

**ESTRATEGIA LÚDICA INCLUSIVA Y HABILIDADES MOTRICES BÁSICAS: UNA  
EXPERIENCIA CON ESTUDIANTE SÍNDROME DOWN**  
**INCLUSIVE PLAY STRATEGY AND BASIC MOTOR SKILLS: AN EXPERIENCE WITH A  
STUDENT WITH DOWN SYNDROME**

**Autores:** <sup>1</sup>Victor Emilio Contreras Rodríguez, <sup>2</sup>Jimmy Fernando León Delgado, <sup>3</sup>Giceya de la Caridad Maqueira Caraballo.

<sup>1</sup>ORCID ID: <https://orcid.org/0009-0000-8722-4100>

<sup>2</sup>ORCID ID: <https://orcid.org/0009-0003-4731-1041>

<sup>3</sup>ORCID ID: <https://orcid.org/0000-0001-6282-3027>

<sup>1</sup>E-mail de contacto: [vecontrerasr@ube.edu.ec](mailto:vecontrerasr@ube.edu.ec)

<sup>2</sup>E-mail de contacto: [jfleond@ube.edu.ec](mailto:jfleond@ube.edu.ec)

<sup>3</sup>E-mail de contacto: [gdmaqueirac@ube.edu.ec](mailto:gdmaqueirac@ube.edu.ec)

Afiliación: <sup>1</sup>\*<sup>2</sup>\*<sup>3</sup>\*Universidad Bolivariana del Ecuador, (Ecuador).

Artículo recibido: 29 de Junio del 2026.

Artículo revisado: 1 de Julio del 2026.

Artículo aprobado: 1 de Julio del 2026.

<sup>1</sup>Licenciado en Pedagogía de la Actividad Física y Deporte, egresado de la Universidad Técnica de Babahoyo, (Ecuador).

<sup>2</sup>Licenciado en Pedagogía de la Actividad Física y Deporte, egresado de la Universidad Técnica de Babahoyo, (Ecuador).

<sup>3</sup>Doctora en Innovaciones Científicas y Didácticas de la Educación Física Escolar, egresada de la Universidad de Granada, (España).

Coordinadora del Programa de Maestría en Pedagogía de la Cultura Física, mención en Educación Física Inclusiva de la Universidad Bolivariana del Ecuador. (Ecuador).

### **Resumen**

El perfeccionamiento de las Habilidades Motrices Básicas en estudiantes con Síndrome Down, constituye un tema esencial para la inclusión en la Educación Física. En correspondencia con lo expuesto el objetivo de la investigación se dirigió a: Diseñar una estrategia lúdica inclusiva para la mejora de las Habilidades Motrices Básicas y del proceso de inclusión de un estudiante con Síndrome Down a la clase de Educación Física. Para ello la investigación siguió un enfoque cualitativo con diseño no experimental de alcance descriptivo, propositivo y corte transversal; la misma estuvo apoyada en métodos teóricos y empíricos y técnicas como la observación y la entrevista. La muestra fue no probabilística e intencional, ubicándose un caso único procedente de una institución educativa de la provincia de Manabí, la cual fue seleccionada bajo criterios de inclusión establecidos previamente. El desarrollo de la investigación ocupó cuatro etapas: diagnóstico, diseño-planificación, ejecución, validación. Como resultados se logra diseñar y validar mediante criterios de especialista una estrategia lúdica inclusiva basada en niveles de apoyo y adaptaciones, la cual se distingue por ser flexible adaptable. Se concluye que la propuesta realizada puede

mejorar el desarrollo de las Habilidades Motrices Básicas y a su vez el proceso de inclusión de los estudiantes con Síndrome de Down.

**Palabras clave:** Estrategias lúdicas inclusivas, Habilidades motrices básicas, Síndrome down, Educación Física, Inclusión.

### **Abstract**

Enhancing basic motor skills in students with Down syndrome is a key issue for inclusion in physical education. Accordingly, the research aimed to design an inclusive, play-based strategy to improve basic motor skills and the inclusion process for a student with Down syndrome in physical education classes. The study employed a qualitative approach with a non-experimental, descriptive, proposal-oriented, and cross-sectional design, utilizing theoretical and empirical methods alongside techniques such as observation and interviews. A non-probability, purposive sampling method was used to select a single case from an educational institution in Manabí province, based on pre-established inclusion criteria. The research was conducted in four stages: diagnosis, design and planning, implementation, and validation. The study successfully designed and validated through

expert review an inclusive, play-based strategy grounded in support levels and adaptations, characterized by its flexibility and adaptability. It is concluded that the proposed strategy can contribute to improving basic motor skills and the inclusion process for students with Down syndrome.

**Keywords: Inclusive play strategies, Basic motor skills, Down syndrome, Physical Education, Inclusion.**

### **Sumário**

O aprimoramento das habilidades motoras básicas em alunos com síndrome de Down é um aspecto fundamental para a inclusão nas aulas de educação física. Nesse sentido, a pesquisa teve como objetivo elaborar uma estratégia inclusiva e lúdica para melhorar as habilidades motoras básicas e o processo de inclusão de um aluno com síndrome de Down nas aulas de educação física. O estudo adotou uma abordagem qualitativa com delineamento não experimental, descritivo, de caráter propositivo e transversal, utilizando métodos teóricos e empíricos em conjunto com técnicas como observação e entrevistas. Utilizou-se uma amostragem não probabilística intencional para selecionar um estudo de caso único em uma instituição de ensino na província de Manabí, com base em critérios de inclusão preestabelecidos. A pesquisa foi realizada em quatro etapas: diagnóstico, elaboração e planejamento, implementação e validação. O estudo obteve êxito ao elaborar e validar mediante avaliação de especialistas uma estratégia inclusiva e lúdica fundamentada em níveis de suporte e adaptações, caracterizada por sua flexibilidade e adaptabilidade. Conclui-se que a estratégia proposta pode contribuir para o aprimoramento das habilidades motoras básicas e do processo de inclusão de alunos com síndrome de Down.

**Palavras-chave: Estratégias inclusivas baseadas no brincar, habilidades motoras básicas, síndrome de Down, Educação Física, inclusão.**

### **Introducción**

Hoy en día, la educación inclusiva se ha establecido como uno de los cimientos esenciales de los sistemas de educación modernos, fomentando el derecho de todos los estudiantes a involucrarse de manera activa en los procesos de enseñanza - aprendizaje. En correspondencia con lo señalado la Educación Física (EF), adquiere mayor importancia, contribuyendo a facilitar el desarrollo de habilidades físicas, sociales y emocionales de todos los estudiantes a través del movimiento y vivencias corporales de gran relevancia.

En este contexto, los estudiantes con Síndrome de Down (SD) muestran características específicas en su desarrollo psicomotor necesitando estrategias de enseñanza-aprendizajes personalizadas que promuevan su implicación activa y su desarrollo global. Estudios realizados por Pino et al (2024) subrayan que la aplicación de estrategias basadas en juegos inclusivos promueve la participación, incrementan la motivación y potencian el aprendizaje motor en estudiantes con discapacidad intelectual; esto nos hace alinearnos con lo señalado por Trujillo (2020) al fundamentar la importancia de las prácticas adaptadas para la inclusión de estudiantes con necesidades educativas especiales. Por su parte las habilidades motrices resultan fundamentales para lograr la inclusión; dentro de estas correr, saltar, lanzar o equilibrarse, son el fundamento para el avance de movimientos más sofisticados y para la independencia en la vida diaria. Por esta razón, la implementación de estrategias educativas fundamentadas en el juego se ha transformado en una opción pedagógica efectiva, dado que el juego promueve la experimentación, el aprendizaje relevante y la interacción social. (Sarango et al 2025). Estas habilidades representan el primer nivel de organización del movimiento humano,

permitiendo al individuo adaptarse y desenvolverse de manera eficaz en su entorno físico y social, constituyen la base del desarrollo motor y del aprendizaje de actividades físicas más complejas; sin embargo, en muchos contextos educativos aún se observan limitaciones en las estrategias pedagógicas aplicadas para favorecer su desarrollo dentro de un entorno inclusivo. (Valero et al 2025)

Otros estudios demuestran que la incorporación de actividades físicas adaptadas y recreativas en la clase de educación física favorece el fortalecimiento de la motricidad gruesa y la inclusión efectiva de estos estudiantes en el contexto escolar. (Miranda et al 2023). En correspondencia con lo señalado los juegos con fines inclusivo se conciben como una estrategia pedagógica que favorece la participación, la interacción social y el desarrollo integral de los estudiantes, independientemente de sus características o condiciones individuales. Asimismo, su aplicación contribuye a la construcción de entornos educativos más equitativos, cercanos y colaborativos, en los que se promueve la inclusión, el respeto por la diversidad y el aprendizaje compartido entre los participantes. (Cedeño et al 2023).

Cabe destacar que el Síndrome de Down es una condición genética causada por la presencia total o parcial de una tercera copia del cromosoma 21. Esta alteración cromosómica produce manifestaciones diferentes en cada sujeto que lo padece, este síndrome se clasifica genéticamente como la trisomía libre del 21, que es la forma más frecuente; mosaicismo, en las que algunas células presentan trisomía 21 y otras no; y la translocación, en la que el material extra del cromosoma 21 está unido a otro cromosoma. Antonarakis, et. al (2020) refieren entre las características más comunes del Síndrome se encuentran los rasgos físicos como

presencia de hipotonía, estatura menor a la media, rasgos faciales como pliegue epicántico, manos con surco palmar único en algunos casos, en el desarrollo motor y psicomotor presentan retrasos en adquisición de hitos (gateo, bipedestación, marcha) y menor velocidad inicial en desarrollo de la coordinación.

Respecto a su función cognitiva y aprendizaje, en muchos casos poseen perfil cognitivo heterogéneo, con fortalezas en procesamiento y memoria visuales a corto plazo acompañado de dificultades relativas en la memoria verbal, lenguaje expresivo y habilidades abstractas, con prevalencia en los trastornos del lenguaje oral y de la articulación. Manifiestan tendencia a respuestas afectivas positivas, motivación para la interacción social; sin embargo, pueden requerir apoyo para la regulación emocional y las habilidades sociales complejas. Estos casos con Síndrome Down suelen presentar un desarrollo cognitivo y adaptativo más lento que sus pares, esto se manifiesta en dificultades en áreas como la comunicación, el autocuidado y las habilidades sociales. (Burgos et al 2022)

En este sentido, es importante considerar que los estudiantes con Síndrome Down suelen presentar particularidades en el desarrollo motor, como menor tono muscular, dificultades de equilibrio y coordinación, lo cual requiere estrategias pedagógicas específicas que potencien sus capacidades y respeten su ritmo de aprendizaje. (López et al 2021). Estudios precedentes reafirman que actualmente se hace indispensable la utilización de actividades lúdicas dentro de los diferentes ámbitos educativos, menciona que desde la cultura física se aporta significativamente, porque promueve una vida activa y no sedentaria fortaleciendo destrezas y habilidades motrices estrategias lúdicas, como juegos y actividades físicas

adaptadas, brinda a estos estudiantes la valiosa oportunidad de desarrollarse y aprender juntos con sus compañeros de clase. (Cueva et al 2024). Desde una perspectiva educativa contemporánea, la inclusión implica no solo la presencia del estudiante con discapacidad dentro del aula, sino también su participación activa y significativa en las actividades pedagógicas.

Siguiendo este orden de ideas la utilización de estrategias lúdicas inclusivas en la Educación Física favorece significativamente el desarrollo de habilidades motrices, la motivación y la interacción social entre los estudiantes. El juego se convierte en un medio pedagógico fundamental que permite estimular el movimiento, promover la cooperación y fortalecer el sentido de pertenencia dentro del grupo. (Allaico et al 2021). Atendiendo a ello en observación realizada en una unidad educativa de la provincia Manabí se pudo apreciar que el proceso de inclusión de los estudiantes con necesidades educativas, específicamente con Síndrome Down a la clase de Educación Física presenta limitaciones lo cual está dado por: la carencia de actividades físicas adaptadas a las necesidades del estudiante, el docente de Educación Física no posee competencias suficientes para atender la diversidad, lo que provoca falta de adaptaciones, ajustes y evaluaciones flexibles dentro de la clase; por otra parte no existen actividades específicas para el estudiante con Síndrome Down trayendo como consecuencia limitaciones en el aprendizaje y en el desarrollo de sus habilidades motrices básicas como resultado de lo señalado el estudiante es excluido, de ahí que cabe preguntarnos ¿Cómo mejorar el desarrollo de las habilidades motrices básicas y el proceso de inclusión del estudiante con Síndrome Down a la clase de Educación Física? para dar solución a la

problemática planteada el objetivo de la investigación se centró en: Diseñar una estrategia lúdica inclusiva para la mejora de las habilidades motrices básicas y del proceso de inclusión del estudiante con Síndrome Down a la clase de EF.

### **Materiales y Métodos**

La investigación se llevó a cabo en una unidad educativa de la provincia de Manabí, la misma siguió un enfoque cualitativo de caso único, con diseño no experimental, de alcance descriptivo propositivo, de corte transversal (Hernández-Sampieri, et al 2014) acompañada de métodos teóricos y empíricos dentro de estos el: analítico-sintético, inductivo-deductivo y la modelación, mientras que los métodos empíricos utilizados fueron: la observación, la entrevista y revisión documental. Como parte de las técnicas e instrumentos se emplearon la ficha de observación y la guía de entrevista, las cuales se aplicaron al docente, con el objetivo de observar el desempeño del docente sobre el proceso de inclusión y el desarrollo o no de adaptaciones a realizar en la clase, mientras que la entrevista buscó conocer los criterios y valoraciones sobre la inclusión. La observación al estudiante permitió conocer el nivel de desarrollo alcanzado en cuanto a las habilidades motrices básicas; así como valorar el proceso de inclusión y sus principales limitaciones y potencialidades.

La entrevista al representante tuvo como objetivo indagar sobre los criterios a cerca de la importancia de la Educación Física para la inclusión de su hijo, su opinión sobre las clases de Educación Física y el comportamiento del hijo en las clases que recibe. La muestra se ubicó en una institución educativa de la provincia de Manabí, la misma fue no probabilística e intencional, ubicándose un caso único como unidad de análisis, el cual fue

seleccionado bajo criterios de inclusión establecidos previamente, dentro de estos se determinaron los siguientes: presentar Síndrome Down, estar apto para la práctica de actividades físicas, presentar un nivel de afectación leve. Cabe destacar que el caso unidad de análisis, además de las características mencionadas se mostraba cooperador y motivado, sin embargo, si presentaba serias dificultades en sus habilidades motrices básicas, lo cual repercutía negativamente en el proceso de inclusión dentro de la clase.

La investigación se desarrolló en cuatro etapas: diagnóstico, diseño-planificación, ejecución y validación. En la primera etapa, correspondiente al diagnóstico, se diseñaron los instrumentos y técnicas que posteriormente fueron aplicados para realizar el análisis de la situación inicial. El Instrumento 1 consistió en una ficha de observación al docente durante las clases de Educación Física, cuyo objetivo fue conocer su desempeño en relación con el proceso de inclusión del estudiante con Síndrome de Down. Para ello se establecieron como criterios de observación la aplicación de adaptaciones curriculares y metodologías inclusivas, el uso de estrategias lúdicas orientadas al proceso de inclusión y al fortalecimiento de las habilidades motrices básicas, así como las formas de evaluación y la atención brindada al estudiante. La aplicación de este instrumento permitió identificar las principales limitaciones presentes en la práctica docente durante el proceso de enseñanza-aprendizaje. El Instrumento 2 correspondió a una entrevista dirigida al docente, cuyo propósito fue analizar su nivel de conocimientos, experiencias y percepciones respecto al proceso de inclusión. Las preguntas abordaron aspectos relacionados con su experiencia en el trabajo con estudiantes con Síndrome de Down, los conocimientos sobre

esta condición, la capacidad para realizar adaptaciones curriculares, la importancia que concede a la atención del estudiante dentro de la clase y la utilización de estrategias lúdicas inclusivas, entre otros aspectos relevantes.

El Instrumento 3 fue una guía de observación aplicada al estudiante con Síndrome de Down, cuyo objetivo consistió en evaluar su desempeño en el área de Educación Física para identificar sus habilidades motrices, nivel de participación, interacción social y necesidades de apoyo, con la finalidad de favorecer su inclusión y desarrollo integral. Finalmente, el Instrumento 4 correspondió a una entrevista dirigida al representante legal del estudiante, con el propósito de conocer sus criterios sobre la importancia de la Educación Física y su utilidad dentro del proceso de inclusión de su hijo. En relación con el análisis de los resultados, la Ficha de observación al docente evidenció, a partir de las cuatro clases observadas, que el docente presenta limitaciones para trabajar con el estudiante con Síndrome de Down, situación que se refleja en inseguridad y en la escasa aplicación de estrategias inclusivas durante el proceso de enseñanza-aprendizaje.

Se identificó que rara vez utilizó adaptaciones curriculares, demostraciones visuales o acompañamiento físico cuando era necesario, lo que dificultó que el estudiante comprendiera las actividades y participara activamente en ellas. Asimismo, se observó un uso limitado de metodologías inclusivas, especialmente de estrategias lúdicas inclusivas, ya que las actividades no fueron adaptadas de acuerdo con las características y necesidades individuales del estudiante, afectando su integración dentro del grupo. También se evidenció poca atención a las diferencias individuales y una planificación poco flexible. Las actividades

desarrolladas no contribuyeron significativamente al fortalecimiento del proceso de inclusión, debido a la escasa participación, cooperación e interacción entre los estudiantes. Además, el aprendizaje de las habilidades motrices básicas no siempre resultó significativo ni funcional para el estudiante con Síndrome de Down. En cuanto a la evaluación, se constató que el docente emplea criterios generales y poco flexibles, sin priorizar el progreso individual, el esfuerzo o la participación del estudiante, lo cual limita el enfoque inclusivo. En conjunto, estos resultados reflejan debilidades en la práctica pedagógica relacionadas con los principios de la educación inclusiva, afectando tanto el desarrollo motriz como la integración social del estudiante.

Respecto a la entrevista al docente, los resultados evidenciaron poca experiencia en el trabajo con estudiantes con Síndrome de Down, situación que limita el desarrollo de estrategias adecuadas para responder a sus necesidades educativas. En cuanto a su conocimiento conceptual, demuestra un dominio limitado sobre esta condición, presentando dificultades para comprender plenamente las características y necesidades específicas de estos estudiantes dentro del contexto educativo. Además, no concede suficiente importancia a las adaptaciones curriculares ni al desarrollo de estrategias lúdicas inclusivas, considerando que no siempre son necesarias, lo que dificulta el fortalecimiento de las habilidades motrices básicas y del proceso de inclusión. En relación con la evaluación, sus respuestas reflejan el uso de criterios generales y poco flexibles, sin valorar adecuadamente el progreso individual, el esfuerzo y la participación del estudiante. Igualmente, evidencia dificultades para promover un ambiente de respeto, cooperación e integración dentro del grupo y manifiesta una falta de formación específica en educación

inclusiva, aspecto que limita su práctica profesional y la aplicación de estrategias metodológicas adecuadas.

En la guía de observación al estudiante con Síndrome de Down, se constató que presenta dificultades para mantener la atención frente a las indicaciones del docente, especialmente cuando estas no son claras ni reciben refuerzo constante. También se observaron limitaciones para relacionarse con sus compañeros y participar en actividades grupales, situación que afecta su proceso de inclusión dentro de la clase, principalmente en aquellas actividades que requieren cooperación e interacción social. Respecto a las habilidades motrices básicas, el estudiante presenta un desempeño limitado en acciones como caminar, correr, saltar y lanzar, evidenciando dificultades de coordinación y control corporal, por lo que requiere apoyo constante para ejecutar correctamente las tareas propuestas. Asimismo, demuestra poco interés y motivación cuando las actividades no están adaptadas a sus necesidades o no resultan significativas para él, lo que disminuye su participación, confianza y seguridad. No obstante, aunque requiere apoyo permanente para comprender instrucciones y desarrollar nuevas actividades, se evidenció que disfruta compartir con sus compañeros y manifiesta satisfacción cuando recibe atención y acompañamiento.

En cuanto a la entrevista al representante, se identificó una preocupación constante respecto al proceso educativo y de inclusión del estudiante con Síndrome de Down, debido a las dificultades observadas en su participación durante las clases de Educación Física. El representante considera que esta asignatura es muy importante y útil; sin embargo, señala que no siempre favorece adecuadamente el proceso de inclusión, ya que en ocasiones su hijo

presenta limitaciones para integrarse y participar activamente con sus compañeros. Asimismo, manifiesta que la Educación Física puede ser altamente beneficiosa siempre que se desarrollen actividades y juegos en los que el estudiante pueda participar plenamente, mencionando acciones como correr, jugar y saltar. Finalmente, considera que las actividades pueden adaptarse para todos los estudiantes, incluyendo a su hijo, y destaca que cuando juega se siente feliz.

Como resultado del diagnóstico se realizó el proceso de triangulación de la información obtenida mediante los diferentes instrumentos. En primer lugar, tanto las observaciones realizadas en las clases como la entrevista al docente permitieron identificar limitaciones en el desarrollo de estrategias lúdicas con fines inclusivos y en la aplicación de adaptaciones curriculares. Se infiere que esta situación se debe a la escasa experiencia y conocimientos del docente sobre el Síndrome de Down, así como a la ausencia de adaptaciones y flexibilizaciones necesarias, tales como actividades adaptadas, apoyos específicos y evaluaciones flexibles.

En segundo lugar, la información obtenida evidenció una brecha importante en la preparación del docente para implementar estrategias inclusivas dentro de la clase. Asimismo, las observaciones realizadas al estudiante permitieron constatar las dificultades presentes en sus habilidades motrices básicas, las cuales limitan su desarrollo, participación e inclusión, confirmando la necesidad de recibir apoyos y adecuaciones durante las actividades. Por su parte, la entrevista al representante permitió conocer su percepción sobre la importancia de la Educación Física como medio para favorecer el desempeño y la inclusión de su hijo; sin embargo, considera que aún existen

importantes aspectos por mejorar para lograr una verdadera inclusión. En consecuencia, todo lo evidenciado durante el proceso diagnóstico confirma el problema de investigación y pone de manifiesto la necesidad de incorporar nuevas estrategias y actividades que contribuyan a mejorar el desempeño del estudiante. De esta manera, se ratifica la pertinencia de diseñar una estrategia basada en juegos inclusivos, caracterizada por su flexibilidad y capacidad de adaptación a las necesidades del estudiante con Síndrome de Down. Estas evidencias condujeron a los investigadores a desarrollar la segunda fase del proceso investigativo, centrada en la planificación y diseño de la propuesta.

La segunda etapa, denominada planificación y diseño de la propuesta, dio lugar a la estrategia titulada "Estrategia lúdica inclusiva y Habilidades Motrices Básicas: Jugando aprendo y me desarrollo", cuyo objetivo general es favorecer el desarrollo de las habilidades motrices básicas y fortalecer el proceso de inclusión de los estudiantes con Síndrome de Down dentro de las clases de Educación Física. Para alcanzar este propósito se plantearon como objetivos específicos mejorar la praxis pedagógica y didáctica del docente de Educación Física, estimular el desempeño motriz y la inclusión de los estudiantes con Síndrome de Down, y promover la participación activa, la interacción social y el trabajo cooperativo entre todos los estudiantes durante las clases de Educación Física. La presente propuesta se fundamenta en los principios de la educación inclusiva, entendida como el derecho de todos los estudiantes a participar activamente en igualdad de oportunidades dentro del entorno educativo. Desde esta perspectiva, la Educación Física constituye un espacio esencial para fortalecer no solo las capacidades motrices, sino también las relaciones sociales, la autoestima y la participación colectiva. (Sierra Díaz, et al

2021). En el caso de los estudiantes con Síndrome Down, las actividades lúdicas representan una herramienta pedagógica efectiva, ya que favorecen el aprendizaje significativo mediante el juego, la motivación y la interacción con sus compañeros. (Reyes et al 2024). Diversos autores señalan que las estrategias lúdicas permiten adaptar contenidos y metodologías a las necesidades individuales del estudiante, promoviendo un aprendizaje más dinámico e inclusivo. Asimismo, el

desarrollo de las habilidades motrices básicas resulta fundamental durante la infancia, pues constituye la base para movimientos más complejos y para la participación en actividades físicas, recreativas y deportivas. Por ello, la propuesta busca integrar actividades adaptadas que respeten el ritmo de aprendizaje de los estudiantes con Síndrome Down y a su vez contribuir al fortalecimiento de sus destrezas y habilidades.

**Tabla 1.** Aspectos de la propuesta.

Etapa	Objetivo	Descripción / Actividades principales	Resultados esperados
<b>1. Diagnóstico</b>	Identificar el nivel de desarrollo de las habilidades motrices básicas del estudiante con Síndrome de Down y valorar el proceso de inclusión durante las clases de Educación Física.	Aplicación de instrumentos de diagnóstico (observación al docente, entrevista al docente, observación al estudiante y entrevista al representante). Posteriormente se analizaron los resultados obtenidos para determinar las principales necesidades educativas.	Identificación de fortalezas, dificultades y necesidades del estudiante y del docente, que sirvieron de base para el diseño de la estrategia.
<b>2. Planificación y diseño</b>	Diseñar una estrategia lúdica inclusiva para fortalecer las habilidades motrices básicas y favorecer la inclusión.	Elaboración de la fundamentación y descripción de la estrategia. Diseño de actividades lúdicas adaptadas, organizadas de forma progresiva, especificando título, objetivo, materiales, habilidades a trabajar, adaptaciones metodológicas y formas de evaluación. Entre las actividades se incluyen: El Circuito Aventurero, La Búsqueda del Tesoro, Carrera de Animales, Lanza y Atrapa la Pelota de Colores, Encuesta y Gana, Saltando entre Aros, Relevos Cooperativos, La Telaraña de la Amistad, Construyamos Juntos, La Pelota Viajera y El Semáforo del Respeto.	Disponibilidad de una estrategia estructurada, flexible y adaptada a las necesidades del estudiante con Síndrome de Down.
<b>3. Ejecución</b>	Implementar la estrategia lúdica inclusiva en las clases de Educación Física.	Aunque esta etapa no se ejecutó por limitaciones de tiempo, se establecieron orientaciones para su futura implementación: desarrollo durante 10 semanas, aplicación progresiva de las actividades, realización de adaptaciones metodológicas y curriculares, utilización de apoyos visuales y auditivos, flexibilización del tiempo y las repeticiones, seguimiento permanente y evaluación continua del progreso del estudiante.	Favorecer el desarrollo de las habilidades motrices básicas, incrementar la participación, fortalecer la inclusión y promover la interacción social mediante actividades adaptadas.
<b>4. Validación</b>	Valorar la pertinencia y viabilidad de la estrategia propuesta.	La propuesta fue evaluada por tres especialistas con formación en Pedagogía de la Cultura Física y Educación Física Inclusiva, quienes analizaron aspectos como la mejora de las habilidades motrices, la inclusión, la participación, la funcionalidad, la adaptabilidad y la efectividad de la estrategia.	Los especialistas consideraron que la propuesta es pertinente, funcional, adaptable y aplicable en contextos similares. Recomendaron realizar previamente una experiencia piloto debido a que la investigación se desarrolló con un único caso de estudio.

Fuente: Elaboración propia.

La propuesta se fundamenta en los principios de la educación inclusiva, entendida como el derecho de todos los estudiantes a participar activamente en igualdad de oportunidades dentro del entorno educativo. Desde esta perspectiva, la Educación Física constituye un espacio esencial para fortalecer no solo las

capacidades motrices, sino también las relaciones sociales, la autoestima y la participación colectiva (Sierra Díaz et al., 2021). En el caso de los estudiantes con Síndrome de Down, las actividades lúdicas representan una herramienta pedagógica eficaz, ya que favorecen el aprendizaje significativo

mediante el juego, la motivación y la interacción con sus compañeros (Reyes et al., 2024). Asimismo, diversos autores coinciden en que las estrategias lúdicas permiten adaptar los contenidos y las metodologías a las necesidades individuales del estudiante, promoviendo un aprendizaje dinámico, participativo e inclusivo.

El desarrollo de las habilidades motrices básicas constituye un aspecto esencial durante la infancia, pues representa la base para la adquisición de movimientos más complejos y para la participación en actividades físicas, recreativas y deportivas. En este sentido, la propuesta integra actividades adaptadas que respetan el ritmo de aprendizaje de los estudiantes con Síndrome de Down y favorecen el fortalecimiento de sus destrezas motrices. Además, se sustenta en el enfoque humanista y constructivista, en el cual el estudiante es considerado el protagonista de su proceso de aprendizaje, mientras que el docente actúa como mediador y facilitador de experiencias que promueven la participación, la inclusión y el aprendizaje significativo.

La propuesta consiste en una estrategia lúdica inclusiva organizada en cuatro etapas: diagnóstico, planificación y diseño, ejecución y validación. Las actividades fueron diseñadas para desarrollarse durante las clases de Educación Física con el propósito de fortalecer las habilidades motrices básicas y favorecer el proceso de inclusión de los estudiantes con Síndrome de Down. Todas las actividades fueron organizadas de manera progresiva y adaptadas a las características y necesidades individuales de los estudiantes, incorporando título, objetivo, descripción, materiales, habilidades a desarrollar, adaptaciones metodológicas y formas de evaluación. En la primera etapa (Diagnóstico) se identificó el nivel de desarrollo de las habilidades motrices

básicas del estudiante y se valoró el proceso de inclusión dentro de las clases de Educación Física mediante la aplicación de los instrumentos de investigación y el análisis de sus resultados.

La segunda etapa (Planificación y diseño) estuvo orientada a la elaboración de la estrategia, incluyendo su fundamentación, descripción y el diseño de las actividades lúdicas inclusivas, estableciendo para cada una de ellas sus objetivos, materiales, adaptaciones metodológicas, habilidades a desarrollar y procedimientos de evaluación. La tercera etapa (Ejecución) contempló las orientaciones para la implementación de la propuesta. Debido a las limitaciones de tiempo, esta fase no pudo desarrollarse durante la investigación; sin embargo, se establecieron recomendaciones para su aplicación, entre ellas el desarrollo progresivo de las actividades durante un período aproximado de diez semanas, la planificación de adaptaciones metodológicas y curriculares, el empleo de apoyos visuales y auditivos, la flexibilización del tiempo y del número de repeticiones, así como el seguimiento permanente de los avances alcanzados por cada estudiante.

La cuarta etapa (Validación) consistió en la valoración de la propuesta mediante el criterio de tres especialistas con formación en Educación Física Inclusiva. Los expertos evaluaron aspectos relacionados con la contribución de la estrategia al desarrollo de las habilidades motrices básicas, el fortalecimiento de la participación e inclusión, la aceptación por parte de los compañeros, la funcionalidad de las actividades y la adaptabilidad de la estrategia. Los resultados evidenciaron que la propuesta es pertinente, funcional, adaptable y viable para su aplicación en contextos similares, recomendando como paso previo a su

implementación generalizada la realización de una experiencia piloto. A continuación, se

expone en la figura 1 la representación gráfica de la propuesta diseñada.

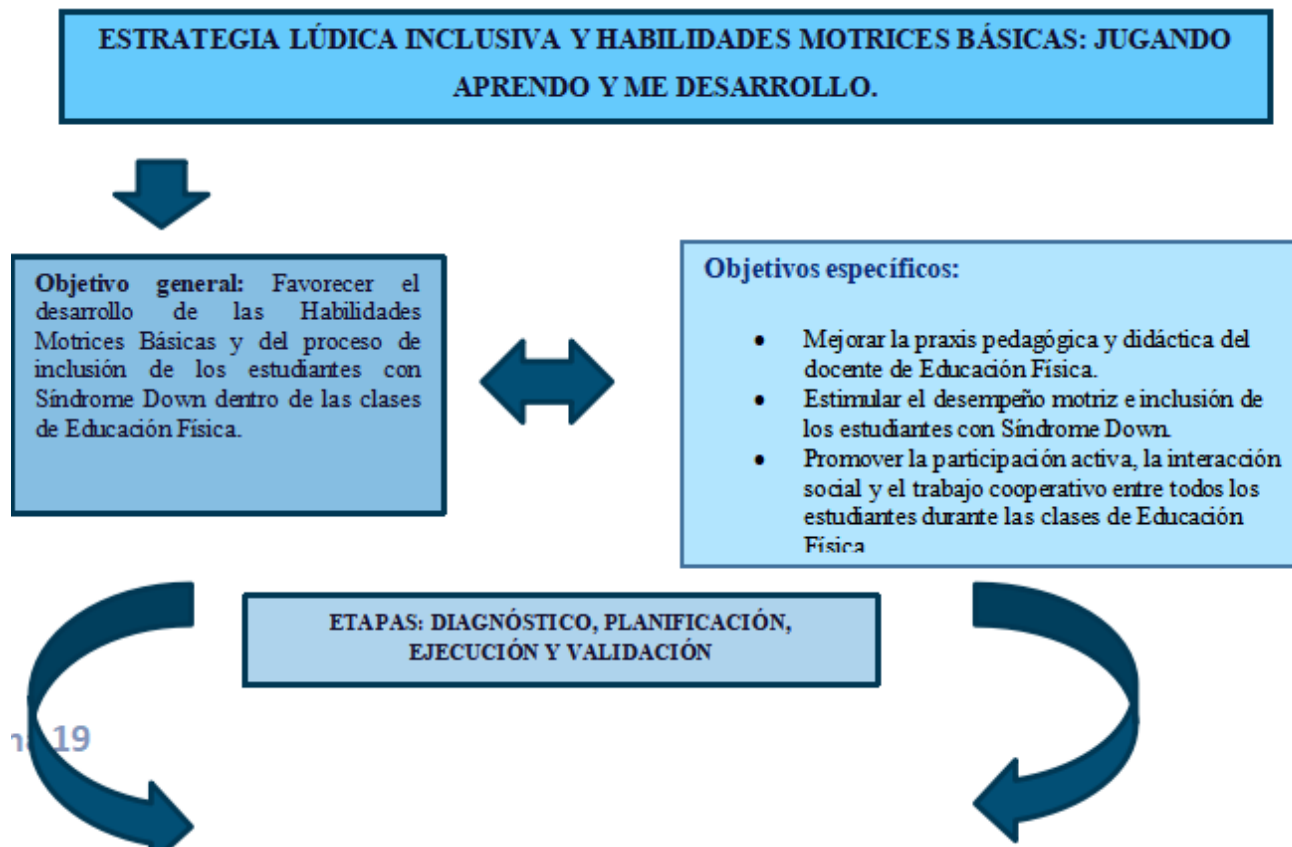


Figura 1. Diseño de la propuesta

Fuente: Elaboración propia.

### Resultados y Discusión

El estudio de las teorías precedentes corrobora la importancia de las actividades lúdicas como medio para potenciar el desarrollo de las HMB y del proceso de inclusión de los estudiantes con SD. En correspondencia con ello los autores consideran muy valioso los aportes precedentes: “El juego se convierte en un medio pedagógico fundamental que permite estimular el movimiento, promover la cooperación y fortalecer el sentido de pertenencia dentro del grupo”. (Allaico et al 2021). La utilización del juego como recurso metodológico permite

generar ambientes de aprendizaje más motivadores, participativos y significativos para los estudiantes con Síndrome Down, favoreciendo no solo el desarrollo motor sino también la interacción social y la autonomía. En este sentido, los resultados obtenidos guardan relación con las investigaciones de Ponce y Ruíz (2024), quienes sostienen que las estrategias con enfoque lúdico potencian el aprendizaje y el desarrollo integral de las personas con Síndrome Down, así como con los planteamientos de (Pupiales Farinango et al.

2025), quienes evidenciaron mejoras en la coordinación motriz, la autonomía y la integración social mediante prácticas lúdicas inclusivas en Educación Física. (Burgos et al. 2022).

Por otra parte, los resultados del diagnóstico evidencian la importancia de desarrollar estrategias lúdicas inclusivas para la mejora de las habilidades motrices básicas y del proceso de inclusión de los casos con Síndrome Down coincidiéndose con los aportes de Reyes et al (2024) al destacar la importancia de las actividades lúdicas como recurso para motivar la inclusión y mejorar el desempeño de todos los estudiantes incluyendo los que presentan necesidades educativas asociadas a una discapacidad. Derivado de lo anterior se realizó el diseño de una estrategia lúdica inclusiva la cual está compuesta por cuatro etapas (diagnóstico, planificación y diseño, ejecución y validación de los resultados). La misma incluye diferentes actividades las cuales están organizadas en título, objetivo, descripción, materiales, habilidades a trabajar, adaptaciones y formas de evaluación, la cual se alinea con estudios anteriores en cuanto a su estructura. Cabe destacar que se distingue por ser flexible adaptable

### **Conclusiones**

Se logró diseñar una estrategia lúdica inclusiva conformada por etapas, la cual fue validada por especialista, quedando confirmado su pertinencia, actualidad y novedad; dentro de sus ventajas se encuentra su flexibilidad y adaptabilidad, así como la progresividad en las actividades a desarrollar. Realizado el proceso de diagnóstico se confirma la necesidad de diseñar una estrategia lúdica inclusiva para la mejora de las habilidades motrices básicas y del proceso de inclusión de estudiante con Síndrome Down. Se reconoce que, aunque la propuesta fue validada mediante criterio de

especialistas, se sugiere antes de su implementación en la práctica aplicar una experiencia piloto y posteriormente la ampliación de la muestra unidad de análisis.

### **Referencias Bibliográficas**

- Allaico, W., & Aldas-, H. (2021). Estrategias metodológicas en la Educación Física para estudiantes con discapacidad motriz. Distrito 01D01. Revista Arbitrada *Interdisciplinaria Koinonía*, 6(4), 393–415. <https://doi.org/10.35381/r.k.v6i4.1557>
- Antón, A., Bravo, R., Moreira, T., & Párraga, S., (2023). Inclusión educativa en estudiantes de educación básica con discapacidad motriz, intelectual y sensorial. *RECIMUNDO*, 8(2), 514–524. [https://doi.org/10.26820/recimundo/8.\(2\).abr.il.2024.514-524](https://doi.org/10.26820/recimundo/8.(2).abr.il.2024.514-524)
- Antonarakis, S., Skotko, B., Rafii, M., Strydom, A., Pape, S., Bianchi, D., Sherman, S., y Reeves, R. (2020). Down Syndrome. *National Library of Medicine*. 6(1). doi: [10.1038/s41572-019-0143-7](https://doi.org/10.1038/s41572-019-0143-7)
- Burgos, D. et al. (2022) Estrategias para la inclusión de estudiantes con discapacidad en Educación Física: una revisión sistemática. *Revista RIAF*, 3(1), 53-73. <https://doi.org/10.53591/riaf.v3i1.1505>
- Cueva, J., Bayas, J. y Avila, C. (2024). Las habilidades motrices básicas en la Educación Física en la infancia. *Polo del conocimiento*, 9 (5). 192-214. <https://doi.org/10.23857/pc.v9i5.7108>
- Espinoza-López, M. I., & Torres-Palchisaca, Z. G. (2021). La Educación Física como medio de Desarrollo Motriz en Estudiantes con Discapacidad Cognitiva. *Revista Arbitrada Interdisciplinaria Koinonía*, 6(4), 556–575. <https://doi.org/10.35381/r.k.v6i4.1565>
- Hernández, R., Fernández, C., & Baptista-Lucio, P. (2014). *Metodología de la investigación* (6.<sup>a</sup> ed.). McGraw-Hill. DOI: <https://doi.org/10.22201/fesc.20072236e.2014.6.49254>

- Miranda, G., Sailema-, M., & Suárez, Z. (2023). Actividades recreativas para el desarrollo motriz de niños con síndrome de Down. *Revista InveCom*, 3(1). <https://doi.org/10.5281/zenodo.8290696>.
- Patiño M., & Garcia R. (2024). Programa Educativo para la Inclusión de estudiantes con Discapacidad Intelectual en la clase de Educación Física. *Dominio De Las Ciencias*, 10(2), 1043–1060. <https://doi.org/10.23857/dc.v10i2.3846>
- Ponce Mera, P. J., & Ruíz Cedeño, A. I. (2024). *Estrategia educativa con enfoque lúdico para potenciar las habilidades cognitivas en niños con síndrome de Down en el contexto familiar*. DOI: <https://doi.org/10.33936/cognosis.v9iEE2.8228>
- Pupiales Farinango, L. D., Ricaurte Tapia, M. E., Maqueira Caraballo, G. C., & Morales Neira, D. J. (2025). *Inclusive Playful Practices for Psychomotor Development in Children with Down Syndrome in Physical Education Classes*. DOI: <https://doi.org/10.31876/rie.v9i3.313>
- Reyes, J., Plaza, L., & Pazmiño, V. (2024). *Inclusión y Adaptación en la Educación Física en Ecuador: hacia un enfoque integrador*. *Ciencia Latina Revista Científica Multidisciplinar*, 8(2). [https://doi.org/10.37811/cl\\_rcm.v8i2.10393](https://doi.org/10.37811/cl_rcm.v8i2.10393)
- Sierra Díaz, M. E. (2021). *Inclusión educativa y educación inclusiva en las prácticas pedagógicas de Educación Física*. *Lecturas: Educación Física y Deportes*, 26(285). <https://doi.org/10.46642/efd.v26i285.2743>
- Simaleza Pino, A. C., Figueroa Roldán, S. F., Delgado Pisco, C. A., & Pacheco Góngora, X. A. (2024). Juegos deportivos y habilidades motoras en niños adolescentes y jóvenes con discapacidad intelectual en el Ecuador. *Ciencia Y Educación*, 5(1), 6 - 15. <https://doi.org/10.5281/zenodo.10465888>
- Trujillo, N. (2020). Educación inclusiva de preescolares con síndrome de Down: la mirada de un grupo de educadoras. *Actualidades Investigativas en Educación*, 20(2), 1-27. <https://doi.org/10.15517/aie.v20i2.41696>
- Vaca, W., Aucapiña, J., Pérez-, G., & Maqueira, G. (2025). Estrategia lúdica inclusiva para mejorar el desarrollo de las habilidades motrices deportivas en niños con síndrome de Down. *MQRInvestigar* <https://doi.org/10.56048/MQR20225.9.2.2025.e530>
- Valero, V., Maqueira, G., & Contreras, F. (2025). Estrategias metodológicas para favorecer la inclusión de un estudiante con síndrome Down en la clase de Educación Física. *Dominio de las Ciencias*. <https://doi.org/10.23857/dc.v11i1.4294>



Esta obra está bajo una licencia de **Creative Commons Reconocimiento-No Comercial 4.0 Internacional**. Copyright © Victor Emilio Contreras Rodríguez y Jimmy Fernando León Delgado.

**Declaraciones éticas y editoriales del artículo**

**Contribución de los autores (Taxonomía CRediT)**

Victor Emilio Contreras Rodríguez: conceptualización de la investigación, diseño metodológico, desarrollo del proceso investigativo, análisis formal de los datos, redacción del borrador original del manuscrito, revisión crítica del contenido científico y supervisión general del estudio.  
Jimmy Fernando León Delgado: curación y organización de los datos, participación en la recolección de información, validación de los resultados obtenidos y elaboración de representaciones gráficas y visualización de los datos.

**Declaración de conflicto de intereses**

Los autores declaran que no existe conflicto de intereses en relación con la investigación presentada, la autoría del manuscrito ni la publicación del presente artículo.

**Declaración de financiamiento**

La presente investigación no recibió financiamiento específico de agencias públicas, comerciales o de organizaciones sin fines de lucro. En caso de existir financiamiento institucional o externo, este deberá ser declarado explícitamente por los autores en esta sección.

**Declaración del editor**

El editor responsable certifica que el proceso editorial del presente artículo se desarrolló conforme a los principios de integridad científica, transparencia y buenas prácticas editoriales. El manuscrito fue sometido a un proceso de evaluación mediante revisión por pares doble ciego, garantizando la confidencialidad de la identidad de los autores y revisores durante todo el proceso de dictamen académico. Asimismo, el editor declara que el artículo cumple con los criterios científicos, metodológicos y éticos establecidos por la revista.

**Declaración de los revisores**

Los revisores externos que participaron en la evaluación del presente manuscrito declaran haber realizado el proceso de revisión de manera objetiva, independiente y confidencial. Asimismo, manifiestan que no mantienen conflictos de interés con los autores ni con la investigación evaluada, y que sus observaciones y recomendaciones se fundamentan exclusivamente en criterios científicos, metodológicos y académicos.

**Declaración ética de la investigación**

Los autores declaran que la investigación se desarrolló respetando los principios éticos de la investigación científica, garantizando la confidencialidad de los datos y el respeto a los participantes del estudio. En los casos en que la investigación involucre seres humanos, los procedimientos deben ajustarse a los principios éticos establecidos en la Declaración de Helsinki y a las normativas institucionales correspondientes.

**Declaración sobre el uso de inteligencia artificial**

Los autores declaran que el uso de herramientas de inteligencia artificial, en caso de haberse utilizado durante el proceso de investigación o redacción del manuscrito, se realizó únicamente como apoyo técnico para mejorar la claridad del lenguaje o el análisis de información, manteniendo siempre la responsabilidad intelectual sobre el contenido del artículo. Las herramientas de inteligencia artificial no fueron utilizadas como autoras del manuscrito ni sustituyen la responsabilidad académica de los investigadores.

**Disponibilidad de datos**

Los datos que respaldan los resultados de esta investigación estarán disponibles previa solicitud razonable al autor de correspondencia, respetando las normas éticas y de confidencialidad establecidas por la investigación.

