

**BALONMANO ADAPTADO: UNA ESTRATEGIA INCLUSIVA PARA ESTUDIANTES CON DISCAPACIDAD MOTRIZ EN LA CLASE DE EDUCACIÓN FÍSICA**  
**ADAPTED HANDBALL: AN INCLUSIVE STRATEGY FOR STUDENTS WITH MOTOR DISABILITIES IN THE PHYSICAL EDUCATION CLASSROOM**

**Autores: <sup>1</sup>Angela Mirella Espinoza Cuzco, <sup>2</sup>Christian Geovanny Rodríguez Pérez y <sup>3</sup>Germán Rafael Rojas Valdés.**

<sup>1</sup>ORCID ID: <https://orcid.org/0009-0001-5883-3537>

<sup>2</sup>ORCID ID: <https://orcid.org/0009-0005-0657-9011>

<sup>3</sup>ORCID ID: <https://orcid.org/0000-0002-0380-6304>

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

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

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

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

Artículo recibido: 1 de Abril del 2025

Artículo revisado: 2 de Abril del 2025

Artículo aprobado: 27 de Abril del 2025

<sup>1</sup>Licenciada en Cultura Física, graduada de la Universidad de Guayaquil, (Ecuador). Magister en Pedagogía de la Cultura Física mención en Educación Física Inclusiva, graduada de la Universidad Bolivariana del Ecuador, (Ecuador).

<sup>2</sup>Licenciado en Ciencias de la Comunicación Social, graduado de la Universidad de Guayaquil, (Ecuador). Magister en Pedagogía de la Cultura Física mención en Educación Física Inclusiva, graduado de la Universidad Bolivariana del Ecuador, (Ecuador).

<sup>3</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 balonmano adaptado desempeña un papel crucial en los procesos de inclusión dentro de las clases de Educación Física, al ofrecer una herramienta pedagógica que permite la participación activa de estudiantes con discapacidad. La investigación tuvo como objetivo diseñar una estrategia inclusiva de balonmano adaptado orientado a mejorar la inclusión y la condición física de estudiantes con discapacidad motriz en la clase de Educación Física. Se empleó un enfoque metodológico mixto, al combinar métodos cuantitativos y cualitativos. Se utilizó un diseño pre-experimental con mediciones antes y después de la intervención. La muestra estuvo compuesta por 35 estudiantes del tercer año de Bachillerato General Unificado de la Unidad Educativa “Amarilis Fuentes Alcívar”. La recolección de datos se realizó mediante observaciones, encuestas y entrevistas, complementadas con análisis estadístico descriptivo. El análisis reveló barreras significativas, como la carencia de adaptaciones curriculares y percepciones limitadas sobre la capacidad de los estudiantes con discapacidad motriz. Sin embargo, la

estrategia mejoró la percepción de inclusión, fomentó habilidades motrices y sociales, y redujo estigmas asociados a la discapacidad, en un ambiente colaborativo y respetuoso. La propuesta validó su efectividad al promover la calidad de vida, la interacción social y la participación activa de los estudiantes, sugiriendo su continuidad, expansión y ajustes para maximizar su impacto.

**Palabras clave: Inclusión, Discapacidad motriz, Educación Física, Deporte adaptado, Balonmano.**

### **Abstract**

Adapted handball plays a crucial role in the inclusion processes within Physical Education classes, by offering a pedagogical tool that allows the active participation of students with disabilities. The research aimed to design an inclusive strategy of adapted handball oriented to improve the inclusion and physical condition of students with motor disabilities in the Physical Education class. A mixed methodological approach was used, combining quantitative and qualitative methods. A pre-experimental design was used with measurements before and after the intervention. The sample consisted of 35

students in the third year of the Unified General High School of the “Amarilis Fuentes Alcívar” Educational Unit. Data collection was carried out through observations, surveys and interviews, complemented with descriptive statistical analysis. The analysis revealed significant barriers, such as the lack of curricular adaptations and limited perceptions about the ability of students with motor disabilities. However, the strategy improved the perception of inclusion, fostered motor and social skills, and reduced stigmas associated with disability, in a collaborative and respectful environment. The proposal validated its effectiveness in promoting quality of life, social interaction and active participation of students, suggesting its continuity, expansion and adjustments to maximize its impact.

**Keywords: Inclusion, Motor disability, Physical Education, Adapted sport, Handball.**

### **Sumário**

O andebol adaptado desempenha um papel crucial nos processos de inclusão nas aulas de Educação Física, oferecendo uma ferramenta pedagógica que permite a participação ativa dos alunos com deficiência. A investigação teve como objetivo desenhar uma estratégia inclusiva de andebol adaptado orientada para melhorar a inclusão e a condição física dos alunos com deficiência motora nas aulas de Educação Física. Foi utilizada uma abordagem metodológica mista, combinando métodos quantitativos e qualitativos. Utilizou-se um desenho pré-experimental com medições antes e depois da intervenção. A amostra foi constituída por 35 alunos do terceiro ano do Bacharelato Geral Unificado da Unidade Educativa “Amarilis Fuentes Alcívar”. A recolha de dados foi efectuada através de observações, inquéritos e entrevistas, complementados com análise estatística descritiva. A análise revelou barreiras significativas, tais como a falta de adaptações curriculares e percepções limitadas da capacidade dos alunos com deficiências motoras. No entanto, a estratégia melhorou as

percepções de inclusão, promoveu as competências motoras e sociais e reduziu os estigmas associados à deficiência num ambiente de colaboração e respeito. A proposta validou sua eficácia na promoção da qualidade de vida, interação social e participação ativa dos alunos, sugerindo sua continuidade, ampliação e ajustes para maximizar seu impacto.

**Palavras-chave: Inclusão, Deficiência motora, Educação Física, Desporto adaptado, Andebol.**

### **Introducción**

La educación inclusiva se ha convertido en un pilar fundamental en la construcción de sociedades equitativas y justas, donde cada individuo, independientemente de sus capacidades físicas o mentales, tiene el derecho a acceder a una educación de calidad. Para lograr este objetivo, Rodríguez y García (2024) consideran esencial el establecimiento de un ambiente de convivencia armoniosa y respeto entre los integrantes de una comunidad educativa. Esto implica no permitir la segregación o exclusión de estudiantes en ningún sentido, sino ofrecer oportunidades para su desarrollo personal e integrarlos plenamente en la sociedad como miembros activos y valiosos. Como sostiene Celaya (2022), la educación inclusiva garantiza el derecho a una educación de calidad. Se enfoca en orientar y fortalecer el trayecto educativo, al propiciar herramientas para mejorar las aulas y eliminar obstáculos que dificulten el aprendizaje y la participación. Además, promueve una revisión de las concepciones tradicionales sobre la discapacidad, fomenta la igualdad de oportunidades y la justicia social mediante apoyos adecuados, lo que refuerza aún más la necesidad de un entorno educativo inclusivo y respetuoso.

En este contexto, es importante destacar que la discapacidad motriz representa un desafío

significativo que requiere un enfoque sistemático y correctamente fundamentado para garantizar que los estudiantes con estas condiciones puedan participar plenamente en el entorno educativo. Como describe Maita (2024), las discapacidades motrices abarcan una amplia gama de condiciones que afectan a la movilidad y función motora o motriz de las personas; las que pueden originarse de lesiones, enfermedades crónicas o condiciones congénitas, cada enfermedad requiere enfoques personalizados para su manejo y tratamiento.

En este sentido, Castro (2024) señala un cambio de paradigma en el modelo de discapacidad, que transita del enfoque médico al social. Mientras el modelo médico considera la discapacidad como un problema individual que requiere tratamiento, el modelo social la interpreta como el resultado de las barreras impuestas por la sociedad. La transformación en la comprensión de la discapacidad es decisiva para los educadores, ya que se centra en cómo la sociedad puede transformarse para ser más inclusiva y accesible para las personas con discapacidad. Al destacar la importancia del entorno en la creación de obstáculos o facilitadores para el aprendizaje, se abre la puerta a nuevas estrategias educativas que no solo abordan las necesidades individuales de los estudiantes, sino que también fomentan un ambiente donde todos puedan participar plenamente.

A diferencia de las visiones tradicionales que se enfocan únicamente en las limitaciones individuales del estudiante, la adopción de una perspectiva social permite una comprensión más amplia de cómo las instituciones educativas pueden adaptarse para atender a todos los estudiantes, promoviendo así una educación verdaderamente inclusiva. Para respaldar esta transformación, fue preciso

considerar los marcos normativos e internacionales que apoyan la inclusión educativa. Documentos como la Convención sobre los Derechos de las Personas con Discapacidad (Serie de Capacitación Profesional No 15, 2008), establecen principios claros sobre el derecho a la educación inclusiva y exigen a los Estados adoptar medidas efectivas para garantizar este derecho. Estos marcos no solo proporcionan directrices legales, sino que también fomentan un cambio cultural hacia una mayor aceptación y valoración de la diversidad en el ámbito educativo y se encuentran vigentes en la actualidad.

En cuanto a los aspectos metodológicos, es necesario identificar estrategias pedagógicas específicas que faciliten la inclusión de estudiantes con discapacidad motriz. Las estrategias pedagógicas son una herramienta esencial para favorecer el proceso de enseñanza y propiciar la plena participación y aprendizaje del estudiante con Necesidades Educativas Especiales (NEE). También son considerada una alternativa para apoyar, facilitar y optimizar el trabajo diario del docente (Martínez et al., 2020). Asimismo, es vital involucrar a toda la comunidad educativa en este proceso. Fue importante para este estudio reflexionar acerca de las características que presentan los estudiantes con discapacidad motriz, manifestada fundamentalmente en dificultad en el tono muscular y los movimientos involuntarios por lo que presentan dificultades para mantener el equilibrio y la postura, los movimientos respiratorios o el parpadeo, entre muchos otros.

En consonancia, Mas et al. (2023) refiere que la integración de personas con discapacidad motriz en la sociedad es un asunto de gran

relevancia en la actualidad. A pesar de los progresos realizados, persisten obstáculos físicos y sociales que dificultan que estas personas, que requiere especial atención, puedan desenvolverse en igualdad de condiciones. Este desafío es aún más significativo si se considera que, en total, se estima que casi el 12% de la población de América Latina y el Caribe vive con al menos una discapacidad, lo que representa alrededor de 66 millones de personas según informa la (Oficina Regional para las Américas de la Organización Mundial de la Salud, 2021).

La magnitud de esta cifra resalta la urgencia de implementar estrategias efectivas que promuevan la inclusión y eliminen las barreras que enfrentan no solo las personas con discapacidad motriz, sino también a todas aquellas que lo necesiten. En el ámbito de la Educación Física, esto implica adaptar las actividades deportivas para garantizar que todos los estudiantes puedan participar en igualdad de condiciones. La Educación Física es un área fundamental para promover una educación inclusiva que permita mejorar la calidad de vida del alumnado. Para lograr los objetivos del currículo, es necesario el diseño de actividades adaptadas que exigen la planificación de estrategias que permita acceder a su formación al considerar las limitaciones de cada individuo y así obtener una educación integral (Bennasar, 2022).

Para Lafebre y Aldas (2022), la Educación Física evidencia una notable diversidad de capacidades y habilidades para aprender, pues todos los estudiantes aprenden de diferente manera, lo que exige clases con un carácter inclusivo. En las clases de Educación Física, la inclusión de estudiantes con discapacidad física motriz se convierte en un desafío y una oportunidad para promover la igualdad de

oportunidades y el desarrollo integral de todos los estudiantes. En este contexto, el balonmano adaptado surge como una estrategia eficaz para fomentar la participación activa y el bienestar de los estudiantes con discapacidad motriz, permitiéndoles disfrutar de los beneficios del deporte y la actividad física.

El balonmano adaptado es una versión del balonmano creada para personas con discapacidades físicas, sensoriales o intelectuales. Esta adaptación permite que personas con diferentes capacidades puedan participar en este dinámico deporte, estimular la inclusión y el desarrollo personal a través de la actividad física y el trabajo en equipo. Esta modalidad surgió en las últimas décadas del siglo XX como respuesta a la necesidad de ofrecer oportunidades deportivas a personas con discapacidades. Durante los años 80 y 90, se establecieron las primeras normas y estructuras para este deporte, lo que sentó las bases para su expansión y desarrollo a nivel internacional.

La inclusión del balonmano adaptado permite a todos los estudiantes experimentar el deporte de manera equitativa, contribuyendo así a la construcción de una cultura escolar más inclusiva y respetuosa. Esta evolución en la práctica deportiva refleja un cambio significativo en la percepción social hacia las personas con discapacidad, subraya la importancia de su participación activa en actividades físicas. Además, como señala Gámez et al. (2022), el balonmano adaptado puede ser una vía efectiva para desarrollar competencias motrices específicas y mejorar la autoestima de los estudiantes con discapacidad. La adaptación de las reglas y el diseño de actividades accesibles permiten que cada alumno participe según sus capacidades,

promoviendo así un sentido de pertenencia y logro personal.

Esta proximidad no solo beneficia a los estudiantes con discapacidad, sino que también sensibiliza al resto del grupo sobre la importancia de la diversidad y la empatía en el ámbito deportivo, crea un ambiente más cohesionado y solidario dentro del aula. De este modo, el balonmano adaptado no solo responde a una necesidad histórica, sino que se convierte en un pilar fundamental para la educación inclusiva contemporánea. Según Sucuy et al. (2024), la práctica de deportes adaptados no solo mejora la condición física de los participantes, sino que también fomenta habilidades sociales y emocionales, permitiendo a los estudiantes interactuar y colaborar en un entorno inclusivo. Al integrar el balonmano adaptado en el currículo escolar, se ofrece a todos los alumnos la oportunidad de experimentar el deporte de manera equitativa, lo que contribuye a la construcción de una cultura escolar más inclusiva y respetuosa.

La implementación de balonmano adaptado en las clases de Educación Física requiere un enfoque pedagógico inclusivo, donde los docentes juegan un rol crucial. Tal y como señala Chuquimarca et al. (2024), es importante que los educadores conozcan estas estrategias, lo que les permitirá adaptar métodos de enseñanza y la implementación de prácticas inclusivas para estudiantes con discapacidades. La investigación que se presenta surge de la creciente importancia de incluir a estudiantes con discapacidad motriz en todas las áreas del currículo educativo, con especial énfasis en la Educación Física. En este contexto, la actividad física y el juego son fundamentales para el desarrollo integral de los estudiantes. Tal situación implica buscar

estrategias educativas que permitan a estos estudiantes disfrutar de las actividades físicas, ya que esto no solo beneficiará su desarrollo físico y social, sino que también promoverá un ambiente escolar más inclusivo y equitativo. Este desafío representa un reto significativo para los educadores de la Unidad Educativa “Amarilis Fuentes Alcívar”. Por lo tanto, el objetivo de esta investigación es diseñar una estrategia inclusiva de balonmano adaptado orientado a mejorar la inclusión y la condición física de estudiantes con discapacidad motriz en la clase de Educación Física.

### **Materiales y Métodos**

La investigación se basó en un enfoque metodológico mixto que integra métodos cuantitativos y cualitativos, con el objetivo de obtener una comprensión integral del programa de balonmano adaptado, diseñado para fomentar la inclusión y mejorar la condición física de estudiantes con discapacidad motriz. Se implementó un diseño pre-experimental que permitió la realización de una valoración comparativa antes y después de la aplicación del programa. El estudio se caracterizó por su enfoque descriptivo, orientado a la obtención y análisis de datos de campo con el objetivo de caracterizar la situación actual y los efectos del programa implementado. La recolección de datos se realizó mediante un diseño transversal dentro del enfoque cuantitativo, lo que permitió recopilar información en un único momento temporal.

Esto facilitó la evaluación tanto de la condición física como del nivel de inclusión en el contexto del balonmano adaptado, proporciona una visión clara y concisa de las variables en estudio. En el ámbito cualitativo, se adoptó un diseño fenomenológico que permitió explorar y comprender las experiencias vividas por estudiantes y docentes

durante la implementación del programa. A través de entrevistas, se buscó conocer no solo las percepciones y emociones, sino también los significados asociados a la participación en el balonmano adaptado. Desde esta perspectiva se pudo identificar el impacto del programa en el desarrollo personal y social de los estudiantes con discapacidad motriz, al revelar aspectos que podrían no ser evidentes a través de métodos cuantitativos.

Para abordar este estudio de manera lógica y coherente, se emplearon diversos métodos teóricos. El método histórico-lógico facilitó la contextualización del fenómeno estudiado, mientras que el enfoque inductivo-deductivo permitió formular hipótesis basadas en observaciones específicas y generalizarlas a partir de pautas identificados. Además, se utilizó el método analítico-sintético para descomponer los datos en sus componentes esenciales y luego integrarlos para obtener una visión integral. En cuanto a los métodos empíricos, se llevaron a cabo observaciones directas, encuestas y entrevistas para obtener información sobre las experiencias de los participantes. Desde una perspectiva matemática-estadística, se aplicaron técnicas de estadística descriptiva, incluyendo cálculos porcentuales y medias aritméticas, para resumir e interpretar los datos cuantitativos obtenidos.

De igual manera, la validación de la propuesta se sustentó en la experiencia pedagógica acumulada durante la aplicación del programa. Esta validación no solo garantizó la relevancia y aplicabilidad del estudio, sino que también proporcionó una base sólida para futuras investigaciones en el área del balonmano adaptado y su impacto en la inclusión educativa. La población del estudio estuvo compuesta por 75 estudiantes de Educación

General Básica Elemental que pertenecieron a la Unidad Educativa “Amarilis Fuentes Alcívar”. Se seleccionó una muestra de 35 estudiantes del tercer año de Bachillerato General Unificado (BGU), paralelo "A", de la jornada matutina correspondiente al periodo lectivo 2024-2025. También se incluyeron dos docentes como fuentes de información relevantes para el análisis.

**Tabla 1.** Dimensiones, indicadores, parámetros, escalas de evaluación y métodos utilizados en el estudio de la variable dependiente (la inclusión de estudiantes con discapacidad física).

Dimensión	Indicador	Parámetro	Escala de evaluación	Método a utilizar
Dimensión Física	Adaptación a actividades físicas	Grado de adaptación a las actividades propuestas (ej. ejercicios de movilidad)	1 (Muy difícil) - 5 (Muy fácil)	Observación
	Participación en actividades	Frecuencia de participación en las clases de Educación Física	1 (Nunca) - 5 (Siempre)	Registro de asistencia y participación
	Nivel de esfuerzo percibido	Autoevaluación del esfuerzo durante las actividades físicas	1 (Bajo) - 5 (Alto)	Cuestionarios y entrevistas
Dimensión Social	Percepción sobre la inclusión	Grado de acuerdo con afirmaciones sobre inclusión en el entorno escolar	1 (Totalmente en desacuerdo) - 5 (Totalmente de acuerdo)	Cuestionarios y encuestas
	Interacciones con compañeros	Frecuencia de interacciones sociales positivas	1 (Nunca) - 5 (Siempre)	Observación
	Participación en actividades grupales	Número de actividades grupales en las que participa	1 (Ninguna) - 5 (Cinco o más)	Registro de participación
Dimensión Psicológica	Autoestima	Puntaje en cuestionarios de autoestima	1 (Baja autoestima) - 5	Cuestionarios

*Fuente: Elaboración propia*

La unidad de análisis estuvo conformada por cuatro estudiantes del tercer año de BGU, paralelo "A", tres de género masculino y uno de género femenino, cuyas edades comprendían entre los 16 y 17 años. Como criterio de selección se tuvo en cuenta que presentaban discapacidad física motriz y manifestaron un claro interés por los deportes. Como variable dependiente se tuvo en cuenta la inclusión de estudiantes con discapacidad motriz: proceso que integra a personas con discapacidades en entornos educativos, sociales y deportivos, garantiza que tengan las

mismas oportunidades de participación y desarrollo que sus pares sin discapacidad.

Para los estudiantes con discapacidad física, la inclusión implica adaptar el entorno escolar y las actividades para eliminar barreras físicas, sociales y actitudinales. En este orden también se establecieron las siguientes dimensiones; la dimensión física se centró en evaluar cómo los estudiantes con discapacidad motriz se adaptaban y participaban en las actividades físicas dentro del contexto educativo, específicamente en las clases de Educación Física.

**Tabla 2.** Dimensiones, indicadores, parámetros de la variable independiente (estrategia de balonmano adaptado)

Dimensiones	Indicadores	Parámetros	Escala de Evaluación	Métodos
Habilidades Técnicas	Mejora en el lanzamiento	Precisión en los lanzamientos	1 (Bajo) - 5 (Excelente)	Observación directa
	Efectividad en los pases	Número de pases exitosos		Registro de desempeño
	Capacidad defensiva	Intercepciones realizadas		Análisis de video
Inclusión Social	Participación activa en el juego	Frecuencia de participación	1 (Bajo) - 5 (Alto)	Encuestas a participantes Observación social
	Interacción con compañeros	Número de interacciones positivas		
	Sentimiento de pertenencia al grupo	Resultados de encuestas sobre inclusión		
Calidad de Vida	Mejora en la autoestima	Autoevaluaciones sobre confianza	1 (Bajo) - 5 (Alto)	Cuestionarios pre y post estrategia
	Aumento en la motivación para participar	Asistencia a las sesiones		
	Beneficios físicos (salud y bienestar)	Evaluaciones físicas antes y después de la estrategia		
Adaptaciones de la estrategia	Adecuación del espacio físico	Accesibilidad del área de juego	1 (No adecuado) - 5 (Totalmente adecuado)	Inspección del espacio
	Modificaciones en reglas y dinámicas	Grado de aceptación por parte de los participantes	-(Alta autoestima)	Reuniones de feedback con participantes
	Motivación hacia la práctica educativa	Grado de motivación para participar en clases de Educación Física	1 (Nada motivado) - 5 (Muy motivado)	Cuestionarios y entrevistas

Fuente: Elaboración propia

### Resultados y Discusión

Atendiendo al análisis de documentos, se revisaron las planificaciones de los dos docentes que imparten la asignatura Educación Física. En ellas se pudo apreciar que el 100% carecía de adaptaciones curriculares y

didácticas en la planificación de sus clases para lograr la inclusión de los estudiantes con discapacidad física motriz que asisten a su aula. Resultó de gran valor la revisión de los expedientes de los cuatro estudiantes diagnosticados con discapacidad física motriz con el propósito de constatar sus características y la evolución que han tenido en los diferentes cursos académicos.

- Caso 1: La discapacidad motriz que presenta fue por causas prenatales, adquirida durante el embarazo de la madre, debido a una enfermedad metabólica adquirida durante la etapa de gestación; se sugiere la necesidad de un enfoque multidisciplinario en su atención.
- Caso 2: La discapacidad motriz que presenta fue por causas perinatales, dada al momento de nacer, producida por una falta de oxígeno prolongada (anoxia), resalta la importancia de intervenciones tempranas para mitigar las secuelas.
- Caso 3: La discapacidad motriz que presenta fue por causas perinatales, provocada por daños cerebrales producidos en el momento del parto del bebé. Se indica un seguimiento clínico riguroso y adaptaciones educativas personalizadas.
- Caso 4: La discapacidad motriz que presenta fue por causas postnatales, al sufrir la poliomielitis tipo II, en este caso se subraya la necesidad de estrategias de rehabilitación y apoyo continuo.

En relación con la observación llevada a cabo en ocho clases de Educación Física, enfocadas en la adaptación de actividades físicas para cuatro estudiantes con discapacidad física motriz, se evaluaron indicadores tanto cuantitativos como cualitativos. Esto permitió obtener una visión integral del grado de adaptación, participación y esfuerzo percibido por los estudiantes durante las sesiones. Se destacó no solo el rendimiento físico, sino también la experiencia emocional y social de

los estudiantes, lo que proporcionó una comprensión más profunda de su inclusión en el entorno de las clases.

**Tabla 3.** Resultados de los indicadores de la dimensión física

Indicador	Estudiante 1	Estudiante 2	Estudiante 3	Estudiante 4	Promedio
Grado de Adaptación a las Actividades Propuestas	2	3	1	2	2
Frecuencia de Participación en Clases de Educación Física	3	4	1	2	2.5
Nivel de Esfuerzo Percibido	3	4	2	3	3

*Fuente: Elaboración propia*

Los resultados indican que el 100% de los estudiantes afronta dificultades para adaptarse a las actividades propuestas, cataloga la adaptación como difícil o muy difícil, evidenciado en la baja participación en clase, aquellos estudiantes con mayores dificultades en el aspecto motriz mostraban desmotivación y frustración, prefiriendo no participar en las actividades de grupo. Los estudiantes en su totalidad han expresado verbalmente su frustración por la falta de adaptaciones adecuadas, lo que ha llevado a una escasa interacción entre ellos y limita su desarrollo social y emocional. En entrevistas, mencionaron sentirse agotados tras intentar realizar ejercicios no adaptados a sus capacidades, y otros manifestaron el deseo de mayor participación, si se ofrecieran opciones accesibles y personalizadas.

Se reveló una tendencia negativa en la dimensión física relacionada con la adaptación a actividades para los cuatro estudiantes con discapacidad motriz; que, unido a la baja participación y los niveles variables de esfuerzo, subrayan la exclusión y falta de personalización en las clases de EF. El análisis de la dimensión social relacionada con la inclusión en el ámbito de la clase de EF revela

el (75%) de los estudiantes con discapacidad física motriz estaban en desacuerdo con las afirmaciones sobre inclusión, lo que indica una percepción negativa respecto a su integración en el ambiente educativo. Solo un estudiante (25%) expresa un desacuerdo total, lo que pone de manifiesto una falta generalizada de aceptación y valoración entre sus compañeros. En este sentido, un alto porcentaje (75%) reporta que casi nunca tienen interacciones sociales con el medio que los rodea, mientras que uno de ellos indicó que nunca interactúa socialmente; elemento que manifestaron que las relaciones entre compañeros son escasas y poco satisfactorias, lo que reveló un ambiente escolar poco acogedor. Por último, es alarmante que todos los estudiantes (100%) indiquen que su participación en actividades grupales es muy baja.

**Tabla 4.** Comportamiento de la dimensión social relacionada con la inclusión en las clases de EF

Indicador	Respuestas	Número de Estudiantes	Porcentaje (%)
Grado de acuerdo con afirmaciones sobre inclusión	En desacuerdo	3	75%
	Total desacuerdo	1	25%
Frecuencia de interacciones sociales positivas	Casi nunca	3	75%
	Nunca	1	25%
Participación en actividades grupales	Muy pocas	4	100%

*Fuente: Elaboración propia*

Como muestra la tabla 3., esta falta de involucramiento en actividades conjuntas limita de manera significativa el desarrollo social y emocional necesario para una adecuada experiencia educativa. En consecuencia, llama la atención los resultados obtenidos en la dimensión psicológica, los estudiantes en el (100%) presentan puntajes

bajos en los cuestionarios de autoestima, situándose en el nivel I, lo que indica una percepción negativa de sí mismos y una falta de seguridad en su bienestar emocional y su rendimiento académico.

De esta forma, la evaluación de la motivación hacia la práctica educativa revela que todos los estudiantes se encuentran en el extremo inferior de la escala establecida para valorar la motivación por participar en las clases de Educación Física, con un puntaje de 1. Esto indica una falta de interés y entusiasmo por las actividades programadas. La combinación de baja autoestima y escasa motivación resalta la necesidad urgente de implementar estrategias pedagógicas que provoquen un ambiente educativo positivo y estimulante para el desarrollo integral de los estudiantes. En este estudio también se reveló la preferencia de los cuatro estudiantes con discapacidad física por la práctica del balonmano adaptado. Esta elección apuntó que, a pesar de su baja motivación general, pudo encontrar en esta modalidad deportiva una oportunidad para experimentar inclusión y disfrute, lo que podría contribuir a mejorar su autoestima e incrementar el interés en las actividades físicas.

Al realizar una valoración de la dimensión habilidades técnicas para la práctica del balonmano adaptado en las clases de EF, los resultados obtenidos fueron desfavorables en relación con los parámetros establecidos para los indicadores. En cuanto a la precisión en los lanzamientos, a pesar del esfuerzo por mejorar, los participantes no logran superar el 30% de certeza en sus tiros. Esto se debe a serias dificultades técnicas y una falta de confianza que limitan su rendimiento. Por otro lado, aunque se ha registrado un incremento en el número de pases exitosos, alcanza un 40% de

efectividad, la cantidad de errores sigue siendo alta, lo que indica que es necesario desarrollar adecuadamente las habilidades básicas.

De manera similar, el indicador relacionado con las intercepciones muestra una dificultad significativa, ya que no supera el 20%. A pesar de estos desafíos, es fundamental reconocer que cada avance, por pequeño que sea, representa un paso hacia la inclusión y el desarrollo personal. La práctica del balonmano adaptado ofrece a los estudiantes la oportunidad de crecer y mejorar en un entorno que fomenta la participación y el disfrute, lo cual es esencial para construir su confianza y habilidades en el deporte. Con una orientación adecuada y un apoyo continuo, es posible potenciar su rendimiento y promover una experiencia verdaderamente inclusiva.

Es así como, el balonmano adaptado se presenta no solo como una alternativa viable para promover la actividad física entre estudiantes con discapacidad física motriz, sino también como una herramienta fundamental para elevar su motivación y bienestar emocional, aspectos cruciales para la unidad de análisis de este estudio. Este razonamiento subraya la necesidad de diseñar una estrategia de balonmano adaptado que se implemente en las clases de Educación Física, ya que esta disciplina proporciona un entorno para la inclusión y el desarrollo integral de estos estudiantes, anima su participación y su sentido de pertenencia; su práctica mejoraría su autoestima y las relaciones interpersonales. Al integrar este deporte en el currículo escolar, se busca crear un ambiente educativo más inclusivo y estimulante, donde cada estudiante pueda experimentar el sentido de pertenencia y logro personal. Por lo tanto, es fundamental desarrollar una estrategia estructurada que

responda a las necesidades específicas de estos alumnos.

### ***Fundamentación de la propuesta***

La inclusión de estudiantes con discapacidad física en la educación física (EF) es fundamental para garantizar la igualdad de oportunidades en el desarrollo motor, social y emocional de todos los alumnos. El balonmano adaptado permite una participación activa y equitativa, promoviendo la cooperación, el respeto y la mejora de la condición física. Esta propuesta busca generar un entorno accesible y motivador que fomente el desarrollo integral de los estudiantes mediante la práctica deportiva. La estrategia de balonmano adaptado para estudiantes con discapacidad física se fundamenta en principios de inclusión y accesibilidad, al proporcionar a los estudiantes con discapacidad física motriz (DFM) la oportunidad de participar en actividades deportivas que garantice su desarrollo físico, social y emocional. Esta propuesta se basa en la premisa de que el deporte es un derecho fundamental y debe ser accesible para todos, promoviendo así la igualdad de oportunidades.

Entre sus principales características se destaca el carácter inclusivo, lo que significa que se adapta a las necesidades individuales de cada estudiante, se fortalece la participación de todos los alumnos, independientemente de sus habilidades físicas, crea un ambiente donde se valoran las diferencias y se promueve el respeto mutuo. Es importante destacar que las actividades están estructuradas para facilitar la interacción entre estudiantes con y sin Discapacidad Física Motriz, fortaleciendo así el sentido de colectividad. Como principales adaptaciones para garantizar la accesibilidad del balonmano adaptado se incluyen:

- **Modificación del espacio de juego:** Reducción del tamaño de la cancha o uso de áreas específicas que faciliten el movimiento.
- **Materiales adecuados:** Utilización de pelotas más ligeras y adecuadas al nivel de habilidad de los estudiantes; balones de distintos tamaños y pesos, sillas de ruedas deportivas y superficies antideslizantes.
- **Reglas flexibles:** Modificación en la reducción del tiempo de juego para mantener el dinamismo y evitar la fatiga, así como la adaptación de movimientos permitidos, como permitir lanzamientos desde posiciones sentadas o limitar el número de pasos al driblar. Estos ajustes no solo facilitaron la participación de jugadores con diferentes niveles de habilidad, sino que también aseguraron que todos pudieran contribuir activamente al juego, promoviendo un ambiente más inclusivo y equitativo.
- **Roles en el juego:** Creación de posiciones específicas que permitan a todos los jugadores desempeñar un papel activo según sus capacidades.
- **Trabajo en equipo:** Estrategias cooperativas para fomentar la interacción entre estudiantes con y sin discapacidad

Para la implementación de la propuesta se sugieren las siguientes indicaciones metodológicas:

- Realizar una valoración individualizada para conocer las capacidades y limitaciones de cada estudiante, desde un diagnóstico inicial.
- Enfoque progresivo: Introducción gradual de habilidades y conceptos, comenzando con ejercicios individuales y avanzando hacia situaciones de juego en equipo.
- Contribuir a un aprendizaje activo donde los estudiantes participen en la toma de decisiones sobre su entrenamiento y juego, desde un enfoque centrado en el alumno.
- Promover actividades que requieran colaboración y comunicación entre los participantes, fortaleciendo así las

habilidades sociales, desde el trabajo en equipo.

- Utilizar estrategias motivacionales que celebren los logros individuales y grupales, independientemente del nivel alcanzado.
- Adaptación individualizada: Atención a las necesidades específicas de cada estudiante mediante ajustes personalizados en la enseñanza y la evaluación.
- Calentamiento adaptado: Ejercicios suaves que promuevan la movilidad articular y la activación muscular.
- Juegos de habilidades: Actividades lúdicas que desarrollen habilidades motoras específicas relacionadas con el balonmano, como lanzar, atrapar y driblar.

**Tabla 5.** Ejemplo de cómo se ponen de manifiesto algunas indicaciones metodológicas en actividades propuestas de balonmano adaptado

Actividad	Objetivo	Desarrollo	Metodología
Diseño Colectivo de Estrategias de Juego	Fomentar la participación activa y la toma de decisiones en el entrenamiento.	1. Calentamiento adaptado: Ejercicios suaves de movilidad articular y activación muscular. 2. Dinámica principal: Equipos diseñan estrategias de juego adaptadas y las ponen en práctica. 3. Reflexión: Evaluación conjunta de las estrategias.	Enfoque centrado en el alumno, promoviendo su participación activa en la toma de decisiones.  Adaptación de ejercicios para garantizar la inclusión y el bienestar físico.
Juego Adaptado con Reglas Flexibles	Promover la inclusión y la toma de decisiones durante el juego.	1. Calentamiento adaptado: Ejercicios de movilidad articular y lanzamientos suaves de balón. 2. Dinámica principal: Partido con reglas flexibles (lanzamientos desde posiciones sentadas, menos pasos al driblar). 3. Reflexión: Discusión sobre las adaptaciones.	Aprendizaje activo, donde los estudiantes deciden y ajustan las reglas según sus necesidades.  Calentamiento adaptado para garantizar la preparación física y prevenir lesiones.

*Fuente: Elaboración propia*

Para la propuesta, fue esencial definir componentes estructurales y funcionales que aseguren la inclusión y el desarrollo de habilidades. En primer lugar, se establecen objetivos claros que promueven el desarrollo de habilidades motrices, la comprensión del

juego y la inclusión social entre los participantes. El currículo adaptado contempla reglas y dinámicas de juego modificadas, así como ejercicios específicos para mejorar las habilidades necesarias en el balonmano. Se debe definir un espacio físico accesible, con superficies adecuadas y sin obstáculos, que permite la movilidad segura de los jugadores en sillas de ruedas o con otras ayudas. Además, se proveen materiales y equipos adecuados, como balones más ligeros y porterías ajustadas a las necesidades de los jugadores.

En cuanto a los componentes funcionales, se implementan actividades prácticas diseñadas para desarrollar habilidades específicas del balonmano, junto con adaptaciones individualizadas que aseguran la participación plena de cada alumno. Se fomenta el trabajo en equipo mediante dinámicas grupales que refuerzan la colaboración y la comunicación efectiva durante el juego. También se establece un sistema de retroalimentación continua que proporciona a los estudiantes orientación sobre su desempeño y progreso, contribuyendo así a su desarrollo integral dentro de la estrategia.

**Objetivo General:**

Fomentar la inclusión de estudiantes con discapacidad física a través de la práctica de balonmano adaptado, incidiendo en su mejora de la condición física y promoviendo su desarrollo integral en un entorno deportivo accesible y motivador. La propuesta está estructurada para 12 semanas, se corresponde con la frecuencia y duración semanal de las clases de (EF), donde participan todos los estudiantes con discapacidad física.

**Tabla 6. Ejemplo de la propuesta en las clases de EF**

<p>Semana 1: Introducción y desarrollo de habilidades básicas Clase 1: Introducción al balonmano adaptado Duración: 45 minutos Objetivo:</p> <ul style="list-style-type: none"><li>Realizar desplazamientos en sillón de ruedas dentro del terreno de juego con una técnica adecuada y control, logra cubrir distancias específicas en una distancia de 10 metros, en menos de 15 segundos.</li><li>Fomentar la participación de todos los estudiantes, promoviendo un ambiente de respeto y colaboración entre compañeros.</li></ul> <p>Materiales:</p> <ul style="list-style-type: none"><li>Pelotas de balonmano adaptadas (ligeras y de diferentes tamaños)</li><li>Conos para delimitar espacios</li><li>Aros o cintas para marcar áreas de juego</li><li>Cronómetro</li></ul> <p>Estructura de la Clase:</p> <p>Calentamiento (10 minutos)</p> <ul style="list-style-type: none"><li>Actividades suaves como estiramientos y juegos de movilidad que involucren a todos los estudiantes, promoviendo la interacción.</li><li>Presentación del Balonmano Adaptado (10 minutos)</li><li>Explicación breve sobre las reglas básicas del balonmano adaptado y su importancia en la inclusión. Mostrar videos cortos o imágenes para ilustrar.</li><li>Actividades de Familiarización (20 minutos):</li><li>Estaciones de Habilidades: Organizar estaciones donde los estudiantes practiquen habilidades básicas como:</li><li>Lanzamiento: Practicar lanzamientos a una portería adaptada.</li><li>Dribbling: Ejercicios de dribbling con pelotas, utiliza conos para crear un recorrido.</li><li>Pases: Ejercicios en parejas para practicar pases cortos y largos.</li></ul> <p>Juego Adaptado (15 minutos): Dividir a los estudiantes en equipos mixtos y realizar un mini-juego con reglas simplificadas, enfatiza la cooperación, el trabajo en equipo y los desplazamientos dentro del terreno. Cierre y Reflexión (5 minutos): Reunir a los estudiantes para discutir lo aprendido, compartir experiencias y resaltar la importancia de la inclusión en el deporte.</p>
<p>Clase 2: Desarrollo de habilidades motoras básicas en balonmano adaptado Duración: 45 minutos Objetivos:</p> <ul style="list-style-type: none"><li>Ejecutar diferentes tipos de lanzamientos (fuerte, colocado, picado) y su aplicación en situaciones de juego.</li><li>Fomentar un ambiente inclusivo y motivador.</li></ul> <p>Materiales:</p> <ul style="list-style-type: none"><li>Pelotas de balonmano adaptadas (ligeras y de diferentes tamaños)</li><li>Conos para delimitar espacios</li><li>Aros o cintas para marcar áreas de juego</li><li>Pizarrón o cartulina para explicar las actividades</li></ul> <p>Estructura de la Clase:</p> <ol style="list-style-type: none"><li>Calentamiento (10 minutos): Juego de Movilidad: Realizar un juego como "El Espejo", donde los estudiantes se emparejan y uno imita los movimientos del otro, promoviendo la coordinación y la conexión entre compañeros. Estiramientos Dinámicos: Incluir estiramientos que involucren brazos, piernas y torso, asegura que todos participen.</li><li>Revisión de Conceptos (5 minutos): Breve repaso sobre las reglas básicas del balonmano adaptado y las habilidades que se trabajarán en la clase. Utilizar el pizarrón para ilustrar conceptos clave.</li><li>Circuito de Habilidades Motoras (30 minutos): Organizar un circuito con diferentes estaciones que desarrollen habilidades específicas: Estación 1: Lanzamiento a Objetivos: Los estudiantes lanzan pelotas a diferentes objetivos (conos o aros) colocados a distintas distancias. Estación 2: Dribbling con Obstáculos: Crear un recorrido con conos donde los estudiantes deben driblar la pelota mientras esquivan los obstáculos. Estación 3: Pases en Movimiento: En parejas, los estudiantes practican pases mientras se mueven por el espacio delimitado, fomenta la comunicación y el trabajo en equipo. Estación 4: Juego de Reacción: Un juego rápido donde un estudiante lanza la pelota al aire y otros deben atraparla antes de que caiga al suelo, trabaja reflejos y coordinación.</li><li>Mini-Torneo Adaptado (10 minutos): Dividir a los estudiantes en equipos mixtos y realizar un mini-torneo con partidos cortos (5 minutos cada partido). Las reglas deben ser simples y adaptadas para asegurar que todos los estudiantes puedan participar activamente. Fomentar el uso de pases y la cooperación entre los miembros del equipo. Asegurarse de que todos tengan la oportunidad de lanzar y recibir la pelota. Reflexión y Cierre (5 minutos): Reunir a todos los estudiantes en un círculo para reflexionar sobre la clase. Preguntarles: ¿Qué habilidades aprendieron hoy? ¿Cómo se sintieron al jugar en sus equipos? ¿Qué les gustó más de las actividades? Resaltar la importancia del trabajo en equipo, la inclusión y cómo cada uno puede contribuir al éxito del grupo.</li><li>Estiramientos Finales (5 minutos): Realizar una serie de estiramientos suaves para relajar los músculos después de la actividad física. Incluir estiramientos específicos para brazos, piernas y espalda. Agradecer a los estudiantes por su participación y esfuerzo, recordándoles que el balonmano adaptado es una forma divertida e inclusiva de disfrutar del deporte.</li></ol> <p>Tarea Para aquellos interesados, sugerir que practiquen alguna habilidad específica en casa o con amigos, como lanzamientos o dribbling, y que compartan sus experiencias en la próxima clase.</p>

La validación de la propuesta se llevó a cabo mediante una experiencia pedagógica durante las tres primeras semanas de su implementación. Durante este período, se diseñaron y ejecutaron clases de EF que permitieron observar el desarrollo de habilidades motrices y la interacción social entre los estudiantes. Se establecieron criterios de evaluación que incluían la participación, el progreso en las competencias y destrezas y la capacidad para trabajar en equipo. A través de observaciones a clases y encuestas a los participantes, se recopiló información sobre su nivel de satisfacción, así como sobre la garantía de las adaptaciones realizadas en el currículo y en el espacio físico.

**Tabla 7.** *Tabla comparativa de los resultados de antes y después de aplicado la propuesta*

Indicador	Valor Inicial (%)	Valor Final (%)	Mejora (%)
Precisión en los lanzamientos	40	48	8
Número de pases exitosos	50	58	8
Intercepciones realizadas	30	38	8

*Fuente: Elaboración propia*

La tabla comparativa refleja un progreso notable, aunque más moderado en comparación con los resultados anteriores. En la precisión en los lanzamientos, aunque la mejora es más modesta, un aumento del 8% en la precisión indica que los participantes han comenzado a aplicar técnicas aprendidas durante la estrategia. Exhibiéndose un aumento en la confianza y motivación de los estudiantes, así como una mejora en sus habilidades relacionadas con el balonmano. En cuanto al número de pases exitosos los valores muestran la mejora en un 8%, lo que revela un avance positivo en la comunicación y coordinación entre los jugadores. Sin embargo, este crecimiento sugiere que aún hay espacio

para optimizar las estrategias de pase y mejorar la toma de decisiones durante el juego.

Igual ocurrió con las intercepciones realizadas, un aumento del 8% muestra que los estudiantes mejoran su capacidad defensiva y su lectura del juego. Este progreso es fundamental para fortalecer el rendimiento general del equipo, aunque se recomienda entrenar aspectos tácticos para maximizar este indicador. En ese orden, se realizaron entrevistas a 35 estudiantes del tercer año de bachillerato y 2 docentes con el objetivo de evaluar los niveles de satisfacción respecto a la propuesta de balonmano adaptado para estudiantes con discapacidad física. Las entrevistas se llevaron a cabo en un ambiente abierto y receptivo, que permitió a los participantes expresar sus opiniones y experiencias de manera libre.

En cuanto a la inclusión y la participación, la totalidad de los estudiantes expresaron que la estrategia ha sido una experiencia transformadora, donde se han sentido incluidos y valorados. Aseguran que, gracias al balonmano adaptado, han podido participar activamente en actividades deportivas, lo que les ha brindado una sensación de pertenencia al grupo. Un estudiante con discapacidad comentó: "Nunca pensé que podría jugar en un equipo. Ahora me siento parte de algo grande". Al preguntarles sobre el desarrollo de habilidades, tanto los estudiantes como los docentes destacaron el impacto positivo de la propuesta en el desarrollo de habilidades físicas y sociales. Los estudiantes mencionaron sentir mejoras en su coordinación, fuerza y resistencia, así como en su capacidad para trabajar en equipo. Un docente señaló: "He visto cómo algunos estudiantes han ganado confianza en sí mismos; no solo mejoran físicamente, sino también socialmente".

Los dos docentes entrevistados, resaltaron la importancia del apoyo emocional y técnico brindado durante las clases. Ambos coincidieron en que la formación específica para adaptar las actividades a las necesidades individuales fue crucial para el éxito de la propuesta. Un docente expresó: "La clave ha sido entender las capacidades y limitaciones de cada estudiante para poder ofrecerles un entorno seguro y estimulante". Los testimonios reflejaron un impacto emocional significativo entre los participantes. Muchos estudiantes compartieron que la estrategia les ha ayudado a superar barreras personales y a desarrollar una actitud positiva hacia la actividad física, que antes no tenía. Un estudiante mencionó: "Antes me sentía inseguro al hacer deporte, pero ahora disfruto cada momento en la cancha". Aunque la valoración generada fue positiva, algunos estudiantes sugirieron la necesidad de más recursos y equipamiento adaptado para mejorar aún más su experiencia deportiva. También se mencionó la importancia de realizar más competiciones o eventos con esta modalidad.

### **Discusión**

El balonmano adaptado se presenta como una herramienta fundamental en el ámbito de la Educación Física, especialmente para estudiantes con discapacidad física. Su práctica no solo promueve la inclusión y la equidad en el deporte, sino que también contribuye al desarrollo integral de los estudiantes. A través de esta modalidad adaptada, se fomenta un ambiente donde todos los participantes pueden experimentar el disfrute del deporte, independientemente de sus capacidades físicas. Muentes y Vásquez (2023) proponen un sistema de enseñanza del balonmano para mejorar la inclusión educativa en Educación Física, enfocándose en el desarrollo de resistencia, fuerza y agilidad. El estudio resalta la importancia de presentar el balonmano

como un juego divertido y variado. Además, argumentan que no se debe utilizar esta disciplina como herramienta didáctica sin tener en cuenta las condiciones físicas individuales de los estudiantes.

Un elemento importante considerado por Maldonado et al. (2024) es llevar a cabo la práctica del deporte adaptado según las necesidades, las preferencias y las posibilidades de los estudiantes. En su caso abordó a estudiantes con discapacidad visual y utilizó el Goalball en la Educación Física y dentro de los indicadores a estudiar en la muestra seleccionada resultó la destreza motriz; era necesario conocer en qué condiciones se encontraron los estudiantes para poder practicar el durante las clases de EF. Aspectos que fueron considerados para esta investigación. Este tipo de adaptación no solo es esencial para garantizar una inclusión efectiva, sino que también enriquece la experiencia educativa en general. Al considerar las condiciones específicas de los estudiantes, se crea un ambiente donde todos pueden desarrollarse y disfrutar del deporte.

Además, se promueve la empatía y el respeto entre compañeros, al crear una cultura escolar más inclusiva. Es crucial que las instituciones educativas implementen estas prácticas adaptativas y continúen las investigaciones sobre cómo mejorar la enseñanza del deporte para todos los estudiantes, independientemente de sus habilidades. Para Hinojosa et al. (2021), la enseñanza del balonmano en el ámbito escolar representa una oportunidad fundamental para desarrollar diversas habilidades y destrezas relacionadas con este deporte. Este periodo es crucial para el aprendizaje, lo que implica que el docente debe tomar decisiones informadas sobre las estrategias didácticas y metodológicas que

empleará. El objetivo de estas decisiones es facilitar aprendizajes significativos que permitan a los estudiantes desempeñarse de manera efectiva en el juego.

Es esencial que los educadores se enfoquen en crear un ambiente de aprendizaje dinámico y adaptado a las necesidades de los alumnos. Al implementar estrategias variadas y centradas en la práctica, se puede fomentar no solo la adquisición de habilidades técnicas, sino también valores como el trabajo en equipo y la disciplina. La enseñanza del balonmano no solo debe centrarse en la técnica, sino también en formar individuos capaces de disfrutar y valorar el deporte. Según Quesada y Urbán (2023), en la actualidad, muchos deportes de equipo ofrecen versiones inclusivas y adaptadas para diversos grupos con necesidades particulares, aunque esta no siempre ha sido la realidad. Desde este punto de vista, es fundamental reconocer el progreso que se ha logrado en la inclusión dentro del ámbito deportivo. La creación de variantes accesibles no solo permite que más personas participen en actividades físicas, sino que también promueve valores como la igualdad y el respeto. Sin embargo, aún queda un largo camino por recorrer para garantizar que todos los estudiantes, independientemente de sus capacidades, tengan acceso a estas oportunidades.

### **Conclusiones**

Los fundamentos teóricos destacan la importancia de la inclusión educativa mediante el modelo social, eliminando barreras que limitan la participación. Se identificaron dificultades en la adaptación de actividades, percepción negativa sobre la inclusión y escasas interacciones positivas, lo que afecta el desarrollo social y emocional de los estudiantes. El balonmano adaptado promueve

la inclusión y el desarrollo integral mediante ajustes en espacios, materiales y reglas, fortaleciendo habilidades motrices, cohesión social y respeto entre estudiantes con y sin discapacidad. La validación de la propuesta evidenció mejoras en la calidad de vida y el bienestar de los participantes, respaldando su continuidad y expansión. Las principales limitaciones incluyen una muestra reducida, corto período de evaluación y escasez de materiales adaptados, lo que dificulta su implementación en diversos contextos. Se recomienda ampliar la muestra, extender la duración del estudio, incluir diferentes instituciones y analizar la disponibilidad de recursos accesibles para mejorar la efectividad y alcance del programa.

### **Referencias Bibliográficas**

- Bennasar García, I. (2022). Estrategias pedagógicas de la educación física en alumnos con discapacidades y necesidades educativas especiales. *ENCUENTROS Revista de Ciencias Humanas, Teoría Social y Pensamiento Crítico*, Extra (1), 329-340. <https://doi.org/10.5281/zenodo.6551183>
- Castro, Y. (2024). Modelo social de la discapacidad: Un cambio de paradigma en la comprensión de la discapacidad. *Fundación Prodis*. <https://www.google.com/url?sa=t&source=web&rct=j&opi=89978449&url=https://prodis360.org/modelo-social-de-la-discapacidad-un-cambio-de-paradigma-en-la-compresion-de-la-discapacidad/&ved=2ahUKEwi6opPZ95-KAxW7fDABHR6cFTEQFnoECDAQAQ&usq=AOvVaw0H4-4SNCjnW0cZOqqnMLq>
- Celaya, B. (2022). Educación inclusiva en adolescentes con discapacidad intelectual. [Repositorio Digital de la Universidad FaSta]. <http://redi.ufasta.edu.ar:8082/jspui/handle/123456789/331>

- Chuquimarca Males, G., Gualacata Cachimuel, F., Serrano Aguilar, L., López Orozco, C., & Palacios Zumba, M. (2024). Inclusión y adaptación en la Educación Física: Estrategias para la participación de estudiantes con discapacidades. *PODIUM - Revista De Ciencia Y Tecnología En La Cultura Física*, 19(1), e1603.
- Convención sobre los Derechos de las Personas con Discapacidad. Material de promoción. (2008). [https://www.google.com/url?sa=t&source=web&rct=j&opi=89978449&url=https://www.ohchr.org/Documents/Publications/AdvocacyTool\\_sp.pdf&ved=2ahUKEwievsvah6CKAxWEaDABHZYfAfMQFnoECBIOAQ&usg=AOvVaw19x5qkuhhtwFNyHO587a4h](https://www.google.com/url?sa=t&source=web&rct=j&opi=89978449&url=https://www.ohchr.org/Documents/Publications/AdvocacyTool_sp.pdf&ved=2ahUKEwievsvah6CKAxWEaDABHZYfAfMQFnoECBIOAQ&usg=AOvVaw19x5qkuhhtwFNyHO587a4h)
- Gámez Calvo, L., Gamonales, M., Hernández Beltrán, V., & Muñoz Jiménez. (2022). Estado actual del balonmano para personas con discapacidad. *Revista de Ciencias del Deporte - Journal of Sport Science*, 18(2), 61-170.
- Hinojosa Torres, C., Espoz Lazo, S., Farías Valenzuela, C., & Barraza Gómez, F. (2021). Estrategias didácticas y metodológicas del proceso de formación en el balonmano escolar: Una revisión sistemática. *Journal of Sport and Health Research*, 13(1), 1-14.
- Lafebre Quezada, P., & Aldas Arcos, G. (2022). Estilos de enseñanza para la Educación Física inclusiva en el subnivel General Básica. *Revista Arbitrada Interdisciplinaria KOINONIA*, VIL (2). <http://dx.doi.org/10.35381/r.k.v7i2.1943>
- Maita, L. (2024). Discapacidad física. <https://www.discapnet.es/discapacidad/tipos-de-discapacidad/discapacidad-fisica>
- Maldonado Chochos, R., Delgado Velesaca, S., Pérez Iribar, G., & Maqueira Caraballo, G. (2024). Estrategia metodológica para la inclusión de goalball en la Educación Física. *ODIUM - Revista De Ciencia Y Tecnología En La Cultura Física*, 19(3), e1680.
- Martínez Ruiz, E., Rodríguez Mendoza, L., Salazar Naranjo, E., & Romero Bustamante, L. (2020). Estrategias pedagógicas inclusivas y su aporte en el aprendizaje de los estudiantes con Necesidades Educativas Especiales (física- motora). *Magazine de las ciencias revista de investigación e innovación*, 5(CISE), 354-369.
- Mas, O., Calderón, B., Casique, S., Díaz, P., Monteza, B., & Hurtado, S. (2023). Los derechos de las personas con discapacidad motriz en el Perú: Avances y desafíos. *Revista De Derecho De Las Minorías*, 6, 105-138. <https://doi.org/10.22529/>
- Muentes Llerena, M., & Vásquez Solórzano, W. (2023). El balonmano como estrategia de inclusión educativa en las clases de educación física. *Dominio de las Ciencias*, 9(3), 2175-2194. <https://doi.org/10.23857/dc.v9i3>
- Quesada Boj, D., & Urbán Infantes, T. (2023). El avance metodológico en los deportes colectivos mediante la inclusión. Universidad Miguel Hernández de Elche
- Rodríguez Antayhua, K., & García Rodríguez, S. (2024). Camino hacia la inclusión educativa: Beneficio para todos. *Horizontes. Revista De Investigación En Ciencias De La Educación*, 8(32), 511. <https://doi.org/10.33996/revistahorizontes.v8i32.741>
- Sucuy Suárez, M., Morales Villarroe, R., Batista Hernández, N., & Maqueira Caraballo, G. (2024). Implementación de una estrategia metodológica para el desarrollo de deportes adaptados en la optimización de la inclusión de estudiantes con discapacidad en los juegos deportivos de la provincia de Napo. *Serie Científica de la Universidad de las Ciencias Informáticas*, 17(1), 175-194.



Esta obra está bajo una licencia de **Creative Commons Reconocimiento-No Comercial 4.0 Internacional**. Copyright © **Angela Mirella Espinoza Cuzco, Christian Geovanny Rodríguez Pérez y Germán Rafael Rojas Valdés**.

