

MENTOR

Revista de Investigación Educativa y Deportiva

Volumen 4
Número 12 | 2025

Director: Ph.D. Richar Posso Pacheco

Email: rjposso@revistamentor.ec

Web: <https://revistamentor.ec/>

Editora en Jefe: Ph.D. Susana Paz Viteri

Coordinador Editorial: Ph.D. (c) Josue Marcillo Ñacato

Coordinadora Comité Científico: Ph.D. Laura Barba Miranda

Coordinadora Comité de Editores: Msc. María Gladys Córdor Chicaiza

Coordinador del Consejo de Revisores: Ph.D. Javier Fernández-Rio

Original

Estrategia didáctica para la inclusión de estudiantes con trastorno por déficit de atención e hiperactividad en las clases de Educación Física

Didactic strategy for the inclusion of students with attention deficit hyperactivity disorder in Physical Education classes

Juan Joel Robalino Shagñay¹
ORCID: <https://orcid.org/0009-0005-5360-2587>

Ninoska Paola Tapia Coronel¹
ORCID: <https://orcid.org/0009-0005-8426-4138>

Giceya de la Caridad Maqueira Caraballo¹
ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-62823027>

Universidad Bolivariana del Ecuador. Durán-Ecuador¹

Autor de correspondencia
juanitorobalino93@mail.com

Recibido: 09-03-2025
Aceptado: 12-06-2025
Disponible en línea: 15-09-2025

Resumen

La inclusión de estudiantes con trastorno por déficit de atención e hiperactividad en las clases de Educación Física constituye un desafío pedagógico que demanda estrategias didácticas adaptadas. El objetivo de esta investigación fue diseñar una estrategia que favorezca la inclusión y mejore el desempeño motriz y social de estos estudiantes. El estudio se desarrolló bajo un enfoque cualitativo, mediante un estudio de caso de tipo descriptivo y no experimental. Se emplearon técnicas como la observación y la entrevista, aplicadas a dos estudiantes diagnosticados, diez docentes y veintisiete compañeros de aula en una institución educativa de la ciudad de Riobamba. Los resultados revelaron dificultades en la atención, la autorregulación y la integración grupal, así como limitaciones docentes para implementar adaptaciones inclusivas. A partir de estos hallazgos, se diseñó la estrategia didáctica “Jugando y moviéndonos juntos”, la cual fue aplicada durante doce semanas y validada mediante observación directa. Se concluye que la propuesta contribuyó a mejorar la participación activa de los estudiantes, fortaleció la práctica pedagógica del docente y generó un entorno más inclusivo en la clase de Educación Física.

Palabras clave: inclusión educativa, educación física, estrategias didácticas, trastorno por déficit de atención, aprendizaje adaptado.

Abstract

The inclusion of students with attention deficit and hyperactivity disorder in Physical Education classes represents a pedagogical challenge that requires adapted didactic strategies. The objective of this research was to design a strategy that promotes inclusion and improves the

motor and social performance of these students. The study was conducted using a qualitative approach, through a descriptive and non-experimental case study. Techniques such as observation and interviews were applied to two diagnosed students, ten teachers, and twenty-seven classmates in an educational institution in the city of Riobamba. The results revealed difficulties in attention, self-regulation, and group integration, as well as limitations among teachers in implementing inclusive adaptations. Based on these findings, the didactic strategy "Playing and Moving Together" was designed, applied over twelve weeks, and validated through direct observation. It is concluded that the proposal helped to enhance students' active participation, strengthened the teacher's pedagogical practice, and fostered a more inclusive environment in Physical Education classes.

Keywords: educational inclusion, physical education, didactic strategies, attention deficit disorder, adapted learning.

Introducción

La inclusión de estudiantes con Trastorno por Déficit de Atención e Hiperactividad (en adelante, TDAH) en el ámbito educativo, así como el manejo de su comportamiento en clase, representa un desafío importante para los profesionales de la educación. La falta de conocimiento sobre métodos o técnicas que favorezcan su desarrollo ha generado múltiples dificultades. No obstante, cuando el profesional posee vocación auténtica, surge la posibilidad de innovar en los procesos de enseñanza-aprendizaje con el fin de alcanzar los objetivos educativos.

El Trastorno por Déficit de Atención e Hiperactividad afecta aproximadamente entre el 5 % y el 8 % de la población infantojuvenil y se manifiesta a través de dificultades de concentración, escaso control de impulsos y falta de planificación y regulación autónoma (Bautista et al., 2024). Según los psicólogos Biederman y Faraone, el TDAH afecta al menos entre el 8 % y el 12 % de los niños en el mundo (Villagómez Puebla, 2018).

Aunque no se puede determinar un origen único, en el plano genético se ha identificado una fuerte base hereditaria del TDAH. Es decir, existe una alta probabilidad de que un hijo o descendiente próximo desarrolle el trastorno si uno de los padres lo presenta. Esta condición posee un origen biológico y se ve influenciada por factores etiológicos tanto genéticos como ambientales (Rusca et al., 2020).

Diversos estudios destacan que el consumo de alcohol y nicotina durante el embarazo incrementa la probabilidad de que los hijos presenten hiperactividad, falta de atención o incluso TDAH (Ñañez et al., 2019). Ecuador no es una excepción. En julio de 2024 se estimó que entre el 3 % y el 7 % de la población infantil y adolescente podría presentar diagnóstico de TDAH (Expreso, 2024). Además, se reportaron 7.918 casos de niños con TDAH en instituciones públicas. Según el Ministerio de Educación, de 30 estudiantes atendidos en el Departamento de Consejería Estudiantil (DECE), 10 fueron diagnosticados con TDAH (Villagómez Puebla, 2018).

La inclusión educativa se concibe como un proceso orientado a eliminar o reducir las barreras que limitan el aprendizaje y la participación de todos los estudiantes. Esta concepción promueve una comunidad escolar basada en valores y creencias compartidas, con el

compromiso de que todos aprendan, involucrando a la totalidad de la escuela: estudiantes, familias y miembros del consejo escolar (González, 2017).

La Declaración de Salamanca y su marco de acción, aprobados en la Conferencia Mundial sobre Necesidades Educativas Especiales en 1994, así como el Foro Mundial sobre la Educación en Dakar 2000, establecen que todos los niños, incluidos aquellos con discapacidades, tienen derecho a una educación de calidad en un entorno inclusivo (Cruz, 2019).

En el caso del área de Educación Física, se ha evidenciado que el ejercicio físico aporta beneficios en los planos cognitivo, conductual y social. La práctica regular de actividad física puede mejorar la función ejecutiva, la coordinación motora, el rendimiento académico, el comportamiento y las habilidades sociales del alumnado con TDAH, lo que contribuye a la reducción de sus síntomas a largo plazo (Rivera et al., 2017).

Las estrategias didácticas para la enseñanza y el aprendizaje son herramientas que permiten innovar en los modelos educativos mediante la implementación de técnicas que potencien el desarrollo de los estudiantes (Reyes, 2021). Se distinguen las estrategias de enseñanza, utilizadas por el docente como apoyo al aprendizaje, y las de aprendizaje, implementadas por los propios estudiantes.

Estas estrategias influyen significativamente en los resultados académicos, beneficiando tanto a estudiantes como a docentes (Gutiérrez, 2023). En una unidad educativa de la ciudad de Riobamba, se identificaron limitaciones por parte del docente de Educación Física para atender adecuadamente a estudiantes con TDAH, evidenciándose dificultades para desarrollar adaptaciones curriculares, falta de experiencia en el manejo del trastorno, y barreras en la

comunicación y socialización del estudiantado afectado. En este contexto, la presente investigación tuvo como objetivo: desarrollar una estrategia didáctica para la inclusión de estudiantes con Trastorno por Déficit de Atención e Hiperactividad en la clase de Educación Física de sexto año de Educación General Básica, perteneciente al subnivel de Básica Media.

Metodología

Para el desarrollo de esta investigación se adoptó un enfoque cualitativo, fundamentado en el estudio de caso, combinando métodos teóricos y empíricos. Entre los métodos teóricos utilizados se incluyeron el analítico-sintético, inductivo-deductivo y la modelación; mientras que los métodos empíricos fueron la observación y la entrevista. El estudio se desarrolló en cuatro etapas: diagnóstico, elaboración, implementación y validación.

Desde su alcance gnoseológico, la investigación fue de tipo descriptivo, pues se enfocó en caracterizar una estrategia didáctica orientada a la inclusión de estudiantes con TDAH en las clases de Educación Física. El diseño fue no experimental, de tipo transversal, ya que no se manipularon variables, y los datos fueron recolectados en un único momento (Hernández Sampieri & Mendoza Torres, 2018).

La población estuvo compuesta por 27 estudiantes de sexto año de Educación General Básica, 9 docentes del área de Educación Física y una docente de aula, todos pertenecientes a una unidad educativa de la ciudad de Riobamba. A partir de esta población se seleccionó una muestra no probabilística e intencional. La unidad de análisis estuvo conformada por dos estudiantes diagnosticados con TDAH, mientras que la muestra informante se integró por 10 docentes, incluyendo 9 del área de Educación Física y una docente de aula.

Para la recolección de información se emplearon técnicas cualitativas como la guía de observación dirigida a las clases de Educación Física y entrevistas semiestructuradas aplicadas a docentes, estudiantes con TDAH y sus compañeros. Cada instrumento fue construido a partir de categorías previamente establecidas conforme al objetivo general del estudio y sometido a validación de juicio experto por parte de docentes universitarios con experiencia en inclusión educativa y metodología cualitativa.

Las entrevistas se estructuraron en torno a categorías como percepción sobre inclusión, participación activa, interacción social, motivación y adaptaciones aplicadas en la clase de Educación Física. La guía de observación, por su parte, consideró dimensiones como el desempeño docente, uso de estrategias adaptadas, interacción grupal e indicadores de participación de los estudiantes con necesidades educativas.

Se contó con el consentimiento informado de los participantes y sus representantes legales, respetando los principios éticos de confidencialidad, voluntariedad y protección de datos.

Resultados

Los estudiantes analizados fueron identificados como Caso A y Caso B, ambos con diagnóstico de Trastorno por Déficit de Atención e Hiperactividad (TDAH), permitiendo así un estudio individualizado de sus características.

El alumno “A” era un estudiante de 11 años de edad, con diagnóstico de TDAH tipo combinado emitido 24 meses antes del estudio. Desde entonces, recibía apoyo psicopedagógico. Presentaba desafíos en su capacidad para mantener la atención, controlar

impulsos y autorregular su conducta, lo cual afectaba tanto su rendimiento académico como su interacción social. Se presumía que estas dificultades habían influido en la pérdida de años escolares. Mostraba un comportamiento inestable en clase, se distraía con facilidad ante estímulos externos, requería constante guía para completar actividades y presentaba dificultades en el seguimiento de instrucciones.

Desde el ámbito social, se observó que contaba con un ambiente familiar estable, con buena relación con sus padres y parientes. Era un niño con potencial, que tendía a involucrarse en tareas que captaban su interés. Mostraba una actitud pasiva y, aunque participaba en actividades grupales, tenía dificultades para mantener la atención y establecer vínculos sólidos con sus compañeros.

El caso “B”, también de 11 años, fue diagnosticado con TDAH 18 meses antes de la intervención. Al igual que el anterior, recibía apoyo psicopedagógico para mejorar su desempeño académico y social. Mostraba problemas de concentración y organización de tareas, lo que repercutía en su participación escolar. Se distraía con facilidad y presentaba dificultades para seguir instrucciones y trabajar de forma autónoma.

En el plano social, mantenía buenas relaciones familiares y demostraba entusiasmo por participar en distintas actividades. Sin embargo, su impulsividad interfería con la formación de relaciones interpersonales estables.

En cuanto a la percepción de los estudiantes unidad de análisis frente a la clase de Educación Física, se identificaron elementos clave:

Caso A: Este estudiante demostraba una actitud entusiasta hacia las clases de Educación Física. Manifestaba disfrute por las actividades físicas y mostraba motivación para participar.

Sin embargo, tenía una actitud pasiva en actividades grupales y revelaba dificultades para integrarse socialmente. A pesar de sentirse motivado, expresó que enfrentaba barreras para integrarse plenamente, atribuidas posiblemente a diferencias de habilidades o a la falta de adaptaciones adecuadas.

Caso B: El segundo estudiante tenía una percepción reservada e insegura frente a las actividades físicas. Si bien mostraba cierto disfrute, también evidenciaba sentimientos de incertidumbre, especialmente ante tareas consideradas difíciles. Manifestó dificultades para trabajar en equipo y mantener la concentración. Aunque percibía equidad en la participación dentro del aula, su participación activa era limitada.

Durante la observación de ocho clases de Educación Física, se evaluó el desempeño del docente respecto al uso de estrategias inclusivas. Se constató que el docente poseía experiencia sólida y planificación adecuada conforme al currículo. No obstante, se detectaron debilidades en la aplicación de estrategias adaptadas. En diversas ocasiones, los estudiantes con TDAH no participaban activamente y enfrentaban dificultades para mantener la atención. Además, se observaron limitaciones en el proceso de inclusión, especialmente en lo referente al involucramiento de los estudiantes con TDAH en dinámicas grupales.

Se evidenció que, aunque existía intención pedagógica por parte del docente, la intervención no siempre era eficaz. Los estudiantes mostraban dificultades en la coordinación, el control de impulsos y el tiempo de atención, lo que afectaba su desempeño en clase.

En las entrevistas realizadas a los 10 docentes (9 del área de Educación Física y una docente de aula), se identificó lo siguiente:

- **Experiencia docente:** El rango de experiencia oscilaba entre 7 y 16 años, lo que evidenciaba una base sólida de conocimientos y habilidades pedagógicas.
- **Conocimiento sobre TDAH:** Aunque la mayoría de los docentes afirmaron conocer el TDAH, su comprensión del concepto era superficial y poco claro.
- **Formación:** Ocho de los diez docentes indicaron no haber recibido formación específica sobre inclusión educativa ni sobre estrategias para atender a estudiantes con TDAH.
- **Sugerencias:** Se destacó la necesidad de implementar capacitación continua para mejorar la atención educativa, así como el uso de estrategias inclusivas adaptadas al TDAH.

Respecto a los resultados de la entrevista al grupo de compañeros, se obtuvieron las siguientes observaciones:

- **Participación y motivación:** La mayoría de los estudiantes mostró una actitud positiva hacia la asignatura de Educación Física. Disfrutaban las actividades y se sentían motivados.
- **Acompañamiento docente:** Los estudiantes valoraron el apoyo recibido por el docente, aunque algunos indicaron que, en ciertas ocasiones, este podría haber sido más eficaz.
- **Comprensión de instrucciones:** Se identificaron dificultades en algunos estudiantes para comprender las actividades, lo cual sugería la necesidad de reforzar la claridad en las indicaciones.

- **Sensación de inclusión:** La mayoría de los estudiantes se sentía aceptada en clase, aunque unos pocos manifestaron que ciertos compañeros enfrentaban obstáculos para integrarse plenamente.

El análisis de convergencia entre las diferentes fuentes mostró que, si bien existía una disposición positiva por parte de docentes y estudiantes hacia la inclusión en Educación Física, persistían limitaciones significativas. Estas se relacionaban con la escasez de estrategias diferenciadas, el acompañamiento conductual insuficiente y la necesidad urgente de formación especializada para el profesorado.

Estos hallazgos reafirmaron la necesidad de desarrollar una estrategia didáctica que fomente la inclusión de estudiantes con TDAH, mediante la incorporación de adaptaciones curriculares y metodologías participativas, que garanticen su comprensión, participación y bienestar dentro del entorno escolar.

Propuesta

Título: Estrategia didáctica “Jugando y moviéndonos Juntos” para la inclusión de estudiantes con Trastorno por Déficit de Atención e Hiperactividad (TDAH) en las clases de Educación Física.

Objetivo general: Favorecer el proceso de inclusión educativa y el fortalecimiento motriz de estudiantes con Trastorno por Déficit de Atención e Hiperactividad (TDAH) en las clases de Educación Física.

Objetivos específicos.

1. Mejorar el desempeño motriz de los estudiantes con TDAH mediante actividades físicas adaptadas y orientadas al juego.
2. Fomentar las relaciones interpersonales y la integración grupal a través de dinámicas cooperativas y recreativas.
3. Estimular la concentración y la participación activa de los estudiantes con TDAH, mediante estrategias lúdicas adaptadas a sus necesidades.

Fundamentación:

El uso de actividades de expresión corporal en la clase de Educación Física, mejora significativamente la participación, interacción social y desarrollo motriz de estudiantes con TDAH, promoviendo un ambiente de aprendizaje inclusivo. (Espinoza Moreno, 2025)

También García Conforme 2024, indican que las actividades lúdicas estructuradas reducen significativamente la hiperactividad y mejoran la atención sostenida en niños con TDAH, ayudando así a su desarrollo cognitivo (García et al., 2024)

Entonces la Educación Física es el espacio ideal para implementar estrategias didácticas inclusivas ya que ayudara a mejorar el desarrollo motriz como sus habilidades sociales.

Descripción:

La presente propuesta se trabajó durante un trimestre académico con una duración 12 semanas, dirigida a estudiantes de sexto año de Educación General Básica. Se estructuró de la siguiente manera: objetivo, el cual se consolida en 4 fases (fase 1 diagnóstico, fase 2 elaboración, fase 3 implementación, fase 4 validación), 10 actividades lúdicas y adaptadas, orientadas a mejorar el desempeño motriz, la inclusión social y la regulación de la conducta en estudiantes con TDAH, así como en las formas de control y evaluación

Figura 1

Representación gráfica de la Estrategia Didáctica

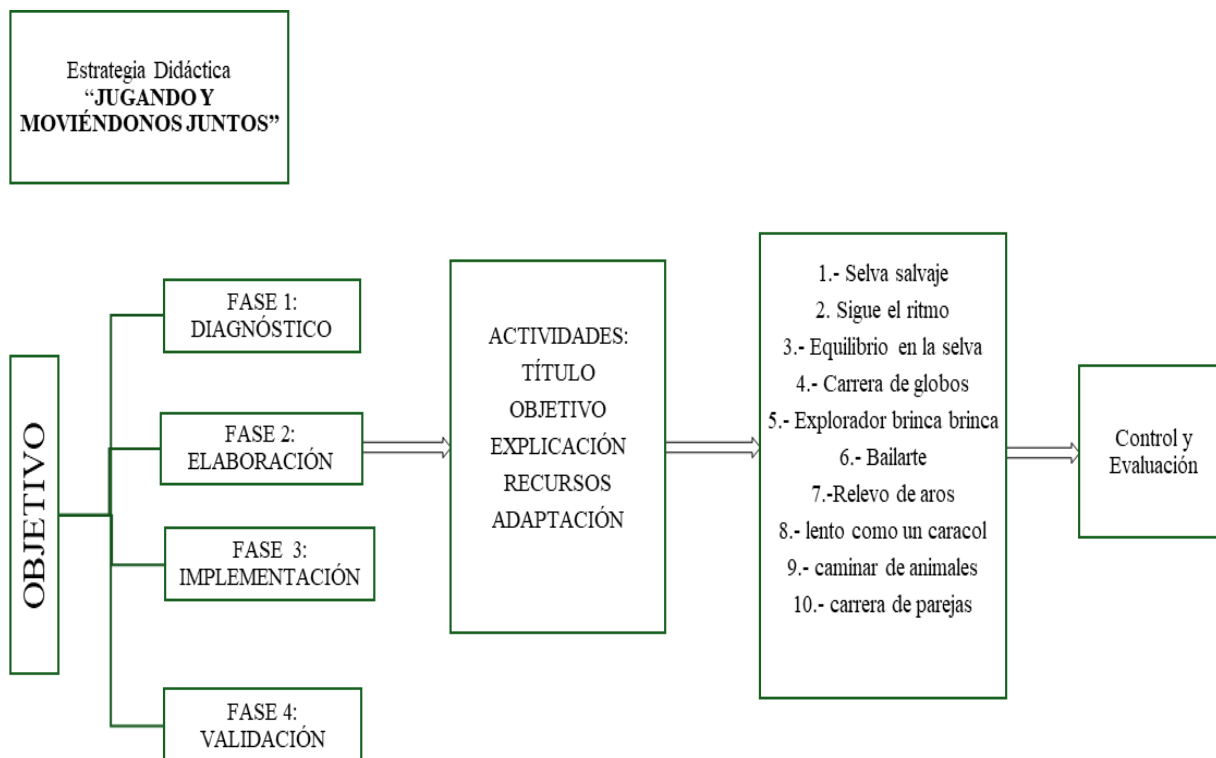


Tabla 1

Actividades y Adaptaciones Específicas para los Estudiantes Unidad de Análisis

Actividad	Título	Objetivo	Explicación	Recurso	Adaptación
1	Circuito de Habilidades "Selva Salvaje"	Mejorar la coordinación, atención y habilidades motrices gruesas mediante un circuito con estaciones temáticas.	Se simula una travesía por la "selva". El circuito tiene 4 estaciones: 1. Saltar entre troncos (aros) 2. Cruzar un río (cuerda en zigzag) 3. Atrapar la fruta (encestar una pelota) 4. Escapar del jaguar (carrera de velocidad en zigzag)	❖ Aros, ❖ Cuerdas ❖ Conos ❖ Pelotas	1.-Carteles visuales con pictogramas para cada estación. 2-Permitir pausas entre estaciones. 3.-Asignar un compañero guía o monitor.

Actividad 2	Sigue el Ritmo Del Musico-grama	Estimular la atención y la coordinación motriz gruesa a través de la expresión corporal.	<ul style="list-style-type: none"> Colocar hulas en forma de rayuela, también unos palos en forma de zigzag después al ritmo de la canción los locos Addams ir brincando dentro del hula y los palos con cada ritmo musical. 	❖ ❖ ❖ ❖ nte	Hulas Palos Cuer Parla	<p>1.-Uso de huellas o flechas en el suelo para guiar el recorrido.</p> <p>2.-Ensayo previo individual.</p> <p>3.-Refuerzo positivo verbal</p>
Actividad 3	“Equilibrio en la selva mágica”	Acercar la coordinación motriz y el equilibrio dinámico a través de un circuito lúdico.	<ul style="list-style-type: none"> Caminar por una cuerda (simulando un puente colgante), atravesar un túnel de cartón, y saltar entre aros colocados en zigzag. Al final del circuito, deben tomar un “tesoro” (una pelota o figura simbólica) y regresar. 	❖ ❖ ❖ ❖ s ❖ as .	Cuer Caja Aros Cono pelot	<p>1.- ayuda de un compañero como guía visual o físico.</p> <p>2.-Se puede acortar el recorrido.</p>
Actividad 4	“Carrera de parejas con globos”	Fomentar la cooperación y mejorar el equilibrio y ritmo.	<ul style="list-style-type: none"> Se forman parejas de estudiantes. Cada pareja debe llevar un globo entre sus frentes o espaldas sin que caiga. Recorren una distancia corta hasta una meta y vuelven. 	❖ os ❖ s	Glob Cono	<p>1.-Se permite cambiar la zona de presión del globo (ej. entre brazos o manos).</p> <p>2.-Se reduce la distancia del recorrido.</p>
Actividad 5	“Circuito del explorador brinca brinca”	Mejorar la coordinación global y la orientación espacial.	<ul style="list-style-type: none"> Se arma un circuito con estaciones: aros en línea, conos en zigzag, cuerdas para arrastrarse y túneles. Cada estudiante recorre el circuito completo. En cada estación deben hacer un movimiento específico (saltar en un pie, caminar de lado, arrastrarse, gatear). 	❖ ❖ s ❖ ❖ das	Aros Cono Cuer caja	<p>1.-Se ajusta la dificultad: menor cantidad de obstáculos o estaciones más sencillas.</p> <p>2.- Se permite apoyo del docente o un compañero.</p>
Actividad 6	Bailarte		<p>Calentamiento básico con movimientos suaves</p> <p>Se acompaña de una música tranquila para preparar el cuerpo. El docente guía a los estudiantes a través de movimientos sencillos (aplaudir, girar, pasos laterales) al ritmo de la música.</p>	❖ nte ❖ de canciones rítmicas y alegres ❖ cio libre ❖ tas con imágenes	parla Lista Espa Tarje	<p>1.-El docente da instrucciones cortas, claras y acompañadas de gestos.</p> <p>2.-Espacio delimitado para ayudar a regular el movimiento.</p> <p>3.-Cambios frecuentes de ritmo</p>
Actividad 7	Relevo de aros	Desarrollar la coordinación motriz, la orientación espacial y la cooperación en grupo, promoviendo el control de impulsos y la	<p>Se forman equipos de 4 a 6 estudiantes.</p> <p>Cada equipo se coloca en fila detrás de una línea de salida. Frente a cada equipo, se colocan 4 conos en zigzag hasta una línea de retorno.</p> <p>El primer estudiante de cada equipo debe correr haciendo zigzag entre los conos, dar la</p>	❖ s ❖ go o elemento para entregar ❖ o ❖ cio amplio.	Cono Testi go o elemento para entregar Silbat Espa	<p>Asegurarse de que los turnos individuales sean cortos (recorrido de 15-20 segundos), para mantener la atención y evitar la desmotivación por esperar.</p>

		atención sostenida.	vuelta al último cono y regresar por el mismo camino. Gana el equipo que complete el relevo con todos sus miembros.		
Actividad 8	Lento como un caracol.	Fomentar el control del cuerpo, la autorregulación motriz y la atención plena a través de un juego de movimiento lento y consciente.	El docente explica que el reto es llegar del punto A al punto B siendo lo más lento posible, como una babosa. Se aclara que el objetivo no es la rapidez, sino el control del cuerpo. Los estudiantes se colocan en la línea de salida y a la señal del docente deben comenzar a desplazarse lo más lento posible sin detenerse completamente.	❖ Cinta o cuerdas para marcar una línea de salida y una de llegada ❖ Música suave de fondo (opcional).	1.-Intentar varias veces sin penalizar, reforzando el intento más que el resultado. 2.-Se refuerza positivamente el esfuerzo por ir lento. 3.-Se usa una señal visual (mano levantada)
Actividad 9	“Caminar de animales”	Fortalecer el tono muscular y la creatividad motriz	<ul style="list-style-type: none"> • Se asigna un “animal” a cada estudiante (rana, cangrejo, oso, serpiente). • Deben desplazarse imitando sus movimientos de un punto a otro. • Luego se forman equipos para una mini competencia 	❖ Espacio amplio ❖ imágenes de animales.	1.- Se puede asignar animales con movimientos más simples. 2.-Se reduce la distancia del recorrido.
Actividad 10	“Carrera de parejas	Fomentar la cooperación y mejorar el equilibrio y ritmo.	<ul style="list-style-type: none"> • Se forman parejas de estudiantes. • Cada pareja debe llevar un globo entre sus frentes o espaldas sin que caiga. • Recorren una distancia corta hasta una meta y vuelven. • Si el globo cae, deben empezar de nuevo. 	❖ Globos ❖ conos para delimitar recorrido.	1.-Se permite cambiar la zona de presión del globo (ej. entre brazos o manos). 2.-Se reduce la distancia del recorrido.

Es importante significar en cada actividad se debe realizar el proceso de evaluación adaptando esta según las necesidades y potencialidades alcanzadas por cada caso; de ahí que la evaluación debe ser ajustada y flexibilizada, utilizando instrumentos tales como: la observación, registro anecdótico, rúbricas de evaluación y listas de cotejo.

Validación de la propuesta

La validación de la estrategia didáctica “Jugando y moviéndonos Juntos” se realizó mediante una experiencia pedagógica durante el periodo de 12 semanas, ejecutada en 10

actividades utilizando recursos accesibles, juegos colaborativos, circuitos psicomotrices que respondieran a las destrezas desarrolladas por los estudiantes.

Se ejecutaron actividades como circuitos motores juegos rítmicos, dinámicas con musicogramas y trabajo en equipo. Es importante significar que el uso del juego fue clave para aumentar la concentración y control corporal.

El desempeño del docente también se vio favorecido por el uso de estrategias diferenciadas y recursos lúdicos ya que se mostró nuevas maneras de cómo llegar a los estudiantes unidad de análisis y no caer en la monotonía de lo común, reforzando así el enfoque inclusivo de la clase.

Todo lo anterior quedó corroborado mediante la observación realizada a las clases de Educación Física, para esto se utilizó una guía de observación que contemplo los siguientes indicadores: actividades realizadas, adaptaciones, proceso de inclusión, desempeño del docente en el manejo de la inclusión y satisfacción de los estudiantes. Cabe destacar que en la generalidad de las clases desarrolladas donde se implementó la estrategia didáctica los resultados en cuanto a los indicadores observados fueron favorables, mejorando la inclusión de los casos unidad de análisis y la praxis pedagógica del docente de Educación Física.

Discusión

La implementación de la estrategia didáctica “Jugando y moviéndonos juntos” en el área de Educación Física evidenció ser una herramienta eficaz para promover la inclusión de estudiantes con Trastorno por Déficit de Atención e Hiperactividad (TDAH). A través de circuitos motores, actividades rítmicas, juegos cooperativos y dinámicas con musicogramas, se

observaron mejoras en la autorregulación, la interacción social y la atención sostenida de los estudiantes analizados.

Estos hallazgos coinciden con lo señalado por Rivera et al. (2017), quienes destacan que la práctica sistemática de actividad física favorece la función ejecutiva, el comportamiento y las habilidades sociales en niños con TDAH. Asimismo, Espinoza Moreno (2025) argumenta que la expresión corporal fortalece la participación de estos estudiantes, elemento que también se evidenció en el presente estudio, particularmente en las actividades orientadas al ritmo y al trabajo en equipo.

Las actividades lúdicas no solo sirvieron para canalizar la energía de los estudiantes con TDAH, sino que también estimularon su concentración y motivación. Esto corrobora lo planteado por García Conforme (2024), quien sostiene que las dinámicas estructuradas con base en el juego contribuyen a reducir comportamientos hiperactivos, mejorar la atención y favorecer el desarrollo cognitivo.

Se evidenció también un impacto positivo en la percepción del grupo de pares, donde la mayoría de los estudiantes valoró favorablemente la participación conjunta y el apoyo entre compañeros. Este hallazgo es congruente con los postulados de Cruz (2019), quien señala que la inclusión educativa debe promover la construcción de entornos colaborativos, solidarios y respetuosos de la diversidad.

No obstante, el análisis también reveló limitaciones relevantes. Uno de los principales desafíos fue la escasa formación docente en inclusión educativa, particularmente en el manejo de estudiantes con TDAH. Ocho de los diez docentes entrevistados manifestaron no haber recibido capacitación específica. Esto se alinea con los resultados obtenidos por Gutiérrez

(2023), quien identifica la falta de preparación docente como una de las barreras más frecuentes para la implementación de estrategias inclusivas eficaces.

A pesar de que el docente observador mostró experiencia y planificación adecuada, se identificaron deficiencias en el uso sistemático de estrategias adaptadas, lo cual coincide con lo planteado por Villagómez Puebla (2018), al señalar que muchos profesionales presentan conocimientos generales sobre el TDAH, pero carecen de herramientas prácticas para abordarlo pedagógicamente.

En la observación de clases, los estudiantes con TDAH enfrentaron dificultades para seguir instrucciones, mantener la concentración y controlar impulsos. Estos indicadores afectan directamente su participación en la clase y su rendimiento general, aspecto ampliamente documentado por Bautista Roncancio (2024), quien enfatiza la necesidad de intervenciones contextualizadas en contextos escolares reales.

El presente estudio también confirma lo expuesto por Ñañez González (2019), en relación con la necesidad de considerar tanto los factores neurológicos como los sociales en el abordaje del TDAH. En este caso, aunque ambos estudiantes contaban con un entorno familiar positivo, sus dificultades conductuales y de autorregulación se manifestaban de manera evidente durante las actividades físicas y en las dinámicas grupales.

La convergencia de datos permitió comprender que la disposición favorable de docentes y estudiantes no es suficiente si no se acompaña de formación, adaptaciones curriculares y metodologías diferenciadas. En ese sentido, la propuesta desarrollada constituye un paso relevante, ya que ofrece una herramienta concreta, contextualizada y replicable para atender esta necesidad educativa específica.

Esta experiencia aporta evidencia empírica útil para enriquecer los lineamientos de política pública en el ámbito de la inclusión educativa, reforzando el cumplimiento de lo estipulado en la Declaración de Salamanca (Cruz, 2019) y en la legislación ecuatoriana vigente en materia de atención a la diversidad.

Conclusión

La presente investigación cumplió con el objetivo de diseñar y validar una estrategia didáctica inclusiva para estudiantes con TDAH en clases de Educación Física. La propuesta evidenció mejoras en la participación, el control conductual y el desempeño motriz de los estudiantes implicados.

Su implementación demostró que es posible adaptar las dinámicas de Educación Física a las características de estudiantes con necesidades específicas, generando beneficios tanto en los procesos de aprendizaje como en el clima escolar. El rol docente resultó clave, evidenciando la necesidad de contar con herramientas metodológicas accesibles y replicables.

Se concluye que estrategias lúdicas estructuradas, contextualizadas y sostenibles pueden contribuir significativamente al fortalecimiento de prácticas inclusivas, y que su integración sistemática en el currículo promueve el respeto a la diversidad y la equidad educativa.

Referencias

Bautista Roncancio, J. A. (2024). *El rol del educador y el neuropsicólogo escolar en la educación inclusiva de niños con TDAH* (Trabajo de titulación, Universidad de Medellín). <http://hdl.handle.net/10823/7399>

Burbano Franco, D. N. (2022). *Estrategias lúdicas y su incidencia en la hiperactividad en los estudiantes de 3.º grado de la UE Abdón Calderón Muñoz, Babahoyo* (Trabajo de titulación, Universidad Tecnológica de Babahoyo).
<http://dspace.utb.edu.ec/handle/49000/13225>

Cruz, R. (2019). A 25 años de la Declaración de Salamanca y la educación inclusiva: Una mirada desde su complejidad. *Revista Latinoamericana de Educación Inclusiva*, 13(2), 75–90. <https://doi.org/10.4067/S0718-73782019000200075>

Espinoza Moreno, L. A. (2025). El mimo en la inclusión de estudiantes con TDAH a la clase de educación física. *Alfa Publicaciones*, 7(1), 6–27.
<https://doi.org/10.33262/ap.v7i1.569>

Expreso. (2024, junio). El trastorno por déficit de atención e hiperactividad y su impacto en las personas. *Expreso*. <https://www.expreso.ec/buenavida/trastorno-deficit-atencion-e-hiperactividad-impacto-personas-206556.html>

García Conforme, J. A. (2024). Efectos de las actividades lúdicas en la reducción de la hiperactividad en niños con TDAH. *Ciencia y Educación*, 5(8), 98–112.
<https://doi.org/10.5281/zenodo.13335103>

González, D. M. (2017). Teorías que promueven la inclusión educativa. *Atenas*, 4(40), 90–104.
Recuperado de <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=478055150007>

Gutiérrez, C. H. (2023). *Estrategias didácticas en la educación* (Trabajo de titulación).
<http://repositorio.cidecuador.org/jspui/handle/123456789/2556>

- Hernández-Sampieri, R., & Mendoza Torres, C. P. (2018). *Metodología de la investigación: Las rutas cuantitativa, cualitativa y mixta* (6ª ed.). McGraw-Hill Education.
<https://doi.org/10.22201/fesc.20072236e.2019.10.18.6>
- Ñañez González, N. (2019). *Sobrediagnóstico en el trastorno por déficit de atención/hiperactividad (TDAH)* (Trabajo de titulación, Universidad Católica de Pereira). <http://hdl.handle.net/10785/5559>
- Reyes, G. R. (2021). El aprendizaje significativo como estrategia didáctica para la enseñanza–aprendizaje. *Polo del Conocimiento: Revista científico-profesional*, 6(5), 75–86.
<https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=7927035>
- Rivera, A. L. (2017). Beneficios de la actividad físico-deportiva en niños y niñas con TDAH. *EmásF: Revista digital de educación física*, (44), 63–78.
<https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=5807535>
- Rivera, B. J. (2024). Movimiento inclusivo: Estrategias de expresión corporal para niños con TDAH en educación física. *Polo del Conocimiento*, 9(4), 1645–1677.
<https://polodelconocimiento.com/ojs/index.php/es/article/view/7017>
- Rusca-Jordán, F., & Cortez-Vergara, C. (2020). Trastorno por déficit de atención con hiperactividad en niños y adolescentes: Una revisión clínica. *Revista de Neuro-Psiquiatría*, 83(3), 148–156. <https://doi.org/10.20453/rnp.v83i3.3794>

Villagómez Puebla, A. M. (2018). *Diagnóstico y manejo de los niños con TDAH en el Ecuador* (Trabajo de titulación, Universidad de Las Américas).
<http://dspace.udla.edu.ec/handle/33000/10026>

Conflictos de intereses

Los autores declaran no tener conflictos de intereses.

Contribución de los autores

Los autores han participado en la construcción del documentos