

**ACTIVIDADES ADAPTADAS, COORDINACIÓN E INCLUSIÓN EN EDUCACIÓN FÍSICA:
UN CASO ESTUDIANTE CON DISCAPACIDAD INTELECTUAL**
**ADAPTED ACTIVITIES, COORDINATION, AND INCLUSION IN PHYSICAL
EDUCATION: A CASE STUDY OF A STUDENT WITH INTELLECTUAL DISABILITY**

Autores: ¹Darwin Amable Ramón Cabrera, ²Wilman Danny Calva Morocho, y ³Giceya de la Caridad Maqueira Caraballo.

¹ORCID ID: <https://orcid.org/0009-0008-7132-2847>

²ORCID ID: <https://orcid.org/0009-0000-0352-6399>

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

¹E-mail de contacto: daramonc@ube.edu.ec

²E-mail de contacto: wcalvam@ube.edu.ec

³E-mail de contacto: gdmaqueirac@ube.edu.ec

Afiliación: ^{1*2*3*}Universidad Bolivariana del Ecuador, (Ecuador).

Artículo recibido: 16 de Abril del 2026

Artículo revisado: 18 de Abril del 2026

Artículo aprobado: 20 de Abril del 2026

¹Ingeniero en Banca y Finanzas, egresado de la Universidad Nacional de Loja, (Ecuador), con 2 años de experiencia como Instructor de Deportes y Danza. Maestrante de la Maestría en Pedagogía de la Cultura Física, mención en Educación Física Inclusiva de la Universidad Bolivariana del Ecuador, (Ecuador).

²Licenciado en Ciencias de la Educación en la Especialidad de Cultura Física, egresado de la Universidad Nacional de Loja, (Ecuador), con 10 años de experiencia. Maestrante de la Maestría en Pedagogía de la Cultura Física, mención en Educación Física Inclusiva de la Universidad Bolivariana del Ecuador, (Ecuador).

³Doctora en Innovaciones Científicas y Didácticas de la Educación Física Escolar, egresada de la Universidad de Granada, (España). Coordinadora del Programa de Maestría en Pedagogía de la Cultura Física, mención en Educación Física Inclusiva de la Universidad Bolivariana del Ecuador. (Ecuador).

Resumen

La Educación Física busca promover el desarrollo motor y la inclusión de todos los estudiantes incluyendo los que presentan discapacidad intelectual. Considerando esto, el objetivo del estudio se centró en diseñar un conjunto de actividades adaptadas centradas en los principios de adaptabilidad, conducente al perfeccionamiento de la coordinación motora y al proceso de inclusión de los estudiantes con esta condición. El proceder metodológico siguió un enfoque mixto, con diseño no experimental de alcance descriptivo y corte transversal; apoyado en métodos teóricos y empíricos y técnicas como la observación y la entrevista, e instrumentos como: la ficha de observación, guía de entrevista y el Test de coordinación motriz (MABC-2). La muestra se seleccionó de manera intencional según criterios de inclusión, quedando conformada por el caso de una estudiante con discapacidad intelectual procedente de una unidad educativa de la parroquia Taquil del Cantón Loja. Como resultado se logra diseñar y validar mediante criterios de especialista un conjunto de

actividades adaptadas conducente al perfeccionamiento de la coordinación motora y al proceso de inclusión en la Educación Física para estudiantes con discapacidad intelectual; el cual se distingue por su estructura en fases (fase 1. Coordinación y equilibrio, 2. Coordinación óculo -manual. 3. Coordinación óculo pedal y 4. Integración motriz), permitiendo esto asegurar un proceso de intervención progresivo y adaptado; concluyéndose que el conjunto de actividades adaptadas propuesto resulta satisfactorio para el perfeccionamiento de la coordinación e inclusión de estudiantes con discapacidad intelectual en la Educación Física. **Palabras clave: Coordinación motriz, Inclusión educativa, Educación física, Discapacidad intelectual, Estrategias pedagógicas.**

Abstract

Physical Education aims to promote motor development and the inclusion of all students, including those with intellectual disabilities. With this in mind, the study focused on designing a set of adapted activities centered on

the principles of adaptability, leading to the improvement of motor coordination and the inclusion of students with this condition. The methodological approach followed a mixed-methods approach, with a non-experimental, descriptive, cross-sectional design. It was supported by theoretical and empirical methods and techniques such as observation and interviews, and instruments such as an observation checklist, an interview guide, and the Motor Coordination Test (MABC-2). The sample was intentionally selected according to inclusion criteria, consisting of one student with an intellectual disability from a school in the Taquil parish of the Loja Canton. As a result, a set of adapted activities was designed and validated by specialists to improve motor coordination and facilitate the inclusion of students with intellectual disabilities in Physical Education. which is distinguished by its phased structure (phase 1. Coordination and balance, 2. Eye-hand coordination, 3. Eye-pedal coordination and 4. Motor integration), allowing to ensure a progressive and adapted intervention process; concluding that the set of adapted activities proposed is satisfactory for the improvement of coordination and inclusion of students with intellectual disabilities in Physical Education.

Keywords: Motor coordination, Educational inclusion, Physical education, Intellectual disability, Pedagogical strategies.

Sumário

A Educação Física visa promover o desenvolvimento motor e a inclusão de todos os alunos, incluindo aqueles com deficiência intelectual. Com isso em mente, o estudo concentrou-se na elaboração de um conjunto de atividades adaptadas, centradas nos princípios da adaptabilidade, visando aprimorar a coordenação motora e facilitar a inclusão de alunos com essa condição. A abordagem metodológica seguiu uma metodologia mista, com delineamento não experimental, descritivo e transversal. Foi fundamentada em métodos e técnicas teórico-empíricas, como observação e

entrevistas, e instrumentos como lista de verificação de observação, guia de entrevista e o Teste de Coordenação Motora (MABC-2). A amostra foi selecionada intencionalmente de acordo com os critérios de inclusão, sendo composta por um aluno com deficiência intelectual de uma escola da paróquia de Taquil, no cantão de Loja. Como resultado, um conjunto de atividades adaptadas foi elaborado e validado por especialistas para aprimorar a coordenação motora e facilitar a inclusão de alunos com deficiência intelectual na Educação Física. Que se distingue pela sua estrutura faseada (fase 1. Coordenação e equilíbrio, 2. Coordenação óculo-manual, 3. Coordenação óculo-podal e 4. Integração motora), permitindo assegurar um processo de intervenção progressivo e adaptado; concluindo que o conjunto de atividades adaptadas proposto é satisfatório para a melhoria da coordenação e inclusão de alunos com deficiência intelectual na Educação Física.

Palavras-chave: Deficiência intelectual, Educação física, Coordenação motora, Inclusão.

Introducción

La Educación Física (EF) constituye un espacio curricular clave para el desarrollo motor, social y afectivo del estudiantado, así como un escenario estratégico para la implementación de prácticas de inclusión educativa. En este contexto, las actividades adaptadas orientadas al desarrollo de la coordinación motriz adquieren especial relevancia en estudiantes con discapacidad intelectual (DI), quienes suelen presentar limitaciones en el funcionamiento intelectual y en las habilidades adaptativas, afectando la ejecución motora, la comprensión de consignas y la interacción social en el contexto escolar. A nivel mundial, la discapacidad en la infancia y adolescencia representa un desafío significativo para los sistemas educativos. UNICEF (2021) estima

que cerca de 240 millones de niños y niñas presentan algún tipo de discapacidad y que aproximadamente uno de cada diez enfrenta mayores barreras para acceder y permanecer en la escuela. De manera complementaria, la UNESCO advierte que, aunque existen políticas de educación inclusiva, estas no siempre se traducen en recursos suficientes para la adecuación curricular ni en una formación docente especializada, lo que limita su aplicación efectiva en áreas como la EF.

En relación con la discapacidad intelectual, Special Olympics. (2020). señala que su prevalencia oscila entre el 1 % y el 3 % de la población mundial, lo que equivale a alrededor de 200 millones de personas. Asimismo, se evidencia una menor tasa de asistencia escolar y un mayor riesgo de abandono educativo en comparación con estudiantes sin discapacidad, especialmente en países de bajos ingresos, donde la prevalencia puede alcanzar el 4 %. Este contexto se refuerza la necesidad de que la inclusión en la Educación Física no sea considerada un aspecto secundario dentro del currículo, sino un componente esencial. De acuerdo con la UNESCO (2015), esta área es fundamental ya que favorece el desarrollo de la coordinación motriz, las funciones ejecutivas y la creación de climas socioemocionales positivos.

Estos elementos no solo favorecen el aprendizaje, sino que potencian la participación activa y el sentido de pertenencia de todos los estudiantes, eliminando barreras y sociales. En el contexto ecuatoriano, las estadísticas oficiales muestran un incremento progresivo en la matrícula de estudiantes con discapacidad en el sistema educativo. De acuerdo con el Ministerio de Educación (2024), la matrícula de este grupo poblacional ha aumentado hasta el período 2023–2024, aunque persisten desafíos relacionados con el registro, la permanencia y la

atención educativa especializada. Datos del CONADIS (2021) indican que el 51,97 % de los estudiantes con discapacidad corresponden a discapacidad intelectual, con 24.738 matriculados, de los cuales 12.434 pertenecen al grupo etario de 13 a 18 años, evidenciando la relevancia de este colectivo para la planificación de una EF inclusiva. A nivel provincial y cantonal, los registros disponibles permiten dimensionar la situación en el cantón Loja. Según datos de CONADIS (2021), el 53,92 % de los estudiantes con discapacidad matriculados en los niveles de educación inicial, básica y bachillerato presentan discapacidad intelectual, lo que representa un total de 351 estudiantes. En el grupo etario de 13 a 18 años, esta cifra corresponde al 46,70 %, equivalente a 304 estudiantes.

Estos datos justifican la necesidad de fortalecer acciones pedagógicas inclusivas y articulaciones interinstitucionales que apoyen el desarrollo de habilidades motrices desde la EF./ La discapacidad intelectual se concibe actualmente desde un enfoque biopsicosocial y de derechos, entendida como el resultado de la interacción entre las características del individuo y las barreras del entorno. Este enfoque, respaldado por la Convención sobre los Derechos de las Personas con Discapacidad y la Organización Mundial de la Salud, desplaza la atención del déficit hacia la provisión de apoyos, la accesibilidad y los ajustes razonables.

En EF, esto implica diseñar experiencias motrices inclusivas que prioricen el desarrollo de la coordinación como base del aprendizaje motor, la autonomía funcional y la participación social. Desde una perspectiva pedagógica, la discapacidad intelectual se caracteriza por limitaciones significativas en el funcionamiento intelectual y en las habilidades adaptativas de tipo conceptual, social y práctico, manifestadas

durante el periodo de desarrollo. Este enfoque multidimensional exige que las intervenciones educativas no se limiten al ámbito académico, sino que integren estrategias orientadas al fortalecimiento de habilidades prácticas y motrices mediante apoyos sistemáticos y continuos. En Educación Física, la coordinación motora se define como el conjunto de procesos neuromusculares que permiten organizar de manera eficiente los movimientos voluntarios en función del espacio, el tiempo y la fuerza.

El desarrollo de la coordinación favorece la adquisición de habilidades motrices básicas, la autonomía y la autoestima; en estudiantes con DI, se asocia además con una mayor participación y disfrute de las actividades físicas. La literatura especializada destaca la importancia de metodologías progresivas, repetitivas y contextualizadas, así como del uso de apoyos visuales y adaptaciones del entorno para optimizar el aprendizaje motor. La inclusión educativa implica garantizar el derecho a la educación en entornos lo más normalizados posible, ajustando recursos y estrategias pedagógicas para atender la diversidad. En EF, esto requiere formación docente en adaptaciones curriculares, la aplicación de modelos como el Diseño Universal para el Aprendizaje (DUA) y una evaluación centrada no solo en la asistencia, sino también en la participación, la interacción social y el progreso en habilidades motrices (Muñoz, et al, 2024).

A pesar de los avances teóricos y normativos, persiste una limitada evidencia empírica en contextos locales del Ecuador, especialmente a nivel cantonal y provincial, sobre programas de actividades adaptadas orientados específicamente al desarrollo de la coordinación motora en estudiantes con discapacidad intelectual dentro de clases regulares de EF. Esta brecha evidencia la necesidad de

documentar prácticas pedagógicas que integren adaptaciones metodológicas y actividades motrices específicas, así como de evaluar su impacto en la participación, la competencia motora y la inclusión social. En observación realizada en las clases de EF en una Institución Educativa de la parroquia Taquil del Cantón Loja, se pudo apreciar que el proceso de inclusión a la clase de la estudiante con discapacidad intelectual no era completo; precisamente por las limitaciones que presentaba el docente en el desarrollo de actividades adaptadas, unido a la carencia de recursos adaptados y la no comprensión sobre la discapacidad intelectual; todo ello limitaba el desarrollo de la coordinación y del proceso de inclusión de la estudiante. Atendiendo a esto el objetivo de la investigación se centró en: en diseñar un conjunto de actividades adaptadas centradas en los principios de adaptabilidad, conducente al perfeccionamiento de la coordinación motora y al proceso de inclusión de estudiantes con esta condición.

Materiales y Métodos

El proceder metodológico siguió un enfoque mixto, con un diseño no experimental de alcance descriptivo y corte transversal; apoyado en métodos teóricos tales como: el analítico-sintético, inductivo deductivo y la modelación. Como métodos empíricos se utilizaron la observación, la entrevista y la revisión documental; los cuales conjuntamente con las técnicas e instrumentos favorecieron el desarrollo de la etapa de diagnóstico. Los instrumentos utilizados fueron: la ficha de observación, aplicada al docente y a la estudiante unidad de análisis, la guía de entrevista al docente y el Test de coordinación motriz (MABC-2), este último facilitó valorar el estado en que se encontraba la coordinación en la estudiante con discapacidad intelectual. La población estuvo conformada por un grupo de

estudiantes del primer año de Bachillerato General Unificado de una Institución Educativa de la parroquia Taquil del Cantón Loja, el cual tenía una matrícula de 10 estudiantes de ambos sexos. La muestra fue no probabilística, seleccionándose de forma intencional, bajo criterios de inclusión establecidos previamente: presentar discapacidad intelectual moderada, estar apta para realizar actividades físicas, tener dificultades en la coordinación, resultando como muestra unidad de análisis el caso de una estudiante de 17 años con diagnóstico de discapacidad intelectual moderada, perteneciente al mismo paralelo, con dificultades en la coordinación y poca comunicación verbal; sin embargo, la estudiante manifiesta motivación por participar e integrarse en las actividades.

Desde el punto de vista familiar procede de un hogar compuesto por su mamá y varios hermanos los cuales también presentan discapacidad. El desarrollo de la investigación ocupó tres etapas (diagnóstico, diseño-planificación y validación) en la etapa de diagnóstico se aplicaron los instrumentos para la recogida de datos, los cuales corroboraron la presencia de limitaciones tanto en el docente de Educación Física para desarrollar en las clases actividades adaptadas conducentes al proceso de inclusión de la estudiante con discapacidad intelectual, como las afectaciones existentes en la estudiante con discapacidad intelectual respecto al desarrollo de la coordinación y de su inclusión dentro de la clase de Educación Física. En el presente estudio se describen los objetivos e indicadores de los instrumentos empleados para la recolección de información. En primer lugar, se utilizó una ficha de observación orientada a valorar el desempeño del docente en relación con el proceso de inclusión, así como el desarrollo de actividades adaptadas dirigidas a mejorar la coordinación

en una estudiante con discapacidad intelectual. Para ello, se consideraron como indicadores el manejo del grupo y del proceso inclusivo, el diseño y ejecución de actividades ajustadas a las necesidades de la estudiante, la aplicación de estrategias de intervención individualizadas y el seguimiento de su progreso a través de procesos de retroalimentación. Asimismo, se aplicó una entrevista al docente con el propósito de conocer sus criterios y percepciones respecto al proceso de inclusión educativa.

Esta técnica permitió indagar en su experiencia en el trabajo con estudiantes con discapacidad intelectual, sus competencias para diseñar e implementar actividades adaptadas, así como los apoyos brindados y la formación recibida mediante cursos y capacitaciones relacionadas con la temática. Por otra parte, se empleó una guía de observación dirigida a la estudiante, con el objetivo de constatar su nivel de desempeño como unidad de análisis. En este instrumento se evaluaron aspectos como el estado de desarrollo de sus capacidades físicas, su nivel de autonomía, la necesidad de apoyos y adaptaciones, así como su predisposición durante el desarrollo de las clases. Complementariamente, se aplicó el test de coordinación motriz MABC-2, el cual permitió obtener información específica sobre sus habilidades motrices.

Definitivamente, en una segunda etapa se procedió al diseño y planificación de un conjunto de actividades adaptadas, orientadas al perfeccionamiento de la coordinación y al fortalecimiento del proceso de inclusión de la estudiante. En una tercera etapa, la propuesta fue validada mediante el criterio de especialistas, con el fin de garantizar su pertinencia, coherencia y aplicabilidad en el contexto educativo.

Resultados y Discusión

Instrumento 1. Resultados de observación al docente. Se observaron un total de cuatro clases de educación física, con el objetivo de valorar el desempeño del docente relacionado con el proceso de inclusión y el desarrollo de actividades adaptadas para el perfeccionamiento de la coordinación de la estudiante con discapacidad intelectual. Los resultados evidencian que el docente presenta buenas habilidades en el manejo del grupo en su generalidad: muestra habilidades y competencias para mantener una actitud motivadora, respetuosa y empática, así como por presentar y comunicar con claridad las actividades mediante demostraciones prácticas, lo que favorece la comprensión y participación general de los estudiantes, sin embargo, resultó evidente que posee poca experiencia para fomentar el proceso de inclusión, lo cual está dado por la no aplicación de estrategias de intervención individualizadas y el no desarrollo sistemático de actividades adaptadas que contribuyan a perfeccionar el desarrollo de la coordinación en la estudiante con discapacidad intelectual. Asimismo, la retroalimentación brindada es ocasional y poco personalizada, lo que limita el seguimiento del progreso, especialmente en estudiantes con discapacidad intelectual, evidenciando la necesidad de fortalecer la capacitación de las prácticas pedagógicas inclusivas.

Instrumento 2. Resultados de entrevista al docente. La información obtenida indica que, si bien el docente muestra un criterio favorable sobre el proceso de inclusión y atención a la diversidad, posee un conocimiento limitado sobre cómo desarrollar este con la estudiante con discapacidad intelectual, lo cual influye directamente en su práctica pedagógica y en el desarrollo de la estudiante. Reconoce las dificultades que presenta para realizar

actividades adaptadas, ofrecer niveles de apoyo y ayuda individualizada dentro de la clase; refiere que no ha recibido cursos de capacitación que le ayuden a mejorar su praxis pedagógica, manifestando su interés de aprender cómo manejar el proceso de inclusión y atención a la diversidad, especialmente con su estudiante. Enfatiza en sus respuestas en la necesidad de mejorar los procesos de inclusión en las clases; quedando evidenciado la brecha entre el propósito inclusivo y la implementación adecuada de estrategias pedagógicas adaptadas por parte del docente.

Instrumento 3. Resultado de las observaciones a la estudiante con DI. Los resultados de las observaciones realizadas a la estudiante durante las clases de Educación Física, indican que la señorita estudiante presenta un nivel de desempeño en proceso o desarrollo en la mayoría de las capacidades; encontrándose muy afectada su capacidad de coordinación, equilibrio y seguimiento de consignas, requiriendo apoyo constante para su ejecución. Además, se evidencia dificultad para participar de manera autónoma, así como limitaciones en la interacción social y el uso independiente de los materiales. Sin embargo, se destaca como aspecto positivo su actitud favorable hacia la actividad física, mostrando la predisposición y motivación para participar en las actividades. Este elemento constituye una base primordial para el desarrollo de futuras participaciones. En conjunto, los datos reflejan la necesidad de implementar actividades adaptadas más individualizadas como estrategias pedagógicas que favorezcan su inclusión activa y el desarrollo progresivo de sus habilidades motrices.

Instrumento 4. Resultado del test de coordinación motriz (MABC-2). Los resultados del test de coordinación motriz aplicado a la estudiante caso manifiestan que obtuvo un

puntaje de 10/15, ubicándose en un nivel de coordinación motriz “en desarrollo”. Se evidencian mejores desempeños en equilibrio dinámico y habilidades básicas como los saltos, lo que sugiere un leve progreso en comparación con evaluaciones anteriores. Sin embargo, persisten dificultades en la coordinación óculo-manual y, especialmente, en la coordinación óculo-pedal, donde requiere mayor apoyo para el control y la orientación del movimiento. Asimismo, en la orientación espacio-temporal, la estudiante logra responder a consignas simples con apoyo verbal, evidenciando una comprensión parcial. Estos resultados confirman que, aunque existe un progreso positivo en su desempeño motriz, aún requiere una intervención pedagógica más específica, sistemática y adaptada para fortalecer su coordinación y favorecer su inclusión efectiva en las clases de Educación Física.

La información obtenida en la etapa de diagnóstico través de los diferentes instrumentos (observación del desempeño docente, entrevista al docente, observación a la estudiante y test de coordinación motriz) permitieron identificar una clara relación entre los resultados. Por un lado, las observaciones a clases manifiesta que el docente promueve un ambiente positivo y participativo; sin embargo, presenta limitaciones en la planificación inclusiva y en la aplicación de adaptaciones a las actividades, lo cual es confirmado en la entrevista, donde el propio docente reconoce su falta de conocimiento y formación específica en el trabajo con estudiantes con discapacidad intelectual. De manera adicional, los resultados de la observación a la estudiante y del test de coordinación motriz coinciden en señalar que la estudiante presenta un nivel de desempeño “en desarrollo”, con dificultades en la coordinación, la autonomía y la comprensión de consignas, aunque con una actitud favorable hacia la

actividad física. Esta relación nos indica que las limitaciones en la práctica pedagógica inciden directamente en el nivel de participación y desarrollo motriz de la estudiante, reafirmando la necesidad de acciones más estructuradas e inclusivas. En conjunto, la triangulación de los datos permite concluir que existe coherencia entre lo que el docente manifiesta, lo que se observa en la práctica y el desempeño de la estudiante, lo cual fortalece la validez de los resultados y sustenta la importancia de diseñar un conjunto de actividades adaptadas conducentes a perfeccionar la coordinación motriz y la inclusión en Educación Física de la estudiante con discapacidad intelectual.

La propuesta denominada “Conjunto de actividades adaptadas para el perfeccionamiento de la coordinación e inclusión en estudiantes con discapacidad intelectual” tiene como objetivo general favorecer el desarrollo de la coordinación motriz y la inclusión mediante el diseño de actividades físicas adaptadas, accesibles y progresivas en el contexto de la Educación Física. En coherencia con este propósito, se plantean como objetivos específicos el fortalecimiento de las habilidades de coordinación motriz básica, incluyendo la coordinación óculo-manual y óculo-pedal; la promoción de la participación activa y la interacción social dentro del grupo-clase; y el mejoramiento de la praxis pedagógica del docente de Educación Física. La fundamentación de la propuesta se sustenta en evidencia científica que demuestra que las actividades de Educación Física basadas en tareas motrices estructuradas y juegos adaptados favorecen significativamente la coordinación motriz y la participación activa en estudiantes con discapacidad intelectual (Simaleza et al., 2023; Ogarrío et al., 2021). Desde esta perspectiva, la propuesta se

configura como una respuesta pedagógica pertinente frente a las dificultades identificadas en el desarrollo de la coordinación motriz y en los procesos de inclusión. Diversos estudios evidencian que los estudiantes con discapacidad intelectual presentan limitaciones en habilidades motrices básicas, lo que incide en su autonomía, interacción social y desempeño en actividades físicas (Gallahue et al., 2012; Henderson et al., 2007). Asimismo, la literatura señala que la falta de estrategias metodológicas adaptadas y la insuficiente formación docente en educación inclusiva constituyen barreras importantes para una participación efectiva (UNESCO, 2020; Organización Mundial de la Salud, 2011).

Bajo este enfoque, la propuesta se apoya en el diseño de actividades adaptadas, estructuradas de manera progresiva, lúdica y accesible, orientadas al fortalecimiento de la coordinación motriz en sus diferentes manifestaciones, tales como el equilibrio, la coordinación óculo-manual y óculo-pedal. Estas actividades permiten ajustar la complejidad de las tareas en función de las características del estudiante, favoreciendo aprendizajes significativos y promoviendo su participación activa, en concordancia con los principios de la educación inclusiva y la atención a la diversidad. Además, responde a la necesidad de orientar la práctica docente mediante estrategias metodológicas contextualizadas que faciliten la adaptación de actividades, el uso de recursos didácticos accesibles y la implementación de apoyos pedagógicos. En este sentido, se ha demostrado que las actividades adaptadas en Educación Física no solo contribuyen al desarrollo de la coordinación motriz, sino también al fortalecimiento de la inclusión social, la autoestima y la interacción entre pares (Gallahue et al., 2012; Simaleza et al., 2023). En cuanto a la descripción de la propuesta, se

destaca que las actividades adaptadas permiten ajustar la complejidad de las tareas motrices, facilitando el aprendizaje a través de experiencias significativas, progresivas y motivadoras. Desde un enfoque pedagógico, el uso de estrategias lúdicas, repetitivas y estructuradas favorece la adquisición de habilidades motoras, especialmente en contextos con limitaciones de recursos. En consecuencia, esta propuesta se presenta como una alternativa pedagógica pertinente que articula el desarrollo de la coordinación motriz con los procesos de inclusión educativa, contribuyendo al mejoramiento de la práctica docente y al desarrollo integral de los estudiantes con discapacidad intelectual.

La propuesta se organiza en cuatro fases: una primera fase centrada en la coordinación y el equilibrio, una segunda orientada a la coordinación óculo-manual, una tercera enfocada en la coordinación óculo-pedal y una cuarta fase de integración motriz. Esta estructuración permite garantizar un proceso de intervención progresivo y adaptado, favoreciendo el perfeccionamiento de la coordinación y fortaleciendo el proceso de inclusión. Asimismo, el conjunto de actividades se planifica para facilitar su implementación considerando los siguientes elementos: actividad, objetivo, metodología, materiales, adaptaciones y evaluación.

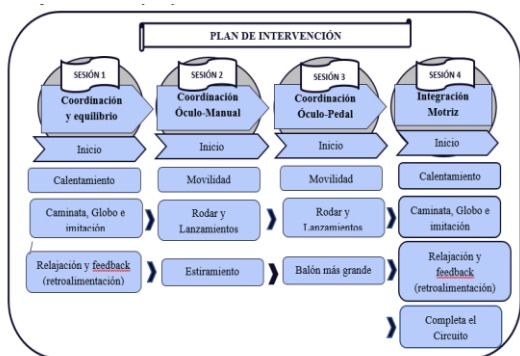
Las actividades diseñadas incluyen ejercicios como caminar con equilibrio, mantener un globo en el aire, realizar recorridos en zigzag con conos, ejecutar saltos en aro, rodar y atrapar un balón, conducir el balón, imitar movimientos, participar en carreras con apoyo, responder a señales de dirección y completar un circuito motriz. Todas estas actividades están concebidas para ser desarrolladas en clases de Educación Física bajo un enfoque inclusivo, progresivo y centrado en el estudiante.

Tabla 1: Actividades Adaptadas para la coordinación inclusiva

N.º	Actividad	Objetivo	Metodología	Materiales	Adaptaciones	Evaluación
1	Caminando con equilibrio	Desarrollar equilibrio dinámico	Caminar sobre línea recta con brazos extendidos	Cinta, tiza	Reducir distancia, apoyos visuales y físicos	Mantiene el equilibrio durante el recorrido.
2	Globo al aire	Coordinar vista y manos	Golpear globo sin dejarlo caer	Globos	Uso de globos grandes, más intentos.	Coordina movimientos de manos y vista.
3	Zigzag con conos	Orientación y coordinación	Desplazamiento en zigzag	Conos/botellas	Mayor distancia entre conos	Realiza el recorrido con control corporal.
4	Saltos en aro	Coordinación de piernas	Saltos dentro/afuera del aro	Aro/cuerda	Menos repeticiones	Mantiene ritmo y coordinación.
5	Rodar y atrapar balón	Coordinación óculo-manual	Atrapar balón rodado	Balón	Reducir velocidad	Atrapa el balón con control.
6	Conducción de balón	Coordinación óculo-pedal	Conducir balón en línea	Balón	Balón grande o liviano.	Controla el balón durante el desplazamiento.
7	Imito y aprendo	Coordinación global	Imitación de movimientos	Ninguno	Movimientos simples.	Imita correctamente los movimientos.
8	Carrera con apoyo	Desplazamiento coordinado	Carrera con compañero	Espacio abierto	Distancias cortas.	Se desplaza con seguridad.
9	Señales de dirección	Orientación espacial	Responder a indicaciones	Conos	Usar señales visuales (colores).	Responde correctamente a consignas.
10	Circuito motriz	Integrar habilidades	Recorrido con estaciones	Conos, aro, balón	Menos estaciones	Completa el circuito con apoyo mínimo.

Fuente: Elaboración propia

Figura 1: Actividades adaptadas para la coordinación inclusiva (Plan de Intervención).



Fuente: Elaboración propia

La figura presenta un conjunto de actividades adaptadas orientadas a fortalecer la coordinación desde un enfoque inclusivo, considerando las necesidades diversas de los participantes.

Figura 2: Actividades motoras para estudiantes con discapacidad intelectual



Fuente: Elaboración propia

A continuación, se presentan ejemplos de actividades adaptadas diseñadas para favorecer el desarrollo de la coordinación motriz y la inclusión en estudiantes con discapacidad intelectual. La primera actividad, denominada "Imito y aprendo", tiene como objetivo potenciar la coordinación motriz global

mediante la imitación de movimientos básicos, al tiempo que estimula la atención, la memoria motriz y la ejecución ordenada. Para su desarrollo, el docente se ubica frente a la estudiante, asegurando el contacto visual y un entorno libre de distractores. Se inicia con movimientos simples y segmentados, como levantar los brazos, flexionar las rodillas o girar el cuerpo, los cuales son ejecutados de forma lenta y acompañados de instrucciones verbales claras.

Posteriormente, la estudiante observa e imita dichas acciones, repitiendo cada movimiento entre tres y cinco veces para favorecer su adquisición. De manera progresiva, se incorporan secuencias más complejas y se integran elementos lúdicos, como la imitación de animales o acciones cotidianas, con el fin de incrementar la motivación. Durante toda la actividad, el docente proporciona retroalimentación inmediata y refuerzo positivo, lo cual resulta fundamental en este tipo de población, ya que las actividades basadas en la imitación facilitan el aprendizaje mediante el modelado y la repetición.

En cuanto a los materiales, esta actividad requiere únicamente de un espacio amplio y seguro. No obstante, se contemplan adaptaciones específicas como el uso de instrucciones breves y concretas, un ritmo de ejecución lento, la repetición constante de los movimientos, el apoyo visual mediante demostraciones, la reducción del número de acciones por secuencia y el refuerzo positivo continuo. La evaluación se centra en el nivel de imitación motriz alcanzado por la estudiante, considerando indicadores como la reproducción correcta de movimientos simples, el mantenimiento de la atención durante la actividad y la mejora en la coordinación de la ejecución. Para ello, se emplea una lista de

cotejo con una escala de valoración que incluye los niveles de logrado, en proceso y no logrado.

Por otra parte, la actividad denominada “Circuito motriz” tiene como objetivo desarrollar e integrar habilidades coordinativas básicas como el equilibrio, el desplazamiento y la manipulación, a través de la ejecución de un circuito adaptado. En su implementación, el docente organiza tres estaciones: la primera consiste en caminar entre conos en forma de zigzag, la segunda en realizar saltos dentro y fuera de aros, y la tercera en lanzar un balón hacia un objetivo cercano.

Cada estación es previamente explicada y demostrada de manera individual, tras lo cual la estudiante recorre el circuito siguiendo un orden establecido. Durante el proceso, el docente brinda acompañamiento constante y apoyo verbal cuando es necesario, repitiendo el circuito entre dos y tres veces y reforzando los logros alcanzados al finalizar cada estación. Este tipo de actividades resulta especialmente útil, ya que los circuitos motrices permiten integrar diversas habilidades y favorecen el desarrollo del desempeño motor global en contextos inclusivos.

Para el desarrollo de esta actividad se utilizan materiales como conos, aros, balones y botellas plásticas. Asimismo, se establecen adaptaciones que incluyen la reducción del número de estaciones, la segmentación de instrucciones, la demostración previa en cada etapa, el acompañamiento cercano del docente, la disminución de las distancias entre estaciones y el ajuste del nivel de dificultad, como realizar lanzamientos a corta distancia. La evaluación se enfoca en la ejecución del circuito motriz, considerando indicadores como el cumplimiento del orden establecido, la realización de las tareas con coordinación

básica y el nivel de apoyo requerido. Se puede emplear una lista de cotejo o una rúbrica analítica, con una escala que valore el desempeño como autónomo, con ayuda o no lo realiza.

En relación con la validación de la propuesta, esta etapa tuvo como propósito comprobar su nivel de actualidad, pertinencia y utilidad. Para ello, se establecieron estos tres indicadores como criterios de validación, los cuales, junto con la propuesta, fueron sometidos a la valoración de siete especialistas, todos ellos docentes de Educación Física con formación de maestría en Pedagogía de la Cultura Física con mención en Educación Física Inclusiva.

Los resultados obtenidos evidencian que el 100 % de los especialistas considera que la propuesta posee actualidad, pertinencia y alta utilidad. Destacan que contribuye de manera significativa al perfeccionamiento de la coordinación motriz y al fortalecimiento del proceso de inclusión de la estudiante con discapacidad intelectual, lo cual atribuyen a su estructura organizada en fases progresivas y a su enfoque adaptativo. No obstante, señalan la importancia de implementar un proceso piloto que permita evaluar su aplicabilidad en contextos reales y considerar su posible generalización, especialmente debido a que el estudio se centra en un solo caso.

En consecuencia, la propuesta puede considerarse válida desde el punto de vista teórico, ya que se sustenta en evidencia científica actual y es coherente con los principios de la educación inclusiva y el desarrollo motor. De este modo, se configura como una alternativa pedagógica pertinente para mejorar la coordinación motriz y promover la inclusión en estudiantes con discapacidad intelectual.

Los hallazgos teóricos encontrados coinciden con diversas investigaciones, las cuales señalan que la aplicación de tareas motrices adaptadas y estructuradas progresivamente favorecen significativamente el desarrollo de las capacidades físicas tales como la coordinación, el equilibrio y la autonomía de los estudiantes con DI (Gallahue et al., 2012; Henderson et al., 2007).

En este sentido, los programas de Educación Física basados en actividades lúdicas y adaptadas han demostrado ser efectivos para mejorar las habilidades motoras básicas, tales como la coordinación óculo-manual, óculo-pedal y el control postural, lo cual coincide con las actividades propuestas en el presente estudio (Ogarrio et al., 2021). Asimismo, la evidencia científica destaca que los juegos deportivos y recreativos adaptados contribuyen no solo al desarrollo motriz, sino también a la participación activa y la inclusión social de los estudiantes con discapacidad intelectual (Simaleza et al., 2023).

Desde la perspectiva de la educación inclusiva, organismos internacionales como la UNESCO (2020) señalan que la adaptación de las actividades y metodologías es fundamental para garantizar la participación equitativa de todos los estudiantes. En concordancia, la propuesta plantea actividades accesibles, progresivas y flexibles, que responden a los diferentes ritmos de aprendizaje, favoreciendo un entorno inclusivo dentro de la clase de Educación Física.

Además, estudios recientes en el contexto latinoamericano evidencian que la implementación de estrategias inclusivas en Educación Física mejora significativamente la interacción social, la motivación y el rendimiento de los estudiantes con discapacidad (Torres & Lorenzo, 2025). De igual manera, las

actividades lúdicas estructuradas permiten fortalecer la coordinación global y la respuesta motriz, facilitando el aprendizaje significativo (López et al., 2023).

Desde la perspectiva práctica los resultados obtenidos evidencian que, si bien existe una disposición positiva por parte del docente y de la estudiante, la ausencia de actividades adaptadas e inclusivas limitan el desarrollo óptimo de la coordinación motriz y la participación activa en la clase de Educación Física, coincidiendo con diversos estudios que señalan que la inclusión efectiva no depende únicamente de la integración física del estudiante, sino de la implementación de adaptaciones metodológicas que respondan a sus necesidades específicas.

Asimismo, el nivel de coordinación motriz “en desarrollo” identificado en la estudiante refleja la necesidad de intervenciones ordenadas y planificadas, ya que, aunque se observan avances, estos son aún insuficientes para lograr un desempeño autónomo. En este sentido, la falta de formación docente en educación inclusiva se presenta como un factor determinante que dificulta la aplicación de estrategias adecuadas, tal como lo reconoce el propio docente en la entrevista.

En consecuencia, los resultados refuerzan la importancia de diseñar un conjunto de actividades adaptadas que favorezcan el desarrollo progresivo de las habilidades motrices y promuevan una inclusión real dentro del contexto educativo. De igual manera, se evidencia la necesidad de fortalecer la capacitación docente y el uso de metodologías activas e inclusivas, que permitan transformar la práctica pedagógica y garantizar una educación física equitativa y de calidad para todos los estudiantes

Conclusiones

Se logra diseñar y validar mediante criterios de especialista un conjunto de actividades adaptadas conducente al perfeccionamiento de la coordinación motora y al proceso de inclusión en la Educación Física para estudiantes con discapacidad intelectual; el cual se distingue por su estructura en fases (fase 1. Coordinación y equilibrio, 2. Coordinación óculo -manual. 3. Coordinación óculo pedal y 4. Integración motriz), permitiendo esto asegurar un proceso de intervención progresivo y adaptado

Por otra parte, quedó evidenciado en la etapa de diagnóstico que la estudiante presenta un nivel de coordinación motriz “en desarrollo”, con avances en equilibrio y desplazamientos, pero con dificultades en la coordinación óculo-manual, óculo-pedal y en la autonomía durante la ejecución de tareas. Se identificó que, pese a la existencia de un ambiente motivador generado por el docente, persisten en él limitaciones en la atención a la diversidad, especialmente en la planificación y desarrollo de actividades adaptadas, lo que restringe la participación autónoma de la estudiante.

Los resultados confirman que la inclusión en Educación Física requiere intervenciones pedagógicas intencionadas y contextualizadas, siendo el diseño de las actividades adaptadas una estrategia clave para favorecer tanto el desarrollo de la coordinación motriz como una inclusión efectiva.

Referencias Bibliográficas

- Consejo Nacional para la Igualdad de Discapacidades (CONADIS). (2021). *Estadísticas de discapacidad*. <https://www.consejodiscapacidades.gob.ec>
- Gallahue, D., Ozmun, J., & Goodway, J. (2012). *Understanding motor development*. McGraw-Hill. <https://share.google/mGefJLHoKsL7HAhTL>
- Henderson, S., Sugden, D., & Barnett, A. (2007). *Movement Assessment Battery for Children-2*. Pearson. <https://www.scirp.org/reference/referencespapers?referenceid=3108276>
- López, J., Macías, M., Castillejo, R., & Rodríguez, A. (2023). Sistema de actividades lúdico-rítmicas para educandos con discapacidad intelectual. *Revista Mapa*. <https://revistamapa.org/index.php/es/article/view/471>
- Ministerio de Educación del Ecuador. (2024). *Estadística educativa* (Vol. 5). <https://educacion.gob.ec/wp-content/uploads/downloads/2024/10/Estadistica-Educativa-Vol-5.pdf>
- Muñoz, F., Méndez, M., Valdivi, P., & López, V. (2024). Facilitadores y barreras para la inclusión de estudiantes con discapacidad en Educación Física en Colombia, Chile, España y Perú. *Retos*, 50, 873–882. <https://doi.org/10.47197/retos.v50.100874>
- Ogarrio, C., Bautista, A., Barahona, N., Chávez Valenzuela, M. E., & Hoyos Ruiz, G. (2021). <https://www.redalyc.org/journal/5256/525669185003/html/>
- Organización Mundial de la Salud. (2011). *Informe mundial sobre la discapacidad*. OMS. <https://www.who.int/es/publications/i/item/9789241564182>
- Simaleza, A., Figueroa, S., Delgado, C., & Pacheco, X. (2023). Juegos deportivos y habilidades motoras en niños, adolescentes y jóvenes con discapacidad intelectual en el Ecuador. *Ciencia y Educación*. <https://doi.org/10.5281/zenodo.10465888>
- Special Olympics. (2020). Asociación Estadounidense de Discapacidades Intelectuales y del Desarrollo; Centro Nacional de Defectos Congénitos y Discapacidades del Desarrollo; Programa de las Naciones Unidas para el Desarrollo; y los Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades. <https://www.specialolympics.org/es/acerca-de-olimpiadas-especiales/discapacidades-intelectuales/que-es-la-discapacidad-intelectual>
- Torres, J., & Lorenzo, E. (2025). Actividades físico-recreativas como estrategia de desarrollo integral en estudiantes con discapacidad intelectual. *Dominio de las Ciencias*. <https://dominiodelasciencias.com/ojs/index.php/es/index>
- UNESCO. (2015). *Educación Física de Calidad (EFC): Guía para los responsables de la formulación de políticas*. Organización de las Naciones Unidas para la Educación, la Ciencia y la Cultura. <https://unesdoc.unesco.org/ark:/48223/pf0000231340>
- UNESCO. (2020). *Educación inclusiva: Garantizar la educación para todos*. https://gem-report-2020.unesco.org/wp-content/uploads/2020/06/GEMR_2020-Summary-ES-v8.pdf
- UNICEF. (2021). *Hay casi 240 millones de niños con discapacidad en el mundo*. <https://www.unicef.org/es/comunicados-prensa/casi-240-millones-ninos-con-discapacidad-mundo-segun-analisis-estadistico>



Esta obra está bajo una licencia de **Creative Commons Reconocimiento-No Comercial 4.0 Internacional**. Copyright © Darwin Amable Ramón Cabrera, Wilman Danny Calva Morocho y Giceya de la Caridad Maqueira Caraballo.

Declaraciones éticas y editoriales del artículo
Contribución de los autores (Taxonomía CRediT) Darwin Amable Ramón Cabrera: conceptualización de la investigación, diseño metodológico, desarrollo del proceso investigativo, análisis formal de los datos, redacción del borrador original del manuscrito, revisión crítica del contenido científico y supervisión general del estudio. Wilman Danny Calva Morocho: curación y organización de los datos, participación en la recolección de información, validación de los resultados obtenidos y elaboración de representaciones gráficas y visualización de los datos. Giceya de la Caridad Maqueira Caraballo: provisión de recursos académicos y materiales para el desarrollo del estudio, apoyo en la administración del proyecto investigativo y revisión editorial del manuscrito antes de su publicación.
Declaración de conflicto de intereses Los autores declaran que no existe conflicto de intereses en relación con la investigación presentada, la autoría del manuscrito ni la publicación del presente artículo.
Declaración de financiamiento La presente investigación no recibió financiamiento específico de agencias públicas, comerciales o de organizaciones sin fines de lucro. En caso de existir financiamiento institucional o externo, este deberá ser declarado explícitamente por los autores en esta sección.
Declaración del editor El editor responsable certifica que el proceso editorial del presente artículo se desarrolló conforme a los principios de integridad científica, transparencia y buenas prácticas editoriales. El manuscrito fue sometido a un proceso de evaluación mediante revisión por pares doble ciego, garantizando la confidencialidad de la identidad de los autores y revisores durante todo el proceso de dictamen académico. Asimismo, el editor declara que el artículo cumple con los criterios científicos, metodológicos y éticos establecidos por la revista.
Declaración de los revisores Los revisores externos que participaron en la evaluación del presente manuscrito declaran haber realizado el proceso de revisión de manera objetiva, independiente y confidencial. Asimismo, manifiestan que no mantienen conflictos de interés con los autores ni con la investigación evaluada, y que sus observaciones y recomendaciones se fundamentan exclusivamente en criterios científicos, metodológicos y académicos.
Declaración ética de la investigación Los autores declaran que la investigación se desarrolló respetando los principios éticos de la investigación científica, garantizando la confidencialidad de los datos y el respeto a los participantes del estudio. En los casos en que la investigación involucre seres humanos, los procedimientos deben ajustarse a los principios éticos establecidos en la Declaración de Helsinki y a las normativas institucionales correspondientes.
Declaración sobre el uso de inteligencia artificial Los autores declaran que el uso de herramientas de inteligencia artificial, en caso de haberse utilizado durante el proceso de investigación o redacción del manuscrito, se realizó únicamente como apoyo técnico para mejorar la claridad del lenguaje o el análisis de información, manteniendo siempre la responsabilidad intelectual sobre el contenido del artículo. Las herramientas de inteligencia artificial no fueron utilizadas como autoras del manuscrito ni sustituyen la responsabilidad académica de los investigadores.
Disponibilidad de datos Los datos que respaldan los resultados de esta investigación estarán disponibles previa solicitud razonable al autor de correspondencia, respetando las normas éticas y de confidencialidad establecidas por la investigación.

