

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/>

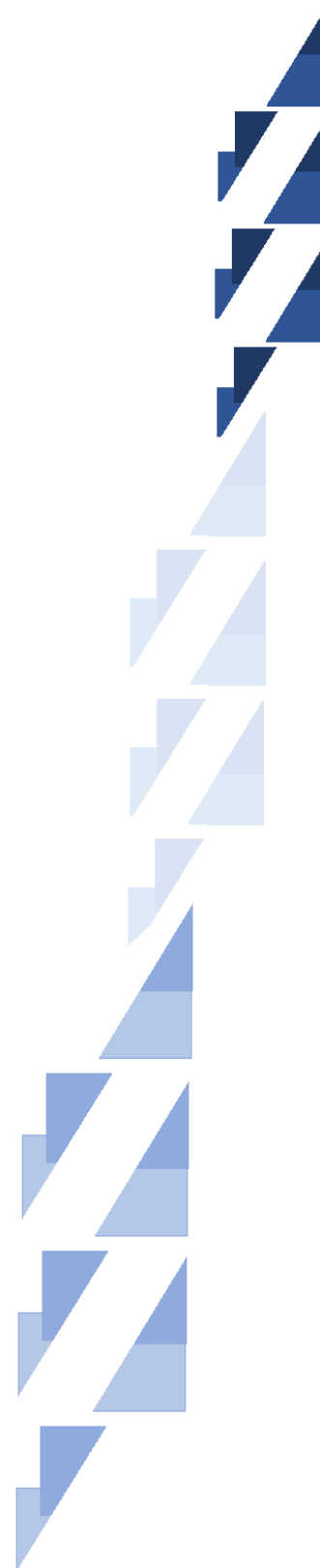
Editora en Jefe: Ph.D. Susana Paz Viteri

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



Traditional Games, Inclusion: Physical Education for Students with Attention Deficit Hyperactivity Disorder

Original

Juegos tradicionales, inclusión: Educación Física para estudiantes con Trastorno por Déficit de Atención e Hiperactividad

Pesantez Castro Joseph Israel¹

ORCID: <https://orcid.org/0009-0006-4768-9222>

Galán Arias Bryam Fernando¹

ORCID: <https://orcid.org/0009-0009-1149-8821>

Giceya De La Caridad Maqueira Caraballo ¹

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

Bolivarian University of Ecuador, Durán, Ecuador ¹

Autor de correspondencia

bfgalana@ube.edu.ec

Recibido: 15-12-2025

Aceptado: 17-12-2025

Disponible en línea: 15-01-2026

Abstract

The inclusion of students with Attention Deficit Hyperactivity Disorder (ADHD) in Physical Education presents pedagogical, didactic, and educational challenges. Therefore, the objective of this research was to design a system of traditional games with specific adaptations to optimize the inclusion process for students with ADHD in Physical Education. The research was conducted in a school in the city of Cuenca, in three stages: diagnosis, planning-design, and validation. A non-experimental, descriptive, cross-sectional mixed-methods approach was used, supported by theoretical and empirical methods such as observation, interviews, surveys, and document review. The sample was non-probabilistic, intentionally selecting two students with ADHD based on inclusion criteria. As a result, a system of traditional games with specific adaptations was designed to optimize the inclusion of students with Attention Deficit Hyperactivity Disorder (ADHD) in Physical Education. This system is distinguished by its application of the ERCA methodology and the use of adaptations. Its usefulness, relevance, and novelty for inclusion in Physical Education were confirmed by expert criteria.

Keywords: traditional games, Physical Education, Attention Deficit Hyperactivity Disorder, inclusion.

Resumen

La inclusión de estudiantes con Trastorno por Déficit de Atención e Hiperactividad a la Educación Física implica solucionar desafíos pedagógicos, didácticos y educativos; es por ello que el objetivo de la investigación fue diseñar un sistema de juegos tradicionales con adaptaciones específicas para la optimización del proceso de inclusión de estudiantes con Trastorno por Déficit de Atención e Hiperactividad a la Educación Física. La investigación se desarrolló en una unidad educativa de la ciudad de Cuenca, en tres etapas: diagnóstico, planificación-diseño y validación, siguiendo una metodología con enfoque mixto no experimental de alcance descriptivo y corte trasversal, apoyada en métodos teóricos y empíricos como la observación, la entrevista la encuesta y la revisión documental. La muestra fue no probabilística seleccionándose de manera intencional bajo criterios de inclusión dos casos de estudiantes con esta condición. Como resultado se logra diseñar un sistema de juegos tradicionales con adaptaciones específicas para la optimización del proceso de inclusión de estudiantes con Trastorno por Déficit de Atención e Hiperactividad a la Educación Física, el cual se distingue por la aplicación de la metodología ERCA y el uso de adaptaciones; quedando confirmado mediante criterios de especialista su utilidad, pertinencia y novedad.

Palabras clave: juegos tradicionales, Educación Física, Trastorno por Déficit de Atención e Hiperactividad, inclusión.

Introducción

La educación inclusiva se ha convertido en una problemática social y un punto de debate a nivel global. La Agenda 2030 para el Desarrollo Sostenible de la Asamblea General de las Naciones

Unidas estableció dentro de sus objetivos prioritarios: promover una educación inclusiva, equitativa y de calidad con oportunidades de aprendizaje para todos. En correspondencia con lo señalado la inclusión debe entenderse como un proceso activo y constante; al respecto la UNESCO (2016) establece que esto presupone una búsqueda continua para identificar y responder a la diversidad de necesidades que presenta el estudiantado.

En el contexto ecuatoriano, Serrano et al. (2019), Castillo (2015), Figueroa et al. (2017), Contento et al. (2018) y Duk & Murillo. (2018) han resaltado la importancia y la necesidad de una transformación en la educación inclusiva; sosteniendo que la verdadera inclusión social no se limita a que los estudiantes tengan acceso al sistema educativo, sino que también implica la eliminación de barreras, conjuntamente con la creación de un entorno equitativo que atienda las necesidades de cada estudiante. (Reyes Suquilanda et al., 2024).

Muntaner-Guasp et al. (2022) explican que la educación inclusiva tiene como objetivo optimizar el aprendizaje de estudiantes con necesidades educativas especiales, considerando sus particularidades, destrezas y potencialidades; para ello es necesario garantizar la integración y participación de cada alumno en el proceso educativo, reconociendo la diversidad mediante la adaptación de los sistemas educativos y los procedimientos didácticos metodológicos, Zepeta y Castañeda (2022)

El Trastorno del Déficit de Atención e Hiperactividad (TDAH) se comprende como una condición de origen complejo, cuya aparición está influenciada por una combinación de factores genéticos, el entorno familiar y la historia gestacional del individuo, en su generalidad se caracteriza por la presencia de rasgos de inatención, impulsividad e hiperactividad lo cual dificulta la concentración, la autorregulación y las relaciones con el resto del grupo. (American Psychiatric Association, 2022).

A nivel global, este trastorno es significativo, afectando a aproximadamente el 7.2% de los niños en el mundo y manifestándose principalmente a través de patrones de falta de atención, impulsividad e hiperactividad en grados inapropiados para su edad (Paes et al., 2022).

En Ecuador, el Trastorno por Déficit de Atención e Hiperactividad (TDAH) se ha vuelto más común entre los estudiantes, quienes a menudo enfrentan el cuestionamiento y la exclusión por parte de docentes y compañeros.

Ante esta situación, varios estudios han resaltado la importancia de abordar el TDAH a través de la Educación Física (EF). Es por ello que la Educación Física (EF) se consolida una materia fundamental para abordar los desafíos pedagógicos, didácticos y educativos asociados al proceso de inclusión de todos los estudiantes; con especial interés en los que presentan Trastorno por Déficit de Atención e Hiperactividad (TDAH); precisamente por los beneficios que ofrece en el desarrollo de su función cognitiva, la capacidad atencional y la regulación emocional entre otros aspectos.

Siguiendo esta línea se comparte con Díaz (2020), (Castillo-Paredes et al., 2021), Morocho et al. (2024) Miño-Navas et al. (2024) al señalar que el diseño y aplicación de actividades físico-recreativas adaptadas dentro de estas actividades lúdicas representan una vía efectiva para promover espacios inclusivos y de atención a la diversidad en la clase de Educación Física. Lo anterior se corresponde con los objetivos y metas señalados en Currículum de Educación Física de Ecuador (2016), el cual desde su enfoque inclusivo se centra en desarrollar destrezas y competencias en todos los estudiantes, de modo tal que puedan interactuar como ciudadanos plenos en una sociedad democrática (Currículum de Educación Física, 2016).

La Educación Física, al emplear el juego como metodología a seguir dentro de la clase ofrece beneficios muy importantes para los estudiantes que presentan TDAH, potenciando la optimización de su pensamiento, la capacidad de análisis, síntesis, generalización, comparación, la toma de decisiones, el desarrollo de valores y la resolución de problemas, aspectos estos fundamentales para el logro de un verdadero proceso de inclusión.

En resumen, los juegos de forma general fomentan la convivencia armónica, la cooperación y promueve una interacción social más constructiva entre los estudiantes, incluyendo los que presentan una necesidad educativa asociada o no a una discapacidad; es por ello que constituye un pilar fundamental en la formación integral de todos los estudiantes. (Freire 2018)

En articulación con lo expuesto se asumen las actividades lúdicas como una herramienta didáctica de gran valor para perfeccionar el proceso de inclusión de los estudiantes con necesidades educativas asociadas o no a una discapacidad; cabe recalcar que esto se puede lograr siempre y cuando su aplicabilidad conlleven adaptaciones específicas dirigidas a la compensación de las funciones afectadas y al desarrollo de la interacción entre pares, la cooperación, así como la potenciación de sus capacidades. (Alshahrany & HalijahBt, 2021), (Aguilar Morocho et al., 2024).

Es por ello que los autores de la presente investigación toman los aportes de Aguilar Morocho et al. (2024) al exponer que, en el ámbito de la Educación Física y la cultura regional, los juegos tradicionales se definen como aquellas actividades lúdicas autóctonas que no solo son propias de una región, sino que logran transmitirse y perdurar a través de múltiples generaciones, conservando su esencia. De ahí que se considere que los juegos tradicionales poseen un valor cultural y motriz innegable.

En este orden de ideas los referentes teóricos consultados confirman que las actividades lúdicas constituyen una vía de gran importancia para el logro dentro de las clases de Educación Física de un verdadero proceso de inclusión. En el caso específico de los estudiantes con TDAH resultan fundamentales para la corrección de la conducta, la mejora de su desempeño físico -motriz y el establecimiento de relaciones interpersonales más duraderas y significativas, sin embargo, existe una gran contradicción entre lo que señala la literatura y lo que realmente ocurre en la práctica, donde en muchas ocasiones estos estudiantes son excluidos, debido entre otros aspectos

a la presencia de currículos poco flexibles, docente con limitaciones para atender la diversidad y realizar adaptaciones curriculares específicas según las necesidades de cada caso.

En observación realizada en una unidad educativa de Cuenca se evidencia que no siempre los juegos tradicionales han sido considerados como una herramienta pedagógica y didáctica altamente útil para potenciar el proceso de inclusión de los estudiantes con TDAH, entre otros aspectos por: las limitaciones en los procesos de formación de los docentes de Educación Física, la carencia de recursos didácticos adaptados, no desarrollo de adaptaciones específicas para su implementación en la clase, ocasionando exclusión, rechazo y marcadas limitaciones en el proceso de inclusión de estos estudiantes en la clase de Educación Física. De ahí que se definió como pregunta de investigación ¿Cómo mejorar la inclusión y la participación de los estudiantes con TDAH en las clases de Educación Física? En consecuencia, el objetivo de la presente investigación se centró en diseñar un sistema de juegos tradicionales con adaptaciones específicas para la optimización del proceso de inclusión de estudiantes con Trastorno por Déficit de Atención e Hiperactividad a la Educación Física.

Metodología

La investigación fue desarrollada en la Unidad Educativa de FFAA Colegio Militar N°4 “Abdón Calderón” de la ciudad de Cuenca, ocupando tres etapas: diagnóstico, planificación-diseño y validación; para esto se siguió una metodología con enfoque mixto no experimental de alcance descriptivo y corte transversal. (Hernández et al. 2014).

Dentro de los métodos teóricos se emplearon el análisis -síntesis, inductivo-deductivo y la modelación, los cuales favorecieron realizar el análisis teórico del tema como punto de inicio para la modelación y conformación posteriormente de la propuesta basada en la metodología ERCA y en los juegos tradicionales como herramienta didáctica para el proceso de inclusión de los estudiantes con TDAH a la clase de Educación Física; mientras que los métodos empíricos utilizados fueron la observación, la entrevista, la encuesta de gusto y preferencias y la revisión documental, acompañados de instrumentos como la guía de observación y de entrevista y el cuestionario, los cuales permitieron constatar en la etapa de diagnóstico la situación presentada en la unidad educativa de referencia relativa al proceso de inclusión de los estudiantes con TDAH en la clase de Educación Física.

La población de estudio estuvo conformada por el colectivo de estudiantes de quinto de educación básica equivalente a 30 estudiantes de ambos sexos y la docente de Educación Física de la Unidad Educativa de la unidad educativa de referencia. La muestra fue no probabilística seleccionándose de manera intencional como unidad de análisis dos casos que cumplieran con los criterios de inclusión establecidos por los investigadores: tener diagnóstico confirmado de TDAH, estar aptos y motivados para participar en las clases de Educación Física y estar cursando el quinto grado. La muestra informante estuvo conformada por la docente de Educación Física de la Unidad

Educativa, los 30 estudiantes de quinto grado y 7 especialistas en Educación Física Inclusiva que participaron en la validación de la propuesta.

Resultados

Instrumentos 1 Guía de Observación a la docente de Educación Física.

Objetivo: Constatar la metodología seguida por la docente en sus clases, para el logro del proceso de inclusión de los estudiantes con TDAH; valorando la utilización o no de los juegos tradicionales dentro de las clases como herramienta didáctica para el proceso de inclusión en la clase.

El proceso de observación se realizó en 5 clases de Educación Física. Las tendencias encontradas en las clases observadas permitieron determinar que la docente en su generalidad cumple con la estructura y formas organizativas de la clase. Las actividades realizadas se dirigieron a la totalidad de los estudiantes, sin tener en cuenta las características individuales de los estudiantes con TDAH.

Por otra parte, se pudo apreciar que la docente no profundizó en la aplicabilidad de la metodología ERCA y tampoco reconoció las formas de adaptación y apoyos posibles a considerar para lograr incluir adecuadamente a los dos estudiantes que presentaban TDAH, resultando evidente las limitaciones para ofrecer apoyos, adaptaciones y retroalimentación individualizada. Las evaluaciones realizadas tuvieron un carácter muy general, careciendo de adaptaciones.

Dentro de las clases observadas se pudo constatar además que rara vez utilizó los juegos tradicionales (ej. la rayuela, el escondite, el juego del pañuelo) como parte de la clase. Esta observación es relevante porque evidencia que los recursos lúdicos, a pesar de su gran potencial pedagógico y socializador en un marco inclusivo, están siendo subutilizados en la práctica pedagógica y didáctica de la docente. Lo develado restringe las posibilidades de inclusión de los estudiantes con Trastorno por Déficit de Atención e Hiperactividad (TDAH), disminuyendo su capacidad de concentración, atención e inclusión en la clase.

Instrumentos 2 Entrevista a la Docente. Objetivo. Determinar el nivel de autoconocimiento de la docente sobre el TDAH y su manejo dentro de la clase de Educación Física desde un enfoque inclusivo y de atención a la diversidad.

En la entrevista a la docente de Educación Física, esta mencionó que considera que su conocimiento y experiencia trabajando con estudiantes con TDAH oscila entre un nivel intermedio-avanzado y muy práctico, lo cual es contradictorio con la praxis desarrollada en sus clases.

En la pregunta referente al desarrollo de adaptaciones curriculares individualizadas explicó que las considera importantes, sin embargo, detalla que se apoya para su realización solamente en ofrecer apoyos verbales y en algunas ocasiones utiliza apoyos visuales; manifiesta que le resulta complicado a pesar de tener experiencias atender las diferencias individuales de los casos con

TDAH; precisamente porque adaptar las actividades y tareas no siempre le resulta posible por la propia dinámica de las clases.

En cuanto a los tipos de juegos tradicionales y sus beneficios para los estudiantes con TDAH, señala que son útiles porque permiten desarrollar valores, incentivar la cooperación y la motivación de todos los estudiantes. Reconoció que los juegos tradicionales requieren de adaptaciones para que puedan ser aplicados en las clases; destaca que en sus clases no siempre emplea estos juegos porque existen limitaciones de recursos materiales y que considera que estos deben estar acorde con los estudiantes participantes.

Sobre la metodología ERCA señaló que la considera importante para trabajar en la clase de Educación Física pero que requiere de tiempo, preparación y mucha sistematicidad y que ella no siempre puede aplicarla porque depende del grupo y sus características, del tiempo y de la motivación de todos los participantes.

Instrumentos 3 Encuesta sobre gustos y preferencias. Objetivo. Conocer los gustos y preferencias de los estudiantes sobre los juegos tradicionales y su participación en estos.

Para ello se aplicó una encuesta compuesta por 8 preguntas, las que permitieron a los investigadores determinar los gustos y preferencias de los estudiantes participantes y a su vez analizar cuáles de los juegos presentados le resultaba más atractivo, divertido y fácil para mantener su concentración.

A continuación, se comparte un resumen sobre las respuestas más significativas relacionadas con la encuesta.

En la pregunta sobre los juegos que le resultaban más divertido se apreció que de los 30 estudiantes que participaron 19 de estos equivalentes al (63.33%) de los participantes consideran que los juegos más divertidos son los que implican la realización de mucha acción y movimiento; mientras que 7 estudiantes, es decir el (23.33%) indican que el juego de puntería y precisión, son los más divertidos y motivantes. Los cuatro estudiantes restantes emitieron respuestas compartidas, 2 estudiantes (6.67%) prefieren juegos de atención y reglas fijas y 2 (6.67%) dijeron que les parece más divertido otras opciones tales como el juego de las Quemaditas y tiro al blanco. Significativo resulta que los dos estudiantes con TDAH, están incluidos en los 19 que prefieren los juego con mucha acción y movimiento.

En la segunda pregunta sobre sus preferencias al jugar con muchos amigos, en parejas con un compañero, o solos, la primera opción fue la respuesta mayoritaria, es decir, 21 de los estudiantes participantes entre los cuales se encontraban los estudiantes con TDAH, prefieren jugar con amigos, lo que representa el 70 %, de los estudiantes, solamente 8 estudiantes equivalente al 26, 6 % prefieren jugar en pareja y 1 estudiante indicó que le gustaba jugar solo. Lo anterior evidencia las fortalezas del grupo para trabajar con estos en el desarrollo de actividades lúdicas

grupales dirigidas a desarrollar valores tales como la solidaridad, el colectivismo, el respeto a la diversidad, la comunicación, entre otros.

Interesante resultó conocer también los criterios de los participantes referentes a si lograban concentrarse fácilmente mientras jugaban o le resultaba difícil; al respecto de los 30 estudiantes el 15 (50%) les parece fácil concentrarse cuando juegan, mientras que 6 (20%) lo encuentran muy fácil, 4(13.33%), mientras que 3 indicaron que a veces se concentran, (10%) algo difícil y 2 (6.67%) muy difícil. En esta pregunta uno de los estudiantes con TDAH señaló que es difícil para el concentrarse y el otro que es muy difícil, correspondiéndose sus respuestas con las características del TEAH.

Lo anterior se relaciona también con las preferencias de los estudiantes a seguir jugando durante un tiempo prolongado y las características de los juegos en cuanto a las diferentes reglas. Atendiendo a ello de los 30 estudiantes participantes 16, equivalente al (53.33%) señalan que sí le gusta seguir jugando por tiempo prolongado siempre que los juegos en los que participen le permitan moverse mucho, interactuar con sus compañeros y realizar diferentes actividades. Otros 5 estudiantes (16.67%) relacionan la continuidad en los juegos siempre y cuando esto implique recibir un premio o logro al final. Interesante resultó la respuesta de otros 5(6.67%) estudiantes al explicar que le gusta participar en juegos de mayor tiempo cuando en estos puedan ayudar a sus compañeros a ganar; finalmente 4 estudiantes, es decir el (13.33%) de los participantes responden que, si le gusta permanecer mucho tiempo en los juegos, cuando estos tienen establecidas reglas claras y sencillas. En esta pregunta los dos estudiantes con TDAH, tuvieron respuestas diferentes uno respondió que le motiva seguir jugando si le dejan mover mucho y el otro si hay premio o logro al final, lo cual nos indica que su preferencia en cuanto al tiempo de los juegos está relacionada con las características de los juegos y los premios a recibir al participar.

La pregunta No 5 para los investigadores resultó ser una de las más interesantes, precisamente porque estuvo dirigida a conocer los gustos y preferencias de los estudiantes sobre los diferentes juegos ecuatorianos, para esto se le presentó un listado compuesto por 4 juegos para que ellos seleccionaran los que más preferían. Determinándose que de los 30 estudiantes 14 (46.67%) de estos consideran que de los juegos presentados el que más le gusta jugar es el trompo, mientras que 7 estudiantes equivalente al (23.33%) de los participantes seleccionaron en primer lugar el juego del elástico, seguidamente otros 7 (23.33%) prefirieron en primer lugar la rayuela y 2(6.67%) el juego de las ollitas, pero en todas las respuestas dadas los estudiantes indicaron que prefieren estos juegos siempre que las reglas sean claras y sencillas. En el caso de los estudiantes con TDAH, ambos ubicaron en el primer lugar el juego del elástico, señalando que se trata de un juego divertido y fácil de realizar.

En el resto de las preguntas que formaron parte de la encuesta resaltaron ideas relacionadas con las actividades que más prefieren hacer al jugar tales como lanzar y atrapar, saltar y correr, resolver retos y adivinanzas, mientras al preguntarle sobre su actividad deportiva favorita la mayoría de los participantes indicaron que el fútbol es el preferido porque cuando juegan futbol

todos participan, se divierten y siempre un equipo gana. Los estudiantes con TDAH aquí también tuvieron respuestas diferentes uno prefiere actividades lúdicas donde puedan saltar y correr y el otro lanzar y atrapar. Ambos coinciden en que el fútbol al jugar a las atrapadas en la que más le gusta.

De igual manera gran valor tuvo las respuestas ofrecidas por los estudiantes sobre las preferencias al momento de enseñarles y aprender las reglas de los diferentes juegos. 14 estudiantes equivalente al (46.67%) de los participantes prefieren aprender las reglas de los diferentes juegos viendo un dibujo o que el profesor lo demuestre, 8(26.67%) consideran que aprenden mejor si el profesor le explica al menos una sola vez y 8 (26.67%) creen aprender mejor al momento de empezar a jugar, es decir consideran que logran aprender las reglas de los diferentes juegos mientras juegan, es decir en el mismo momento de desarrollo del juego.

En el caso de los estudiantes con TDAH ambos coinciden que para ellos poder aprender las reglas de los juegos prefieren hacerlo a través de la observación de dibujos y de la explicación y demostración del profesor; lo señalado se corresponde con la necesidad que se presenta en estos estudiantes de ofrecer ayudas y apoyos visuales, auditivos y educativos para fortalecer su proceso de aprendizaje.

En esencia se pudo apreciar mediante la aplicación de la encuesta basada en un cuestionario de 8 preguntas que los estudiantes participantes pudieron definir sus gustos y preferencias sobre los juegos tradicionales, destacando aquellos que implican movimiento y relaciones con otros compañeros, resultando el trompo ser el juego más atractivos para ellos.

En el caso de los estudiantes que presentan TDAH, manifiestan dificultades para concentrarse y mantener la atención durante un tiempo prolongado, lo que le ocasiona en algunos momentos no puedan cumplir con las reglas del juego en su totalidad; de igual manera definen en la pregunta relacionada con sus gustos y preferencias sobre los juegos, aquellos que implican movimiento y relaciones interpersonales aspecto este muy positivo para su inclusión.

Una vez concluida la etapa de diagnóstico se procedió mediante la triangulación de resultados a establecer los aspectos más significativos.

1. El diagnóstico teórico del tema confirma que las actividades lúdicas constituyen una vía de gran importancia para el logro dentro de las clases de Educación Física de un verdadero proceso de inclusión. En el caso específico de los estudiantes con TDAH resultan fundamentales para la corrección de la conducta, la mejora de su desempeño físico -motriz y el establecimiento de relaciones interpersonales más duraderas y significativas, destacando sus múltiples beneficios en el desarrollo de valores.

2. Los resultados del proceso de diagnóstico empírico realizado evidencian que existe una gran contradicción entre lo que señala la literatura y lo que realmente ocurre en muchas ocasiones en la práctica, específicamente en la unidad educativa de referencia; apreciándose en

muchas ocasiones que los dos estudiantes unidad de análisis fueron excluidos, debido entre otros aspectos a las limitaciones de la docente para atender la diversidad y realizar adaptaciones curriculares específicas según las necesidades de cada caso.

3. Resulta fundamental valorar que si bien la docente reconoce la utilidad de los juegos tradicionales y de la metodología ERCA para desarrollar con mayor calidad sus clases y posibilitar un mejor proceso de inclusión no logró aplicar estos de manera coherente y sistemática. Los resultados de las observaciones realizadas y de la entrevista muestran las limitaciones existentes en la docente sobre la aplicabilidad y utilización tanto de la metodología ERCA como de los juegos tradicionales como recurso altamente oportuno para lograr una verdadera inclusión.

4. Lo anteriormente expuesto limita el proceso de inclusión y atención de los casos con TDAH, evidenciándose exclusión, motivado esto por carencias metodológicas, falta de adaptabilidad de las actividades realizadas en clases y poca utilización de juegos tradicionales.

Constatado los resultados del diagnóstico teórico-práctico se procedió con la elaboración de la propuesta de solución, dando así continuidad a las etapas previstas en la investigación: diseño – planificación y validación de la propuesta.

Título: Sistema de Juegos Tradicionales Inclusivos para estudiantes con TDAH en la clase de Educación Física.

Objetivo general: Optimizar el proceso de inclusión de los estudiantes con Trastorno por Déficit de Atención e Hiperactividad (TDAH) en las clases de Educación Física, mediante el diseño de un sistema de juegos tradicionales con fines inclusivos.

Objetivos específicos

- Motivar la participación, la mejorar de la atención y la cohesión grupal entre los estudiantes incluyendo los que presentan TDAH.
- Desarrollar las adaptaciones didácticas específicas en los juegos tradicionales seleccionados (como el Trompo Focalizado o la Carrera de Sacos por Relevos Cortos) para la canalización de forma efectiva de la energía y la regulación de la conducta.
- Fomentar la interacción social constructiva promoviendo valores esenciales (tales como la cooperación, el respeto y el autocontrol) mediante la estructura grupal y las reglas modificadas en el sistema de juegos propuesto.

Fundamentación. La inclusión en la clase de Educación Física de los estudiantes con TDAH constituye un aspecto de gran importancia y actualidad. La aplicación de juegos tradicionales y la utilización de la metodología ERCA constituyen una herramienta didáctica altamente beneficiosa para alcanzar un verdadero proceso de inclusión en la Educación Física de estos estudiantes. En este orden los aportes de Freire (2018), seguidos de Alshahrany & HalijahBt, (2021), Aguilar Morocho et al., (2024) constituyen fundamentos validos de nuestra propuesta al

reconocer el impacto positivo de los juegos tradicionales en la mejora de la conducta, la atención y el desarrollo de valores en los estudiantes que presentan TDAH.

Una condición fundamental para esto consiste en revisar y modificar las reglas de los juegos tradicionales. Este ajuste estratégico garantiza que las actividades sean verdaderamente accesibles y permitan la participación equitativa de todos los estudiantes, transformando la Educación Física en un espacio de equidad. (Castro et al. 2021)

En el contexto ecuatoriano, diversos estudios de autores como Serrano et al. (2019), Castillo (2015), Figueroa et al. (2017), Contento et al. (2018) y Duk et al. (2018) han resaltado la importancia y la necesidad de una transformación en la educación inclusiva, resaltando la importancia de crear espacios que promuevan la accesibilidad y equidad.

Descripción. El Sistema de Juegos Tradicionales Inclusivos se concibe como un modelo pedagógico estructurado y validado, fundamentado en la Metodología ERCA, cuyo propósito es optimizar el proceso de inclusión de estudiantes con TDAH en el contexto de la Educación Física. El mismo está constituido por 11 juegos, que incluyen título, objetivo, adaptaciones y valores fomentados. Dentro de los juegos se relacionan los siguientes: la vaca loca cooperativa, la rayuela, el trompo focalizado, carreras en sacos con relevos cortos, el pañuelo con señales visuales, las canicas cooperativas, saltando la cuerda a ritmo lento, el elástico con secuencias simples, tingo-tango con desafío motor, las ollitas adaptadas y por último las quemaditas adaptadas. Cabe destacar que todos funcionan como un sistema porque van desde actividades lúdicas sencillas hasta las más complejas, las cuales dada su estructura y componentes optimizan el proceso de inclusión de los estudiantes con TDAH.

A continuación, se presentan tres ejemplos de los juegos que componen nuestra propuesta.

Tabla 1.

Ejemplo del sistema de juegos

Título del juego	Objetivo de inclusión	Explicación del juego	Adaptaciones (TDAH)	Valores fomentados	Materiales y recursos	Metodología ERCA
Rayuela con puntos de color	Mejorar el equilibrio y la coordinación ojo-mano con reglas claras y límites visuales grandes	Se dibuja la rayuela con líneas gruesas y colorida. El jugador arroja el tejo (más pesado para un mejor control) en el recuadro numerado. Salta entonces sobre los cuadros que saltó antes, haciendo pausas de 3 segundos en cada cuadro doble para entrenar equilibrio. Clave Adaptativa: Se permite un error visual al pisar las líneas gruesas. Los puntos de colores en cada caja funcionan	Líneas extra anchas, tejo pesado, pausas activas entre turnos.	Empatía, perseverancia, confianza	Tiza, cinta adhesiva de colores brillantes, tejo (piedra o tapa plástica pesada).	E: Jugar la versión original. R: Tomar en cuenta qué tanto es difícil mantener el equilibrio y la paciencia de esperar. C: Añada las líneas más anchas y el tejo pesado. Comentando sobre Rayuela como ejercicio de "control corporal". A: Practicar enfocándose en la calma antes de lanzar y en el respeto por los límites espaciales.

		como puntos de atención para el estudiante siendo TDAH.				
El trompo focalizado o	Desarrollar la atención sostenida y la motricidad fina, beneficiando el autocontrol.	El juego se centra en la práctica individual del lanzamiento. El estudiante debe enrollar el trompo (de material ligero y tamaño grande) lanzarlo a un círculo individual de práctica previamente tiza. Adaptar Clave: La meta no es competir, sino superar su propio tiempo de giro. El profesor cuenta el tiempo y anota el mejor tiempo, promoviendo la autosuperación. Se entrena el proceso de enrollado en micro pasos lentos y verbalizados.	Materia adaptada, cordel grueso, área de práctica individual, meta de auto competencia.	Autocontrol, Concentración, Precisión, Perseverancia.	Trompos de plástico o madera, cuerda gruesa, tiza, cronómetro.	E: Intentar el lanzamiento tradicional. R: Tomar en cuenta la frustración por la caída infructuosa. Relacione la calma y paciencia con el éxito. C: Divide en pasos pequeños (Enrollar, Posicionar, Lanzar). Exponer qué se entrena con la atención. A: Practicar el lanzamiento en la zona individual, celebrando la dedicación al proceso más que el resultado.
Las quemaditas adaptadas	Mejorar la velocidad de movimiento y la fuga práctica de la fuerza controlada que en la dirección del lanzamiento.	Dos equipos se lanzan balones. Adaptación clave: se emplean balones de espuma o tela (materiales blandos) para eliminar el impacto y el temor. Zona de Toque Limitada: Se permite "quemar" (tocar) sólo de la cintura para abajo, por lo que se le exige al estudiante que esquive y mueva todo su cuerpo. Cárcel Temporal y Rescate Múltiple: La unidad de "cárcel", para rescatar a varios compañeros a la vez (por ejemplo 3), minimiza el tiempo de inactividad.	Balones suaves, zona de toque limitada, rescate múltiple para evitar exclusión.	Empatía, solidaridad y amistad	Pelotas de espuma o tela (varias), conos para delimitar zonas y la "cárcel"	E: Jugar las quemadas con reglas tradicionales. R: Analizar el miedo al lanzamiento y el alto número de eliminación. C: Introducir la regla de la zona de toque (cintura abajo) y los balones suaves. Aumentar las oportunidades de rescate. A: Aplicar la adaptación, celebrando los lanzamientos controlados y los movimientos exitosos para esquivar el balón.

Validación de la propuesta

La validación de la propuesta se realizó mediante el criterio de especialistas, para ello se consultaron 7 especialistas en Educación Física Inclusiva, a los cuales se le aplicó un instrumento compuesto por 6 indicadores: utilidad, pertinencia, novedad, aplicabilidad de la metodología ERCA, adaptaciones realizadas y coherencia con el proceso de inclusión. La tendencia en las respuestas ofrecidas por los especialistas evidencia coincidencia en el 100% de los especialistas en cuanto a los criterios relacionados con la utilidad, pertinencia y novedad de la propuesta realizada. El 85,7 %, (6 de los especialistas consultados) consideran que la propuesta es coherente y que aplica adecuadamente la metodología ERCA, lo cual consideran muy positivo, sin embargo, resaltan la necesidad de continuar profundizando en la aplicación de adaptaciones curriculares desde la base de los ajustes razonables según las necesidades de cada caso. En correspondencia con los criterios establecidos por los especialistas se valida la propuesta y se asume la sugerencia dada sobre el desarrollo de ajustes razonables en las adaptaciones.

Discusión

La investigación desarrollada se articula de manera directa con los antecedentes teóricos-prácticos relacionados con la educación inclusiva y los postulados de Serrano et al. (2019), Castillo (2015), Figueroa et al. (2017), Contenido et al. (2018) y Duk & Murillo. (2018) al destacar la necesidad de garantizar la creación de espacios educativos inclusivos, accesibles para todos, así como con la importancia y aplicación de los juegos tradicionales y la necesidad de su implementación en la clase de Educación Física; constándose sus beneficios y utilidad en el proceso de inclusión y de atención a la diversidad.

En este orden resultaron muy valiosos los aportes de Freire (2018), seguidos de Alshahrany & HalijahBt, (2021), Aguilar Morocho et al., (2024) al señalar que la clase de Educación Física constituye un espacio idóneo para mejorar la inclusión, el desempeño físico-motriz y socioemocional de los estudiantes que presentan TDAH, reforzando la idea que los estudiantes con necesidades educativas especiales asociadas o no a una discapacidad requieren de actividades lúdicas y de adaptaciones específicas para mejorar su desempeño.

Por otra parte, los resultados encontrados en el diagnóstico empírico realizado corroboraron la existencia del problema investigado, así como las limitaciones existentes en el proceso de inclusión de los estudiantes con TDAH, específicamente al evidenciar las limitaciones que presentaba la docente de Educación Física para desarrollar adaptaciones específicas dirigidas a facilitar el proceso de inclusión de los estudiantes con TDAH, unido a la no utilización sistemática de la metodología ERCA y la aplicación de los juegos tradicionales en sus clases. Lo señalado muestra la contradicción existente entre los referentes de la literatura consultada y lo que ocurre en la práctica; lo cual se corresponde con la pregunta que guio el proceder metodológico desarrollado.

Un aspecto importante dentro de la investigación se relacionó con constatación de la preferencia de los estudiantes participantes al indicar dentro los juegos que más le gustaban y motivaban, aquellos que implicaban mucha acción y movimientos, seleccionando los juegos donde existieran reglas claras y precisas que le motivaran a participar y colaborar con sus compañeros; de ahí que la propuesta realizada incluye y adapta 11 actividades lúdicas tales como: el trompo focalizado, la rayuela con puntos de colores, el juego del elástico, la vaca loca cooperativa, carrera de sacos por relevos corto, el pañuelo con señales visuales entre otros; diseñados todos específicamente para canalizar la hiperactividad mediante la rápida rotación de roles, la reducción del tiempo de espera y las adaptaciones y apoyos específicos para garantizar la accesibilidad y participación de todos los estudiantes incluyendo los que presentan TDAH.

Cabe destacar que la propuesta del Sistema de Juegos Tradicionales Inclusivos, basada en la Metodología ERCA, fue validada mediante criterios de especialistas, los cuales reconocieron su utilidad, pertinencia y novedad y coherencia con el proceso de inclusión en la Educación Física, la misma busca transformar los retos comportamentales en oportunidades de participación activa, promoviendo el desarrollo de valores como el autocontrol, la perseverancia y la tolerancia,

Es por ello que se asume por los investigadores que el sistema no solo aborda las dificultades cognitivas y motoras del TDAH, sino que también fomenta la convivencia armónica y la integración social que definen la verdadera educación inclusiva permitiendo transformar la clase de Educación Física en un espacio inclusivo y de atención a la diversidad.

Conclusión

Los fundamentos teóricos consultados reafirman la utilidad, pertinencia y aplicabilidad que tienen los juegos tradicionales en el proceso de inclusión, corrección de la conducta, atención y concentración de los estudiantes que presentan TDAH; precisamente por los impactos positivos en cuanto al desarrollo de sus capacidades físicas-motrices, socioemocionales y el desarrollo de valores tales como la tolerancia, autocontrol, empatía, perseverancia, disciplina, responsabilidad, solidaridad, el respeto a reglas, la cooperación entre otros; valores estos, muy necesarios dentro de la clase de Educación Física.

Por otra parte, derivado de lo anterior se logró diseñar y validar mediante criterio de especialistas el Sistema de Juegos Tradicionales Inclusivos propuestos, el cual al estar fundamentado en la Metodología ERCA, ofrece 11 actividades lúdicas autóctonas con adaptaciones didácticas específicas que buscan atender directamente patrones relacionados con manifestaciones de hiperactividad, falta de atención e impulsividad presentes en los estudiantes con TDAH. Erigiéndose de esta manera como una herramienta didáctica coherente con las necesidades y limitaciones encontradas en la unidad educativa donde se desarrolló la investigación.

Lo señalado abre la posibilidad de nuevas investigaciones basadas en la aplicabilidad de la metodología ERCA en las clases de Educación Física como una alternativa metodológica para mejorar la calidad de la clase, el desempeño de los estudiantes y docentes y por supuesto el desarrollo de adaptaciones para optimizar el proceso de inclusión dentro de la Educación Física de los estudiantes que presentan necesidades educativas asociadas o no a una discapacidad.

Referencias

- Aguilar Morocho, G. E., Acosta Carrasco, M. F., & Maqueira Caraballo, G. de la C. (2024). Actividades físico-recreativas para la inclusión de estudiantes con trastorno por déficit de atención e hiperactividad a la educación física. *AlfaPublicaciones*, 6(4), 101–124. <https://doi.org/10.33262/ap.v6i4.560>
- American Psychiatric Association. (2022). *Manual diagnóstico y estadístico de los trastornos mentales* (5.ª ed., texto revisado DSM-5-TR). Editorial Médica Panamericana <https://doi.org/10.1176/appi.books.9780890425596>
- Contento, K. J. A., Alvarado, J. L. E., Gaona, M. del C. V., & Freire, E. E. E. (2018). Consideraciones sobre la educación inclusiva. *Revista Metropolitana de Ciencias Aplicadas*, 1(3). <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=721778097004>

- Alshahrany, A. N., & HalijahBt, I. (2021). Motor skills performance of children with hearing impairment using different modules and physical education setting. *Elementary Education Online*, 20(5), 2215–2230. <https://doi.org/10.17051/ilkonline.2021.05.241>
- Castillo, C. (2015). La educación inclusiva y lineamientos prospectivos de la formación docente: una visión de futuro. *Revista Electrónica Actualidades Investigativas en Educación*. 15(2), 1-33. <https://doi.org/10.15517/aie.v15i2.18534>
- Castillo-Paredes, A., Valenzuela, F. M., & Miranda, R. N. (2021). Actividad Física, Ejercicio Físico y Calidad de Vida en niños y adolescentes con Trastorno por déficit de atención y/o hiperactividad. *Revista Cubana de Educación Superior*; 40(3), e44. <http://www.revhabanera.sld.cu/index.php/rhab/article/view/3714>
- Díaz de Ríos, M. E. (2020). Incidencias de la educación física y el deporte en la conducta psicológica de escolares. *Ciencia Latina Revista Científica Multidisciplinar*, 4(2), 1366-1388. https://doi.org/10.37811/cl_rcm.v4i2.161
- Duk, C., & Murillo, J. (2018). El Mensaje de la Educación Inclusiva es Simple, pero su Puesta en Práctica es Compleja. *Revista Latinoamericana de Educación Inclusiva*, 12(1), 11-13. <https://doi.org/10.4067/S0718-73782018000100011>
- Ministerio de Educación. (2016). *Currículo de Educación Física: Acuerdo ministerial nro. MINEDUC-ME-2016-00020-A*. <https://educacion.gob.ec/wp-content/uploads/downloads/2016/08/EF-completo.pdf>
- Figueroa, M., Gutiérrez, C., Tibocho, A., y Velázquez, J. (2017). Estrategias de inclusión en contextos escolares. *Revista Diversitas: Perspectivas en Psicología*, 13(1), 13-26. <https://doi.org/10.15332/s1794-9998.2017.0001.01>
- Hernández, R., Fernández, C., & Baptista, P. (2014). *Metodología de la investigación*. McGraw-Hill.
- Naciones Unidas. *La Asamblea General adopta la Agenda 2030 para el Desarrollo Sostenible*. <https://www.un.org/sustainabledevelopment/es/2015/09/la-asamblea-general-adopta-la-agenda-2030-para-el-desarrollo-sostenible/>
- Miño-Navas, N. del P., Jijón-Paredes, J. C., Castillejo-Olán, R., & Maqueira-Caraballo, G. de la C. (2024). Estrategia pedagógica inclusiva para el desarrollo de habilidades deportivas en estudiantes con necesidades educativas intelectuales. *PODIUM - Revista de Ciencia y Tecnología en la Cultura Física*, 19(1), Artículo e1593. <https://podium.upr.edu.cu/index.php/podium/article/view/1593>
- Muntaner-Guasp, J., Mut-Amengual, B., & Pinya-Medina, C. (2022). Las metodologías activas para la implementación de la educación inclusiva. *Revista Electrónica Educare*, 26(2), 85-105. <https://doi.org/10.15359/ree.26-2.5>
- Pantoja, AP, Casado, C. de CC, Ramos, EMLS, & Silva, SS da C. (2022). Perfil cognitivo y percepción de competencia de los niños con y sin TDAH. *Mudanças - Psicologia da Saúde*, 30(1), 1–11. <https://revistas.metodista.br/index.php/mudancas/article/view/644/621>

- Reyes Suquilanda, J. d. R., Plaza Vargas, L. D., & Pazmiño Pineda, V. I. (2024). Inclusión y Adaptación en la Educación Física en Ecuador: hacia un enfoque integrador. *Ciencia Latina Revista Científica Multidisciplinar*, 8(2), 206-218. https://doi.org/10.37811/cl_rcm.v8i2.10393
- Serrano, O. R., Espinoza, E. E. y Espinoza, E.E. (2019). La inclusión en la enseñanza básica ecuatoriana. *Revista Metropolitana de Ciencias Aplicadas*, 2(2), 69-74. <https://doi.org/10.62452/0kxz1j30>
- Zepeta García, M. A., & Castañeda Mota, M. E. (2022). La educación inclusiva y la atención a la diversidad como pilar fundamental en la educación básica. *Revista Innovación y Competitividad Empresarial*, 5(2), 65–80. [10.15517/aie.v23i3.54680](https://doi.org/10.15517/aie.v23i3.54680)

Financiación

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

Conflicto de Intereses

Los autores declaran que no existe conflicto de intereses.

Contribución de Autoría:

Los autores han participado en la construcción del documento.