

MENTOR

Revista de Investigación Educativa y Deportiva

Volumen 5

Número 13

2026

Director: Ph.D. Richar Posso Pacheco

Email: rjposso@revistamentor.ec

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

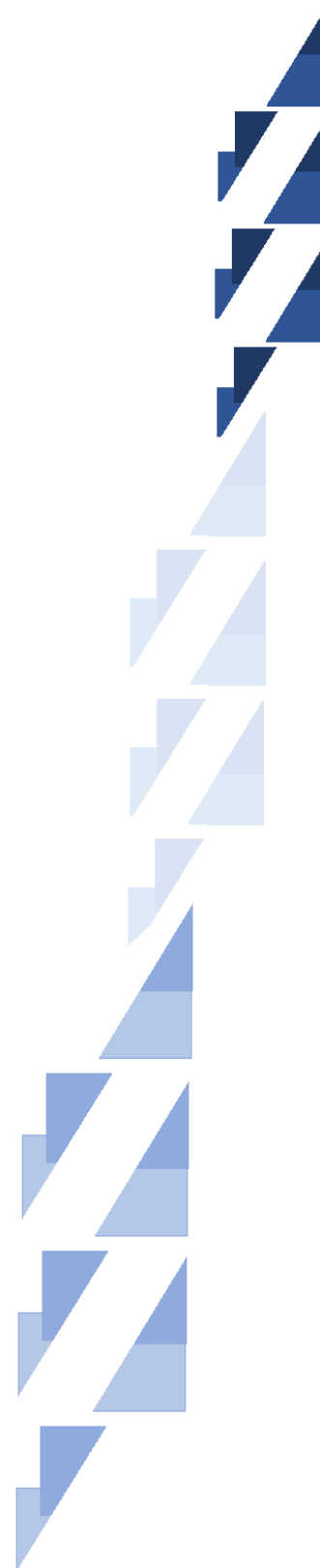
Editora en Jefe: Ph.D. Susana Paz Viteri

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: PhD. Javier Fernández-Rio



Revisión

Inclusive physical education for students with attention deficit hyperactivity disorder (ADHD): A systematic review

La educación física inclusiva en estudiantes con trastorno por déficit de atención e hiperactividad (TDAH): Una revisión sistemática.

Marco Antonio Triviño Baque¹

ORCID: <https://orcid.org/0009-0000-0088-7009>

Universidad Central del Ecuador, Quito-Ecuador¹

Autor de correspondencia

matrivino@uce.edu.ec/marcotrivino2002@gmail.com

Recibido: 01-08-2025

Aceptado: 25-11-2025

Disponible en línea: 15-01-2026

Abstract

Inclusive physical education is essential for the comprehensive development of students with attention deficit hyperactivity disorder, it helps to improve their concentration, control hyperactivity, and promote inclusion. In Latin America, it still faces challenges, such as a lack of adapted resources and adequate training for teachers. This study aimed to systematize the available scientific evidence on inclusive physical education strategies for students with Attention Deficit Hyperactivity Disorder. This study conducted a systematic review of 15 research papers published between 2020 and 2025, following the PRISMA protocol and using databases such as Scopus, Dialnet, Redalyc, and Scielo. The results showed that by incorporating technological tools, making curricular adaptations, and applying inclusive strategies in physical education classes, students with attention deficit hyperactivity disorder were able to participate more actively, improve their behavior, and strengthen their socio-emotional well-being. In conclusion, inclusive physical education improves academic performance, self-esteem, and social integration of students with attention deficit hyperactivity, but it requires greater institutional support and more information on how to conduct inclusive physical education.

Keywords: inclusive physical education, educational inclusion, ADHD.

Resumen

La educación física inclusiva es fundamental para el desarrollo integral de los estudiantes con trastorno por déficit de atención e hiperactividad, en el cual contribuye a mejorar su atención, controlar la hiperactividad y promover la inclusión. En América Latina todavía enfrenta desafíos, como la falta de recursos adaptados y la formación adecuada para los docentes. El objetivo de este estudio fue sistematizar la evidencia científica disponible sobre las estrategias de educación física inclusiva para estudiantes con trastorno por déficit de atención e hiperactividad. Este estudio llevó a cabo una revisión sistemática de 15 investigaciones publicadas entre 2020 y 2025, siguiendo el protocolo PRISMA y utilizando bases de datos como Scopus, Dialnet, Redalyc y Scielo. Los resultados mostraron que, al aplicar herramientas tecnológicas, adaptaciones curriculares y estrategias inclusivas en educación física, los estudiantes con trastorno por déficit de atención e hiperactividad mejoraron su participación, su comportamiento y su bienestar socioemocional. En conclusión, la educación física inclusiva mejora el rendimiento académico, la autoestima y la integración social de estudiantes con trastorno por déficit de atención e hiperactividad, pero requiere mayor apoyo institucional y más información sobre cómo realizar una educación física inclusiva.

Palabras clave: educación física inclusiva, inclusión educativa, TDAH.

Introducción

El trastorno por déficit de atención e hiperactividad es una condición que se caracteriza por dificultades de mantener la atención y la impulsividad que puede afectar en la vida y en el

aprendizaje. Según Molina-Torres et al. (2022), el trastorno por déficit de atención e hiperactividad se manifiesta más en los niños y en los jóvenes, esto tiene una dificultad recurrente en la cual implica la atención, la hiperactividad e impulsividad, esto se mantiene durante un buen periodo de tiempo, llegando a manifestarse y mantenerse tanto en la adolescencia como en la adultez. Las personas creen que el TDAH es una enfermedad porque es visto desde el ámbito médico por motivo de que se debe curar algo cuando no es así, es una condición por motivo de que el cerebro funciona distinto, haciendo énfasis en lo relacionado con la atención y los impulsos.

Hoy en día, la educación física es de suma importancia por el motivo de que es reconocida como una pieza o herramienta fundamental; cumple un rol básico en el desarrollo tanto físico como socioemocional para los estudiantes. Uno de los problemas que se ha generado en esta asignatura es la inclusión de estudiantes que tienen necesidades educativas especiales o específicas, como es en el caso de aquellos estudiantes que presentan trastornos por déficit de atención e hiperactividad (TDAH). Los estudiantes con estas necesidades educativas tienen dificultades, complicaciones o inconvenientes para estar quietos, calmados o tranquilos, atender a las indicaciones y completar tareas que los docentes les asignan. Esto afecta a su desempeño académico, así como a la integración con los demás miembros de la comunidad o grupo de una institución educativa.

Estudios, como el de Vega Rivera (2024), han evidenciado que los síntomas del TDAH como la impulsividad, la hiperactividad y la dificultad para mantener la atención impactan directamente en el aprendizaje y la adaptación escolar. Esto evidencia que en muchas unidades educativas aún no se garantiza una inclusión adecuada para atender a las necesidades, lo cual dificulta el proceso de enseñanza y aprendizaje de los estudiantes.

La educación inclusiva dentro del área de educación física tiene como propósito garantizar la equidad y la participación de todos los estudiantes en el sistema educativo, a pesar de tener o no tener necesidades especiales. En la educación física, normalmente, las actividades exigen tener equilibrio, concentración, coordinación, ritmo, orientación, reacción y una participación activa. En el caso de los estudiantes con TDAH, estas demandas pueden hacerse más evidentes, generando comportamientos inadecuados, dificultades de aprendizaje y exclusiones dentro de las actividades. La situación se complica cuando los docentes no cuentan con la información necesaria para desarrollar sus clases adecuadamente. En los centros educativos no existen recursos o materiales adaptados suficientes para la inclusión; los recursos son escasos y no se puede realizar una clase de educación física inclusiva, y en muchos casos no saben cómo actuar de manera adecuada a las necesidades de esta población, como lo es el TDAH.

Esta asignatura es “una herramienta significativa para desarrollar y alcanzar los objetivos de un proyecto inclusivo” (Fierro-Saldaña & Contreras-Mu, 2024). La educación física puede convertirse en un espacio, ambiente o lugar divertido donde todos los estudiantes sin importar las necesidades educativas, puedan unirse y aprender juntos a sus compañeros, sintiéndose valorados y con las mismas oportunidades dentro del aula o ambiente educativo. “La inclusión educativa es el proceso que proporciona igualdad de oportunidades a todos los alumnos, atendiendo las

necesidades básicas de cada uno de ellos” (Hernández-Beltrán et al., 2022). La educación física no solo ayuda o fortalece al bienestar físico, sino que puede acompañar de manera importante en el desarrollo social y cognitivo de estudiantes con TDAH. Al darles un entorno activo, se crean oportunidades para que estos alumnos se sientan incluidos, mejoren su atención, fortalezcan sus habilidades sociales y logren participar de manera más divertida en su proceso educativo como lo es en este caso la EF.

Las adaptaciones curriculares juegan un papel clave e importante para que los estudiantes con necesidades educativas especiales puedan participar dentro de las aulas de clase (Palacios-García, 2024). La enseñanza de la educación física inclusiva no debería limitarse a hacer que los estudiantes con discapacidad y estudiantes no asociados a la discapacidad sean simplemente observadores. En realidad, es fundamental que se les brinde la oportunidad de participar activamente en el proceso, lo que no solo fortalecerá su desarrollo integral, sino que también fomentará su sentido de pertenencia (Rubiana et al., 2025). Atender a las necesidades específicas, como son los estudiantes con TDAH, dentro de la inclusión es clave para que puedan alcanzar el éxito o superación tanto en lo educativo como en lo personal.

Por eso es importante que los docentes de educación física conozcan estrategias específicas para apoyarlos durante el proceso de enseñanza y aprendizaje en esta materia (Pachito Caicedo et al., 2024). Según investigaciones, indican que hay estudiantes que enfrentan dificultades en su proceso educativo que pueden reflejarse en habilidades como el control del cuerpo, la orientación espacial y la ejecución precisa de movimientos (Cedeño Andrade et al., 2024). “Los estudiantes con discapacidades tienen el derecho de recibir una educación de calidad y adaptada a sus necesidades, y es responsabilidad de los educadores garantizar que esto se cumpla” (Barahona-Cruz et al., 2023, p. 2858).

La mayoría de estudiantes con TDAH enfrentan barreras dentro de las clases de educación física. Estas dificultades no solo intervienen en su desarrollo motor y en su rendimiento académico, sino que también se ven afectadas su autoestima, motivación y participación en su ambiente educativo. La falta de estrategias adecuadas por parte de los docentes y la falta de adaptaciones curriculares hacia los alumnos hacen que los entornos tengan limitaciones, así como oportunidades reducidas de aprender y sentirse parte del grupo. La educación física es fundamental para desarrollar habilidades que pueden tener estos alumnos con TDAH.

El objetivo de esta investigación fue sistematizar la evidencia científica disponible sobre las estrategias de educación física inclusiva para estudiantes con Trastorno por Déficit de Atención e Hiperactividad (TDAH), mediante el análisis de intervenciones pedagógicas documentadas, con el fin de optimizar las prácticas educativas y promover el desarrollo integral de estos estudiantes.

Metodología

La metodología que se utilizó fue de una revisión sistemática siguiendo el protocolo PRISMA (*Preferred Reporting Items for Systematic reviews and Meta-Analyses*) (Page et al.,

2021). Esto se llevó a cabo mediante una búsqueda exhaustiva en bases de datos científicas como Scopus, Dialnet, Scielo, Redalyc. Se emplearon operadores booleanos y palabras clave en español e inglés, tales como “educación física inclusiva” OR “*inclusive physical education*” AND “TDAH” OR “*attention deficit hyperactivity disorder*” AND “inclusión educativa” OR “*educational inclusion*”.

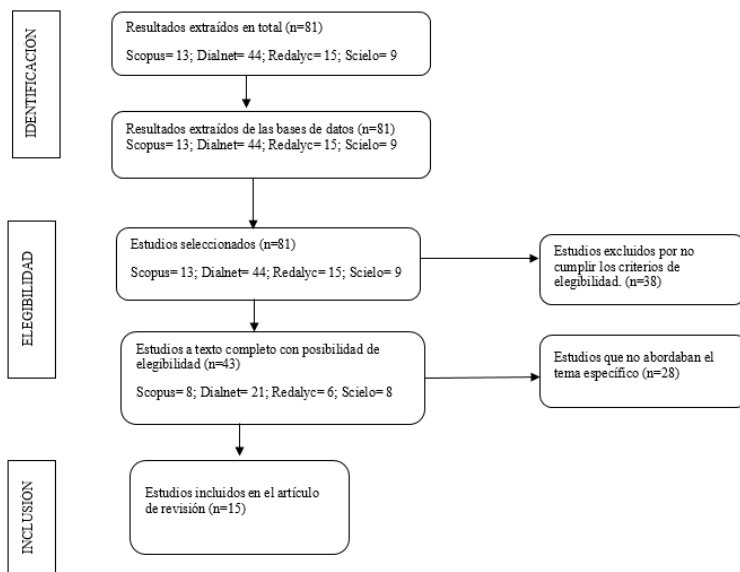
Tabla 1
Criterios de inclusión y exclusión

<i>Criterios de inclusión</i>	<i>Criterios de exclusión</i>
Estudios originales publicados en el 2020 y 2025	No estén acorde a los años del 2020 - 2025
Idioma español e ingles	Artículos que no sean en español ni ingles u otras idiomas
Artículos sistemáticos u Originales	Artículos que no tienen acceso completo
Estudios que respondan a mi pregunta de investigación	Estudios que no respondan a mi pregunta de investigación
Estudiantes con TDAH	Estudiantes que no tengan TDAH

Se encontraron 81 estudios tras la búsqueda en las diferentes bases de datos Scopus=13 Dialnet=44 Redalyc=15 Scielo= 9. En la parte de elegibilidad, se revisaron los 81 artículos y se eliminaron 38 por no cumplir los criterios de elegibilidad, en el cual quedaron 43 artículos. Se analizaron los 43 artículos; de ellos 28 fueron eliminados por no hablar directamente del tema específico. Finalmente se incluyó 15 estudios para la síntesis y revisión.

Figura 1

Diagrama de Prisma



Resultados

En este apartado se presenta la selección final de 15 estudios, los cuales resultaron fundamentales para llevar a cabo la sistematización y obtener resultados precisos y coherentes con el objetivo de la revisión. Para la elaboración de la tabla se utilizaron los siguientes criterios: Autor y año, título del estudio, diseño metodológico, resultados y conclusiones.

Tabla 2

Hallazgos de revisión

	Autor y año	Título del estudio	Diseño Metodológico	Resultados	Conclusiones
1	(Pachito Caicedo et al., 2024)	Actividades lúdicas inclusivas para estudiantes con trastorno de déficit de atención e hiperactividad en la clase de educación física.	El enfoque de esta investigación es mixto con un alcance descriptivo.	Muestran cambios significativos en la frecuencia y el porcentaje de niños en cada nivel de las dimensiones del trastorno estudiado.	La realización de las actividades lúdicas y con la capacitación de los docentes se ha mostrado una mejora en los estudiantes.
2	(Palacios-García, 2024).	Adaptaciones curriculares y su importancia en estudiantes con necesidades educativas especiales.	Enfoque cuantitativo, empleando la búsqueda, recopilación y análisis de fuentes documentales y bibliográficas.	Las adaptaciones curriculares son un elemento esencial para garantizar una educación inclusiva y de calidad para todos los estudiantes.	Las adaptaciones curriculares abren puertas para que cada estudiante con necesidades especiales aprenda a su ritmo y manera.
3	(Avilés-Bohórquez et al., 2024)	Desarrollo de habilidades motrices básicas en niños con trastorno por déficit de atención e hiperactividad, en educación físicas.	Metodología mixta y preexperimental.	Expone una estrategia didáctica inclusiva para el desarrollo de las habilidades motrices básicas en niños con trastorno por déficit de atención e hiperactividad durante las clases de educación física, en la cual mostró su efectividad en la práctica educativa.	El estudio identificó que, a pesar de la abundante bibliografía sobre el tema, se necesita mayor profundidad en métodos que articulen la educación física inclusiva con las características de niños con TDAH.
4	(Marín-Suelves & Ramón-Llin, 2021)	Educación física e inclusión: Un estudio bibliométrico.	Metodología de tipo bibliométrico.	La mayoría de los trabajos se enfocan en primaria y secundaria, usando juegos adaptados para incluir a estudiantes con necesidades especiales, lo que mejora no solo sus habilidades, sino también la actitud de sus compañeros hacia la diversidad.	El estudio muestra que la investigación sobre inclusión educativa es obtenida de las ciencias sociales. Países como EE. UU., Brasil y España son los que destacan en estudios para una inclusión. Los trabajos son cualitativos y se centran en estudiantes con necesidades educativas especiales, destacando que

5	(Rubiana et al., 2025)	Educación física inclusiva en la enseñanza secundaria: un análisis bibliométrico de publicaciones de 2000 a 2024.	Un análisis bibliométrico.	La investigación mostró que las adaptaciones curriculares, la formación docente, y los entornos inclusivos son clave para tener una educación digna, al igual resalta de seguir realizando investigaciones sobre modelos de aprendizaje.	los juegos adaptados han demostrado ser eficientes tanto en el proceso de aprendizaje como en las actitudes inclusivas dentro del aula. Ampliar la investigación sobre la educación física inclusiva en el nivel elemental y enfocarse en estrategias que fortalezcan las habilidades y la participación de los estudiantes.
6	(Mohammadi Orangi et al., 2021)	El efecto de los métodos no lineales y lineales y la educación inclusiva en autoestima y competencia motora de niños comunes e hiperactivos.	Una investigación cuasi-experimental	Se evidenció que la pedagogía no lineal ayudó al niño obeso e hiperactivo a mejorar el control de la violencia, disfrutar el juego y fortalecer las relaciones de su entorno.	Se destaca la importancia de utilizar la pedagogía no lineal para que se desarrollen las habilidades motoras y la educación inclusiva para que se mejore su participación en la actividad física y educación física.
7	(Padilla-Mina et al., 2025).	Estrategia didáctica circense en educación física para la inclusión de estudiantes con trastorno por déficit de atención e hiperactividad.	Diseño no experimental, con un enfoque cualitativo, cuyo alcance de tipo descriptivo-explicativo.	Muestran que la estrategia didáctica basada en el circense favorece la participación e inclusión de estudiantes con TDAH, tomando en cuenta la flexibilidad y la capacidad de adaptarse a un entorno escolar.	La estrategia empleada hace que los docentes de educación física promuevan la inclusión de estudiantes con TDAH. La estrategia contribuye al desarrollo físico, emocional y social de los estudiantes, mejorando su coordinación, autoestima y reduciendo el estrés.
8	(Borja Caicedo et al., 2024)	Estrategia metodológica inclusiva para la enseñanza-aprendizaje del fútbol en estudiantes con trastornos por déficit de atención con hiperactividad en la clase de cultura física.	La investigación, cualitativa con enfoque descriptivo.	Este estudio obtuvo como resultado que la actividad física aplicada mediante juegos, deportes y sesiones estructuradas durante el día es una estrategia inclusiva efectiva para los estudiantes con TDAH, en el cual notaron una mejoría en sus clases.	Esto muestra que cuando los estudiantes y profesores reciben una buena preparación pueden mejorar su forma de trabajar y atender a los estudiantes con TDAH.
9	(Fernández-Menor, 2021)	Evaluación de un estudiante con TDAH tras una	Método cuasi-experimental con diseño A1-B-A2	El estudio reveló que el uso de aplicaciones educativas y videojuegos tuvo un impacto	Las TIC, aunque diseñadas con fines positivos, requieren un uso ético por

	intervención con recursos tecnológicos.	diseño de línea base múltiple o diseño de caso único.	muy positivo en un niño de 12 años con TDAH. Logró concentrarse mejor, prestar más atención a sus tareas y controlar su impulsividad, aprendiendo a pensar antes de actuar. Estos resultados sugieren que, si se eligen correctamente, las herramientas tecnológicas pueden ser de gran ayuda para apoyar el aprendizaje de niños con TDAH.	parte de los usuarios. Sin embargo, bien aplicadas, las TIC pueden adaptarse a distintos ritmos de aprendizaje, compensar necesidades educativas y mejorar su atención, autoestima y motivación de los estudiantes, especialmente en intervenciones dirigidas a alumnos con TDAH.	
10	(Robles Villalba & Reyes Moreno, 2024)	Evaluando el impacto de las TIC en estudiantes con TDAH.	Enfoque cualitativo.	Las TIC pueden ser una gran aliada para los estudiantes con TDAH. Les brindan la oportunidad de aprender de una manera más personalizada y les ayudan a mantener la atención a través de actividades interactivas.	El proyecto ha proporcionado valiosos conocimientos y estrategias prácticas para impulsar la inclusión educativa a través de las TIC, marcando su relevancia en los ámbitos pedagógico, cultural y educativo.
11	(Flores Tena et al., 2024)	La inclusión del alumnado con TDAH en educación física en la formación del profesorado.	La investigación, se realizó de carácter cuantitativo, no diseño experimental, descriptivo y correlacional.	Los resultados finales fueron positivos, evidenciando mejoras en la participación de los estudiantes, su comportamiento, la preparación para el trabajo en equipo y la adquisición de contenidos.	Se destaca la importancia de reforzar estos aspectos en la formación del profesorado de educación física, con el fin de diseñar actividades que fomenten un desarrollo positivo del alumno con TDAH a nivel personal, familiar y educativo, además de contribuir a reducir sus síntomas.
12	(Marchan Zambrano & Mera Chinga, 2020)	La motricidad de los estudiantes diagnosticados con trastorno de déficit de atención con hiperactividad (TDAH), a través de las prácticas de educación física.	Se utilizaron métodos de campo, descriptivos y no experimentales.	Los resultados mostraron que los estudiantes experimentaron mejoras en el desempeño de actividades orientadas a desarrollar sus habilidades motrices.	La investigación concluye que la realización de ejercicios físicos contribuye a mejorar la motricidad de los estudiantes, lo que a su vez favorece su desarrollo socioeducativo dentro del entorno escolar y su rendimiento académico.
13	(Chávez-Estrella et al., 2023)	Programa de mini atletismo para la inclusión paralela socioeducativa de escolares entre 8 a 11 años con TDAH.	Métodos de guía de observación, modelado, validación por expertos y encuesta.	Finalmente, durante el proceso de validación, se observó que el 90 % de los jueces y expertos calificaron el programa diseñado como “totalmente relevante” o “bastante relevante”, lo que permite concluir que el programa propuesto cuenta con la aprobación necesaria para su implementación.	Por lo tanto, el programa de mini atletismo demostró ser una estrategia efectiva para favorecer la inclusión de estudiantes con TDAH; no solo apoyó el tratamiento del trastorno, sino que también fortaleció sus relaciones interpersonales, habilidades sociales y capacidades motrices.

14	(Hernández-Beltrán et al., 2022)	Propuesta de unidad didáctica para educación física: “la orientación deportiva como herramienta de inclusión para los alumnos con TDAH”	Metodología cualitativa-descriptiva.	Esta investigación es una propuesta teórica de una unidad didáctica, por lo que no incluye resultados concretos de su aplicación con estudiantes. Sin embargo, los autores basan su trabajo en estudios científicos recientes que respaldan la efectividad de las estrategias planteadas.	El estudio presenta una unidad didáctica enfocada en el deporte para estudiantes con TDAH, subrayando que la actividad física puede ayudar a reducir síntomas como la hiperactividad y a mejorar la atención.
15	(Figueroa Pozo et al., 2023)	Recursos digitales para fortalecer el aprendizaje de niños con TDAH.	La metodología de carácter descriptivo y documental, aplicada al desarrollo de las clases.	Los resultados obtenidos fueron que los recursos digitales son herramientas de gran utilidad que sirve como estrategias para reforzar y motivar el aprendizaje de estudiantes con TDAH.	La encuesta reveló que los recursos digitales son una herramienta valiosa para apoyar el aprendizaje de estudiantes con TDAH, los motivan y ayudan a desarrollar sus habilidades en distintas asignaturas. Por eso, es fundamental que los docentes estén capacitados para usar estos recursos.

Después de analizar los documentos, los autores indicaron que, realizando una educación inclusiva en las clases de educación física utilizando tanto las herramientas tecnológicas, adaptaciones curriculares y proponiendo estrategias en las clases, han evidenciado tanto en la práctica como en sus investigaciones una mejora en los estudiantes con trastornos por déficit de atención e hiperactividad (TDAH) tanto en la participación, el comportamiento y el bienestar socioemocional. Estos resultados aportaron evidencia relevante para poder fortalecer las practicas inclusivas y tener estrategias para que el sistema educativo pueda atender a las necesidades de cada estudiante.

Discusión

Los estudios analizados evidencian que la educación física inclusiva es fundamental para el desarrollo académico y emocional de los estudiantes con TDAH, lo cual coincide con Marín-Suelves & Ramón-Llin (2021), quienes destacan que los países desarrollados han avanzado en prácticas inclusivas basadas en actividades lúdicas y metodologías que facilitan la concentración y se ven mejoras en los estudiantes. Estos resultados también se alinean con Rubiana et al. (2025), quienes subrayan la importancia de incorporar adaptaciones curriculares desde los niveles primarios para garantizar la participación y el desarrollo de habilidades en los niños con TDAH. En general, los hallazgos de esta revisión amplían la evidencia previa al reafirmar que el uso del juego y las adaptaciones pedagógicas hacen de la educación física un espacio clave para promover la inclusión y el apoyo integral de estos estudiantes.

Los hallazgos de esta revisión coinciden con lo señalado por Mohammadi Orangi et al. (2021), quienes explican que la pedagogía no lineal favorece la participación activa, el desarrollo motor y la motivación. Este enfoque se refleja también en los estudios revisados, donde la adaptación de tareas y la reducción de barreras se consolidan como elementos clave para lograr procesos verdaderamente inclusivos.

De manera similar, Hernández-Beltrán et al. (2022) proponen el uso de la gamificación como metodología que fortalece la atención, la cooperación y el interés de los estudiantes con TDAH. Estas propuestas coinciden con los patrones observados en la literatura analizada, que muestra cómo los entornos dinámicos y creativos generan mejores condiciones de aprendizaje.

A su vez, investigaciones recientes (Avilés-Bohórquez et al., 2024; Borja Caicedo et al., 2024; Chávez-Estrella et al., 2023; Flores Tena et al., 2024; Marchan Zambrano & Mera Chinga, 2020; Pachito Caicedo et al., 2024; Padilla-Mina et al., 2025) respaldan estos hallazgos al evidenciar mejoras en la concentración, el desarrollo motor, las habilidades socioemocionales y la motivación en las clases de educación física. Esto confirma que las metodologías activas y adaptadas tienen un impacto directo en el desempeño y el bienestar de los estudiantes con TDAH.

Además, la importancia de las adaptaciones curriculares, señalada por Palacios-García (2024), complementa los resultados obtenidos en esta revisión, permite que cada estudiante avance a su propio ritmo y se sienta valorado en el proceso educativo. Finalmente, el aporte de las TIC, destacado por Fernández-Menor (2021), Robles Villalba y Reyes Moreno (2024), y Figueroa Pozo et al. (2023), coincide con los estudios revisados al demostrar que estas herramientas pueden mejorar la concentración, la motivación y la autoestima, aunque también se reconoce que la falta de formación docente sigue siendo un desafío importante.

Conclusiones

La revisión realizada permite comprender que la verdadera inclusión en educación física para estudiantes con TDAH no depende de una sola estrategia, sino de la combinación de varias prácticas que se complementan. Al analizar los estudios en conjunto, se evidencia que las adaptaciones curriculares, las metodologías activas y los entornos flexibles funcionan de manera más efectiva cuando se juntan entre sí, algo que no se percibe leyendo cada investigación por separado.

También se hace evidente una diferencia importante entre contextos educativos. Mientras algunos países han logrado avanzar hacia modelos inclusivos, en América Latina persisten limitaciones relacionadas con la falta de formación docente y de recursos. Este contraste muestra que la inclusión no solo requiere buenas intenciones, sino también apoyo institucional que permitan aplicar realmente lo que la evidencia recomienda.

Finalmente, al comparar los estudios, emerge un punto en común: las propuestas innovadoras como la gamificación, la pedagogía no lineal y el uso de tecnologías ayudan porque

ofrecen experiencias de aprendizaje más motivadoras y ajustadas a las necesidades de cada estudiante. Esta coincidencia es el principal aporte de la revisión, la confirmación de que la inclusión en educación física es posible cuando se adoptan enfoques flexibles, creativos y centrados en la persona, permitiendo que cada estudiante pueda aprender y participar desde sus propias capacidades.

Referencias

- Avilés-Bohórquez, E. A., Castillejo-Olán, R., Álava-Briones, A. M., & Rodríguez-Vargas, A. R. (2024). Desarrollo de habilidades motrices básicas en niños con trastorno por déficit de atención e hiperactividad, en Educación Física. *PODIUM - Revista de Ciencia y Tecnología en la Cultura Física*, 19(2), e1621.
<https://podium.upr.edu.cu/index.php/podium/article/view/1621>
- Barahona-Cruz, Y. M., Ramírez-Andrade, M. de L., Sánchez-Méndez, J. J., & Verdesoto-Suárez, L. F. (2023). Dificultades del aprendizaje y las discapacidades dentro del aula regular. *Polo del Conocimiento*, 8(3), 2849–2860.
<https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=9252108>
- Borja Caicedo, J. L., Betancourt Chila, R., & Rodríguez Vargas, A. R. (2024). Estrategia metodológica inclusiva para la enseñanza-aprendizaje del fútbol en estudiantes con trastorno por déficit de atención con hiperactividad en la clase de Cultura Física. *PODIUM. Revista de Ciencia y Tecnología en la Cultura Física*, 19(1), e1578.
<https://podium.upr.edu.cu/index.php/podium/article/view/1578>
- Cedeño Andrade, L. J., Segura Osorio, P. del R., Romero Ibarra, O. P., & Maqueira Caraballo, G. de la C. (2024). Danza contemporánea y expresión corporal en la educación física inclusiva: Una estrategia para estudiantes con múltiples discapacidades. *PODIUM: Revista de Ciencia y Tecnología en la Cultura Física*, 19(2), e1625.
<https://podium.upr.edu.cu/index.php/podium/article/view/1625>
- Chávez-Estrella, A., Restrepo-Salvatierra, R., Bermúdez-Zea, P., & Maqueira-Caraballo, G. (2023). Programa de mini atletismo para la inclusión paralela socioeducativa de escolares entre 8 a 11 años con TDAH. *593 Digital Publisher CEIT*, 9(1), 841–860.
<https://doi.org/10.33386/593dp.2024.1.2188>
- Fernández-Menor, I. (2021). Evaluación de un estudiante con TDAH tras una intervención con recursos tecnológicos. *Páginas de Educación*, 14(2), 121–131.
<https://doi.org/10.22235/pe.v14i2.2565>
- Fierro-Saldaña, B., & Contreras-Mu, A. (2024). Perspectivas históricas relacionadas a la inclusión de personas en situación de discapacidad en Educación Física escolar. *Retos*, 55, 317–326.
<https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=9425999>

- Figueroa Pozo, D. C., Narvaez Carvajal, L. I., Avilés Castellanos, N. F., Recalde Drouet, E. M., & Crespín Crespín, E. E. (2023). Recursos digitales para fortalecer el aprendizaje de niños con TDAH. *Ciencia Latina Revista Científica Multidisciplinar*, 7(2), 7648–7661. https://doi.org/10.37811/cl_rcm.v7i2.5902
- Flores Tena, M. J., Deocano Ruiz, Y., & Llamas Salguero, F. (2024). La inclusión del alumnado con TDAH en Educación Física en la formación del profesorado. *Retos*, 52, 211–218. <https://doi.org/10.47197/retos.v52.99636>
- Hernández-Beltrán, V., González-Coto, V. A., Gámez-Calvo, L., Luna-González, J., & Gamonales, J. M. (2022). Propuesta de unidad didáctica para educación física: La orientación deportiva como herramienta de inclusión para los alumnos con TDAH. *MOTIÓN Revista de Educación, Motricidad e Investigación*, 19, 60–81. <https://doi.org/10.33776/remo.vi19.7220>
- Marchan Zambrano, M. Á., & Mera Chinga, O. E. (2020). La motricidad de los estudiantes diagnosticados con trastorno de déficit de atención con hiperactividad a través de las prácticas de educación física. *Revista Cognosis. Revista de Filosofía, Letras y Ciencias de la Educación*, 5, 81–94. <https://doi.org/10.33936/cognosis.v5i0.2462>
- Marín-Suelves, D., & Ramón-Llin, J. (2021). Educación física e inclusión: Un estudio bibliométrico. *Apunts. Educación Física y Deportes*, 143, 17–26. [https://doi.org/10.5672/apunts.2014-0983.es.\(2021/1\).143.03](https://doi.org/10.5672/apunts.2014-0983.es.(2021/1).143.03)
- Mohammadi Orangi, B., Yaali, R., Ackah-Jnr, F. R., Bahram, A., & Ghadiri, F. (2021). The effect of nonlinear and linear methods and inclusive education on self-esteem and motor proficiency of ordinary and overactive children. *Journal of Rehabilitation Sciences & Research*, 8(2), 69–78. <https://doi.org/10.30476/jrsr.2021.88992.1120>
- Molina-Torres, J., Orgilés, M., & Servera, M. (2022). El TDAH en la etapa preescolar: Una revisión narrativa. *Revista de Psicología Clínica con Niños y Adolescentes*, 9(3), 1–9. <https://doi.org/10.21134/rpcna.2022.09.3.5>
- Pachito Caicedo, M. N., Jimenez Velasco, J. J., & Rojas Valdes, G. R. (2024). Actividades lúdicas inclusivas para estudiantes con trastorno de déficit de atención e hiperactividad en la clase de Educación Física. *PODIUM Revista de Ciencia y Tecnología en la Cultura Física*, 19(3), e1722. <https://podium.upr.edu.cu/index.php/podium/article/view/1722>
- Padilla-Mina, J., Romero-Ibarra, O., & Maqueira-Caraballo, G. (2025). Estrategia didáctica circense en educación física para la inclusión de estudiantes con trastorno por déficit de atención e hiperactividad. *593 Digital Publisher CEIT*, 10(1), 614–629. <https://doi.org/10.33386/593dp.2025.1.2894>
- Page, M. J., McKenzie, J. E., Bossuyt, P. M., Boutron, I., Hoffmann, T. C., Mulrow, C. D., Shamseer, L., Tetzlaff, J. M., Akl, E. A., Brennan, S. E., Chou, R., Glanville, J., Grimshaw,

- J. M., Hróbjartsson, A., Lalu, M. M., Li, T., Loder, E. W., Mayo-Wilson, E., McDonald, S., ... Moher, D. (2021). The PRISMA 2020 statement: an updated guideline for reporting systematic reviews. *Systematic Reviews*, 10(1), 1-11. <https://doi.org/10.1186/s13643-021-01626-4>
- Palacios-García, T. (2024). Adaptaciones curriculares y su importancia en estudiantes con necesidades educativas especiales. *CIENCIAMATRIA Revista Interdisciplinaria de Humanidades, Educación, Ciencia y Tecnología*, 10(18), 313–326. <https://doi.org/10.35381/cm.v10i18.1273>
- Robles Villalba, F. J., & Reyes Moreno, E. R. (2024). Evaluando el impacto de las TIC en estudiantes con TDAH. *Unaciencia Revista de Estudios e Investigaciones*, 17(32), 68–79. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=9559823>
- Rubiana, I., Purwanto, S., & Anwar, M. H. (2025). Inclusive physical education in secondary schools: A bibliometric analysis of publications from 2000 to 2024. *Retos*, 63, 233–241. <https://doi.org/10.47197/retos.v64.111747>
- Vega Rivera, G. A. (2024). Impacto del TDAH en el aprendizaje de estudiantes en edad escolar: una revisión sistemática. *Revista San Gregorio*, 1(57), 199–219. <https://doi.org/10.36097/rsan.v1i57.2329>

Funding

The authors received no funding for the development of the research.

Conflict of Interest

The authors declare that they have no conflicts of interest.

Author Contributions

The authors contributed to the development of the manuscript.