Inclusión, Educación Física y Atención a la Discapacidad

Ivonne Citlallitl Medina Talavera



La inclusión en la sesión de Educación Física debe tender a englobar en todas las actividades posibles a todos los individuos, indistintamente de sus particularidades.

Merche Ríos Hernández, *Manual de educación física adaptada al alumnado con discapacidad*.

Introducción: Incluyendo desde la Educación Física

La atención a la diversidad estudiantil en los Centros de Atención Múltiple (CAM) es un aspecto clave dentro del sistema educativo. Los CAM son instituciones del sistema educativo mexicano que forman parte de la modalidad de Educación Especial y están diseñados para brindar una educación especializada a estudiantes con diversas discapacidades, ofreciendo un entorno que permita su inclusión y desarrollo en el ámbito escolar. Sin embargo, en el área de la educación física, se ha identificado un problema relacionado con la preparación y formación de los docentes encargados de esta materia.

El problema central radica en la preparación y formación de los docentes de educación física para atender adecuadamente la diversidad estudiantil en los CAM. Esta situación abarca tanto la falta de conocimientos específicos sobre las distintas discapacidades que presentan los estudiantes como las implicaciones que estas tienen en la realización de actividades físicas. La comprensión de las características particulares de cada discapacidad es esencial para poder adaptar las clases de educación física de forma que todos los estudiantes puedan participar de manera efectiva, como mencionan Pico-Holguín et al. (2025). Además de la falta de conocimientos sobre las discapacidades, también se señala la escasez de estrategias pedagógicas que permitan una enseñanza inclusiva en el contexto de la actividad física. Los docentes requieren métodos y enfoques que les permitan impartir las clases de forma que se favorezca la participación de todos los estudiantes, respetando sus capacidades y limitaciones, como hace referencia Pérez (2023).

Por último, la falta de recursos adecuados, tanto en términos de equipamiento como de materiales didácticos, es otro factor que limita la posibilidad de implementar una educación inclusiva efectiva en los CAM. Estos recursos son necesarios para adaptar las actividades físicas a las necesidades específicas de los estudiantes, asegurando así un entorno de aprendizaje accesible y equitativo, según lo menciona Anatolievna, (2020). Por lo tanto, el objetivo de esta investigación es hacer una revisión de las investigaciones más recientes que abordan estos temas. Con este análisis, se busca identificar los avances, métodos y descubrimientos más importantes que ayuden a comprender mejor y desarrollar estrategias efectivas en esta área. Además, se pretende presentar una visión general de la misma.

En esta sección, se procede a realizar una revisión de investigaciones llevadas a cabo mediante una consulta en diversas bases de datos académicas, tales como la Red de Revistas Científicas de América Latina y el Caribe, España y Portugal (Redalyc), *Scientific Electronic*

Library Online (SciELO), Difusión de Alertas en la Red (Dialnet), así como la búsqueda en Google Académico. Se emplearon términos de búsqueda relacionados con la "inclusión", "discapacidad", "educación física adaptada", "preparación docente en educación física" y "Centros de Atención Múltiple". Se seleccionaron documentos relevantes publicados en un intervalo que abarca desde el año 2014 hasta el 2025. La ubicación geográfica de las distintas publicaciones incluye países de América del Sur como Argentina, Chile, Cuba, Ecuador y Perú, así como un país europeo, España. En la recopilación se identificaron un total de 20 documentos, los cuales abarcan una amplia variedad de textos, incluyendo artículos de revistas científicas (16), tesis doctoral (1), ensayos de revisiones bibliográficas (3).

Análisis de los hallazgos temáticos y teóricos

A continuación, se expresan los principales hallazgos sintetizados en áreas temáticas y perspectivas teóricas. Con respecto a los *temas abordados*, en la producción se identifican cuatro áreas de análisis: 1. La *inclusión* es analizada en ocho documentos (Cumellas, 2021; Darretxe et al., 2016; Gamonales, 2016; Gómez et al., 2021; González & Macías, 2018; Ocete et al., 2015; Solís & Borja, 2021; y Torres et al., 2022); 2. La *discapacidad* es investigada en seis estudios (Darretxe et al., 2016; García et al., 2020; Gómez et al., 2021; Hurtado-Guamán & Bravo-Navarro, 2021; Nicoletti & García, 2015; y Ocete et al., 2015); 3. La *educación física adaptada* y *actividad física adaptada* es estudiada con cinco artículos (García et al., 2020; Malas et al., 2017; Muñoz, 2009; Nicoletti & García, 2015; y Ogarrio et al., 2021); 4. La *inclusión educativa* es abordada en cuatro estudios (Bennasar-García, 2022; Castillo-Retamal et al., 2021; Gamonales, 2016; y Hurtado-Guamán & Bravo-Navarro, 2021).

En relación con las *perspectivas teóricas*, la presente investigación aborda diversos conceptos. *Inclusión* es un concepto que ha sido

definido y promovido por diversas organizaciones, instituciones y expertos; no hay una única entidad que la defina como tal, ya que varía por su contextualización; por lo tanto, la inclusión es el proceso de integrar a todas las personas, sin importar sus diferencias, en todos los aspectos de la sociedad. Se trata de reconocer y apreciar la diversidad, garantizando que todos tengan igualdad de oportunidades y acceso a los mismos derechos y beneficios. Esto implica eliminar obstáculos y barreras que puedan restringir la participación plena de las personas en todos los ámbitos de la vida. La inclusión y la exclusión son dos procesos que están estrechamente vinculados; en la medida en que se reducen las barreras que actúan como mecanismos de exclusión, se contribuye a generar prácticas más inclusivas (Florian, Rouse & Black-Hawkins, 2011; Moriña, 2010, como se citó en Darretxe et al., 2016).

En tanto "la inclusión y la equidad [...] se erigen como la piedra angular de un propósito de educación transformadora" (Sánchez & Puentes, 2019, como se citó en Gómez et al., 2021, p. 425), la inclusión de educandos con discapacidad en las escuelas de enseñanza general nace "ante la imperiosa necesidad de insertar educativa, social y laboralmente a aquellas personas que históricamente han sido víctimas de las inequidades sociales, injusticias, violencia y abandono" (Alvarado & Álvarez, 2014, como se citó en Gómez et al., 2021, p. 425). Por otra parte, la inclusión en el área de Educación Física debería ser parte troncal del diseño curricular, para que "todo el alumnado comparta el mismo espacio, sin diferencias, reconsiderando la enseñanza y su organización con el apoyo pedagógico y social que sea necesario, y manteniendo las más altas expectativas para el aprendizaje de todos y todas" (Ríos, 2009, como se citó en Torres et al., 2022, p. 963).

El segundo tema hace referencia a la *discapacidad*, que "es un término genérico que incluye déficits, limitaciones en la actividad y restricciones en la participación. Indica los aspectos negativos de la interacción entre un individuo (con una *condición de salud*) y sus

factores contextuales (factores ambientales y personales)" (OMS. 2001, como se citó en Nicoletti, García, 2015). Se considera una condición que puede estar presente desde el nacimiento o adquirirse durante la vida, como señala la propia OMS. La Clasificación Internacional ha pasado de ser una clasificación de consecuencias de enfermedades (versión de 1980) a una clasificación de componentes de salud. De esta forma, la discapacidad se transforma en un término amplio, que contiene a las deficiencias, las limitaciones de actividad y las restricciones para la participación (Nicoletti & García, 2015). Se postula que "las personas con discapacidad incluyen a aquellas que tengan deficiencias físicas, mentales, intelectuales o sensoriales a largo plazo que, al interactuar con diversas barreras, puedan impedir su participación plena y efectiva en la sociedad, en igualdad de condiciones con las demás" (Naciones Unidas, 2006, como se citó en Darretxe et al., 2016). Algunas de estas deficiencias son físico-motoras, sensoriales, psíquicas-intelectuales, trastornos cognitivo-conductuales, entre otras minusvalías, según Ríos (2016). Los trastornos generalizados del desarrollo se refieren a un amplio grupo de trastornos cognitivo-conductuales, con grados variables de severidad, tales como el trastorno autista, el síndrome de Asperger, el síndrome de Rett, el trastorno desintegrativo infantil y el trastorno generalizado del desarrollo no especializado o autismo atípico (Malas et al., 2017). Las plurideficiencias se caracterizan por la combinación de una deficiencia mental con un déficit sensorial o motor que limita la percepción y la capacidad comunicativa con el entorno, restando autonomía y capacidad para satisfacer las necesidades básicas (Segura, 2011, como se citó en Malas et al., 2017).

El tercer tema aborda la *educación física adaptada* y la *actividad física adaptada;* para ello es necesario primero hacer mención de lo que es la educación física. Es una disciplina pedagógica que se centra en el desarrollo integral del individuo a través de la actividad física, el ejercicio y el deporte; como objetivo principal se busca promover el bienestar general a través de la salud física y mental,

mediante la participación regular en actividades físicas; también fomenta valores como el trabajo en equipo, el respeto, la disciplina, el esfuerzo y el juego limpio. La Educación Física es una forma de intervención pedagógica que se extiende como práctica social; su objeto de estudio no es solo el cuerpo del niño en su aspecto físico, sino su corporeidad, es decir, sus experiencias motrices, vivencias, deseos, motivaciones, aficiones y sus praxias (Ogarrio et al., 2021). De ahí que esta disciplina se convierta en un medio para la formación integral de niñas y niños, que trasciende el desarrollo físico y abarca aspectos como la salud mental, la socialización y la formación de valores.

La educación física adaptada se refiere a un enfoque que se adapta a las necesidades individuales de las personas con discapacidades o condiciones de salud específicas, siendo inclusivos para que todas las personas participen en las actividades, independientemente de sus habilidades, limitaciones o diferencias. La educación física adaptada implica hacer modificaciones y ajustes a las actividades para garantizar que todos los estudiantes puedan participar de manera segura y significativa. Con ello se busca promover el desarrollo físico, cognitivo, emocional y social de los estudiantes con alguna discapacidad, al tiempo que se fomenta la inclusión y el respeto. En tanto actividad física adaptada, se define como "todo movimiento, actividad física y deporte en los que se pone especial énfasis en los intereses y capacidades de las personas con condiciones limitantes, como discapacidad, problemas de salud o personas mayores" (De Pauw & Doll Tepper, 1989, como se citó en Nicoletti & García, 2015, p. 72).

La actividad física adaptada acoge un enfoque inclusivo que toma en cuenta las capacidades y necesidades de las personas con discapacidades, promoviendo así una participación significativa. Además, se enfatiza la personalización de las actividades, lo que refleja una visión de equidad. Para García et al. (2020), "la atención a la diversidad es la intervención educativa que desde una oferta

curricular común ofrece una respuesta adaptada al discente" (p. 82). Por ello, la atención a la diversidad es fundamental, ya que permite que cada estudiante reciba el apoyo y las adaptaciones necesarias para su desarrollo integral. Al ofrecer respuestas personalizadas, se asegura la participación de todos los alumnos, lo que contribuye a crear un ambiente inclusivo y equitativo.

Por último, la *inclusión educativa* se define como:

> El proceso de mejora sistemático del sistema y las instituciones educativas para tratar de eliminar las barreras de distinto tipo que limitan la presencia, el aprendizaje y la participación del alumnado en la vida de los centros donde son escolarizados, con particular atención a aquellos más vulnerables, vale decir, aquellos procesos que llevan a incrementar la participación y el aprendizaje de los estudiantes, y reducir su exclusión del currículum común, la cultura y la comunidad (Booth y Ainscow, 1998, como se citó en Castillo-Rtamal et al., 2021, p. 56).

La educación inclusiva se define como un enfoque que busca garantizar la igualdad de oportunidades para todos los estudiantes, independientemente de sus diferencias en habilidades, al facilitar su acceso al conocimiento y al aprendizaje, y para lograrlo, los docentes necesitan comprometerse plenamente en el proceso de enseñanza y aprendizaje.

Enfoques metodológicos

La investigación educativa abarca una variedad de enfoques metodológicos que permiten explorar y comprender la complejidad del proceso de enseñanza-aprendizaje. En el contexto de los estudios revisados, se identificaron varias *perspectivas metodológicas* que enriquecen la comprensión del campo. En este sentido, se identificó que

quince estudios adoptan un enfoque cualitativo. Estos estudios se centraron en diversos sujetos que sirvieron como objeto de análisis para las investigaciones, incluyendo *alumnos de un centro de educación especia*l (Nicoletti & García, 2015); *docentes del área de educación física en educación primaria* (González & Macías, 2018); *alumnos con parálisis cerebra*l (Muñoz, 2009); *alumnado con trastorno general del desarrollo de tipo Asperger* (García & García, 2018); *alumnos de un centro de educación especia*l (Malas et al., 2017); y el análisis y la *interpretación de documentos relevantes* (Castillo-Retamal et al., 2021; Torres et al., 2021), de *estrategias pedagógica*s utilizadas en la enseñanza (Bennasar-García, 2022), de la *legislación y normativa* (Castillo-Paredes, 2022). De esta manera, las investigaciones abarcaron un amplio espectro de participantes y contextos. En estos estudios, varios adoptaron enfoques no experimentales y descriptivos, de investigación participativa y enfoques descriptivos y participativos. Utilizaron técnicas como el análisis de contenido de documentos de diversas bibliografías, cuestionarios, entrevistas, observaciones participantes, grupos focales y estudios de caso. Además, se identificaron dos investigaciones de corte cuantitativo. Estas investigaciones se centraron en *maestros de educación física de primaria y secundaria* (Solís & Borja, 2021) y *en niños con discapacidad intelectual* (Ogarrio et al., 2021). Utilizaron metodologías descriptivas y diseños de estudio transversal, así como diseños cuasi-experimentales con medias repetidas *pretest-postest* no aleatorizadas, donde cada participante actuó como su propio control.

Las técnicas empleadas incluyeron encuestas y comparaciones entre grupos no aleatorios. Finalmente, dos investigaciones emplearon un diseño mixto, combinando enfoques cualitativos y cuantitativos para obtener una visión más integral del tema estudiado. Estos proyectos incluyeron como sujetos de estudio a *profesores y alumnos de secundaria y bachillerato* (Ocete et al., 2015), así como a *docentes*. Uno de los proyectos utilizó una metodología descriptiva con un enfoque participativo, mientras que otro adoptó una metodología de

carácter inclusivo. Las técnicas empleadas abarcaron la observación participante, entrevistas, revisión bibliográfica y grupos focales, ofreciendo una vasta combinación de datos que enriquecen el análisis.

Objetivos planteados en las investigaciones

Con respecto a los *objetivos de investigación* Nicoletti y García (2015), Gamonales (2016) y Darretxe et al. (2016) abordan la importancia de la educación física como una práctica inclusiva; para ello, Nicoletti y García (2015) buscan contribuir, mediante el valor de las adaptaciones técnicas, a que todas las personas puedan gozar del derecho a una vida saludable, al bienestar y al equilibrio emocional, sin importar sus características individuales; concluyendo que es necesario seguir promoviendo la importancia de la educación física adaptada como una práctica inclusiva y de apoyo social, creando procesos que aseguren la igualdad de oportunidades en el acceso y uso de instalaciones deportivas adecuadas y adaptadas, y desarrollando actividades y ejercicios que se ajusten a las necesidades individuales de las personas. Por su parte, Gamonales (2016) lleva a cabo una búsqueda bibliográfica sobre el término inclusión y educación física, para identificar las principales razones por las cuales un niño podría necesitar medidas inclusivas en el aula y cómo implementar esta inclusión efectivamente; deduciendo que el objetivo de incluir a todos los estudiantes, con o sin discapacidad, en las clases de educación física es permitir que desarrollen las habilidades y actitudes necesarias para aprender y aplicar esos conocimientos en su vida diaria y que dichos docentes deben tener una sólida capacidad técnica y saber implementar actividades dinámicas que resulten en un aprendizaje significativo para los alumnos.

Desde otra mirada, Darretxe et al. (2016) examinaron los obstáculos para el aprendizaje y la participación, proponiendo estrategias inclusivas como la formación inicial y continua de los docentes y

la sensibilización. Además, sugieren metodologías que incluyen agrupamientos flexibles, actividades de colaboración y cooperación, adaptaciones curriculares y un papel activo del alumno para promover la inclusión educativa de estudiantes con discapacidad en el área de educación física. Resuelven que las escuelas regulares deben atender la diversidad del alumnado, incluyendo a estudiantes con discapacidad, quienes tienen pleno derecho a recibir una educación de calidad, y que la asignatura de educación física es especialmente adecuada para concienciar sobre temas relacionados con la discapacidad, siendo responsabilidad del docente llevar a cabo desde su área pequeñas acciones que fomenten un cambio y posibiliten un entorno escolar más inclusivo.

Por otra parte, Cumellas (2021), González et al. (2018), Torres et al. (2022), Gómez et al. (2021) y Castillo-Paredes (2022) destacan la necesidad de desarrollar nuevas estrategias formativas, mejorar la formación y la práctica docente en educación física adaptada e inclusiva; por su parte, Cumellas (2021) analiza la situación actual a nivel de recursos económicos, humanos y de formación del profesorado en la educación física adaptada; este concluye que es necesario mejorar considerablemente la formación en educación física adaptada para todos los docentes, ya que carecen de suficientes recursos materiales, económicos y personales; además, es fundamental aumentar la sensibilización en toda la comunidad educativa y en la sociedad en general. En lo que respecta a González et al. (2018), en su investigación buscan explorar y analizar la realidad de los docentes de educación física al trabajar con alumnos con discapacidad física. A partir de esto, se pretende desarrollar investigaciones y propuestas para mejorar la formación docente, promoviendo una mayor calidad educativa y fomentando la inclusión social de estos alumnos; ellos resuelven que es importante especificar las directrices clave de un plan formativo enfocado en optimizar la labor de los docentes de educación física al trabajar con alumnos con discapacidad física.

Es de suma importancia desarrollar nuevas estrategias de formación que permitan abordar los desajustes que inevitablemente surgen con el tiempo en cualquier proyecto educativo, asegurando así una mejora continua y efectiva en la calidad docente y en la inclusión educativa. Mientras tanto, Torres et al. (2022) examinan el Diseño Curricular Básico Nacional para la Formación Inicial de Docentes en el Programa de Estudios de Educación Física en Perú, específicamente en relación con la inclusión de estudiantes con discapacidad; en conjunto, deducen que la formación inicial de los docentes es fundamental para lograr una educación inclusiva; los dominios, competencias y cualidades incorporadas en la práctica pedagógica ponen énfasis en la diversidad, subrayando la importancia de atender los intereses, necesidades y circunstancias individuales de cada estudiante.

En cuanto a Gómez et al. (2021), en su artículo abordan la creación de herramientas didáctico-metodológicas para integrar contenidos sobre la inclusión de estudiantes con discapacidad en las clases de Educación Física, facilitando su integración en el currículo de la Licenciatura en Cultura Física. En conclusión, las herramientas didáctico-metodológicas establecidas no solo promueven el respeto a la diversidad, sino que también facilitan la comprensión de cómo abordar las necesidades e intereses de las personas con discapacidad. Entretanto, Castillo-Paredes (2022) reflexiona sobre la legislación y normativa en Chile, la preparación de los docentes y la utilización de actividades físico-deportivas o educativas como herramienta complementaria a la clase de Educación Física y Salud; en su análisis concluye que los documentos ministeriales no abordan de manera exhaustiva las pautas para trabajar con necesidades educativas especiales, lo que afecta la estructura curricular de los programas de formación de los docentes, creando una discrepancia entre la práctica docente, las directrices técnicas y las leyes actuales que promueven la integración curricular.

Asimismo, Ogarrio et al. (2021), Nieto (2016), Muñoz (2009), García y García (2018), Malas et al. (2017) y García et al. (2020) se enfocan en mejorar la experiencia educativa y el desarrollo integral de alumnos con necesidades educativas especiales a través de programas adaptados de educación física, y cada uno enfoca diferentes aspectos y discapacidades específicas; en tanto, Ogarrio et al. (2021) analizan el impacto de un programa de educación física que incluye actividades motrices en niños con discapacidad intelectual; en este concluyen que los niños que participan en este tipo de programas con actividades motrices podrán mejorar significativamente sus habilidades motoras y superar incluso el nivel esperado para su edad. Por su parte, Nieto (2016) busca ofrecer una enseñanza individualizada a estudiantes con discapacidad, enfatiza la importancia de los estímulos sensoriales, llegando a la conclusión de que la educación física adaptada, centrada en alumnos con discapacidad motriz, puede ser un pilar fundamental en centros de educación especial, mejorando su desarrollo motor, cognitivo y afectivo, y potenciando sus capacidades expresivas y lúdicas.

Al respecto, Muñoz (2009) propone estrategias para integrar a alumnos con parálisis cerebral y paraplejia en educación física, incluyendo actividades y juegos adaptados, así como medidas específicas para su inclusión; finalmente, deduce que incluir a alumnos con necesidades educativas especiales en educación física implica facilitar su participación activa y efectiva en todas las actividades, representando un desafío fundamental para los educadores. De igual modo, García y García (2018), en su investigación, analizan la motricidad de alumnos con trastorno generalizado del desarrollo tipo Asperger para adaptar sesiones de educación física según sus necesidades. Para concluir, es necesario reflexionar y ajustar las actividades en educación física para integrar a alumnos con este síndrome, ofreciendo el apoyo y los recursos necesarios para desarrollar habilidades motrices al mismo nivel que otros estudiantes. A su vez, Malas et al. (2017) detallan una unidad didáctica adaptada dentro

de un programa de educación física para alumnos de un centro de educación especial con diversas discapacidades; estos concluyen que cada alumno tiene una discapacidad única que influye en su progreso. Para ello proponen uso de ejercicios simples y alcanzables, actividades lúdicas variadas para mantener su atención; algunos prefieren mando directo, otros se benefician del descubrimiento guiado y la experimentación libre, especialmente los con discapacidades moderadas.

Desde otra perspectiva, García et al. (2020) en conjunto examinan las discapacidades físicas e intelectuales y proponen acciones prácticas desde el campo de la educación física; en suma, concuerdan en que la integración de alumnos con discapacidad en la escuela representa un desafío que debe abordarse sin limitación por la falta de recursos materiales o personal especializado para implementar actividades inclusivas en las clases de educación física.

Por otra parte, Ocete et al. (2015) presentan una propuesta dirigida a profesores y estudiantes de Secundaria y Bachillerato, cuyo objetivo es fomentar la práctica deportiva inclusiva en los centros educativos. Esta propuesta busca dar a conocer los distintos deportes paralímpicos para concientizar sobre la situación de las personas con discapacidad en el ámbito deportivo, por lo que concluyen que el programa ha sido ampliamente aceptado y exitoso en los centros educativos, con una fundamentación teórica que aclara la orientación a seguir en su implementación. Mientras, Solís et al. (2021) llevan a cabo una investigación sobre las actitudes de los maestros de educación física de primaria y secundaria hacia la inclusión educativa de estudiantes con discapacidad; hacen mención de que los resultados indican que los docentes participantes muestran actitudes favorables hacia la inclusión de alumnos con discapacidad. Hurtado-Guamán et al. (2021) buscan identificar las adaptaciones metodológicas necesarias para estudiantes con discapacidad visual en las clases de Educación Física; por ello, concluyen que los profesores evidencian una falta de conocimiento

notable sobre las metodologías y adaptaciones necesarias para los estudiantes con dicha discapacidad en sus clases, por lo que resulta esencial proporcionarles capacitación y actualizar sus conocimientos en estos aspectos.

Por su parte, Castillo-Retamal et al. (2021) y Bennasar-García (2022) destacan la pertinencia de crear un entorno educativo inclusivo que considere y responda a las necesidades particulares de estos estudiantes. Castillo-Retamal et al. (2021) analizan las bases curriculares de educación física y salud considerando la atención a estudiantes con necesidades educativas especiales y concluyen que estas bases curriculares no están diseñadas para ser inclusivas ni centrarse en estos estudiantes, ya que los ejes y objetivos de aprendizaje se enfocan predominantemente en alumnos sin dichas necesidades. Por su parte, Bennasar-García (2022) lleva a cabo una revisión de las principales estrategias pedagógicas empleadas en la enseñanza de la educación física para alumnos con discapacidades y necesidades educativas especiales; al final resuelve que el diseño de estrategias pedagógicas para una educación inclusiva conlleva una serie de conceptos teóricos y prácticos que permiten mejorar el proceso de enseñanza-aprendizaje en el aula.

Apuntando al futuro de la inclusión en la EF

Dentro de la revisión documental se encuentran algunos horizontes a los que se aspira con relación a la educación física y la inclusión. En lo concerniente a las *recomendaciones*, específicamente en las que abordan la importancia de la educación física como una práctica inclusiva, Nicoletti y García (2015) nos mencionan que es esencial promover la educación física adaptada como un medio para fomentar la inclusión social, garantizando igualdad en el acceso a instalaciones deportivas adecuadas y actividades adaptadas a necesidades específicas; es crucial formar especialistas que aseguren

calidad en la práctica, inspiren la participación de personas con discapacidad y sus familias, y difundan los beneficios para mejorar su calidad de vida. En lo que respecta a Gamonales (2016), comenta que, para lograr una inclusión óptima, es necesario que todos los miembros de la comunidad educativa se involucren en el proceso de enseñanza-aprendizaje; solo así se conseguirá una inclusión educativa real. Por su parte, Darretxe et al. (2016) refieren que es esencial reestructurar y adaptar las aulas y centros educativos para responder adecuadamente a la diversidad; la formación y las actitudes del equipo de profesionales son aspectos clave en este proceso.

En lo que refiere al desarrollo de nuevas estrategias formativas, mejorar la formación y la práctica docente en educación física adaptada e inclusiva, Cumellas (2021) señala que una escuela inclusiva y la Educación Física Adaptada en el siglo XXI requieren de un sistema educativo flexible con recursos suficientes, un currículo común y flexible que garantice la autonomía de los centros, motivación e implicación de cada estudiante en su aprendizaje, formación continua del profesorado y colaboración y sensibilización de toda la comunidad escolar y administración. González et al. (2018) nos dicen que la formación continua del profesorado debe cambiar para apoyar mejor a docentes y centros educativos en sus tareas y adaptarse a las exigencias actuales, replanteando los espacios curriculares y organizativos que han permanecido invariables.

El trabajo de Torres et al. (2022) nos indica que es importante incorporar en el currículo herramientas que permitan al profesorado fomentar el buen trato entre los estudiantes, erradicando conductas que afecten a escolares con discapacidad; además, se deben fortalecer actitudes positivas, estrategias colaborativas y un enfoque inclusivo en el diseño curricular. A su vez, Gómez et al. (2021) nos indican que educar a los alumnos con un enfoque físico-educativo integral, que priorice la atención a la discapacidad en las clases de Educación Física, debe comenzar desde la formación del profesional. Adicionalmente, Castillo-Paredes (2022) menciona que la combinación de

recursos personales cognitivos, metacognitivos y emocionales permite enfrentar, organizar y replantear aspectos teóricos y prácticos en la formación inicial docente; esto es fundamental para el logro de aprendizajes significativos en estudiantes con necesidades educativas especiales dentro de la educación física escolar. Se invita a reflexionar sobre la utilización de actividades físico-deportivas adaptadas como herramientas complementarias e inclusivas en estas clases; para ello, es importante conocer las características particulares de los estudiantes y realizar las adecuaciones pertinentes al currículum.

En cuanto a la mejora de la experiencia educativa y el desarrollo integral de alumnos con necesidades educativas especiales a través de programas adaptados de educación física, Ogarrio et al. (2021) nos indican que es fundamental desarrollar métodos de comunicación efectivos entre los niños con discapacidad intelectual y sus maestros; en lugar de centrarse en la verbalización, es más apropiado emplear el lenguaje corporal y no verbal para conectarse con su entorno; es vital comprender su realidad y dejar que ellos guíen el proceso. Nieto (2016), por su parte, nos señala que es crucial que las personas involucradas demuestren una mentalidad flexible y capacidad de adaptación para que el trabajo realizado sea efectivo con este grupo de alumnos.

Asimismo, Muñoz (2009) señala que el juego, especialmente los juegos cooperativos, son fundamentales para integrar a alumnos con discapacidad motora, mientras que los juegos competitivos y deportivos presentan más desafíos para la integración, recordando que los materiales deben estar adaptados adecuadamente, y que el participar en actividades junto con sus compañeros promueve la integración afectivo-social, sin olvidar que es esencial adaptar reglas, espacios y materiales para facilitar la inclusión. En cuanto a García y García (2018), este sugiere invertir en la mejora de la formación inicial y continua del profesorado a través de cursos financiados por la Administración Educativa; estos cursos están orientados a promover la educación inclusiva con grupos reducidos de alumnos, con

el objetivo de asegurar equidad y personalización en el proceso de enseñanza-aprendizaje, en busca de una educación de alta calidad. Además, se propone una colaboración coordinada entre especialistas como psicólogos, pedagogos, orientadores y auxiliares técnicos dentro de los equipos docentes de los centros escolares. En lo que respecta a Malas et al. (2017), nos informa que, para lograr una mayor inclusión educativa, es fundamental conocer a los alumnos individualmente y adaptar los métodos de enseñanza según sus capacidades y estilos de aprendizaje únicos. Con respecto a García et al. (2020), se nos refiere que es crucial considerar las características individuales y necesidades de cada alumno al implementar la Educación Física, asegurando que sea accesible y beneficiosa para todos los estudiantes.

En lo concerniente a Hurtado-Guamán et al. (2021), nos indican que es responsabilidad del Estado proporcionar infraestructura accesible, materiales adaptados, programas de capacitación masiva y asegurar la aplicación de las leyes vigentes, así como la capacitación y actualización de conocimientos en estos ámbitos. Respecto a la investigación de Castillo-Retamal et al. (2021), mencionan que es fundamental llevar a cabo una transformación paradigmática y de terminología, donde la atención a la diversidad se establezca como un derecho social y estatal garantizado, promoviendo una inclusión efectiva que respete los derechos humanos accesibles para todos.

Bennasar-García (2022) sugiere emplear enfoques lúdicos, ajustar los contenidos educativos, fomentar métodos de enseñanza cooperativos y colaborativos, crear materiales didácticos apropiados, adaptar juegos de motricidad, integrar la motricidad con aspectos cognitivos y emocionales basados en la neurociencia, utilizar materiales reciclados, aprovechar las tecnologías de la información y comunicación (TIC) y aplicar la gamificación, junto con otras estrategias recomendadas.

Conclusión

En la revisión se encontró que la inclusión es un proceso que busca integrar a todas las personas en todos los aspectos de la sociedad, eliminando barreras que restringen la participación plena. En cuanto al ámbito educativo, esto implica proporcionar a todos los estudiantes, independientemente de sus capacidades, las mismas oportunidades de aprendizaje y desarrollo.

Además, la educación física adaptada juega un papel determinante en la promoción de la inclusión social al proporcionar a todos los estudiantes, independientemente de sus diferencias individuales, acceso equitativo a una educación física significativa y beneficiosa. Esta disciplina busca promover el bienestar físico, emocional y social de los estudiantes, lo que requiere de una formación especializada y continua.

Para ello, es fundamental capacitar a los docentes en metodologías inclusivas, tales como la diferenciación de la enseñanza, la educación personalizada y la cooperación y el trabajo en equipo. Esta formación les asegura estar mejor preparados para atender las necesidades específicas de los estudiantes con discapacidades. Una formación adecuada en técnicas inclusivas tiene un impacto directo en el desarrollo físico, cognitivo, emocional y social de estos estudiantes.

Por otro lado, la capacitación adecuada del profesorado en educación física adaptada no solo mejora las habilidades técnicas y pedagógicas de los docentes, sino que también influye directamente en la calidad del ambiente educativo. Evaluar el impacto de la formación docente en este contexto específico permite identificar áreas de mejora continua, adaptando las estrategias formativas según las necesidades emergentes y las demandas educativas cambiantes.

De igual manera, analizar y evaluar los métodos de capacitación y su impacto indica que es fundamental reestructurar los entornos educativos para responder a la diversidad y fomentar la inclusión. En consecuencia, esto implica no solo adaptar el currículo y las

metodologías de enseñanza, sino también asegurar que los docentes estén equipados con las herramientas y conocimientos necesarios para apoyar efectivamente a todos los estudiantes.

Para finalizar, evaluar los métodos de capacitación y su impacto es vital para mejorar continuamente la educación inclusiva. Este proceso no solo beneficia a los estudiantes con discapacidades, sino que también fomenta una sociedad más equitativa y justa, donde todos tienen la oportunidad de participar plenamente y alcanzar su máximo potencial. Además, es fundamental asegurar que los docentes de educación física reciban una formación adecuada para cumplir con los principios de inclusión y equidad educativa. Esto asegura una educación de calidad que responde a las necesidades individuales de todos los estudiantes, fomentando así una sociedad más inclusiva y justa.

La inclusión en la educación, particularmente en la educación física adaptada, es clave para garantizar que todos los estudiantes, independientemente de sus capacidades, tengan acceso equitativo al aprendizaje y desarrollo. Con ello no solo se busca eliminar barreras físicas y sociales, sino también crear un entorno educativo que valore la diversidad y fomente la participación plena de todos. Se resalta la importancia de capacitar a los docentes en metodologías inclusivas para atender adecuadamente a estudiantes con discapacidades. La formación de los docentes debe ir más allá de lo teórico e incluir una dimensión práctica que les permita abordar los desafíos reales en el aula. Este reto requiere un esfuerzo continuo, ya que la educación inclusiva no solo depende de la disposición del profesor, sino también de la infraestructura, los recursos y el apoyo institucional. La capacitación constante es esencial, pero debe ir acompañada de las herramientas necesarias para aplicar estas metodologías de manera efectiva; asimismo, la adaptación del currículo y las estrategias pedagógicas deben ser flexibles para responder a las necesidades de los estudiantes, para que la inclusión no sea solo una aspiración, sino una realidad efectiva en todas las escuelas.

Referencias

Álvaro, A. (2018). Síndrome de Asperger y educación física. *EmásF. Revista digital de educación física, 9*(50), 30-39. https://emasf.webcindario.com/Sindrome_de_asperger_y_EF.pdf

Anatolievna Zhizhko, E. (2020). Inclusión de los niños con capacidades diferentes en escuelas regulares en México: propósitos y realidad. *Andamios. Revista de Investigación Social. 17*(43) 249-270 https://doi.org/10.29092/uacm.v17i43.774

Bennasar-García, M. (2022). Estrategias pedagógicas de la educación física en alumnos con discapacidades y necesidades educativas especiales. *Encuentros. Revista de Ciencias Humanas, Teoría Social y Pensamiento Crítico*, (1), 329–340. https://doi.org/10.5281/zenodo.6551183

Castillo-Paredes, A. (2022). La formación del profesor de educación física en las necesidades educativas especiales, hacia la reflexión y la acción, desde acuerdos internacionales y leyes en Chile. *Retos, 44*, 709-715. https://doi.org/10.47197/retos.v44i0.91283

Castillo-Retamal, F. (2021). Necesidades educativas especiales y educación física: un análisis desde la propuesta curricular ministerial de Chile. *Retos, 42*, 56-65. https://doi.org/10.47197/retos.v42i0.86977

Darretxe, L., Gaintza, Z. & Etxaniz, J. (2016). Hacia una educación más inclusiva del alumnado con discapacidad en el área de educación física. *EmásF, Revista Digital de Educación Fí*sica, 7(41), 10-20. https://emasf2.webcindario.com/EmasF_41.pdf

Díaz, J. (2009). Adaptaciones en el área de educación física en las actividades para alumnos con paraplejia que pueden usar andador. *EmásF, 1*(1), 15-30. https://emasf.webcindario.com/ADAPTACIONES_EN_LAS_ACTIVIDADES_PARA_ALUMNOS_CON_PARALISIS_CEREBRAL_QUE_USAN_ANDADOR.pdf

Gamonales, J. (2016). La educación física como herramienta de inclusión. *Publicaciones Didácticas, 70*, 26-33. https://core.ac.uk/reader/235859913

García, E., Carrillo, P. & Rosa, A. (2020). Medidas desde el área de educación física para atender a las discapacidades motóricas e intelectuales. *e-Motion. Revista de Educación, Motricidad e Investigación*, (14), 82-104. https://doi.org/10.33776/remo.v0i14.4694

Gómez, A., Roba, B., Hernández, K. & Escalante, L. (2021). Inclusión en la educación física: su perspectiva desde la formación del profesional de cultura física. *Podium. Revista de Ciencia y Tecnología en la Cultura Física, 16*(2), 423-435. https://podium.upr.edu.cu/index.php/podium/article/view/1052

González, I. & Macías, D. (2018). La formación permanente como herramienta para mejorar la intervención del maestro de educación física con alumnado con discapacidad. *Retos, 33*, 118-122. https://doi.org/10.47197/retos.v0i33.55056

Hurtado-Guamán, P. y Bravo-Navarro, W. (2021). Propuesta metodológica adaptada a estudiantes con discapacidad visual en educación física. *Revista Arbitrada Interdisciplinaria Koinonía. 6*(2), 346–363. https://doi.org/10.35381/r.k.v6i2.1243

Malas, K., Malas, O. & Ribas, M. (2017). Unidad didáctica adaptada para la educación física en un centro de educación especial. *SPORT TK-Revista EuroAmericana de Ciencias del Deporte, 6*(2), 127-136. https://doi.org/10.6018/300461

Nicoletti, J. & García, G. (2015). El derecho humano a la educación física. *EmásF, Revista Digital de Educación Física, 6*(35), 70-78 https://emasf2.webcindario.com/EmasF_35.pdf

Ocete, C., Pérez, J. & Coterón, J. (2015). Propuesta de un programa de intervención educativa para facilitar la inclusión de alumnos con discapacidad en educación física. *Retos, 27*, 140-145. https://doi.org/10.47197/retos.v0i27.34366

Ogarrio, C., Bautista, A., Barahona, N., Chávez, M. & Hoyos G. (2021). Efecto de un programa de educación física con actividades motrices para desarrollar el área motora en niños con discapacidad intelectual. *Revista Ciencias de la Actividad Física UCM*, *22*(2), 1-12. https://doi.org/10.29035/rcaf.22.2.3

Olmedo, N. (2016). Educación física adaptada, una perspectiva diferente en los centros de educación especial. *EmásF, Revista digital de educación física*, *7*(40) 95-111. https://emasf2.webcindario.com/EmasF_40.pdf

Pérez Santodomingo, I. (2023). Inclusión en el aula de Educación Física: superando barreras y fomentando la participación de todos. *Revista Académica Internacional de Educación Física*. *3*(3) 01-05. https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=9143552

Pico-Holguin, B. M., Simaliza-Collay, B. P., Alvarado-Holguin, R. E., & Castro-Franco, P. P. (2025). La inclusión de estudiantes con discapacidades en la educación básica y secundaria: Una revisión científica. *Polo del Conocimiento, Revista Científico-Académica Multidisciplinaria*. *10*(2) 1775-1790. https://doi.org/10.23857/pc.v10i2.9000

Riera, M. (2021). Inclusión. Educación física adaptada en Catalunya 2020. *EmásF, Revista Digital de Educación Física*, *12*(69), 64-79. https://emasf2.webcindario.com/EmasF_69.pdf

Solís, P., & Borja, V. (2021). Actitudes del profesorado de educación física hacia la inclusión de alumnos con discapacidad. *Retos*, *39*, 7-12. https://doi.org/10.47197/retos.v0i39.77841

Torres, E., Granados, J., Torres, E., Bustamante, D. & Hernández-Fernández, B. (2022). Enfoque de la inclusión de estudiantes con discapacidad en la formación inicial docente de educación física en el Perú. *Retos*, *47*, 962-968. https://doi.org/10.47197/retos.v47.95493