

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 Cóndor Chicaiza

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



Original

Body Expression in the Inclusion of Students with Special Educational Needs in Physical Education Class

La Expresión Corporal en la Inclusión de Estudiantes con Necesidades Educativas Especiales en la Clase de Educación Física

María Augusta Carrasco Cevallos¹

ORCID: <https://orcid.org/0009-0005-2383-8716>

Alexi Karlita Foyain Vega¹

ORCID: <https://orcid.org/0009-0008-6031-4120>

Orlando Patricio Romero-Ibarra¹

ORCID: <https://orcid.org/0000-0003-3919-4589>

Giceya de la Caridad Maqueira-Caraballo¹

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

Universidad Bolivariana del Ecuador. Durán-Ecuador¹

Autor de correspondencia

macarrascoc@ube.edu.ec

Recibido: 21-02-2025

Aceptado: 20-05-2025

Disponible en línea: 15-09-2025

Abstract

The purpose of this work was to develop methodological strategies based on body expression, to promote the inclusion of students with Special Educational Needs (SEN) in Physical Education classes. It was held in an educational institution, with the participation of 124 students, 15 teachers and a member of the Student Counseling Department (DECE). The research was approached from a mixed approach and a questionnaire adapted from the Inclusion index was used and complemented with a structured observation sheet. The results of the study showed that the educational institution has inclusive practices and policies in the process of consolidation, which favor the participation of students with SEN, but still present aspects that must be strengthened. Based on these findings, a methodological proposal was designed that was validated by specialists, who highlighted its clarity, feasibility and possibility of being replicated in other educational environments to generate more inclusive school spaces.

Keywords: educational inclusion, body language, special educational needs, physical education.

Resumen

Este trabajo tuvo como finalidad elaborar estrategias metodológicas basadas en la expresión corporal, para fomentar la inclusión de estudiantes con Necesidades Educativas Especiales (NEE) en clases de Educación Física. Se realizó en una institución educativa, con la participación de 124 estudiantes, 15 docentes y un miembro del Departamento de Consejería Estudiantil (DECE). Para la muestra se seleccionó de manera intencional e incluyó a 14 estudiantes de octavo año, entre los

cuales se encontraban dos con NEE: uno con un 45 % de discapacidad intelectual y otro con diagnóstico de epilepsia. La investigación se abordó desde un enfoque mixto y se utilizó un cuestionario adaptado del índice de Inclusión y se complementó con una ficha de observación estructurada. Los resultados del estudio mostraron que la institución educativa cuenta con prácticas y políticas inclusivas en proceso de consolidación, las cuales favorecen la participación de los estudiantes con NEE, pero aún presentan aspectos que deben ser fortalecidos. A partir de estos hallazgos, se diseñó una propuesta metodológica que fue validada por especialistas, quienes destacaron su claridad, viabilidad y posibilidad de ser replicada en otros entornos educativos para con ello generar espacios escolares más inclusivos.

Palabras clave: inclusión educativa, expresión corporal, necesidades educativas especiales, educación física.

Introducción

Las propuestas inclusivas hacen hincapié en los derechos de los estudiantes a aprender en un entorno en igualdad de oportunidades, dejando atrás una historia de educación excluyente. Los estudiantes deben gozar de una educación equitativa y de calidad sin importar sus capacidades o condiciones por lo cual resulta una parte fundamental la inclusión a nivel escolar. Dicho enfoque inclusivo no es solamente el tener acceso a la institución educativa sino que se asegure la participación activa en todas las áreas de la malla curricular, en la cual consta la materia de Educación Física dando prioridad a aquellos estudiantes con Necesidades Educativas Especiales

(NEE) (Organización de las Naciones Unidas para la Educación, la Ciencia y la Cultura [UNESCO], 2020)

Un espacio ideal para fomentar la interacción social, empatía, trabajo en equipo y respeto a la diversidad lo ofrece la asignatura de Educación Física. No obstante en diversas instituciones de educación aún predomina un modelo tradicional que se enfoca en el rendimiento físico lo cual limita la inclusión y participación de alumnos con discapacidad intelectual o con enfermedades como epilepsia. La escasa preparación en temas de inclusión de los docentes, sumado los escasos recursos limitan las prácticas inclusivas. (García-Hermoso, Alonso-Martínez & Ramírez-Vélez, 2022).

Ante la limitante situación de inclusión resulta esencial plantear la implementación de estrategias metodológicas que fomenten una participación equitativa entre todos los estudiantes. La expresión corporal es una de las estrategias más relevantes para expresar los sentimientos, pensamientos, vivencias y no solamente es una herramienta pedagógica que ayuda a la participación, autoestima y relación social dentro del entorno escolar sino que es un tipo de comunicación no verbal en la que se utiliza el cuerpo y sus movimientos destacando aspectos como el ritmo, los gestos, la creatividad e interacción social (Armada, González & Montávez, 2013).

Según investigaciones recientes se ha demostrado que la expresión corporal en clases de Educación Física no solamente favorece a estudiantes con Necesidades Educativas Especiales sino que también favorece el aprendizaje en grupo promoviendo un ambiente educativo de colaboración

y emocionalmente estable, adicional fortalece habilidades sociales y emocionales que no solamente les servirá en el entorno académico sino en la vida cotidiana (Romero-Ibarra et al., 2024).

En Ecuador, la educación inclusiva esta respaldada y fortalecida en en el marco legal. Según la Ley Orgánica de Educación Intercultural (LOEI) asegura que todos los estudiantes, independientemente de sus condiciones, puedan ejercer una educación basada en principios de inclusion y equidad. Sin embargo, su implementación en la parte práctica en el área de Educación Física aún presenta inequidades puesto que persisten retos relacionados con la formación docentes y la adaptación de las metodologías utilizadas (Reyes et al.,2024). En la ciudad de Loja, no es la excepción pues aún se presentan dificultades que se reflejan en lo académico, donde los estudiantes con Necesidades Educativas Especiales no siempre acceden a una participación equitativa en actividades educativas (Morocho, 2023).

Para facilitar la inclusión en estudiantes con Necesidades Educativas Especiales en las clases de Educación Física, se plantea el diseño y validación de estrategias metodológicas basadas en la expresión corporal. El objetivo de esta investigación fue analizar la situación actual de la inclusión en las clases de Educación Física y en base a ello proponer estrategias metodológicas centradas en la expresión corporal, con el fin de atender las necesidades de estudiantes con NEE. A nivel institucional desde una perspectiva más inclusiva se pretende ofrecer los recursos suficientes, para favorecer la participación activa, el bienestar emocional y que los estudiantes refuercen su sentido de pertenencia.

Metodología

Este trabajo se enmarcó dentro de una investigación de tipo aplicada, dado que tuvo como finalidad desarrollar estrategias prácticas dirigidas a resolver una problemática educativa concreta: la inclusión de estudiantes con Necesidades Educativas Especiales (NEE) en las clases de Educación Física. Este tipo de estudio pretende mejorar las condiciones reales mediante propuestas adaptadas al contexto educativo y viables para su implementación (Hernández et al., 2022).

Se adoptó un diseño no experimental de corte transversal, dado que no se manipularon variables y la recolección de datos se realizó en un momento temporal. La elección de este método fue la adecuada, pues permitió observar el fenómeno en su contexto real sin alteraciones, lo que resulta pertinente para el estudio de situaciones educativas reales (Hernández et al., 2014).

Se utilizó un enfoque metodológico mixto, lo que permitió integrar datos tanto cuantitativos como cualitativos lo que permitió obtener una visión más completa del fenómeno estudiado. Este enfoque facilitó la triangulación de información y fortaleció el análisis, tal como lo señalan Creswell y Plano Clark (2018) en estudios educativos con enfoque inclusivo.

La población de estudio estuvo conformada por los miembros de una institución educativa de la ciudad de Loja, específicamente de una área rural la cual estuvo integrada por 124 estudiantes, 15 docentes y un profesional del Departamento de Consejería Estudiantil (DECE). El tipo de muestreo utilizado fue no probabilístico de tipo intencional ya que esta técnica resulta apropiada por las características definidas del grupo (Martínez-González, 2020). La muestra estuvo compuesta por 14 estudiantes de octavo año, entre los cuales dos presentaban NEE: uno con

discapacidad intelectual del 45 % y otro con diagnóstico de epilepsia. Dentro de los criterios de inclusión que se tomaron en cuenta fueron la matrícula activa en el nivel correspondiente es decir octavo año, la asistencia regular a clases de Educación Física y el respaldo de la condición de una NEE.

Respecto a la recolección de datos, se utilizaron dos instrumentos. El cuestionario adaptado del Índice de Inclusión que fue el primer instrumento aplicado permitió valorar aspectos relevantes tales como la accesibilidad, la participación y el ambiente escolar el cual se reformuló algunos ítems para adecuarlos al contexto educativo local (Booth & Ainscow, 2019). La ficha de observación estructurada fue el segundo instrumento utilizado, la cual fue de gran utilidad puesto que permitió el registro de aspectos como la participación activa de los estudiantes, la interacción con el grupo y las estrategias inclusivas implementadas por el docente (Flick, 2015).

La validación del cuestionario y la ficha de observación se realizó mediante el juicio de expertos, con la participación de cinco profesionales en Educación Física e inclusión. Los profesionales evaluaron la coherencia, claridad, pertinencia y relevancia de los ítems para lo cual se consideró el contexto educativo y los objetivos del estudio. Dicha técnica se utiliza de forma regular en el ámbito educativo puesto que asegura la validez del contenido permitiendo identificar los posibles ajustes antes de aplicar los instrumentos definitivos (Escobar & Cuervo, 2008).

Los datos cuantitativos provenientes del cuestionario fueron analizados mediante la estadística descriptiva en la que se utilizó frecuencias y porcentajes para la interpretación de las percepciones sobre inclusión los cuales incluían las dimensiones de cultura, políticas y prácticas.

El análisis de los datos se realizó con el apoyo de Microsoft Excel, lo que facilitó la organización de los resultados de forma clara y posteriormente poder representarlos gráficamente.

El análisis cualitativo en el cual se procesaron los datos de la ficha de observación estructurada, la misma que tenía una valoración según la escala de Likert de cinco niveles, se evaluó las observaciones, se calculó los promedios por cada dimensión y se aplicó una categorización temática lo que permitió identificar elementos significativos y patrones recurrentes (Miles et al., 2019).

El estudio partió con una revisión bibliográfica centrada en inclusión educativa, expresión corporal y metodologías pertinentes en Educación Física, esta fase permitió construir el marco teórico que fundamentó el desarrollo de la investigación.

En una segunda fase se adaptaron y validaron los instrumentos de recolección de datos: un cuestionario basado en el Índice de Inclusión (Booth & Ainscow, 2019) y una ficha de observación estructurada según Flick (2015). Ambos fueron revisados por docentes expertos en inclusión educativa, quienes evaluaron su claridad y utilidad.

Posteriormente, en la etapa de recolección de información, se aplicó el cuestionario a los cinco docentes que participaron en el estudio y que tienen contacto directo con los estudiantes de octavo año en el cual están dos estudiantes con NEE, con el propósito de identificar percepciones relacionadas con la accesibilidad, la participación, el clima escolar y la adaptación curricular. Simultáneamente se realizaron observaciones directas durante las clases de Educación Física,

enfocadas en la participación de los estudiantes con NEE, su interacción con sus compañeros y las estrategias utilizadas por los docentes.

La siguiente fase consistió en la implementación de una propuesta metodológica, mediante un plan de intervención de diez semanas, el cual incluyó actividades basadas en la expresión corporal, adaptadas específicamente para dos estudiantes con Necesidades Educativas Especiales: uno con discapacidad intelectual del 45 % y otro con epilepsia.

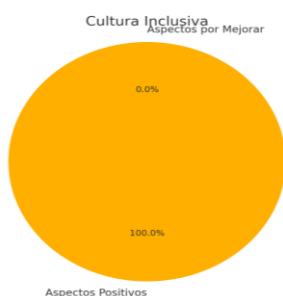
Finalmente se realizó la validación de la propuesta mediante una lista de cotejo aplicada a cinco expertos en el área de Educación Física e inclusión, los cuales analizaron los criterios de claridad, factibilidad, pertinencia y la posibilidad de aplicar dicha propuesta en contextos similares. Los expertos confirmaron que la propuesta tiene coherencia y es útil para la parte práctica.

Resultados

Cuestionario Índice de Inclusión Adaptado - Análisis por Dimensión

Figura 1

Culturas Inclusivas

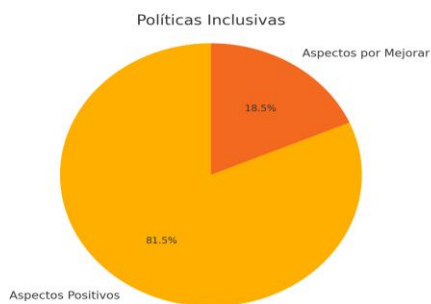


Nota. La presente figura hace referencia a las culturas inclusivas

En la dimensión culturas inclusivas, las respuestas de los cinco docentes fueron completamente positivo, lo que representa un 100 % de valoración favorable. El resultado indica que la percepción que tienen los docentes sobre el ambiente escolar se caracteriza por el respeto, la participación activa y la pertenencia de los estudiantes con NEE, no se logró evidenciar barreras visibles que dificulten su inclusión dentro del entorno escolar.

Figura 2

Políticas Inclusivas

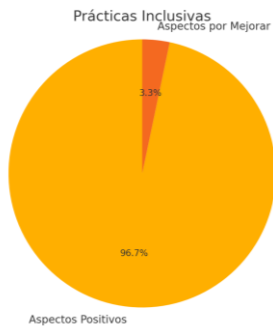


Nota. La presente figura hace referencia a las políticas inclusivas

En la dimensión políticas inclusivas el 81,5 % de las respuestas positivas reflejan una percepción predominantemente favorable respecto al compromiso institucional con la inclusión, aunque existe un 18,5 % restante que pone en evidencia ciertas limitaciones, especialmente en lo que se relaciona con la disponibilidad de recursos humanos especializados y la implementación de adaptaciones necesarias para asegurar una atención adecuada para los estudiantes con NEE.

Figura 3

Prácticas Inclusivas



Nota. La presente figura hace referencia a las prácticas inclusivas

En cuanto a prácticas inclusivas el 96,7 % de respuestas positivas emitidas por los cincuenta docentes participantes resalta la implementación de prácticas pedagógicas inclusivas y adaptativas dentro de la clase de Educación Física y el 3,3 % restante señala que aún persiste la necesidad de mejorar la disponibilidad de recursos específicos que favorezcan una participación igualitaria de los estudiantes con NEE.

Ficha de Observación - Análisis por Dimensión

Figura 4

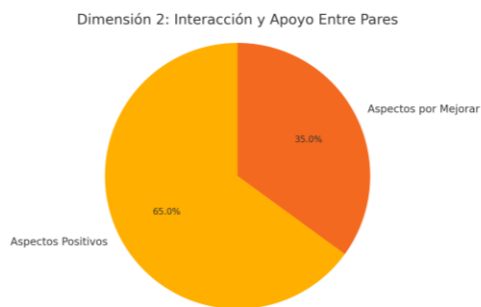
Dimensión 1: Participación Activa de los Estudiantes con NEE



Según los resultados de la ficha de observación que fue aplicada por cinco docentes de Educación Física, indica que en la Dimensión 1 la cual evalúa la participación activa de los estudiantes con NEE, se obtuvo un 60 % de valoraciones positivas y un 40 % de aspectos que requieren mejorar. Dichos resultados muestran avances en temas de inclusión pero aún persisten desafíos en la adaptación de actividades y acompañamiento constante lo cual necesita ser fortalecido para asegurar una participación más equitativa.

Figura 5

Dimensión 2: Interacción y Apoyo Entre Pares



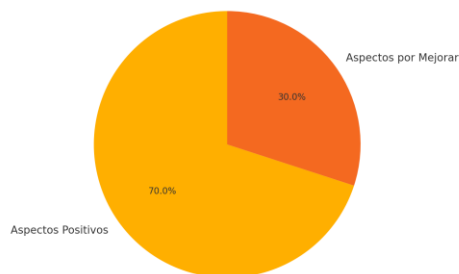
Nota. La presente figura hace referencia a la Interacción y Apoyo Entre Pares

En la Dimensión 2 centrada la interacción y el apoyo entre pares hacia los estudiantes con NEE, los resultados obtenidos mostraron que el 65 % de las observaciones reflejó aspectos positivos y el 35 % restante puso en evidencia aspectos que deben mejorar, haciendo énfasis en la constancia del acompañamiento y la generación de vínculos cooperativos.

Figura 6

Dimensión 3: Estrategias Docentes y Adaptabilidad del Entorno

Dimensión 3: Estrategias Docentes y Adaptabilidad del Entorno



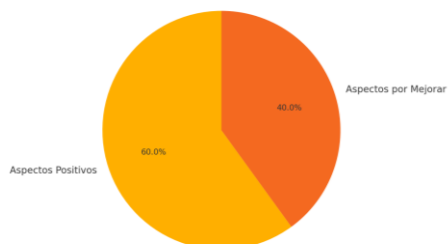
Nota. La presente figura hace referencia a las estrategias docentes y adaptabilidad del entorno

En la Dimensión 3 los resultados indican que el 70 % de las respuestas fueron de forma positiva, lo que indica una aplicación adecuada de estrategias docentes inclusivas y adaptaciones al entorno y el 30 % restante indica que existen aspectos por mejorar ya que señala la necesidad de reforzar el uso de recursos específicos y ajustes metodológicos que garanticen una participación equitativa de los estudiantes con NEE.

Figura 7

Dimensión 4: Evaluación del Impacto de la Expresión Corporal

Dimensión 4: Evaluación del Impacto de la Expresión Corporal



En la Dimensión 4, los resultados indican que el 60 % evaluó en forma positiva, lo que sugiere que la expresión corporal ha tenido un impacto favorable en la participación de los estudiantes con NEE y un 40 % restante indica que aún existen aspectos por fortalecer, especialmente en cuanto a la creatividad y constancia.

Discusión

Los resultados de la investigación muestran que los docentes en las clases de Educación Física tienen una percepción favorable hacia la inclusión de estudiantes con Necesidades Educativas Especiales (NEE). Un claro ejemplo de ello es la dimensión sobre culturas inclusivas que alcanzó un 100% de valoración positiva lo cual indica un entorno de respeto y aceptación pero por otro lado las dimensiones como políticas y prácticas inclusivas presentaron puntuaciones más bajas, lo que puede estar indicando dificultades asociadas a la falta de recursos con adaptaciones, la insuficiente formación del personal docente y la necesidad de mejorar las adaptaciones curriculares.

Los resultados de la ficha de observación estructurada que fue aplicada por los cinco docentes arrojó un promedio de 2.95/5 en la escala de Likert, lo que indica que la expresión corporal es una estrategia metodológica que tiene una percepción intermedia, con dichos resultados se identificaron avances en la participación de los estudiantes pero aún se requiere dar continuidad, adaptación y un enfoque más creativo en especial para atender adecuadamente a los estudiantes con discapacidad intelectual y epilepsia.

Dentro de las limitaciones que se presentaron en la investigación se encuentra el tamaño reducido de la muestra y la duración de la intervención, dichos factores dificultaron la posibilidad de generalizar los resultados o de identificar efectos a largo plazo pero cabe recalcar que dicha muestra corresponde a la realidad contextual de la institución educativa donde se realizó el trabajo, en la cual actualmente solo se encuentran matriculados dos estudiantes con Necesidades Educativas Especiales (NEE), lo que refuerza su pertinencia y aplicabilidad en contextos similares.

Pese a las limitaciones, los hallazgos muestran implicaciones de carácter relevante dejando en evidencia que la expresión corporal puede facilitar la inclusión puesto que favorece la comunicación, participación y la integración en las clases. La propuesta metodológica avalada por los expertos es replicable en entornos educativos de características similares ya que en ella destaca la importancia de la práctica docente inclusiva y la sensibilidad a las diferencias.

Propuesta: Expresión corporal como herramienta pedagógica para la inclusión de alumnos con NEE en el área de Educación Física.

Objetivo general

Implementar estrategias pedagógicas basadas en la expresión corporal, orientadas a favorecer la inclusión de estudiantes con NEE, especialmente aquellos que presentan discapacidad intelectual y epilepsia, en el desarrollo de las clases de Educación Física.

Objetivos Específicos

- Diseñar dinámicas de expresión corporal adaptadas a las características y necesidades de estudiantes con discapacidad intelectual y epilepsia, con el fin de facilitar su participación en el proceso educativo
- Aplicar dinámicas fundamentadas en la expresión corporal como recurso didáctico para favorecer la inclusión de estudiantes con Necesidades Educativas Especiales en el contexto de la Educación Física.
- Evaluar la efectividad de las actividades propuestas para promover la inclusión de estudiantes con Necesidades Educativas Especiales, a través de la observación sistemática y la recolección de retroalimentación por parte de los participantes.

Fundamentación

La expresión corporal constituye una herramienta eficaz para promover la inclusión en el entorno escolar, particularmente en las clases de Educación Física, donde el cuerpo y el movimiento resulta fundamental. Esta herramienta permite que los estudiantes con Necesidades Educativas Especiales puedan expresarse, relacionarse y participar activamente, incluso cuando presenten limitaciones en la comunicación verbal. La incorporación de gestos, ritmo, emociones y juegos contribuye a crear ambientes más empáticos, colaborativos y accesibles para todos los estudiantes. Diversos estudios coinciden en que adaptar la expresión corporal en el aula ayuda a reforzar la autoestima, la motivación y la integración social de los estudiantes con discapacidad, permitiéndoles sentirse incluidos y parte activa del proceso de aprendizaje (Gutiérrez & Morales, 2022; López, Martínez & Torres, 2023).

Descripción de la Propuesta

La propuesta de acción está programada para una duración de 10 semanas ejecutada en las clases de Educación Física. Cada sesión está diseñada para durar 45 minutos y se organiza en cuatro fases: exploración, reflexión, construcción y aplicación. Dichas actividades pretenden estimular la expresión de emociones, mejorar la coordinación motriz, fomentar el trabajo en equipo y promover la inclusión social utilizando recursos como la música, los juegos cooperativos, las narraciones, el ritmo y el movimiento.

Estructura de Actividades por Semana

Tabla 1
Plan de Actividades

Semana	Actividad a realizarse	Adaptación Curricular	Recursos
1	<p>Tema: Las emociones Objetivo: Desarrollar en los estudiantes una comprensión profunda de las emociones, su identificación, y su manejo adecuado en diversas situaciones. Hora clase: 45 min Exploración Actividad: Iniciar con una lluvia de ideas sobre emociones. Invitar a los estudiantes a reflexionar con preguntas como: ¿Cómo definirían ustedes las emociones? y ¿Qué tipos de emociones conocen o han experimentado? Reflexión Organizar a los estudiantes en pequeños grupos y pedirles que compartan entre ellos experiencias en las que hayan sentido diferentes emociones. Luego, cada grupo seleccionará una emoción y expondrá al resto de la clase una situación representativa relacionada con ella. Escuchar la canción de las emociones: https://www.youtube.com/watch?v=xj1wfQABowQ Construcción Actividad: Introducir el concepto de las emociones y las características de cada emoción. Explicar diferentes formas de gestionar las emociones, como practicar la respiración profunda, conversar con una persona de confianza o expresar lo que se siente escribiéndolo en un diario personal. Aplicación Actividad: Realizar un juego de roles en el que los estudiantes representen diferentes escenarios que involucren emociones (por ejemplo, resolver un conflicto, ayudar a un amigo triste). Después de cada representación, discutir cómo se sintieron y qué estrategias podrían utilizar.</p>	<p>Apoyo con imágenes, sonidos y ejemplos prácticos para que los estudiantes comprendan mejor las instrucciones y puedan participar activamente en la actividad</p>	<p>Pizarrón, tarjetas de emociones (felicidad, tristeza, enojo, miedo, sorpresa, etc.). Hojas de trabajo para anotar reflexiones Videos: https://www.youtube.com/watch?v=xj1wfQABowQ</p>

2	<p>Tema: Coordinación y ritmo con música Objetivo: Mejorar la coordinación motriz mediante ejercicios rítmicos y movimientos guiados. Hora clase: 45 min Exploración: Actividad: Presentar el video "Uptown Funk" y pedir a los estudiantes que identifiquen el ritmo y el movimiento principal. Reflexión: Actividad: Discutir cómo se siente el cuerpo al seguir ritmos rápidos y lentos. Construcción: Actividad: Enseñar una secuencia básica de movimientos coordinados adaptados. Aplicación: Actividad: Realizar la secuencia grupal siguiendo la música, adaptando velocidad y movimientos.</p>	Adaptar velocidad y facilitar movimientos alternativos.	<p>Parlantes, videos de coreografías simplificadas Enlace: https://www.youtube.com/watch?v=OPf0YbXqDm0</p>
3	<p>Tema: Expresión de emociones con el cuerpo Objetivo: Utilizar la expresión corporal como una herramienta para que los estudiantes aprendan a compartir cómo se sienten Hora clase: 45 mi Exploración: Actividad: Realizar un calentamiento con gestos básicos de emociones. Reflexión: Actividad: Juego de 'Mímica de emociones'. Analizar cómo se sienten al representar diferentes emociones. Construcción: Actividad: Guiar a los estudiantes en exagerar expresiones faciales y corporales. Aplicación: Actividad: Formar equipos para que adivinen las emociones representadas.</p>	Uso de pictogramas para apoyo visual.	Tarjetas de emociones, espejos para retroalimentación.
4	<p>Tema: Juegos en pareja para la integración Objetivo: Promover la colaboración entre compañeros y fortalecer el sentido de trabajo en grupo Hora clase: 45 min Exploración: Actividad: Presentar la actividad 'Sigue al líder con expresión corporal'. Reflexión: Actividad: Analizar la experiencia de seguir y liderar. Construcción: Actividad: Práctica de turnarse entre líder y seguidor. Aplicación: Actividad: Competencias en pareja para fortalecer la integración.</p>	Permitir que los estudiantes con movilidad reducida reciban asistencia durante las actividades cuando lo necesiten	Espacio amplio, música instrumental moderna.
5	<p>Tema: Exploración del espacio con movimiento libre Objetivo: Desarrollar la habilidad para reconocer el propio cuerpo y su relación con el entorno. Hora clase: 45 min Exploración: Actividad: Actividad de movimiento libre en zonas delimitadas. Reflexión: Actividad: Propiciar una charla grupal para que cada estudiante exprese cómo vivió el movimiento en los diferentes espacios utilizados. Construcción: Actividad: Incorporar accesorios ligeros para enriquecer la exploración. Aplicación:</p>	Zonas delimitadas con señalización visual.	<p>Cintas de colores, tela liviana. https://www.youtube.com/watch?v=7wtfhZwyrcc</p>

	Actividad: Desarrollo de movimientos más complejos utilizando cintas de colores.		
6	<p>Tema: Cuentos motorizados y narración con movimiento</p> <p>Objetivo: Incentivar la imaginación mediante el movimiento y la narración.</p> <p>Hora clase: 45 min</p> <p>Exploración:</p> <p>Actividad: Narración de un cuento con participación motriz sencilla.</p> <p>Reflexión:</p> <p>Actividad: Conversar sobre cómo cambia la historia cuando se agrega movimiento.</p> <p>Construcción:</p> <p>Actividad: Inventar una pequeña historia grupal con gestos.</p> <p>Aplicación:</p> <p>Actividad: Representar físicamente el cuento creado.</p>	Uso de audios y narración pausada.	Audiolibros, imágenes de apoyo.
7	<p>Tema: Juegos cooperativos con música</p> <p>Objetivo: Promover la sincronización grupal y la inclusión.</p> <p>Hora clase: 45 min</p> <p>Exploración:</p> <p>Actividad: Calentamiento con movimientos libres al ritmo de la música.</p> <p>Reflexión:</p> <p>Actividad: Juego 'Baile con pausas'. Reflexionar sobre la coordinación en grupo.</p> <p>Construcción:</p> <p>Actividad: Crear combinaciones de pasos entre todos.</p> <p>Aplicación:</p> <p>Actividad: Competencia de equipos manteniendo la coordinación.</p>	Ritmo pausado y opción de pasos alternativos.	Parlantes, tapetes antideslizantes. (https://www.youtube.com/watch?v=ymigWt5TOV8)
8	<p>Tema: Integración de sonidos y movimiento</p> <p>Objetivo: Desarrollar la relación entre el sonido y la expresión corporal.</p> <p>Hora clase: 45 min</p> <p>Exploración:</p> <p>Actividad: Escuchar sonidos naturales y asociarlos a movimientos.</p> <p>Reflexión:</p> <p>Actividad: Canción 'Counting Stars'. Cómo influye la música en nuestros movimientos.</p> <p>Construcción:</p> <p>Actividad: Crear movimientos representativos para sonidos específicos.</p> <p>Aplicación:</p> <p>Actividad: Realizar una historia de sonidos y movimientos.</p>	Regular el volumen en las actividades para cuidar la comodidad auditiva de todos los estudiantes, especialmente de quienes son más sensibles al ruido	Instrumentos de percusión, grabaciones de sonidos naturales. (https://www.youtube.com/watch?v=hT_nvWreIhg)
9	<p>Tema: Puesta en escena grupal</p> <p>Objetivo: Integrar los aprendizajes en una presentación final.</p> <p>Hora clase: 45 min</p> <p>Exploración:</p> <p>Actividad: Recordatorio de los aprendizajes clave de las semanas anteriores.</p> <p>Reflexión:</p> <p>Actividad: Formar grupos para planear su presentación.</p> <p>Construcción:</p> <p>Actividad: Ensayos de la coreografía inclusiva.</p> <p>Aplicación:</p> <p>Actividad: Presentación grupal de la coreografía</p>	Instrucciones por segmentos para facilitar la memorización.	Disfraces, telas de colores.
10	<p>Tema: Evaluación y ajuste de estrategias</p> <p>Objetivo: Comprobar si las actividades que se aplicaron realmente ayudan a que todos los estudiantes, especialmente aquellos con necesidades educativas especiales, se sientan incluidos y participen activamente en clase</p>	Test de autoevaluación adaptado con pictogramas.	Fichas de observación, videos de actividades previas.

Hora clase: 45 min
Exploración:
Actividad: Ver videos de actividades anteriores.
Reflexión:
Actividad: Discusión sobre qué actividades funcionaron mejor.
Construcción:
Actividad: Completar un test de autoevaluación adaptado.
Aplicación:
Actividad: Propuesta de mejoras para futuras actividades.

Nota. La presente table hace referencia a las actividades realizadas por semana

Viabilidad y factibilidad y validación de la propuesta de acción

La propuesta metodológica centrada en la expresión corporal ha demostrado ser viable tanto técnica como pedagógicamente. Desde lo técnico, se apoya en recursos accesibles y de bajo costo, fácilmente integrables al entorno escolar sin necesidad de infraestructura adicional. Pedagógicamente, se adapta a las características de estudiantes con discapacidad intelectual y epilepsia, y puede ser aplicada por docentes sin formación especializada en inclusión.

La factibilidad se evidencia en su capacidad de ser implementada dentro del horario académico regular, con actividades secuenciales y adaptables a distintos niveles educativos. Además, su diseño flexible favorece la replicabilidad y el ajuste a diversas realidades escolares.

Para verificar su aplicabilidad y pertinencia, se aplicó una lista de cotejo estructurada, evaluada por cinco especialistas en inclusión y educación física. Los resultados fueron favorables en todos los criterios evaluados, como se detalla a continuación:

Tabla 2

Lista de cotejo

Criterios a validar	Sí	No	Observaciones
¿La propuesta tiene claridad y estructura orientada a la inclusión de estudiantes con NEE en Educación Física?	✓		Presenta secuencia lógica, lenguaje claro y enfoque inclusivo.

¿Los objetivos están claramente definidos y responden a una necesidad contextual real?	✓	Son específicos, viables y alineados a la problemática planteada.
¿Las actividades proponen adaptaciones pertinentes a la diversidad de NEE en el aula?	✓	Considera variaciones metodológicas, apoyos visuales y dinámicas colaborativas.
¿Los recursos utilizados son apropiados, accesibles y contextualizados al entorno educativo?	✓	Materiales sencillos, reutilizables y de bajo costo.
¿La propuesta es realista, viable y alcanzable dentro del horario y organización de la institución educativa?	✓	No interfiere con otras asignaturas y se ajusta a la jornada escolar existente.

Nota. La presente tabla hace referencia a la lista de cotejo validada por especialistas

Los especialistas estuvieron de acuerdo en que la propuesta es pertinente, está bien contextualizada y atiende una necesidad concreta dentro de la Educación Física inclusiva, lo que respalda su aplicación como una estrategia pedagógica eficaz y sostenible.

Conclusión

Los instrumentos aplicados permitieron identificar un entorno educativo con fortalezas claras como el respeto a la diversidad y la cultura inclusiva, adicional se lograron identificar áreas a mejorar como las dimensiones relacionadas con las políticas y prácticas inclusivas especialmente porque se ve reflejado la escasez de recursos adaptados y la ausencia de estrategias pedagógicas ajustadas a estudiantes con Necesidades Educativas Especiales (NEE).

Los resultados obtenidos permitieron el diseño de una propuesta metodológica que se centró en la expresión corporal como una herramienta que favorece la comunicación no verbal, la participación activa logrando el fortalecimiento de vínculos sociales. La propuesta se estructuró en varias sesiones adaptadas a estudiantes con discapacidad intelectual y epilepsia llegando a demostrar su pertinencia.

La propuesta que validaron los cinco expertos se destaca por su claridad, relevancia y viabilidad ya que reconoce su potencial de ser aplicable en entorno escolares similares así como su capacidad para ser replicada como una gran estrategia de inclusión en el área de Educación Física.

Se recomienda a los docentes incorporar dinámicas de expresión corporal como parte del currículo esto con el fin de generar ambientes de aprendizaje más inclusivos y participativos. Adicional se sugiere que futuras investigaciones amplíen el alcance de la propuesta y que se pueda adaptar a diferentes contextos y evaluar su impacto a lo largo de períodos más prolongados.

Dentro de las limitaciones de este estudio fue el reducido tamaño de la muestra, así como el corto período de aplicación por tal motivo se considera necesario desarrollar futuras investigaciones que permitan validar la propuesta en contextos con mayor número de participantes y durante lapsos más prolongados, con el fin de reforzar la evidencia respecto a su efectividad en la inclusión educativa.

Referencias

Ainscow, M. (2020). Promoting equity in education: A new challenge for policy-makers and practitioners. *Nordic Journal of Studies in Educational Policy*, 6(1), 1-12.

<https://doi.org/10.1080/20020317.2020.1729587>

- Armada, M., González, I., & Montávez, M. (2013). La expresión corporal: un proyecto para la inclusión. *RETOS. Nuevas Tendencias en Educación Física, Deporte y Recreación*, 24, 107–112. <https://www.redalyc.org/pdf/3457/345732290023.pdf>
- Booth, T., & Ainscow, M. (2019). *The index for inclusion: A guide to school development led by inclusive values*. Centre for Studies on Inclusive Education. https://www.ph-noe.ac.at/fileadmin/root_phnoe/Forschung/Migration/Index_curriculum_pages.pdf
- Creswell, J. W., & Plano, V. L. (2018). *Designing and conducting mixed methods research* (3rd ed.). SAGE Publications.
- Escobar-Pérez, J., & Cuervo-Martínez, Á. (2008). Validez de contenido y juicio de expertos: una aproximación a su utilización. *Avances en Medición*, 6, 27–36. https://www.researchgate.net/publication/302438451_Validez_de_contenido_y_juicio_de_expertos_Una_aproximacion_a_su_utilizacion
- Flick, U. (2015). *Introducción a la investigación cualitativa* (5ª ed.). Morata.
- García-Hermoso, A., Alonso-Martínez, A. M., & Ramírez-Vélez, R. (2022). Physical education and inclusion: Strategies for equitable participation. *International Journal of Inclusive Education*, 26(2), 210–227. <https://www.tandfonline.com/doi/full/10.1080/13603116.2020.1751312>
- Gutiérrez, A., & Morales, F. (2022). La expresión corporal como estrategia inclusiva en la educación física. *Revista de Educación Inclusiva*, 10(2), 45–63. <https://revistaeducacioninclusiva.es/index.php/REI/article/view/123>

Hernández, R., Fernández, C., & Baptista, P. (2014). *Metodología de la investigación* (6^a ed.). McGraw-Hill.

López, J., Martínez, R., & Torres, M. (2023). La expresión corporal como herramienta inclusiva en la educación física: Un enfoque innovador. *Revista Internacional de Educación Inclusiva*, 15(1), 89–105.

<https://revistaeducacioninclusiva.es/index.php/REI/article/view/567>

Martínez-González, M. Á. (2020). *Diseño y análisis de investigaciones educativas*. Editorial Síntesis.

Miles, M., Huberman, M., & Saldaña, J. (2019). *Qualitative data analysis: A methods sourcebook* (4^a ed.). SAGE Publications. <https://us.sagepub.com/en-us/nam/qualitative-data-analysis/book246128>

Morocho, C. A. (2023). *Incidencia de la educación física en la inclusión educativa y salud en estudiantes de la Unidad Educativa Adolfo Valarezo, Loja 2023* [Tesis de licenciatura, Universidad Nacional de Loja].

Reyes, J., Plaza, L., Alvarado, T., & Pazmiño, V. (2024). Inclusión y Adaptación en la Educación Física en Ecuador: hacia un enfoque integrador. *Revista Científica Multidisciplinaria*, 8(2), 206–217. https://doi.org/10.37811/cl_rcm.v8i2.10393

Romero-Ibarra, O. P., López-Obregón, M. R., Romero-Ibarra, F. R., & Romero-López, F. E. (2024). La expresión corporal en la inclusión educativa en estudiantes con necesidades educativas especiales. *593 DP*, 51(2), 51–64. <https://doi.org/10.33386/593dp.2024.2.2239>

Sampieri, R., Collado, C., & Lucio, M. (2022). *Metodología de la investigación* (7^a ed.). McGraw-Hill.

UNESCO. (2020). *Informe de seguimiento de la educación en el mundo 2020: Inclusión y educación: todos y todas sin excepción*. https://gem-report-2020.unesco.org/wp-content/uploads/2020/06/GEMR_2020-Summary-ES-v8.pdf

Financiación

Los autores no recibieron financiación para el desarrollo de la presente investigación.

Conflicto de Intereses

Los autores declaran no tener conflictos de intereses.

Contribución de Autoría:

Los autores han participado en la construcción del documentos