

**PROGRAMA DE JUEGOS TRADICIONALES PARA LA INCLUSIÓN DE ESTUDIANTES  
CON DISCAPACIDAD INTELECTUAL LEVE EN LA CLASE DE EDUCACIÓN FÍSICA  
TRADITIONAL GAMES PROGRAM FOR THE INCLUSION OF STUDENTS WITH MILD  
INTELLECTUAL DISABILITIES IN PHYSICAL EDUCATION CLASSES**

**Autores:** <sup>1</sup>Evelyn Patricia Guerrero Encalada y <sup>2</sup>Germán Rafael Rojas Valdés.

<sup>1</sup>ORCID ID: <https://orcid.org/0009-0009-4923-8136>

<sup>2</sup>ORCID ID: <https://orcid.org/0000-0002-0380-6304>

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

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

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

Artículo recibido: 19 de Marzo del 2025

Artículo revisado: 19 de Marzo del 2025

Artículo aprobado: 7 de Abril del 2025

<sup>1</sup>Licenciada en Entrenamiento Deportivo, graduada de la Universidad Técnica del Norte, (Ecuador). Maestrante de la maestría en Pedagogía de la Cultura Física mención en Educación Física Inclusiva, graduada de la Universidad Bolivariana del Ecuador, (Ecuador).

<sup>2</sup>Licenciado en Cultura Física, graduado de la Instituto Superior de Cultura Física Manuel Fajardo, (Cuba). Máster en Metodología del Entrenamiento Deportivo, mención Balonmano graduado de la Universidad de Ciencias de la Cultura Física y el Deporte Manuel Fajardo, (Cuba).

### **Resumen**

El objetivo de este trabajo fue diseñar un programa de juegos tradicionales como estrategia inclusiva para mejorar la integración y el desarrollo motriz de los estudiantes con Discapacidad Intelectual Leve en las clases de Educación Física. Se utilizó un enfoque cuali-cuantitativo con un diseño no experimental, descriptivo y explicativo. Para el análisis se emplearon las técnicas de la observación estructurada, entrevistas semiestructuradas y la revisión documental facilitadas por parte del DECE. Se evidenciaron que la implementación del programa favoreció significativamente el desarrollo motriz, la interacción social y la adaptación de los estudiantes con Discapacidad Intelectual Leve en el entorno escolar. Los juegos tradicionales debido a su carácter lúdico, cultural y adaptable se constituyeron como una herramienta efectiva, adecuada para fomentar la inclusión en los estudiantes con Discapacidad Intelectual Leve, ya que la falta de estrategias adaptadas, la escasez de recursos y la insuficiente formación y planificaciones adaptadas por parte de los docentes dificultaban la integración de estos estudiantes en las distintas dinámicas escolares. Con respecto a los resultados se concluye que el estudio confirma que los juegos tradicionales son una herramienta pedagógica efectiva para fomentar la inclusión de estudiantes con

Discapacidad Intelectual Leve en Educación Física.

**Palabras clave:** Estrategias inclusivas, Desarrollo motriz, Educación Física adaptada.

### **Abstract**

The objective of this study was to design a traditional games program as an inclusive strategy to improve the integration and motor development of students with Mild Intellectual Disabilities in Physical Education classes. A qualitative-quantitative approach was used with a non-experimental, descriptive, and explanatory design. Structured observation techniques, semi-structured interviews, and documentary review facilitated by the Department of Education (DECE) were used for the analysis. It was evident that the implementation of the program significantly favored the motor development, social interaction, and adaptation of students with Mild Intellectual Disabilities to the school environment. Due to their playful, cultural, and adaptable nature, traditional games were considered an effective and appropriate tool for promoting inclusion among students with Mild Intellectual Disabilities, since the lack of adapted strategies, scarce resources, and insufficient training and adapted planning by teachers hindered the integration of these students into the different school dynamics. Regarding the results, the study concludes that

traditional games are an effective pedagogical tool for promoting the inclusion of students with mild intellectual disabilities in physical education.

**Keywords:** **Inclusive strategies, Motor development, Adapted physical education.**

### **Sumário**

O objetivo deste estudo foi elaborar um programa de jogos tradicionais como estratégia inclusiva para melhorar a integração e o desenvolvimento motor de alunos com deficiência intelectual leve nas aulas de educação física. Foi utilizada uma abordagem quali-quantitativa com delineamento não experimental, descritivo e explicativo. Para a análise, foram utilizadas técnicas de observação estruturada, entrevistas semiestruturadas e revisão de documentos fornecidas pelo DECE. Constatou-se que a implementação do programa beneficiou significativamente o desenvolvimento motor, a interação social e a adaptação de alunos com deficiência intelectual leve ao ambiente escolar. Os jogos tradicionais, por sua natureza lúdica, cultural e adaptável, se estabeleceram como uma ferramenta eficaz e apropriada para promover a inclusão entre alunos com deficiência intelectual leve. A falta de estratégias adaptadas, a escassez de recursos e a insuficiência de formação e planejamento adaptado por parte dos professores dificultaram a integração destes alunos nas diferentes dinâmicas escolares. Em relação aos resultados, conclui-se que o estudo confirma que os jogos tradicionais são uma ferramenta pedagógica eficaz para promover a inclusão de alunos com deficiência intelectual leve na educação física.

**Palavras-chave:** **Estratégias inclusivas, Desenvolvimento motor, Educação física adaptada.**

### **Introducción**

La implementación de programas recreativos inclusivos en contextos educativos ha emergido como una estrategia pedagógica esencial para promover la integración, el desarrollo integral y el bienestar de las personas con discapacidad. Diversos estudios, como los de Gómez y

Ramírez (2020), han señalado que estas actividades no solo estimulan habilidades sociales, motoras y emocionales, sino que también propician ambientes de respeto hacia la diversidad, donde las diferencias individuales son valoradas. Pérez y Martínez (2022) destacan que la participación activa en actividades lúdicas inclusivas fortalece los lazos entre los participantes y contribuye al sentido de pertenencia en las comunidades educativas. En este marco, los juegos tradicionales surgen como recursos valiosos que, por su riqueza cultural y accesibilidad, se convierten en medios eficaces para fomentar la cohesión y la equidad en entornos escolares.

Los juegos tradicionales, concebidos como prácticas lúdicas transmitidas intergeneracionalmente, contienen un alto valor cultural, educativo y social. En el ámbito de la educación física, estos juegos promueven valores fundamentales como el respeto mutuo, la cooperación y el trabajo en equipo (Villalba & Gómez, 2021), facilitando espacios de convivencia donde estudiantes con y sin discapacidad pueden interactuar en condiciones de equidad. Investigaciones como la de Moncayo Chiriap y Maqueira Caraballo (2024) afirman que estas actividades contribuyen a valorar la diversidad, fortaleciendo los lazos afectivos y sociales entre los estudiantes. Además, se ha identificado que su implementación mejora significativamente el clima escolar, al fomentar actitudes de empatía, solidaridad y aceptación (García & Martínez, 2017; Lozado Munzón et al., 2024).

La incorporación de juegos tradicionales con raíces culturales específicas, como los provenientes de comunidades indígenas, no solo enriquece la experiencia educativa, sino que también refuerza la identidad cultural de los estudiantes. Esta dimensión cultural fomenta el

sentido de pertenencia y la valoración de las propias raíces, contribuyendo a la preservación del patrimonio intangible. En este sentido, los juegos tradicionales constituyen una herramienta pedagógica que favorece tanto la inclusión como el fortalecimiento de la identidad colectiva. A partir de estos hallazgos, se plantea como objetivo de la presente investigación diseñar un programa de juegos tradicionales que promueva la inclusión de estudiantes con Discapacidad Intelectual Leve (DIL) en las clases de educación física.

La educación inclusiva persigue garantizar que todos los estudiantes accedan a una formación equitativa y de calidad, sin importar sus capacidades o condiciones personales. No obstante, los estudiantes con DIL enfrentan múltiples barreras en su proceso de inclusión, especialmente en espacios como las clases de educación física. Entre estas barreras se encuentran la carencia de recursos adaptados, la falta de formación docente en estrategias inclusivas y la escasa presencia de programas lúdicos que respondan a sus necesidades particulares (UNESCO, 2020; Sánchez et al., 2022). En este contexto, los juegos tradicionales, por su carácter adaptable y su énfasis en la cooperación, se presentan como una solución pedagógica efectiva para promover el desarrollo físico, emocional y social de estos estudiantes.

La Discapacidad Intelectual Leve se define como una condición caracterizada por limitaciones significativas en el funcionamiento intelectual y en las habilidades adaptativas (APA, 2022). Estas limitaciones pueden representar obstáculos importantes en la participación de los estudiantes en actividades físicas convencionales. Por ello, se hace imprescindible el rediseño de estrategias pedagógicas que atiendan sus necesidades

específicas. Murillo Morocho et al. (2024) proponen estrategias motivacionales inclusivas que aseguran la participación activa de los estudiantes con DIL en clases de educación física. Asimismo, Solórzano Albarracín et al. (2023) señalan que las actividades recreativas son eficaces para desarrollar habilidades cognitivas, motoras y sociales en esta población estudiantil.

Los juegos tradicionales, al ser altamente flexibles, permiten su adaptación a distintos niveles de habilidad, lo cual favorece la participación equitativa de todos los estudiantes. Estudios como los de Pérez et al. (2022) y Morales y Castillo (2023) coinciden en que estas prácticas fomentan el trabajo colaborativo, mejoran la autoestima de los estudiantes con DIL y fortalecen su integración en el entorno escolar. Además, experiencias como las de Moncayo Chiriap y Maqueira Caraballo (2024), centradas en juegos de origen Shuar, demuestran que la implementación de contenidos culturales específicos no solo promueve la inclusión, sino que también incrementa la motivación y el sentido de identidad en los estudiantes, ampliando los beneficios de estas estrategias.

La presente investigación tiene como propósito diseñar un programa de juegos tradicionales orientado a la inclusión de estudiantes con Discapacidad Intelectual Leve en las clases de educación física. Este programa busca fomentar la participación activa, el desarrollo integral y la integración social de estos estudiantes, al tiempo que promueve un ambiente escolar más justo, respetuoso e inclusivo. La incorporación de juegos tradicionales en el currículo no solo enriquece la experiencia educativa, sino que también representa una estrategia eficaz para garantizar el acceso equitativo a los beneficios de la actividad física, reafirmando el derecho de

todos los estudiantes a una educación de calidad que respete y valore la diversidad.

### **Materiales y Métodos**

El presente estudio adoptó una metodología no experimental con un enfoque cuali-cuantitativo, de tipo descriptivo y explicativo, utilizando métodos teóricos (analítico-sintético, hipotético-deductivo e inductivo), empíricos (observación, entrevistas, revisión documental y modelación) y matemático-estadísticos para el análisis de datos (Hernández et al., 2014). Se realizó un estudio de campo con 75 estudiantes de séptimo año de Educación General Básica (paralelos A, B y C), seleccionando una muestra no probabilística por conveniencia de 35 estudiantes del paralelo A, entre los cuales se identificaron 3 con discapacidad intelectual leve, diagnosticados previamente por el organismo institucional correspondiente. La unidad de análisis fueron estos 35 estudiantes, mientras que la muestra informante incluyó a 3

docentes de Educación Física, quienes aportaron datos sobre la aplicación de juegos tradicionales inclusivos. El muestreo no probabilístico por conveniencia se justificó por la accesibilidad y disponibilidad de los participantes (Etikan et al., 2016), criterio común en investigaciones cualitativas.

La caracterización de los estudiantes con discapacidad intelectual leve se basó en la revisión documental institucional y en la definición de la Asociación Americana de Psiquiatría (APA, 2014), que la describe como un funcionamiento intelectual inferior al promedio (CI entre 50-70), acompañado de limitaciones en habilidades adaptativas como la comunicación, el autocuidado y las habilidades sociales. Esta información permitió contextualizar sus necesidades educativas y su participación en actividades físicas adaptadas, respaldando así el enfoque metodológico del estudio.

**Tabla 1.** Diagnóstico y características de los estudiantes con discapacidad intelectual leve dentro de la muestra de estudio

Categorías	Elemento a evaluar	Niño 1	Niño 2	Niño 3
Cognitiva	Nivel de comprensión de instrucciones	Comprende instrucciones simples	Requiere refuerzo en instrucciones	Buena comprensión en situaciones conocidas
Comunicación	Habilidades para expresarse verbalmente	Expresión clara pero básica	Habla con frases cortas	Expresión fluida pero limitada al contexto
Social y emocional	Capacidad para interactuar	Socializa con un grupo pequeño	Prefiere juegos individuales	Participa con supervisión
Motora	Coordinación en actividades físicas	Realiza actividades con ligera torpeza	Buena motricidad gruesa	Dificultad en movimientos finos
Intereses	Juegos, actividades	Juegos con pelota	Construcción con bloques	Dibujar y colorear
Adaptación a cambios	Reacción frente a modificaciones en la rutina	Requiere preparación ante cambios	Se adapta rápidamente a cambios menores	Resiste cambios en actividades.

Fuente: Elaboración propia

Los estudiantes con discapacidad intelectual leve requieren adecuaciones pedagógicas específicas en las clases de Educación Física, que incluyan indicaciones claras, simples y repetitivas, así como ejemplos prácticos que faciliten la comprensión y ejecución de las tareas. Es fundamental organizar actividades predecibles y ajustadas a su ritmo de

aprendizaje, con el fin de fomentar su autonomía y autoestima mediante ejercicios progresivos orientados al desarrollo de destrezas motoras básicas. Aquellos con mayor competencia motriz pueden participar en dinámicas que promuevan la cooperación, la interacción social y el aprendizaje de estrategias simples. Además, el refuerzo positivo

constante, las pausas personalizadas y la adecuación de las actividades a las capacidades individuales resultan esenciales para garantizar una experiencia inclusiva y significativa. En cuanto a las técnicas e instrumentos de investigación utilizados en el diagnóstico, se aplicaron observaciones estructuradas, entrevistas semiestructuradas y revisión documental. Las observaciones estructuradas, fundamentadas en una guía validada, permitieron evaluar la participación e interacción de los estudiantes en las clases de Educación Física, siendo esta una técnica eficaz para captar conductas en contextos naturales (Anguera et al., 2018). Las entrevistas

semiestructuradas dirigidas a los docentes ofrecieron información valiosa sobre sus experiencias, estrategias y dificultades en la implementación de prácticas inclusivas, integrando preguntas abiertas y cerradas para explorar tanto aspectos planificados como emergentes (Flick, 2018). La revisión documental exhaustiva permitió caracterizar a los cuatro estudiantes con discapacidad intelectual leve a través del análisis de informes psicológicos, evaluaciones pedagógicas y planes de adaptación curricular, lo que otorgó solidez al enfoque cualitativo del estudio (Creswell & Creswell, 2018).

**Tabla 2.** Ficha de observación diseñada con base en los siguientes indicadores.

Indicadores	Descripción	Criterios
Preparación activa	Nivel de participación del estudiante en las actividades propuestas.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Participa de manera independiente.</li> <li>• Rechaza participar o muestra dificultad para integrarse.</li> </ul>
Uso de adaptaciones didácticas	Implementación de estrategias adaptadas a sus capacidades	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Uso de instrucciones claras, simples y visuales.</li> <li>• Incorporación de actividades graduales y personalizadas.</li> </ul>
Interacción Social	Nivel de relación e interacción con sus compañeros.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Participa en actividades grupales</li> <li>• Colabora con compañeros en dinámicas de equipo.</li> </ul>
Adaptación al Entorno y Rutinas	Respuestas al ambiente y estructuras de clase.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Se desorienta o requiere apoyo frecuente.</li> <li>• Presenta niveles de ansiedad o incomodidad sensorial.</li> </ul>
Apoyo del Docente y compañeros	Evaluación del respaldo del docente y sus pares en la inclusión	<ul style="list-style-type: none"> <li>• El docente proporciona atención diferenciada o soporte.</li> <li>• Los compañeros ofrecen apoyo en dinámicas grupales</li> </ul>

Fuente: Elaboración propia

Seguidamente se aplicó una entrevista semiestructurada aplicada a los docentes de Educación Física, con el propósito de conocer sus perspectivas y estrategias de inclusión. Entrevista semiestructurada aplicada a docentes de Educación Física Objetivo: Conocer las perspectivas y estrategias de inclusión de los docentes de Educación Física en relación con estudiantes con discapacidad intelectual leve.

**Preguntas:**

➤ *Definición de inclusión:* ¿Cómo define usted la inclusión en el contexto de la educación física? Justificación: Esta pregunta busca explorar el concepto de inclusión desde la perspectiva del docente, lo que es

fundamental para comprender su enfoque pedagógico.

- *Estrategias de participación:* ¿Qué estrategias utiliza en sus clases para fomentar la participación de estudiantes con discapacidad intelectual leve? Justificación: Esta pregunta permite identificar las prácticas específicas que los docentes implementan para promover la inclusión.
- *Adaptación de actividades:* ¿Cómo adapta las actividades físicas para asegurar que todos los estudiantes, incluidos los con discapacidad, puedan participar de manera efectiva? Justificación: La adaptación de actividades es clave en la educación física inclusiva.



- *Manejo de diferencias:* ¿Cómo maneja usted las diferencias de habilidades y necesidades entre los estudiantes con y sin discapacidad durante las actividades de grupo? Justificación: Esta pregunta explora cómo los docentes gestionan la diversidad en el aula.
- *Desafíos y necesidades de apoyo:* ¿Qué desafíos ha enfrentado al intentar incluir a estudiantes con discapacidad intelectual leve en sus clases y qué apoyo adicional considera necesario? Justificación: Identificar los desafíos y necesidades de apoyo es crucial para mejorar las prácticas inclusivas.

### **Resultados y Discusión**

El análisis cualitativo permite identificar los niveles de desempeño del estudiante en cada indicador evaluado, clasificándolos en bajo, medio y alto, de acuerdo con la observación de su participación e interacción en el entorno educativo. El análisis de la participación activa, uso de adaptaciones didácticas, interacción social, adaptación al entorno y apoyo recibido permitieron identificar el nivel de integración del estudiante en el aula. Un desempeño bajo indica dificultades para participar, seguir instrucciones adaptadas, interactuar con compañeros y ajustarse a las rutinas, mientras que un nivel medio refleja avances con necesidad de apoyo constante.

Un nivel alto demuestra autonomía, adaptación y colaboración efectiva. Si los resultados se encuentran en niveles bajos o medios, es fundamental reforzar estrategias inclusivas, ajustar metodologías y fortalecer el apoyo docente y social para mejorar la experiencia educativa del estudiante. El predominio de niveles bajos y medios en algunos indicadores sugiere la necesidad de fortalecer estrategias inclusivas, ajustar metodologías y brindar un mayor acompañamiento tanto docente como

social. Esto permitirá mejorar la experiencia educativa y la participación de los estudiantes con discapacidad intelectual leve en las clases de Educación Física.

### **Entrevista semiestructurada a los docentes de Educación Física sobre Inclusión**

**Pregunta:** ¿Cómo define usted la inclusión en el contexto de la educación física?

**Respuesta:** *"Desde mi perspectiva, la inclusión en educación física implica garantizar que todos los estudiantes, independientemente de sus capacidades, tengan la oportunidad de participar activamente en las actividades. Sin embargo, reconozco que esto puede ser un desafío, especialmente cuando los estudiantes con discapacidad tienen dificultades para seguir el ritmo de la clase. Intentamos adaptarnos a sus necesidades, pero a veces nos falta orientación sobre cómo hacerlo de manera efectiva".*

**Pregunta:** ¿Qué estrategias utiliza en sus clases para fomentar la participación de estudiantes con discapacidad intelectual leve?

**Respuesta:** *"En nuestras clases, intentamos fomentar la participación de todos los estudiantes, incluyendo a aquellos con discapacidad intelectual leve. Aunque no contamos con estrategias formalizadas, procuramos asignarles actividades que estén dentro de sus capacidades y fomentamos la colaboración entre compañeros para que reciban apoyo. Sin embargo, reconozco que necesitamos más herramientas y formación para implementar estrategias más efectivas".*

**Pregunta:** ¿Cómo adapta las actividades físicas para asegurar que todos los estudiantes, incluidos los con discapacidad, puedan participar de manera efectiva?

**Respuesta:** *"Adaptar las actividades es un desafío constante, especialmente debido a las exigencias del currículo. En algunos casos, reducimos el número de repeticiones o modificamos las reglas para que los estudiantes con discapacidad puedan participar. Sin*

*embargo, no contamos con una guía clara o recursos específicos para realizar estas adaptaciones de manera sistemática".*

Manejo de diferencias:

Pregunta: ¿Cómo maneja usted las diferencias de habilidades y necesidades entre los estudiantes con y sin discapacidad durante las actividades de grupo?

Respuesta: *"Manejar las diferencias de habilidades es uno de los mayores retos en nuestras clases. Intentamos formar equipos equilibrados, pero a veces los estudiantes sin discapacidad se frustran porque sienten que el ritmo de la actividad se ve afectado. Tratamos de fomentar un ambiente de respeto y colaboración, pero reconozco que necesitamos más estrategias para gestionar estas situaciones de manera inclusiva".*

Desafíos y necesidades de apoyo:

Pregunta: ¿Qué desafíos ha enfrentado al intentar incluir a estudiantes con discapacidad intelectual leve en sus clases y qué apoyo adicional considera necesario?

Respuesta: *"Uno de los mayores desafíos es la falta de capacitación específica para trabajar con estudiantes con discapacidad intelectual leve. No siempre sabemos cómo adaptar las actividades o manejar situaciones complejas que surgen en clase. Además, nos falta material adaptado y orientación sobre cómo implementar prácticas inclusivas de manera efectiva. Sería muy útil recibir formación continua y contar con el apoyo de especialistas en educación inclusiva"*

Entrevista semiestructurada a los docentes de Educación Física sobre Inclusión, se interpretaron las diferentes respuestas partiendo de la literatura existente. Conceptualización de la inclusión: Las respuestas reflejan una visión limitada de la inclusión, centrada en la participación física más que en la equidad y el aprendizaje significativo. Falta de estrategias específicas: La ausencia de estrategias

formalizadas coincide con lo señalado por Block y Obrusnikova (2007), quienes destacan la necesidad de enfoques sistemáticos para la inclusión. Dificultades en la adaptación de actividades: La falta de recursos y orientación para realizar adaptaciones efectivas es un problema común en contextos educativos. Gestión de la diversidad en el aula: La dificultad para manejar las diferencias de habilidades refleja la necesidad de promover un ambiente colaborativo y de respeto mutuo. Necesidad de capacitación y apoyo: La falta de formación continua y recursos especializados es un obstáculo frecuente en la implementación de prácticas inclusivas. Se llevó a cabo un seguimiento de los instrumentos pedagógicos utilizados por cada uno de los docentes de educación física. En este proceso, se observó que no se estaban implementando las adaptaciones necesarias para las clases de los estudiantes con Discapacidad Intelectual Leve. Esto ha restringido la participación de estos alumnos en el Programa de Juegos

Tradicionales destinado a su inclusión. La falta de ajustes ha resultado en una integración limitada y una escasa participación durante las clases. Al revisar los expedientes de los estudiantes diagnosticados con discapacidad intelectual leve, obtuvimos información crucial sobre sus características y el progreso que han experimentado a lo largo de los años. Esta información es esencial para diseñar un programa de inclusión más eficaz, que se adapte a sus necesidades y capacidades en el ámbito de la Educación Física.

*Niño 1:* En los datos recopilados se observa que su nivel de comprensión de instrucciones es básico, al igual que su habilidad para expresarse verbalmente, donde utiliza locuciones claras pero simples. Presenta una ligera torpeza en su desarrollo motriz, lo que le dificulta ejecutar

juegos con pelota, requiriendo preparación previa ante cambios en las rutinas. Su porcentaje de adaptación es significativo, alcanzando un 45%, lo que indica que necesita contenidos de 2° año de EGB con una adaptación de grado 3. Además, muestra dificultades para interactuar en grupos grandes, sintiéndose más seguro en círculos pequeños. Prefiere participar en juegos individuales y requiere apoyo para integrarse en actividades colectivas. Su participación resulta más efectiva cuando cuenta con supervisión y refuerzo positivo.

*Niño 2:* En los datos obtenidos se puede observar que su nivel de comprensión de instrucciones necesita refuerzo, y su expresión verbal se limita a frases cortas. Posee un buen desarrollo en motricidad gruesa, lo que le permite ejecutar actividades de construcción con bloques y facilita su adaptación ante cambios menores en las rutinas. El porcentaje de adaptación que presenta es del 35%, necesitando contenidos de 4° año de EGB con una adaptación de grado 3. A pesar de mostrar disposición para socializar, su nivel de interacción varía en función del contexto. En juegos estructurados, responde adecuadamente a las instrucciones; sin embargo, en dinámicas más libres tiende a aislarse. Se recomienda implementar actividades guiadas que le permitan desarrollar confianza en la interacción grupal.

*Niño 3:* Los datos obtenidos indican que su nivel de comprensión de instrucciones es bueno en situaciones conocidas, y su expresión verbal es fluida, aunque se limita al contexto específico. Muestra dificultades en actividades que requieren movimientos finos, como dibujar y colorear, y muestra resistencia a cambios en su rutina. Además, su porcentaje de adaptación es significativo, alcanzando un 82%, lo que

sugiere que necesita contenidos de 2° año de EGB con un grado de adaptación de nivel 3, revelando un retraso en su desarrollo. En cuanto a su socialización, se observa que es limitada, prefiriendo evitar la participación en juegos de equipo. Manifiesta resistencia ante cambios en su rutina y se siente inseguro en situaciones nuevas. Por lo tanto, se sugiere aplicar estrategias progresivas que potencien su integración y adaptación en entornos grupales.

Los resultados de la observación revelan que los estudiantes tienen un nivel de socialización restringido, mostrándose más cómodos en grupos pequeños y en actividades individuales. Su participación en juegos y dinámicas de grupo requiere supervisión, evidenciando la necesidad de implementar estrategias que impulsen su integración social y el desarrollo de habilidades de interacción en contextos más amplios. Se recomienda llevar a cabo actividades progresivas que fortalezcan su confianza y autonomía en la relación con sus compañeros. Las observaciones realizadas en las clases de Educación Física evidencian desafíos en la participación e integración de los estudiantes con discapacidad intelectual leve, especialmente en el ámbito social y emocional.

En relación con la capacidad para interactuar, se identificó que la mayoría de los estudiantes prefieren actividades individuales o en grupos reducidos, lo que limita su integración en dinámicas colectivas. Durante las seis observaciones efectuadas, se constató que hasta en un 60% de los casos, la participación en juegos grupales requería supervisión constante, lo que evidencia la necesidad de implementar estrategias específicas para fortalecer sus habilidades sociales y fomentar su inclusión activa en el aula, han permitido identificar diversas dificultades en la participación e integración de los estudiantes con discapacidad



intelectual leve, con un énfasis particular en los ámbitos social, emocional y motriz. Estos desafíos impactan directamente en su desempeño y adaptación a las dinámicas escolares, lo que resalta la importancia de estrategias pedagógicas inclusivas. En el indicador de Participación Activa, se evidenció que el 45% de los estudiantes presenta dificultades para ejecutar actividades motrices, especialmente aquellas que requieren coordinación fina y gruesa. La torpeza en el desarrollo motor limita su destreza en juegos con pelota y actividades estructuradas, lo que demanda una preparación previa y un acompañamiento constante por parte del docente.

Por otro lado, un 35% de los estudiantes logra desempeñarse de manera autónoma en ejercicios de construcción y manipulación de objetos, mientras que el 20% restante muestra una ejecución aceptable, pero con cierta resistencia a nuevas dinámicas. En cuanto al Uso de Adaptaciones Didácticas, se observó que un 60% de los estudiantes requieren ajustes específicos en los contenidos y estrategias de enseñanza, como el uso de instrucciones simplificadas, apoyos visuales y repeticiones constantes para facilitar la comprensión. Además, un 38% de los estudiantes necesita materiales adaptados para reforzar su aprendizaje, ya que presentan dificultades para seguir indicaciones sin apoyo adicional.

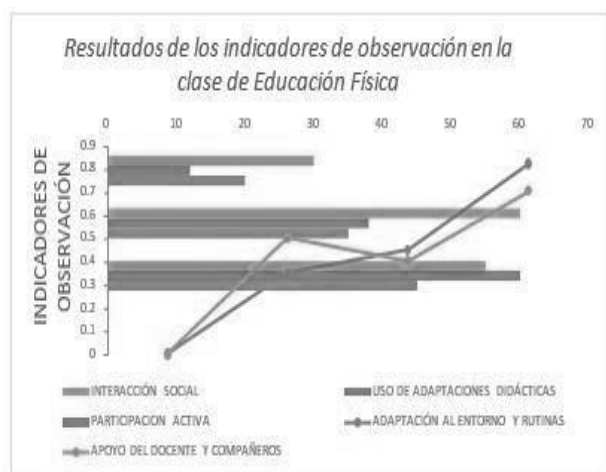
Respecto al indicador de Interacción Social, se constató que un 55% de los estudiantes prefiere juegos individuales o en grupos reducidos, lo que limita su integración en dinámicas colectivas. En un 60% de los casos, se requiere supervisión continua para fomentar su participación en juegos grupales, ya que muestran inseguridad o dificultades para seguir normas y roles dentro de un equipo. Sin

embargo, un 30% logra interactuar con mayor facilidad en actividades lúdicas estructuradas, siempre que se les brinde un acompañamiento adecuado. En el indicador de Adaptación al Entorno y Rutinas, se evidenció que un 35% de los estudiantes logra ajustarse a cambios menores en las actividades sin mayor dificultad, mientras que un 45% requiere una preparación previa para adaptarse a modificaciones en la estructura de las clases. Además, un 82% de los estudiantes con discapacidad intelectual leve presenta resistencia a nuevas dinámicas, especialmente aquellas que implican variaciones en la rutina establecida, lo que sugiere la necesidad de estrategias progresivas que refuercen su seguridad y autonomía. En el indicador de Apoyo del Docente y

Compañeros, se identificó que un porcentaje significativo de estudiantes depende del acompañamiento continuo para comprender instrucciones y ejecutar actividades correctamente. Un 50% requiere refuerzo en la expresión verbal y en la comprensión de consignas, mientras que un 40% necesita apoyo de sus compañeros para integrarse a las dinámicas grupales. La falta de estrategias específicas para fomentar la inclusión ha generado una dependencia del docente en un alto porcentaje 70% de los casos, lo que resalta la necesidad de diseñar intervenciones que promuevan una mayor autonomía en los estudiantes. Se presenta los resultados de los indicadores de observación (ver figura 1):

En referencia a la figura 1 los indicadores con mejor aceptación son la interacción social y el uso de adaptaciones didácticas que corresponde a la implementación de estrategias adaptadas a sus capacidades, nivel de relación e interacción con sus compañeros con el uso de instrucciones claras, simples y visuales, con incorporación de actividades graduales y participación de

actividades con la colaboración de compañeros en dinámicas de equipo en las clases de Educación Física.



**Figura 1:** Resultados de los indicadores de observación en la clase de Educación Física

Fuente: Elaboración propia.

- Título: Programa de juegos tradicionales para la inclusión de estudiantes con discapacidad intelectual de leve en la clase de Educación Física.
- Objetivo: Promover la inclusión y el desarrollo integral de estudiantes con discapacidad intelectual leve mediante juegos tradicionales adaptados, fortaleciendo sus habilidades motoras, sociales y emocionales.
- Objetivos Específicos:
  - Sistematizar los fundamentos teóricos y metodológicos que sustentan el uso de juegos tradicionales como herramienta inclusiva en la educación física, destacando su impacto en el desarrollo físico, social y emocional.
  - Diagnosticar el estado actual de la inclusión educativa en estudiantes con discapacidad intelectual leve, identificando barreras y oportunidades en las clases de educación física.
  - Diseñar un programa de juegos tradicionales adaptados, considerando

las necesidades específicas de los estudiantes con discapacidad intelectual leve, para promover su participación activa e integración en actividades grupales.

- Implementar y evaluar la efectividad del programa, midiendo su impacto en el desarrollo de habilidades motoras, interacciones sociales y bienestar emocional de los estudiantes.
- Proponer ajustes y mejoras al programa, basados en los resultados obtenidos y las opiniones de docentes, estudiantes y especialistas en educación inclusiva, para garantizar su replicabilidad y sostenibilidad en contextos similares



**Figura 2** Estructura del programa de Juegos Tradicionales

Fuente: Elaboración propia.

### Fundamentación

El Programa de juegos tradicionales para la inclusión de estudiantes con discapacidad intelectual leve en la clase de Educación Física constituye una valiosa oportunidad para fomentar el aprendizaje, la convivencia y el compromiso institucional con la equidad. Su implementación contribuye al desarrollo integral del alumnado, fortaleciendo una cultura de respeto, solidaridad y participación equitativa en el entorno escolar. Esta propuesta no solo promueve la inclusión, sino que también

refuerza los vínculos entre escuela, familia y comunidad, generando espacios donde todos los estudiantes se sienten valorados. La educación inclusiva en el ámbito deportivo ha demostrado ser clave para mejorar habilidades sociales, bienestar físico y emocional, autonomía y autoestima de los estudiantes con necesidades educativas especiales (Verdugo et al., 2019). A través del juego, estos estudiantes exploran sus capacidades y establecen relaciones significativas, mientras que sus compañeros desarrollan empatía y respeto hacia la diversidad (Parra & Jiménez, 2021). En este contexto, los juegos tradicionales representan herramientas pedagógicas efectivas, ya que fortalecen la identidad cultural, estimulan habilidades motoras, cognitivas y afectivas, y enseñan valores fundamentales como la cooperación y el respeto mutuo (Bazán, 2022; Gutiérrez, 2020). Así, el programa trasciende la recreación y se convierte en un espacio de transformación social, orientado a sensibilizar a todos los estudiantes sobre la importancia de la diversidad e inclusión. Como destaca Rodríguez (2024), el avance del deporte adaptado refleja un cambio positivo hacia la igualdad en los ámbitos educativo y deportivo.

Los juegos tradicionales en nuestro país son considerados parte de la identidad y contribuyen mucho a la promoción de los movimientos infantiles (Bazán, 2022). Es muy importante su uso en las clases deportivas (Merejildo y Tigrero, 2023) Para fines de investigación se recomiendan los siguientes juegos:

Propuesta de Juegos tradicionales para la inclusión de estudiantes con discapacidad intelectual leve en la clase Educación Física.

### **Rayuela Andina en la clase de Educación Física**

*Descripción:* La Rayuela Andina es un juego tradicional de los Andes que fomenta la coordinación, precisión y equilibrio. Se juega dibujando un tablero en el suelo con casillas numeradas en las que los participantes deben lanzar una piedra o “tejo” y avanzar saltando sobre un solo pie o de diferentes maneras, dependiendo de la variante del juego.

*Objetivo:* El objetivo del juego es completar el recorrido de la rayuela lanzando el tejo en cada casilla en orden numérico, sin pisar líneas y manteniendo el equilibrio. Se trabaja la motricidad gruesa, la concentración y la cooperación entre jugadores.

#### *Materiales*

- Tiza o cinta adhesiva para dibujar la rayuela en el suelo.
- Piedras planas o tejos de madera.
- Silbato (opcional, para organización).

#### *Adaptación para estudiantes con Discapacidad Intelectual Leve*

Para hacer el juego más inclusivo y accesible, se pueden realizar las siguientes adaptaciones:

- Reglas simplificadas: Reducir la cantidad de casillas o permitir que los estudiantes avancen sin seguir estrictamente el orden si tienen dificultades.



**Figura 3** Etapas para la propuesta y desarrollo de los juegos tradicionales.

- Ayudas visuales: Colocar colores o símbolos en las casillas para facilitar la identificación del orden.
- Modificación del tejo: Usar materiales livianos o de colores llamativos para facilitar su manipulación.

### **Carrera de Sambos en la clase de Educación Física**

*Descripción:* La carrera de Sambos es un juego tradicional donde los participantes deben rodar un sambo hasta la meta, ya sea empujando con las manos o con la cabeza.

*Objetivo:* Desarrollar la coordinación óculo – manual, el equilibrio y la motricidad gruesa.

#### *Materiales*

- Sambos o pelotas de goma
- Conos o cintas para delimitar la pista de carrera.

#### *Adaptación para estudiantes con Discapacidad Intelectual Leve*

Para hacer el juego más inclusivo y accesible, se pueden realizar las siguientes adaptaciones:

- Distancia reducida: Ajustar el recorrido para evitar la fatiga.
- Refuerzo visual: Usar cintas de colores para indicar el camino.
- Ayuda en equipo: Permitir participación en parejas para apoyo mutuo.

### **Chungana en la clase de Educación Física**

*Descripción:* Juego similar a las canicas, pero se juega con frejol plano llamado tortas. Los jugadores intentan sacar la mayor cantidad de tortas de un círculo, lanzando un mayor tamaño.

*Objetivo:* Mejorar la precisión y la coordinación óculo – manual.

#### *Materiales:*

- Frejol grandes o tortas
- Tiza o cuerda para marcar el círculo de juego

- Perinola

#### *Adaptación para estudiantes con Discapacidad Intelectual Leve*

- Para hacer el juego más inclusivo y accesible, se pueden realizar las siguientes adaptaciones: 1. Ficha más grande con colores llamativos: para facilitar la manipulación.
- Menos tortas en el círculo: para reducir la complejidad
- Instrucciones con demostraciones visuales: para reforzar la comprensión.
- Utilización de la perinola: con colores llamativos y figuras comprensibles.

### **Saltar las ulas en la clase de Educación Física**

*Descripción:* Este es un juego tradicional en el que los participantes deben formar una columna y en cuclillas dentro de las ulas realizarán saltos y pasándose la ula por todo el cuerpo hasta llegar a la meta.

*Objetivo:* Desarrollar la coordinación motriz, equilibrio y la cooperación.

#### *Materiales*

- Espacio amplio y seguro para jugar.
- Superficie plana para evitar lesiones en caso de caídas.
- Ulas

#### *Adaptación para estudiantes con Discapacidad Intelectual Leve*

Para hacer el juego más inclusivo y accesible, se pueden realizar las siguientes adaptaciones:

- Velocidad ajustable: permitir que cada jugador salte a su ritmo sin presión
- Indicaciones visuales y auditivas: explicar con demostraciones como realizar los movimientos. Apoyo de compañeros: permitir que el estudiante reciba ayuda para impulsarse al saltar o modificar la mecánica del juego, como caminar en lugar de saltar.

## **El Gallo Ciego en la clase de Educación Física**

*Descripción:* Un jugador con los ojos vendados debe atrapar a los demás mientras estos intentan esquivarlo sin salir del área de juego.

*Objetivo:* Trabajar la orientación espacial, la confianza y la interacción grupal.

### **Materiales**

- Venda para cubrir los ojos.
- Espacio amplio y seguro para el juego.

### *Adaptación para estudiantes con Discapacidad Intelectual Leve*

Para hacer el juego más inclusivo y accesible, se pueden realizar las siguientes adaptaciones:

- Espacio delimitado para evitar accidentes.
- Ayuda auditiva: Los jugadores pueden hacer sonidos para guiar al “gallo ciego”. 3. Juego en pareja: Un compañero puede guiar al jugador vendado con instrucciones verbales.

La validación del programa de juegos tradicionales para la inclusión y desarrollo de competencias motrices en estudiantes con Discapacidad Intelectual Leve se llevó a cabo a través de un enfoque centrado en la experiencia pedagógica. Este programa se implementó en un grupo de 35 estudiantes de séptimo año de Educación General Básica, de los cuales tres presentaban Discapacidad Intelectual Leve. La metodología utilizada combinó técnicas de observación estructurada, entrevistas semiestructuradas y registros de comportamiento para evaluar la efectividad del programa en la integración de los estudiantes con discapacidad en la clase de Educación Física.

El proceso de validación comenzó con una aplicación piloto del programa, donde se realizaron sesiones de juegos tradicionales adaptados durante un período de seis semanas.

Durante este tiempo, se llevaron a cabo observaciones sistemáticas que permitieron documentar la evolución de la participación de los estudiantes, su nivel de interacción con sus compañeros y el desarrollo de habilidades motrices específicas. A lo largo del proceso, se observó un aumento progresivo en la confianza y autonomía de los estudiantes con discapacidad, quienes mostraron una mayor disposición para participar en actividades grupales y responder a las indicaciones del docente. Para complementar la validación, se recogió la retroalimentación de los docentes a través de entrevistas semiestructuradas, donde se exploraron sus percepciones sobre la efectividad del programa, las estrategias utilizadas para adaptar los juegos y las dificultades encontradas en la implementación. Los docentes destacaron que la propuesta facilitó la integración de los estudiantes con Discapacidad Intelectual Leve, mejorando su interacción con el grupo y fomentando un ambiente de aprendizaje más inclusivo. Sin embargo, señalaron la necesidad de mayor formación

La discusión de la investigación tiene como resultados que los estudiantes con discapacidad intelectual leve en las clases de Educación Física presentaron la implementación de un programa de juegos tradicionales para la inclusión de estudiantes con discapacidad intelectual leve en la clase de Educación Física evidencia un impacto significativo en diversos aspectos del desarrollo estudiantil. Este estudio reafirma que los juegos tradicionales, debido a su flexibilidad y valor cultural, son herramientas pedagógicas eficaces para fomentar la participación inclusiva, tal como lo sugieren Moncayo Chiriap y Maqueira Caraballo (2024). Los resultados obtenidos muestran que estas actividades no solo contribuyen al desarrollo de habilidades



motoras y sociales, sino que también promueven valores como la cooperación, el respeto y la empatía entre los estudiantes. Este hallazgo coincide con los planteamientos de Lozado Munzón et al. (2024), quienes destacan que el diseño inclusivo de los juegos fortalece el clima escolar y genera actitudes positivas hacia la diversidad. Otro aspecto relevante es el fortalecimiento de la identidad cultural a través de la incorporación de juegos tradicionales propios del contexto sociocultural de los estudiantes. Este enfoque no solo enriquece la experiencia educativa, sino que también contribuye a preservar el patrimonio cultural, en línea con los hallazgos de Solórzano Albarracín et al. (2023).

Se evidencia que un programa estructurado en fases —diagnóstico, planificación, ejecución y evaluación— es fundamental para atender las necesidades específicas de los estudiantes con discapacidad intelectual leve. Esto asegura que las actividades sean accesibles, participativas y significativas, como también lo sugiere la literatura reciente sobre inclusión educativa (García & Martínez, 2023). No obstante, se identificaron desafíos relacionados con la capacitación docente y la disponibilidad de recursos para la implementación de programas inclusivos. En este sentido, es crucial que las instituciones educativas prioricen la formación continua de los docentes y proporcionen recursos didácticos adaptados para garantizar la efectividad de estas iniciativas.

### **Conclusiones**

Este estudio confirma que los juegos tradicionales son una herramienta efectiva para promover la inclusión en las clases de Educación Física, especialmente para estudiantes con discapacidad intelectual leve. La implementación de un programa estructurado, basado en juegos tradicionales,

demonstró ser un espacio valioso para fomentar la participación, el respeto y la convivencia entre todos los estudiantes, independientemente de sus capacidades. Los resultados evidenciaron que estas actividades no solo contribuyeron al desarrollo físico, emocional y social de los estudiantes, sino que también fortalecieron valores como la empatía, la cooperación y la aceptación de la diversidad.

La sensibilización previa y la colaboración activa de docentes, padres de familia y la comunidad educativa fueron elementos clave para el éxito del programa, creando un ambiente inclusivo y acogedor. Sin embargo, el estudio también identificó desafíos importantes, como la necesidad de capacitación docente continua y la disponibilidad de recursos adaptados. Estos aspectos son fundamentales para garantizar la sostenibilidad y el impacto a largo plazo de las iniciativas inclusivas. En conclusión, este programa no solo ha demostrado que la inclusión es posible, sino que también es beneficiosa para toda la comunidad escolar. Al fomentar la interacción y el respeto entre estudiantes de diversas capacidades, se sientan las bases para una sociedad más justa y equitativa. Es fundamental continuar promoviendo y ampliando este tipo de iniciativas, asegurando que todos los estudiantes tengan la oportunidad de participar, disfrutar y aprender en un entorno verdaderamente inclusivo.

### **Referencias Bibliográficas**

- American Psychiatric Association. (2014). *Diagnostic and statistical manual of mental disorders (5<sup>a</sup> ed.)*. American Psychiatric Publishing.
- Bazán, R. (2022). Los juegos tradicionales como parte de la identidad y el desarrollo del movimiento infantil. *Revista de Educación y Cultura*, 15(2), 45-60.

- Etikan, I., Musa, A., & Alkassim, S. (2016). Comparison of convenience sampling and purposive sampling. *American Journal of Theoretical and Applied Statistics*, 5(1), 1-4. <https://doi.org/10.11648/j.ajtas.20160501.11>
- García, M., & López, R. (2022). Los programas de juegos tradicionales y su impacto en la educación inclusiva. *Editorial Académica*.
- García, P., & Martínez, L. (2017). El juego como herramienta para mejorar el clima escolar en la educación inclusiva. *Revista de Educación Física y Deporte*, 12(3), 45-58.
- Gómez, J., & Ramírez, A. (2020). Estrategias recreativas para la inclusión de personas con discapacidad en el contexto escolar. *Revista Internacional de Educación Inclusiva*, 8(2), 112-130.
- González, F., & Fernández, H. (2022). El impacto de los juegos tradicionales en la autoestima de estudiantes con discapacidad intelectual leve. *Revista de Educación y Sociedad*, 10(1), 75-92.
- Hernández, R., Fernández, C., & Baptista, P. (2014). Metodología de la investigación (6ª ed.). *McGraw-Hill*.
- López, C., & Fernández, D. (2021). La implementación de juegos tradicionales en educación física para la inclusión de estudiantes con discapacidad. *Revista de Innovación Educativa*, 15(4), 33-49.
- López, R., Pérez, M., & Sánchez, J. (2021). Diseño de programas recreativos inclusivos: Un enfoque de educación para todos. *Editorial Universitaria*.
- Lozado Munzón, E., Castro, P., & Valverde, S. (2024). Juegos tradicionales adaptados para la educación inclusiva: Experiencias en séptimo grado. *Revista Latinoamericana de Educación Física*, 19(2), 55-73.
- Merejildo, S., & Tigrero, M. (2023). Importancia del uso de los juegos tradicionales en las clases deportivas: Un enfoque inclusivo. *Revista de Pedagogía y Desarrollo*, 10(1), 25-40.
- Moncayo Chiriap, J., & Maqueira Caraballo, R. (2024). Los juegos tradicionales de la cultura Shuar como estrategia de inclusión en educación física. *Revista de Cultura y Educación*, 22(1), 89-105.
- Morales, S., & Castillo, P. (2023). El valor de los juegos tradicionales en el desarrollo de habilidades sociales y motoras en educación física. *Revista de Pedagogía Aplicada*, 17(3), 120-135.
- Murillo Morocho, L., Pérez, J., & Salazar, D. (2024). Estrategias motivacionales inclusivas en educación física para estudiantes con discapacidad intelectual leve. *Revista Científica de Educación Física*, 20(1), 66-81.
- Organización de las Naciones Unidas para la Educación, la Ciencia y la Cultura (UNESCO). (2020). La inclusión en la educación física y el deporte: Lineamientos para docentes. *UNESCO*.
- Pérez, L., & Martínez, A. (2022). Actividades recreativas inclusivas: Un camino hacia la integración escolar. *Educación y Diversidad*, 14(2), 99-113.
- Pérez, R., Suárez, M., & Almeida, J. (2022). Juegos tradicionales y su influencia en la integración social de niños con discapacidad intelectual leve. *Revista Internacional de Educación Inclusiva*, 9(1), 25-40.
- Rodríguez, J., & Pérez, F. (2020). La importancia de los juegos tradicionales en el aprendizaje y la inclusión escolar. *Educación y Sociedad*, 11(2), 143-160.
- Rodríguez, S. (2024). "Hoy la gente conoce a atletas paralímpicos por la calle y eso hace años no pasaba". *HuffPost Deportes*.
- Ruiz, C., & Castro, E. (2023). El juego como estrategia de integración en la educación física inclusiva. *Revista de Estudios en Educación*, 18(3), 77-92.
- Ruiz, G., & Fernández, P. (2023). Diseño universal de programas recreativos inclusivos para la educación física escolar. *Revista de Ciencias del Deporte*, 16(4), 203219.
- Sánchez, T., Gómez, V., & López, P. (2022). Juegos colaborativos y su impacto en la inclusión escolar de niños con discapacidad intelectual leve. *Revista Iberoamericana de Educación Inclusiva*, 7(3), 58-75.
- Solórzano Albarracín, F., Romero, K., & Hidalgo, M. (2023). Actividades recreativas y su papel en la inclusión de estudiantes con

discapacidad intelectual leve. *Revista de Educación y Cultura*, 21(2), 112-130.

Soto, L., & Márquez, J. (2023). Inclusión de estudiantes con discapacidad intelectual en el ámbito educativo: Estrategias y desafíos. *Revista de Educación Especial*, 9(1), 54-69.

UNESCO. (2020). Garantizando la educación inclusiva: Políticas y estrategias para la equidad educativa. Organización de las Naciones Unidas para la Educación, la Ciencia y la Cultura.

Villalba, S., & Gómez, A. (2021). El papel de los juegos tradicionales en la educación

inclusiva y el desarrollo de valores sociales. *Revista de Pedagogía Inclusiva*, 13(2), 99-118.

Vygotsky, L. S. (1978). El desarrollo de los procesos psicológicos superiores. *Harvard University Press*.



Esta obra está bajo una licencia de **Creative Commons Reconocimiento-No Comercial 4.0 Internacional**. Copyright © Evelyn Patricia Guerrero Encalada y Germán Rafael Rojas Valdés.

