro.

Actividades

Sesión 1: Introducción a la técnica ofensiva y movimiento sin balón

Objetivos:

Habilidad: Introducir y practicar los movimientos básicos sin balón, como correr, cambiar de dirección y saltar.

Capacidad: Mejorar la agilidad y los cambios de ritmo.

Educativo: Fomentar el trabajo en equipo y la comunicación sin el uso del balón.

Tabla 5. Sesión de entrenamiento 1

Duración	Actividad	Descripción	Material	Método de entrenamiento	Objetivos y evaluación
5'	Inicio - Explicación	Introducción a los movimientos sin balón.	Ninguno	Instrucción Directa	Asegurar la comprensión de la técnica básica y la postura correcta.
10'	Carrera y cambio de dirección	Practicar cambios de dirección y ritmo.	Conos, pelotas	Ejercicio Individual	Evaluar el control del ritmo y dirección durante la carrera.
10'	Salto de futbolista	Realización de saltos y cambios de altura con control del cuerpo.	Ninguno	Ejercicio Práctico	Evaluar la correcta ejecución del salto y la postura al aterrizar.
10'	Regate sin balón	Fintas y movimientos rápidos para simular el regate sin balón.	Conos, pelotas	Ejercicio Práctico	Observar la coordinación y la capacidad para hacer fintas eficaces.

Duración	Actividad	Descripción	Material	Método de entrenamiento	Objetivos y evaluación
5'	Cierre y reflexión	Resumen de la clase y evaluación de las habilidades aprendidas.	Ninguno	Relajación y Reflexión	Evaluación general de la sesión y refuerzo de los conceptos trabajados.

Elaboración propia.



Figura 1. Movimiento ofensivo sin balón.

Fuente: <http://diegoleva98.blogspot.com/2018/11/conocer-y-aplicar-los-sistemas.html>

Sesión 2: Regate y contacto con el balón

Objetivos: **Habilidad:** Perfeccionar las técnicas de regate y control del balón.

Capacidad: Potenciar la habilidad para driblar en situaciones de presión.

Educativo: Impulsar la confianza en el manejo del balón y el trabajo en equipo.

Tabla 6. Sesión de entrenamiento 2

Duración	Actividad	Descripción	Material	Método de entrenamiento	Objetivos y evaluación
5'	Introducción a la sesión	Explicación de la importancia del regate y el control en el juego.	Ninguno	Instrucción Directa	Reforzar la técnica de regate y control.
10'	Regate con control	Ejercicio de regateando entre conos y Conos, manteniendo el control del balón.	Conos, pelotas	Ejercicio Guiado	Evaluar la capacidad de mantener el control del balón mientras se cambia de dirección.
10'	Finta con balón	Fintas y cambios de dirección con el balón en situaciones de uno contra uno.	Conos, pelotas	Ejercicio en Parejas	Observar la efectividad de las fintas y el manejo del balón con adversarios.

Duración	Actividad	Descripción	Material	Método de entrenamiento	Objetivos y evaluación
10'	Juego reducido con balón	Aplicación de regates y controles en un juego reducido.	Balones, conos	Juego Real	Evaluar la integración del regate y el control en situaciones de juego.
5'	Cierre y evaluación	Evaluación de la ejecución individual y retroalimentación.	Ninguno	Relajación y Reflexión	Evaluación general de las habilidades trabajadas y refuerzo positivo.

Elaboración propia.



Figura 2. Regate y contacto con el balón.

Fuente: <https://www.heraldo.es/noticias/deportes/2014/10/22/chicas-con-regate-313024.html>

Sesión 3: Recepción y control del balón

Objetivos: Habilidad: Mejorar las técnicas de recepción utilizando distintas partes del cuerpo.

Capacidad: Desarrollar la habilidad de controlar el balón de manera efectiva en diversas situaciones.

Educativo: Promover la capacidad de tomar decisiones rápidas y precisas.

Tabla 7. Sesión de entrenamiento 3

Duración	Actividad	Descripción	Material	Método de entrenamiento	Objetivos y evaluación
5'	Introducción al control	Explicación y demostración de las técnicas de recepción del balón.	Ninguno	Instrucción Directa	Evaluar la comprensión de las técnicas de recepción.
10'	Recepción con el pie	Ejercicio de recepción con el pie, controlando el balón de manera efectiva.	Pelotas, conos	Ejercicio Guiado	Observar el control del balón al recibirlo con el pie.

Duración	Actividad	Descripción	Material	Método de entrenamiento	Objetivos y evaluación
10'	Recepción con muslo y abdomen	Practicar la recepción con el muslo y abdomen para mejorar el control.	Pelotas	Ejercicio Guiado	Evaluar la capacidad de controlar el balón al recibirlo con distintas partes del cuerpo.
10'	Juego reducido de control	Juego reducido donde se utiliza la recepción y control del balón.	Balones, conos	Juego Real	Evaluar la integración del control de balón en un contexto de juego.
5'	Cierre y reflexión	Reflexión sobre el control del balón y su importancia en el juego.	Ninguno	Relajación y Reflexión	Evaluación final de las técnicas trabajadas.

Elaboración propia.



Figura 3. Recepción y control del balón.

Fuente: <https://www.uaes.edu.co/sites/default/files/bienestar/deportes%20y%20recreacion/GUIA%20FÚTBOL-1.pdf>

Sesión 4: Cabeceo y técnicas defensivas

Objetivos:

Habilidad: Mejorar la técnica de cabeceo en diferentes situaciones.

Capacidad: Desarrollar la habilidad de anticipación y las técnicas defensivas.

Educativo: Fomentar la importancia de la comunicación defensiva y el trabajo en equipo.

Tabla 8. Sesión de entrenamiento 4

Duración	Actividad	Descripción	Material	Método de Entrenamiento	Objetivos y Evaluación
5'	Introducción al cabeceo	Explicación y demostración del cabeceo en diferentes direcciones.	Ninguno	Instrucción Directa	Evaluar la comprensión de las técnicas de cabeceo.

Duración	Actividad	Descripción	Material	Método de Entrenamiento	Objetivos y Evaluación
10'	Cabeceo con la frente	Ejercicio de cabeceo utilizando la parte frontal de la cabeza.	Pelotas	Ejercicio Guiado	Observar la técnica y el control en el cabeceo.
10'	Cabeceo hacia atrás	Ejercicio de cabeceo hacia atrás, simulando situaciones reales de juego.	Pelotas	Ejercicio Guiado	Evaluar la técnica de cabeceo hacia atrás en situaciones dinámicas.
10'	Intercepción y anticipación	Ejercicios defensivos de intercepción y anticipación con cabeceo.	Pelotas	Ejercicio en Parejas	Observar la capacidad para interceptar el balón y anticipar las jugadas ofensivas.
5'	Cierre y reflexión	Reflexión sobre la técnica defensiva y cabeceo.	Ninguno	Relajación y Reflexión	Evaluación general de la técnica de cabeceo y su importancia defensiva.

Elaboración propia.



Figura 4. Cabeceo.

Fuente: <http://rubensvalenzuela.com/web/trabajos-practicos/3-ejercicios-para-cabeceo-con-jovenes/>

Sesión 5: Pase y recepción en movimiento

Objetivos: Habilidad: Mejorar la precisión en los pases y la recepción mientras se está en movimiento. **Capacidad:** Desarrollar la habilidad de hacer pases rápidos y precisos incluso bajo presión.

Educativo: Fomentar la capacidad de anticipación y la lectura del juego en situaciones dinámicas.

Tabla 9. Sesión de entrenamiento 5

Duración	Actividad	Descripción	Material	Método de Entrenamiento	Objetivos y Evaluación
5'	Introducción a la sesión	Explicación sobre la importancia del pase y la recepción en movimiento.	Ninguno	Instrucción Directa	Reforzar la comprensión de la técnica de pase y recepción en movimiento.
10'	Pase corto en movimiento	Ejercicio de pase corto y recepción en movimiento sin detenerse.	Balones, sin conos	Ejercicio Guiado	Evaluar la precisión y velocidad de los pases y la recepción sin perder el ritmo.
10'	Pase largo y recepción	Ejercicio de pase largo con recepción en movimiento.	Balones	Ejercicio Guiado	Observar la efectividad de los pases largos y cómo se recibe el balón en carrera.
10'	Juego reducido con pase	Juego reducido donde se enfatiza el pase y la recepción en movimiento.	Balones, en conos	Juego Real	Evaluar la aplicación de las habilidades de pase y recepción en un contexto de juego.
5'	Cierre y evaluación	Evaluación del dominio del pase y la recepción en situaciones dinámicas.	Ninguno	Relajación y Reflexión	Retroalimentación sobre la calidad del pase y la recepción en movimiento.

Elaboración propia.



Figura 5. Pase y recepción.

Fuente: <https://www.easy2coach.net/es/ejercicios-fútbol/entrenamiento-fútbol-pasesconrecepindelbaln.html>

Sesión 6: Técnicas de defensa y desmarque

Objetivos: **Habilidad:** Perfeccionar las técnicas defensivas y la capacidad para desmarcarse. **Capacidad:** Desarrollar la habilidad de anticipar los movimientos del oponente.

Educativo: Promover la disciplina defensiva y la toma de decisiones ágiles.

Tabla 10. Sesión de entrenamiento 6

Duración	Actividad	Descripción	Material	Método de Entrenamiento	Objetivos y Evaluación
5'	Introducción a la sesión	Explicación sobre las técnicas defensivas y el desmarque.	Ninguno	Instrucción Directa	Evaluar la comprensión de la importancia del desmarque y las técnicas defensivas.
10'	Defensa 1 contra 1	Ejercicio de defensa en situaciones de 1 contra 1, enfocado en la anticipación.	Conos, pelotas	Ejercicio Guiado	Observar la efectividad de la defensa en situaciones uno contra uno.
10'	Desmarque ofensivo	Ejercicio de desmarque para recibir el balón en situación de ataque.	Conos, pelotas	Ejercicio en Parejas	Evaluar la capacidad de realizar un desmarque eficaz para recibir el pase.
10'	Defensa en equipo	Juego reducido donde se aplican las técnicas defensivas y de desmarque.	Balones, conos	Juego Real	Evaluar el trabajo en equipo defensivo y la capacidad para realizar un desmarque efectivo.
5'	Cierre y reflexión	Reflexión sobre las técnicas de defensa y desmarque.	Ninguno	Relajación y Reflexión	Evaluación del rendimiento individual y colectivo en situaciones defensivas.

Elaboración propia.

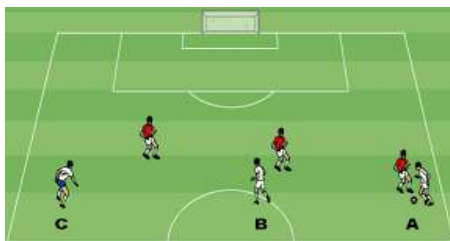


Figura 6. Técnicas de defensa y desmarque.

Fuente: <https://www.web-fútbol.com/desmarque-de-apoyo/>

Sesión 7: Juego de posición y tácticas ofensivas

Objetivos:

Habilidad: Potenciar la comprensión del juego de posición y la distribución en ataque.

Capacidad: Mejorar la habilidad para llevar a cabo tácticas ofensivas de manera precisa.

Educativo: Promover el trabajo en equipo y la interpretación táctica del partido.

Tabla 11. Sesión de entrenamiento 7

Duración	Actividad	Descripción	Material	Método de Entrenamiento	Objetivos y Evaluación
5'	Introducción al juego de posición	Explicación de las tácticas ofensivas y la importancia del juego de posición.	Ninguno	Instrucción Directa	Reforzar la importancia del juego de posición en el ataque.
10'	Juego de posesión	Ejercicio de posesión de balón con jugadores en posiciones fijas.	Conos, en pelotas	Ejercicio Guiado	Evaluar la capacidad de mantener la posesión y distribuir el balón rápidamente.
10'	Ataque posicional	Ejercicio para practicar la distribución ofensiva en situaciones de ataque.	Conos, pelotas	Ejercicio Guiado	Observar la precisión en los pases y la capacidad de realizar un ataque posicional eficaz.
10'	Juego de transición	Juego reducido enfocado en la transición rápida de defensa a ataque.	Balones, conos	Juego Real	Evaluar la velocidad y efectividad de la transición de defensa a ataque.
5'	Cierre y reflexión	Reflexión sobre las tácticas ofensivas y la importancia del juego de posición.	Ninguno	Relajación y Reflexión	Evaluación de las tácticas ofensivas implementadas durante la sesión.

Elaboración propia.



Figura 7. Juego de posición y tácticas ofensivas.

Fuente: <https://afopro.com/2019/12/17/juego-de-posicion-con-transicion/>

Sesión 8: Juego en equipo y defensa colectiva

Objetivos: **Habilidad:** Mejorar las técnicas defensivas en equipo y el trabajo conjunto.

Capacidad: Desarrollar la anticipación y el esfuerzo defensivo colectivo.

Educativo: Promover la colaboración entre los jugadores en situaciones tanto defensivas como

ofensivas.

Tabla 12. Sesión de entrenamiento 8

Duración	Actividad	Descripción	Material	Método de Entrenamiento	Objetivos y Evaluación
5'	Introducción al juego en equipo	Explicación de la importancia del trabajo en equipo en defensa.	Ninguno	Instrucción Directa	Evaluar la comprensión del trabajo colectivo defensivo.
10'	Defensa colectiva	Ejercicio de defensa colectiva, con énfasis en la anticipación y cobertura.	Conos, pelotas	Ejercicio Guiado	Observar la efectividad de la defensa colectiva y la comunicación entre los jugadores.
10'	Trabajo ofensivo colectivo	Ejercicio para practicar la cooperación en ataque y la movilidad.	Conos, pelotas	Ejercicio en Parejas	Evaluar la efectividad del juego ofensivo colectivo y la distribución del balón.
10'	Juego reducido en equipo	Juego reducido para practicar tanto la defensa colectiva como el ataque.	Balones, conos	Juego Real	Observar la aplicación de la defensa y el ataque en un juego real.
5'	Cierre y reflexión	Reflexión sobre el trabajo en equipo y la defensa colectiva.	Ninguno	Relajación y Reflexión	Evaluación de la cooperación y comunicación en el campo de juego.

Elaboración propia.



Figura 8. Juego en equipo y defensa colectiva. Fuente:

<https://www.efdeportes.com/efd160/ejercicios-para-mejorar-la-anticipacion-en-futbol.htm>

Sesión 9: Partido y evaluación final

Objetivos:

Habilidad: Integrar todas las habilidades adquiridas en las sesiones previas.

Capacidad: Fomentar la habilidad de implementar las técnicas en un entorno de juego real.

Educativo: Valorar el avance general y promover la colaboración en equipo durante el partido.

Tabla 13. Sesión de entrenamiento 9

Duración	Actividad	Descripción	Material	Método de Entrenamiento	Objetivos y Evaluación
5'	Introducción al partido	Explicación del formato del partido y objetivos de la evaluación final.	Ninguno	Instrucción Directa	Asegurar la comprensión del formato y los objetivos del partido.
20'	Partido controlado	Partido en campo reducido para evaluar las habilidades y tácticas aprendidas.	Balones, conos	Partido Controlado	Observar la aplicación de todas las técnicas y tácticas durante el juego.
10'	Evaluación de habilidades	Evaluación del rendimiento individual y en equipo durante el partido.	Ninguno	Observación Directa	Evaluar la integración de las habilidades aprendidas en un contexto de juego real.
5'	Cierre y reflexión final	Reflexión sobre el progreso individual y grupal durante la temporada.	Ninguno	Relajación y Reflexión	Evaluación final de las habilidades y el trabajo en equipo a lo largo de las sesiones.

Elaboración propia.



Figura 9. Partido y evaluación final.

Fuente: https://es.123rf.com/photo_182039287_partido-del-equipo-de-fútbol-femenino-niña-juega-al-fútbol-en-el-estadio-de-campo-verde-corre-y.html

Exigencias y criterios

Para el éxito del cumplimiento de este programa, conviene todos los criterios y exigencias:

Entorno seguro y ajustado: Es fundamental contar con un espacio adecuado que esté desordenado y sea fácil de alcanzar para todas las niñas, asegurando su máxima seguridad.

Personal capacitado: El grupo docente debe estar capacitado en la educación inclusiva, en deportes paralímpicos y en educación de niñas con alguna discapacidad, para aplicar la enseñanza adecuadamente.

Recursos

- **Humanos:** El programa estará complementado con entrenadoras especializadas en deporte adaptado, asistentes educativos, así como voluntarios especializados en el trabajo con el niño con síndrome de Down.
- **Materiales:** Pelotas más ligeras adaptadas, conos, aros, chalecos diferenciados y medios visuales estructurados para ayudar a las niñas en la comprensión y práctica de los ejercicios.
- **Infraestructura:** Espacios que son seguros y fáciles de alcanzar como canchas deportivas y áreas recreativas que están cuidadas para que las niñas realicen las actividades de manera sencilla y segura.

Beneficiarios

Los principales beneficiarios de este programa son niñas de entre 6 y 8 años con síndrome de Down. A través de este programa, las niñas adquirirán habilidades motoras, sociales y emocionales que les ayudarán a crecer y convertirse en individuos independientes. También se ayudará a mejorar la autoestima, la cooperatividad y la independencia de las niñas. Además, las familias de las niñas se verían muy beneficiadas al ser testigos de tales cambios en sus hijas. También el ambiente educativo se vería automáticamente afectado positivamente por los cambios de inclusión y respeto a la diversidad en la cultura.

Cierre

La presente iniciativa pretende trascender el sólo enfoque técnico que significaría el entrenamiento de habilidades deportivas, y en consecuencia dotar a cada niña con capacidades de desarrollo holístico. Como previó el proyecto, el programa ofrece un contexto en el cual las niñas pueden ejercitar su coordinación, mejorar su equilibrio, incrementar su autoconfianza y proclive a

lo más importante: la comprensión del trabajo en unión y en sociedad en un ambiente seguro y de respeto.

Se espera que cada fase del programa también permita a las niñas trabajar a su propio ritmo y habilitar un crecimiento natural que tome en consideración sus habilidades individuales. Para cada edad, el programa se ajusta y muchas veces, debido a la naturaleza de la discapacidad, la edad no es la única consideración, porque además del crecimiento físico, con un enfoque integrado el programa cubre aspectos emocionales y sociales, que son cruciales para el cuidado holístico de las niñas.

Es importante que el éxito de este programa deja de ser sólo la capacitación en habilidades futbolísticas, sino el aumento del nivel de confianza de las niñas en sí mismas, la mejora de sus relaciones sociales y el sentimiento de ser parte de una comunidad. Este programa también fomenta la inclusión social, el respeto, la colaboración y contribuye naturalmente a una cultura educativa que fomenta el valor de la diversidad y la igualdad de oportunidades para todos y cada uno, independientemente de sus habilidades.

Validación teórica de la pertinencia del programa de enseñanza de fútbol para niñas de 6 a 8 años con Síndrome de Down de la Fundación El Legado

La implementación del programa de entrenamiento para niñas de 6 a 8 años con síndrome de Down se fundamentó en la evaluación de las distintas etapas del programa, con el propósito de mejorar las habilidades motrices y la técnica en el fútbol. Este análisis se llevó a cabo mediante la evaluación del coeficiente de competencia de los expertos, quienes brindaron información valiosa para perfeccionar el programa.

El método utilizado comenzó con la evaluación del coeficiente de competencia (K), que se calculó como la semisuma de los diferentes niveles de conocimiento sobre la formación técnica específica en fútbol para niñas con síndrome de Down (kc) y la medida de la fuente de argumentación (ka). La fórmula empleada para calcular el coeficiente de competencia fue: $K = 1/2 (kc + ka)$. El cálculo de kc implicó la evaluación de los expertos utilizando una escala del 1 al 5, multiplicada por un factor de 0.1. Por otro lado, ka evaluó las diversas fuentes de argumentación según su relevancia, utilizando las categorías de "alta", "media" y "baja".

Tabla 14. Fuentes de argumentación

FUENTES DE ARGUMENTACIÓN	GRADO DE INSUFICIENCIA DE LAS FUENTES EN SUS CRITERIOS
	A (Alto)
Análisis teórico realizados por usted	0.3
Su experiencia obtenida	0.5
Trabajo de autores nacionales	0.05
Trabajo de autores extranjeros	0.05
Propio conocimiento del estado del problema en el extranjero	0.05
Su intuición	0.05

Elaboración propia

Evaluación de expertos

A pesar de los resultados obtenidos con la metodología empleada, el coeficiente de competencia (K) fue elevado según la evaluación de los 10 expertos consultados, alcanzando un valor promedio de 0.8. Esto permitió seleccionar a los 5 expertos más calificados para valorar el programa de enseñanza de fútbol dirigido a niñas de 6 a 8 años con síndrome de Down de la Fundación El Legado. Los criterios utilizados para la selección de los expertos incluyeron:

- Experiencia y práctica en la formación técnica en fútbol para niñas.
- Participación activa y experiencia en programas deportivos enfocados en personas con síndrome de Down.
- Conocimiento en investigaciones sobre el entrenamiento técnico en fútbol para niñas con discapacidad.

De los 10 expertos consultados, se eligieron 5 para evaluar las distintas etapas del programa. Los resultados de la valoración de estas etapas del programa de enseñanza se presentan en la siguiente tabla:

Tabla 15. Evaluación de las etapas del programa de enseñanza de fútbol para niñas con Síndrome de Down

Elaboración propia

ETAPAS	C5 (Excelente)	C4 (Muy Bueno)	C3 (Bueno)	C2 (Regular)	C1 (Malo)	Total
Etapas 1: Diagnóstico inicial	2	2	1	0	0	5
Etapas 2: Elaboración	3	2	0	0	0	5
Etapas 3: Implementación	1	3	1	0	0	5
Etapas 4: Evaluación	3	1	1	0	0	5

El análisis de la evaluación de las etapas del programa de enseñanza de fútbol para niñas con síndrome de Down, basado en las valoraciones de 5 expertos, revela resultados en su mayoría positivos. En la Etapa 1: Diagnóstico inicial, el 80% de los expertos la calificaron como Excelente o Muy Bueno, lo que indica que el contenido fue adecuado, aunque algunos sugirieron pequeñas mejoras. En la Etapa 2: elaboración, el 100% de los expertos evaluaron la metodología como Excelente o Muy Bueno, lo que refleja la efectividad de los métodos de enseñanza propuestos y los ejercicios propuestos.

La Etapa 3: Implementación mostró una evaluación mixta, con un 80% de valoraciones en las categorías más altas y un 20% en Bueno, sugiriendo que algunos aspectos prácticos pueden necesitar ajustes. Finalmente, la Etapa 4: Evaluación recibió una valoración positiva, con el 60% de los expertos calificando esta etapa como Excelente, aunque se identificaron áreas de mejora en el proceso de seguimiento y evaluación del programa. En general, los resultados indican que el programa fue bien valorado, pero hay oportunidades para optimizar algunos aspectos, especialmente en la implementación y evaluación.

Tabla 16. Frecuencia absoluta

Características	C1	C2	C3	C4	C5
Etapas 1: Diagnóstico inicial	X	X	X	X	X
Etapas 2: Elaboración	X	X	X	X	X
Etapas 3: Implementación	X	X	X	X	X
Etapas 4: Evaluación	X	X	X	X	X

Tabla 17. Resultados del nivel de concordancia de los expertos

Elaboración propia.

Criterios del experto	Puntos de cohorte	Suma	Valor P	Valor N-P	Nivel de concordancia
Experto 1	0.77	0.77	0.8	0.03	Bastante adecuado
Experto 2	0.64	0.64	0.7	0.06	Bastante adecuado
Experto 3	0.64	0.64	0.7	0.06	Bastante adecuado
Experto 4	0.64	0.64	0.7	0.06	Bastante adecuado
Experto 5	0.64	0.64	0.7	0.06	Bastante adecuado
Total	0.64	3.2	3.5	0.18	Bastante adecuado

Elaboración propia.

Tabla 18. Rangos evaluativos de los puntos de cohorte

Puntos de cohorte			
-0.77	0.64	0.95	1.29
Muy adecuado	Bastante adecuado	Adecuado	Poco adecuado

Elaboración propia.

El análisis de los resultados obtenidos en la evaluación de las etapas del programa de entrenamiento específico para niñas con síndrome de Down muestra un alto nivel de acuerdo entre los expertos, con un valor promedio de los puntos de cohorte de 0.64, que se clasifica como "Bastante adecuado". Este valor sugiere que la mayoría de los expertos creen que las etapas del programa están implementadas de manera adecuada, aunque no de forma completamente óptima. Al revisar cada etapa del programa, se observa que las orientaciones metodológicas y la evaluación recibieron la mayor cantidad de calificaciones en las categorías "Excelente" y "Muy bueno", lo que destaca su relevancia y efectividad según los expertos. La etapa de implementación, aunque también recibió valoraciones positivas, mostró más variabilidad, lo que indica que algunos aspectos de la ejecución podrían necesitar ajustes para mejorar su eficiencia. En general, los expertos coincidieron en que el programa tiene un alto potencial de éxito, pero podría requerir ajustes en áreas específicas para lograr una implementación completamente óptima.

CONCLUSIONES

El "Programa de enseñanza de fútbol para niñas de 6 a 8 años con síndrome de Down" de la Fundación El Legado ha logrado su objetivo principal: facilitar el desarrollo motriz e inclusión de las niñas en los entrenamientos deportivos. Este programa se fundamenta en principios pedagógicos que favorecen el desarrollo físico, emocional y social de las participantes, promoviendo su participación activa en un entorno inclusivo y adaptado. La validación teórica a través del método Delphi confirmó que las actividades diseñadas son adecuadas y efectivas para impulsar tanto el desarrollo motriz como la integración social de las niñas con síndrome de Down en el ámbito deportivo. Los fundamentos teóricos y metodológicos del programa han sido considerados pertinentes y apropiados para las niñas con síndrome de Down. La metodología se basa en enfoques pedagógicos inclusivos y adaptativos, aprobados por expertos del área mediante el proceso Delphi. Este enfoque pedagógico tiene en cuenta las necesidades individuales de las participantes, fomentando la flexibilidad y adaptación de las actividades para que cada niña pueda avanzar a su propio ritmo. Además, se subrayó la importancia de emplear un modelo que permita la exploración y el aprendizaje activo, favoreciendo el desarrollo de habilidades a través de experiencias directas y significativas en un entorno inclusivo.

A través de la observación directa y la revisión de los planes de entrenamiento, se evaluó el estado actual del proceso de inclusión de las niñas en las clases de entrenamiento deportivo. Se identificaron áreas de mejora en la organización y adaptación de las actividades, especialmente en la necesidad de personalizar aún más los ejercicios según las características individuales de las participantes. Aunque se notó un nivel de participación de las niñas, es fundamental adoptar un enfoque más integral en la planificación y ejecución de las clases, que tenga en cuenta no solo las habilidades motrices, sino también las interacciones sociales y emocionales dentro del grupo. El proceso de inclusión debe ser un esfuerzo continuo que involucre tanto a las niñas como a las instructoras, fomentando un ambiente de respeto y colaboración. El programa de enseñanza del fútbol se estructuró en componentes que favorecen el desarrollo motriz y la inclusión social de las niñas con síndrome de Down. La planificación de las actividades se adapta a las necesidades individuales de cada participante, asegurando que las niñas puedan acceder a un aprendizaje progresivo y acorde a sus capacidades. La incorporación de dinámicas lúdicas y juegos

colaborativos permite que las niñas no solo desarrollen habilidades técnicas, sino que también fortalezcan su capacidad de trabajar en equipo y relacionarse de manera positiva con sus compañeras. La flexibilidad y adaptación de las actividades según el progreso de las niñas fueron aspectos clave en el diseño del programa, contribuyendo a un aprendizaje significativo y a la integración plena en el ámbito deportivo.

La validación teórica mediante el método Delphi ha confirmado que el diseño del programa es adecuado para alcanzar los objetivos establecidos. La propuesta metodológica tiene el potencial de generar un impacto positivo en el desarrollo motriz y la inclusión social de las niñas con síndrome de Down, siempre que se implemente con un enfoque flexible y adaptativo. La efectividad del programa dependerá de la correcta ejecución de las actividades, la formación continua de las instructoras y la creación de un entorno inclusivo que favorezca la participación activa y el bienestar de las niñas en todas las etapas del proceso de aprendizaje.

RECOMENDACIONES

1. Se propone que el programa de enseñanza del fútbol para niñas con síndrome de Down se implemente en fases piloto para evaluar su efectividad en un entorno real. Es esencial realizar ajustes basados en el progreso de las participantes, permitiendo una retroalimentación continua de entrenadoras, especialistas en inclusión y las propias niñas. Esto garantizará que las actividades sean adecuadas y efectivas para el desarrollo motriz y social de las niñas.
2. Para llevar a cabo el programa de manera adecuada, es fundamental que las entrenadoras reciban capacitación específica sobre el manejo de niñas con síndrome de Down, así como en metodologías adaptadas al fútbol. La formación debe abarcar tanto el aspecto técnico del deporte como estrategias pedagógicas inclusivas que fomenten la participación activa y el bienestar emocional de las niñas. Se sugiere la creación de cursos o talleres especializados para este propósito.
3. También es recomendable establecer un sistema de seguimiento y evaluación constante del impacto del programa en el desarrollo motriz, cognitivo y social de las niñas. Esto permitirá ajustar las actividades según las necesidades individuales y colectivas, asegurando que cada participante progrese de acuerdo con sus capacidades. Además, se sugiere utilizar

herramientas de evaluación adaptadas a las características de las niñas con síndrome de Down para obtener datos precisos y útiles.

4. Sería beneficioso ampliar la muestra de participantes en futuras investigaciones para evaluar la aplicabilidad del programa en diferentes contextos y con un mayor número de niñas. Ampliar la investigación a otras instituciones o fundaciones podría proporcionar información adicional sobre la efectividad del programa en diversos entornos, permitiendo comparar resultados y mejorar su diseño.
5. Es importante investigar más a fondo cómo el fútbol adaptado impacta en la inclusión social de las niñas con síndrome de Down. Sería útil analizar de qué manera la práctica de deportes en equipo puede mejorar sus habilidades sociales y emocionales, facilitando así una mejor integración en la comunidad escolar y en la sociedad en general.
6. Futuros estudios podrían enfocarse en conocer la opinión de los padres e instructoras sobre los progresos en la inclusión. Para apoyar la enseñanza y la participación activa de las niñas, se recomienda crear material didáctico y recursos visuales que se ajusten a sus necesidades cognitivas. Esto podría incluir pictogramas, videos explicativos o guías visuales que les ayuden a entender las reglas y técnicas del fútbol de una manera más accesible.
7. Por último, dado que el fútbol es solo una de las muchas disciplinas deportivas que pueden beneficiar a las niñas con síndrome de Down, sería interesante explorar la adaptación de otros deportes, como el balonmano o el baloncesto, para promover su desarrollo integral en diferentes contextos de actividad física. Esto ampliaría las oportunidades para su participación en el deporte y su inclusión en actividades grupales.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Abril, J., y Díaz, A. (2020). *Entorno de aprendizaje basado en la colaboración no grupal en el área de educación física*. [Tesis de Maestría, Universidad Cooperativa de Colombia]. <https://repository.ucc.edu.co/server/api/core/bitstreams/81105ee8-eff5-4497-a08c-a373ec94beb7/content>
- Alvarado, J. (2022). *Adaptación curricular en Educación Física para niños con Síndrome de Asperger de básica elemental*. Tesis de Maestría, Universidad de Guayaquil, Facultad de Educación Física, Deportes y Recreación. <http://repositorio.ug.edu.ec/handle/redug/62364>
- Arévalo, D., y Burgos Calderón, J. (2020). *Capacitación a docentes del nivel inicial sobre la inclusión de niños con necesidades educativas especiales asociadas a la discapacidad física intelectual, auditiva y visual en dos centros de desarrollo infantil público de la ciudad de Cuenca*. Tesis de Grado, Universidad del Azuay. <https://bibliotecadigital.oducal.com/Record/ir-datos-10339?sid=4469>
- American Academy of Pediatrics (AAP). (2016). *Inclusion of Children with Down Syndrome in Early Childhood*.
- American Academy of Pediatrics (AAP). (2020). *Síndrome de Down*. <https://publications.aap.org/pediatrics/article/149/5/e2022057010/186778/Health-Supervision-for-Children-and-Adolescents>
- Baquero-Trujillo, R., y Castro-Williams, R. (2022). Los juegos cooperativos como medio de inclusión en la educación física en los estudiantes de educación básica superior. *Polo del Conocimiento*, 7(10). <https://polodelconocimiento.com/ojs/index.php/es/article/view/4818>
- Bouta, M., & Artal, F. (2011). Inclusion of students with Down syndrome in physical education. *International Journal of Disability Sports and Exercise*, 2(2), 73-82. <https://doi.org/10.1080/17450232.2011.590958>
- Benavides, D. A. (2021). *Propuesta didáctica de juegos cooperativos para la mejora de las habilidades sociales en las clases de Educación Física en estudiantes de básica superior aplicada al currículo ecuatoriano*. Quito-Ecuador: Tesis de Maestría, Pontificia

Universidad Católica del Ecuador.

<http://repositorio.puce.edu.ec/bitstream/handle/22000/21459/Benavides%20Espinosa%20Diego%20Armando.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

Bennasar-García, M. (2022). Estrategias pedagógicas de la educación física en alumnos con discapacidades y necesidades educativas especiales. *Encuentros. Revista de Ciencias Humanas, Teoría Social y Pensamiento Crítico*(1), 329-340.

<https://doi.org/10.5281/ZENODO.6551183>

Bravo, A. (2021). *Situación educativa de la población con discapacidad múltiple: estudio de caso de una niña con síndrome de holt-oram y discapacidad auditiva*. Cuenca: [tesis de Maestría, Universidad Politécnica Salesiana Cuenca-Ecuador]. Archivo digital.

<https://dspace.ups.edu.ec/bitstream/123456789/20352/1/UPS-CT009156.pdf>

Calatayud, M. A. (2019). Una oportunidad para avanzar hacia la evaluación auténtica en Educación Física. *Retos*, 36, 259-265.

<https://doi.org/10.47197/retos.v36i36.67540>

Calle, J. R. (2020). *Situación educativa de personas con discapacidad múltiple. Estudio de caso: discapacidad motriz, intelectual y visual*. [Tesis de maestría, Universidad Politécnica Salesiana Cuenca-Ecuador]. Archivo digital.

<https://dspace.ups.edu.ec/bitstream/123456789/19807/1/UPS-CT008962.pdf>

Calvar, C., Martínez de Alegría, J., Bastarrica Varela, O., López-Vélez, A., y Gamito Gómez, R. (2021). Juegos cooperativos para la inclusión. *Tándem Didáctica de la Educación Física* (72),34-38.

<https://redined.educacion.gob.es/xmlui/bitstream/handle/11162/211361/Calvar.pdf?sequence=1>

Cauich, J. (2019). *Síndrome de Holt-Oram. Revisión cualitativa de la literatura*. Universidad Nacional Autonoma de Mexico. Tesis para obtener el diploma de la especialidad de Pediatría.

http://repositorio.pediatrica.gob.mx:8180/bitstream/20.500.12103/371/1/tesis2008_22.pdf

Chaverra-Fernández, B. E., y Hernández-Álvarez, J. L. (2019). La planificacion de la evaluacion en educacion fisica: Estudio de casos sobre un proceso desatendido en la ensenanza.

- Revista *Electrónica Educare*, 23(1), 1–21.
https://www.scielo.sa.cr/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1409-42582019000100225
- Chavez , S., y Grace , C. (2021). *Focomelia en extremidades superiores e inferiores en un lactante de 8 meses*. Universidad Privada Antenor Orrego - UPAO.
<http://repositorio.upao.edu.pe/handle/20500.12759/7172>
- Constitución de la República del Ecuador. (2008). *Asamblea Nacional de la República del Ecuador 30 de Octubre de 2008*.
<https://pdba.georgetown.edu/Constitutions/Ecuador/english08.html>
- Corral, K. (2019). Educación inclusiva: Concepciones del profesorado ante el alumnado con necesidades educativas especiales asociados a discapacidad. *Revista de educación inclusiva*, 12(2), 171–186.
<https://revistaeducacioninclusiva.es/index.php/REI/article/view/439/505>
- Down Syndrome Association of Illinois. (n.d.). *Inclusion in Schools*.
<https://hoidsa.org/resources/educators/profile/down-syndrome-guidelines-for-an-inclusive-education>
- Echavarría, R. B. (1999). *Investigación: un camino al conocimiento un enfoque cualitativo y cuantitativo* (1.a ed. ed.). San José, C.R.: Universidad Estatal a Distancia.
- Estrada, L. V. (2023). *Frecuencia de malformaciones congénitas ortopédicas y problemas músculo esqueléticos en recién nacidos en el hospital iii yanahuara essalud de arequipa, en el periodo de enero 2020 a enero 2023*. Tesis doctoral para optar el título profesional de médica cirujana; universidad nacional de San Agustín de Arequipa. <https://repositorio.unsa.edu.pe/server/api/core/bitstreams/a3ac1ab5-9084-4377-8add-b51f5aca50d2/content>
- Feria, H., Matilla González, M., y Mantecón Licea, S. (2020). La entrevista y la encuesta: ¿métodos o técnicas de indagación empírica? *Didáctica y Educación*, 11(3), 62–79.
<https://revistas.ult.edu.cu/index.php/didascalía/article/view/992>
- Ferriz, A., García Martínez, S., y Arroyo Botella, J. (2019). Metodología cooperativa disminuye las actitudes disruptivas en educación física. *Revista internacional de medicina y ciencias*

- de la actividad física y del deporte, 19(76), 599-615.
<https://doi.org/10.15366/rimcafd2019.76.002>
- Galarza, C. H. (2018). *Los juegos cooperativos en el rendimiento académico de los estudiantes de la unidad educativa mario cobo barona*. Tesis de Maestría, Universidad Técnica de Ambato.
- Federación Española de Deportes para Personas con Discapacidad Intelectual (FEDDI). (2023). *Fútbol Femenino*. <https://www.feddi.org/>
- Fox, B., Moffett, G. E., Kinnison, C., Brooks, G., & Case, L. E. (2019). Physical Activity Levels of Children with Down Syndrome. *Pediatric Physical Therapy*, 31(1), 33–41. <https://doi.org/10.1097/PEP.0000000000000556>
- Fundación Down España. (2023). *Deporte e inclusión*. <https://www.sindromedown.org/>
- Garay-Mantilla, M., Sánchez-Celis, E., y Rodríguez-Sierra, A. (2021). El juego cooperativo como estrategia pedagógica para. *Praxis*, 17(1), 55–68.
<https://doi.org/10.21676/23897856.3520>
- García, E., Carrillo Lopez, P., y Rosa Guillamón, A. (2020). Medidas desde el área de Educación Física para atender a las. e-Motion. *Revista de Educación, Motricidad e Investigación*(14), 82-104. <https://doi.org/10.33776/remo.v0i14.4694>
- García, Y. (2021). La natación como alternativa de superación en menor con síndrome de focomelia. *Dialéctica* 1(18).
<http://historico.upel.edu.ve:81/revistas/index.php/dialectica/article/view/9330>
- García Pajares, R. (2019). En busca de la inclusión educativa Una propuesta de aula a partir del Aprendizaje Cooperativo y las TRIC. *Revista Ensayos Pedagógicos*, 14(12), 151-172.
<https://doi.org/10.15359/rep.14-2.8>
- García, N., Piassa, A., y Ribeiro, M. (2020). Juegos cooperativos con jóvenes en situación de vulnerabilidad social: la sistematización de una experiencia. *Estudios pedagógicos (Valdivia)*, 46(3), 151–166. <http://dx.doi.org/10.4067/S0718-07052020000300151>
- García, P. S., y González, V. B. (2021). Actitudes del profesorado de educación física hacia la inclusión de alumnos con discapacidad (Physical Education Teachers' attitudes towards

- the inclusion of students with disabilities). *Retos*, 39, 7-12. <https://doi.org/10.47197/retos.v0i39.77841>
- Gómez, A., Planes Rivera, D. d., y Gómez Ledesma, Y. (2019). Acciones metodológicas para contribuir al proceso de Educación Física Inclusiva: una aproximación al tema. *Mendive. Revista de Educación*, 17(1), 84–96. http://scielo.sld.cu/scielo.php?pid=S1815-76962019000100084&script=sci_arttext&tlng=en
- Gómez, A., Roba Lazo, B., Hernández Mite, K., y Escalante Candeaux, L. (2021). Inclusión en la Educación Física, su perspectiva desde la formación del profesional de Cultura Física. *Revista de Ciencia y Tecnología en la Cultura Física*, 16(2), 423–435. http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1996-24522021000200423
- González, E., Armijos Robles, D., y Ríos Robles, C. (2023). Adaptaciones Curriculares para la Atención en las Necesidades Educativas Especiales de las Niñas y Niños con Discapacidad Intelectual, Física, Auditiva y Visual. *Ciencia Latina Revista Científica Multidisciplinar*, 7(1), 14235-14250. https://doi.org/10.37811/cl_rcm.v7i2.5845
- Gonzalez-Bañales, D., Barrera Nava, F., y Merlán Fernández, H. (2019). Propuesta para realización de pruebas de usabilidad “Think Aloud” para personas con discapacidad auditiva-habla. In INNODOCT/18. *International Conference on Innovation, Documentation and Education*, 353-365. <http://dx.doi.org/10.4995/INN2018.2018.8777>
- Guamán, H., y Díaz Vintimilla, M. (2020). Síndrome de Roberts: reporte de un caso. *Revista Mexicana de Cirugía Bucal y Maxilofacial*, 16(1), 42–46. <https://doi.org/doi:10.35366/93387>
- Gupta, M., Dosu, A., y y Maka, J. (2022). Holt-Oram Syndrome: An Incidental Diagnosis. *Cureus*, 14(5). <https://doi.org/10.7759/cureus.24899>
- Hernández, E. (2023). Síndrome de Holt-Oram asociado con atresia. *Acta Médica del Centro*, 17(1), 154-160. <http://scielo.sld.cu/pdf/amdc/v17n1/2709-7927-amdc-17-01-154.pdf>
- Hernández-Beltrán, V., Gámez-Calvo, L., y Gamonales, J. (2021). Propuesta de Unidad Didáctica para Educación Física: “Conociendo los deportes para personas con

- discapacidad visual. *e-Motion: Revista de Educación, Motricidad e Investigación*(15), 77-101. <https://doi.org/10.33776/remo.v0i15.5031>
- Lamoneda Prieto, J., & Flores Aguilar, G. (2022). Game-based learnig for initial evaluation in physical education in Spanish adolescents. *Retos*, 46, 683–693. <https://doi.org/10.47197/retos.v46.94561>
- Letelier, I., Neira, R., Gutiérrez, L., Donoso, M. D., y Carrillo, J. (2022). Inclusión de estudiantes con discapacidad visual en clases de Educación Física. *Rev. horiz. Cienc. Act. Fís.*, 11(2), 1–13. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=8019628>
- Ley Orgánica de Discapacidades (Vol. Registro Oficial N° 796). (2012). https://oig.cepal.org/sites/default/files/2012_leyorg.dediscapacidades_ecu.pdf
- Mansilla, P., y Abellán, J. (2022). Juegos cooperativos-sensibilizadores para mejorar las actitudes hacia la discapacidad en educación física en educación primaria. *Sportis Scientific Journal of School Sport Physical Education and Psychomotricity*, 8(1), 60-80,. <https://doi.org/10.17979/sportis.2022.8.1.8640>
- Martínez, J. E., Salazar Naranjo, R. E., y & Romero Bustamante, M. L. (2020). Estrategias pedagógicas inclusivas y su aporte en el aprendizaje de los estudiantes con necesidades educativas especiales (Física-Motora). *Magazine de las ciencias revista de investigación e innovación*, 5(CISE), 354-369. <https://revistas.utb.edu.ec/index.php/magazine/article/view/1127/815>
- McDermott, D., Fong, J., y Basson, C. (2019). Síndrome de Holt-Oram. (GeneReviews®. Universidad de Washington, Ed.) *EuropePMC*. <https://europepmc.org/article/nbk/nbk1111#free-full-text>
- MINEDUC. (2016). *Currículo de EGB Y BGU: Educación Física*. Ministerio de Educación. <https://educacion.gob.ec/wp-content/uploads/downloads/2016/08/EF-completo.pdf>
- Ministerio de Educación. (2011). Módulo I, Educación Inclusiva. https://educacion.gob.ec/wp-content/uploads/downloads/2013/07/Modulo_Trabajo_EI.pdf
- Ministerio de Educación de Ecuador. (2016). Educación Especializada e Inclusiva. <https://educacion.gob.ec/educacion-especial-inclusiva/>

Ministerio de Salud Pública [MSP]. . (3 de diciembre de 2022). Ecuador avanza hacia un proceso inclusivo y de reducción de las desigualdades para personas con discapacidad – Ministerio de Salud Pública. <https://www.salud.gob.ec/ecuador-avanza-hacia-un-proceso-inclusivo-y-de-reduccion-de-las-desigualdades-para-personas-con-discapacidad/>

Muñoz-Arroyave, V., Lavega-Burgués, P., Costes, A., Damian, S., y & Serna, J. (2020). Los juegos motores como recurso pedagógico para favorecer la afectividad desde la educación. *Retos. Nuevas tendencias en Educación Física, Deporte y Recreación*(38), 166-172. <https://doi.org/10.47197/retos.v38i38.76556>

Naranjo-Naranjo, E., Torres-Palchisaca, Z., y Barrachina-Fernández, G. (2021). Estrategias Metodológicas de la Educación Física para la Inclusión de Escolares con Mono-Para y Tetraplejia. *Cienciamatria*, 7(3), 794–817. <https://doi.org/10.35381/cm.v7i3.623>

Navarro-Patón, R., Lago-Ballesteros, J., y Basanta-Camiño, S. (2019). Conductas prosociales de escolares de educación primaria: influencia de los juegos cooperativos. *SPORT TK: Revista Euroamericana de Ciencias del Deporte*, 8(2), 33-38. <https://revistas.um.es/sportk/article/view/401081/273111>

National Down Syndrome Society. (n.d.). Inclusion in School. Retrieved from <https://ndss.org/inclusive-education-guidelines>

Organización Mundial de la Salud [OMS]. (27 de Febreo de 2023). *Trastornos congénitos*. <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/birth-defects>

Organización Mundial de la Salud (2023). Discapacidad. <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/disability-and-health>

Pacheco-Martínez, E. V., Narváez-Morales, V. O., & Rodríguez-Vargas, A. R. (2024). Ejercicios físico terapéuticos para la inclusión de estudiantes amputados a la clase de educación física. *MQRInvestigar*, 8(1),4932–4945. <https://doi.org/10.56048/MQR20225.8.1.2024.4932-4945>

Piza, N., Amaiquema Márquez, F., y Beltrán Baquerizo, G. (2019). Metodos y tecnicas en la investigacion cualitativa. Algunas precisiones necesarias. *Conrado*, 15(70), 455–459.

http://scielo.sld.cu/scielo.php?pid=S1990-86442019000500455&script=sci_arttext&tlng=pt

Plan Nacional de Desarrollo 2017-2021 Toda la Vida. (2017). *Resolución N. o CNP-003-2017*.

https://www.planificacion.gob.ec/wp-content/uploads/downloads/2017/10/PNBV-26-OCT-FINAL_0K.compressed1.pdf

Posada, M., Martín-Arribas, C., Ramírez, A., Villaverde, A., y Abaitua, I. (2008). Enfermedades raras. Concepto, epidemiología y situación actual en España. *scielo*, 31(2), 9-20. *Anales del Sistema Sanitario de Navarra*.

https://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1137-66272008000400002

Proenza-Pupo, J. R. . (2020). Educación Física inclusiva: modelo y paradigma. *Revista científica Especializada en ciencias de la cultura física y del deporte*, 18(47), 145–160.

<https://deporvida.uho.edu.cu/index.php/deporvida/article/view/662>

Quinga, G. (2020). *Los juegos cooperativos en el desenvolvimiento técnico-táctico en el fútbol de los adolescentes de 16 a 18 años del Liceo Campoverde*. Tesis de Maestría, Universidad de las Fuerzas Armadas. <http://repositorio.espe.edu.ec/handle/21000/22497>

Rivera, I., Linares, M., Galdámez, I., y Martínez, C. (2022). Síndrome de Holt Oram en paciente pediátrico. *Revistamédica*, 161(4), 428-431.

<https://doi.org/10.36109/rmg.v161i4.551>

Rodríguez, C. A. (2019). *El juego cooperativo como estrategia pedagógica para el fortalecimiento de los valores en estudiantes de grado noveno de la institución educativa instituto técnico de sabana de torres*. Tesis de Maestría, Universidad Autonoma de Bucaramanga.

Romero, S., Ferioli, G., Fava, A., Nassif, M., y Cipollone, M. (2020). Prácticas educativas facilitadoras de aprendizajes de niños con discapacidad múltiple y sordoceguera. *Anuario Digital de Investigación Educativa*(3), 14.

<https://revistas.bibdigital.uccor.edu.ar/index.php/adiv/article/view/4206/2800>

Salmón, A., Rodríguez Serret, J., y Gómez Pérez, H. (2020). Diagnóstico ecográfico prenatal de focomelia de los miembros superiores. *MEDISAN*, 24(4), 691–699. http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1029-30192020000400691

- Sampieri, R. H., Collado, C., Lucio, M., Valencia, S., y Torres, C. (2014). *Metodología de la investigación*. (Sexta edición ed.). México D.F.: McGRAW-HILL/Interamericana Editores, S.A. DE C.V.
- Sampieri, R., Collado, C., y Lucio, P. (1988). *Metodología de la investigación* (2.a ed. ed.).
- Silva, R., Farias, C., Moreno, M. P., & Mesquita, I. (2021). Student-centred models in Physical Education: pedagogical guidelines and research trends: pedagogical guidelines and research trends. *Retos*, 42, 331–343. <https://doi.org/10.47197/retos.v42i0.86469>
- Solís, P., y Borja González, V. (2021). Actitudes del profesorado de Educación Física hacia la inclusión de alumnos con discapacidad. *Retos*, 39, 7-12. <https://doi.org/10.47197/retos.v0i39.77841>
- Bax, M., & Millichap, W. M. (2011). *Down syndrome*. In R. C. Stevenson & J. H. Hollins (Eds.), *Handbook of pediatric neurology* (2nd ed., pp. 757-774). New York: Demos Health.
- Torres-Cepeda, D., Rondon-Tapia, M., y Reyna-Villasmil, E. (2021). Diagnóstico prenatal de tetrafocomelia fetal. *Revista Peruana de Ginecología y Obstetricia*, 67(4). <http://dx.doi.org/10.31403/rpgo.v67i2374>
- Vargas, Z. (2009). La investigación aplicada: una forma de conocer las realidades con evidencia científica. *Revista Educación*, 33(1), 155-165. <https://www.redalyc.org/pdf/440/44015082010.pdf>
- Velázquez, C. (2013). *Análisis de la implementación del aprendizaje cooperativo durante la escolarización obligatoria en el área de educación física*. Tesis Doctoral, Universidad de Valladolid. <https://doi.org/10.35376/10324/2823>
- Villacís, F. (2019). El juego como estrategia metodológica para una educación física verdaderamente inclusiva. *Mamakuna: Revista de divulgación de experiencias pedagógicas*, (10), 91-94. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=8380412>
- Vicent & Martínez (2018). *Temas de actualidad en investigación y entrenamiento de fútbol* (pp. 425-430). Valencia, España: Universidad de Valencia.
- Silva-Ortiz, A., Gamonales, J., Gámez-Calvo, L., & Muñoz-Jiménez, J. (2020). Beneficios de la actividad física inclusiva para personas con síndrome de Down: revisión

sistemática. *SPORT TK-Revista EuroAmericana de Ciencias del Deporte*, 9(2), 81–94.

<https://doi.org/10.6018/sportk.454201>

UNESCO. (2015). *Guía para la inclusión de alumnos con discapacidad en la educación física y el deporte*. París, Francia: UNESCO.

Ainsworth, B. E., Haskell, W. L., Whaley, M. C., Krauss, M. A., Tuttle, S. L., & Bassett, D. R. (2014). *Guía de actividad física para adultos sanos*. Barcelona, España: Elsevier.

Bompa, T. O. (2010). *Periodización del entrenamiento: Teoría y metodología*. Barcelona, España: Paidotribo.

Bruininks, R. H., & Bruininks, B. R. (2018). *Motor development and physical activity for children with disabilities*. Champaign, IL: Human Kinetics.