

**Programa de Mini atletismo para la Inclusión Paralela  
Socioeducativa de Escolares Entre 8 a 11 Años con TDAH**

**Mini athletic Program for the Socio-Educational Parallel  
Inclusion of Schools Between 8 and 11 Years Old with ADHD**

**Andrea Fernanda Chávez-Estrella<sup>1</sup>**  
Universidad Bolivariana del Ecuador - Ecuador  
afchavez@ube.edu.ec

**Reynaldo Steven Restrepo-Salvatierra<sup>2</sup>**  
Universidad Bolivariana del Ecuador- Ecuador  
rsrestrepos@ube.edu.ec

**Pabla Vanessa Bermúdez-Zea<sup>3</sup>**  
Universidad Bolivariana del Ecuador- Ecuador  
pvbermudezz@ube.edu.ec

**Giceya de la Caridad Maqueira-Caraballo<sup>4</sup>**  
Universidad Bolivariana del Ecuador- Ecuador  
gdmaqueirac@ube.edu.ec

**[doi.org/10.33386/593dp.2024.1.2188](https://doi.org/10.33386/593dp.2024.1.2188)**

V9-N1 (ene-feb) 2024, pp 841-860 | Recibido: 20 de octubre del 2023 - Aceptado: 30 de noviembre del 2023 (2 ronda rev.)

---

1 Estudiante de la Maestría en Pedagogía de la Cultura Física mención Educación Física Inclusiva.  
ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-8667-9581>

2 Estudiante de la Maestría en Pedagogía de la Cultura Física mención Educación Física Inclusiva.  
ORCID: <https://orcid.org/0000-0003-4401-3033>

3 Catedrática Maestría en Pedagogía de la Cultura Física mención Educación Física Inclusiva. Universidad Bolivariana de Ecuador.  
ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-7946-8607>

4 Coordinadora Maestría en Pedagogía de la Cultura Física mención Educación Física Inclusiva. Universidad Bolivariana del Ecuador.  
ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-6282-3027>

### Cómo citar este artículo en norma APA:

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>

Descargar para Mendeley y Zotero

## RESUMEN

La investigación aborda el diseño de un programa de Mini atletismo con el propósito de fomentar la inclusión paralela socioeducativa en escolares de edades comprendidas entre 8 y 11 años que presentan Trastorno por Déficit de Atención e Hiperactividad (TDAH). Se utilizaron los métodos de Guía de observación, modelación, Validación de Expertos y Encuesta. A través de estos, se logró la conformación del programa, considerando aspectos deportivos, educativos y sociales, sustentados en su totalidad en las áreas más sensibles de los escolares con este trastorno tales como: actividad motora excesiva, déficit en la motricidad fina y gruesa, falta de atención crónica, intolerancia a la frustración y fracaso, dificultad para acatar órdenes y comportamientos agresivos e impulsividad. La encuesta aplicada a los representantes legales de las 38 escolares que conformaron la investigación fue concluyente frente al hecho de la confirmación de la efectividad y pertinencia del programa propuesto. Finalmente, en el proceso de validación, de los criterios emitidos por los jueces y expertos, se infiere que el 90% de ellos, evalúan el programa diseñado en las categorías: (totalmente relevante y bastante relevante), lo cual permite concluir que el programa propuesto, cuenta con la validación para su implementación. Por lo tanto, el programa de Mini atletismo para la inclusión paralela socioeducativa en escolares con TDAH mostró ser una estrategia efectiva para el tratamiento de este trastorno, así como su contribución al mejoramiento de las relaciones interpersonales, las habilidades sociales y las cualidades motrices, todo lo anterior, propendiendo a un mejor constructo del autoconcepto de las estudiantes que conformaron esta investigación.

**Palabras clave:** mini atletismo, trastorno por déficit de atención e hiperactividad (tdha), intervención socioeducativa, educación inclusiva, inclusión paralela.

## ABSTRACT

The research addresses the design of a Miniathletics program with the purpose of promoting parallel socio-educational inclusion in schoolchildren between the ages of 8 and 11 who have attention deficit hyperactivity disorder (ADHD). The Program Design, Expert Validation and Survey methods were used. Through these, the formation of the program was achieved, considering sporting, educational and social aspects, based entirely on the most sensitive areas of schoolchildren with this disorder such as: excessive motor activity, deficits in fine and gross motor skills, chronic inattention, intolerance of frustration and failure, difficulty following orders and aggressive behavior and impulsivity. The survey applied to the legal representatives of the school girls was conclusive in confirming the effectiveness and relevance of the program. Finally, in the validation process, the criteria issued by the judges and experts, it is inferred that 90% of them evaluate the items submitted for evaluation in the relevant and quite relevant categories, which allows us to conclude that the proposed program has validation for its implementation. Therefore, the Miniathletics program for parallel socio-educational inclusion in schoolchildren with ADHD showed to be an effective strategy for the treatment of this disorder, as well as its contribution to the improvement of interpersonal relationships, social skills, and motor qualities, all of the above, leading to a better construct of the self-concept of the students who participated in this research.

**Keywords:** mini athletics, attention deficit hyperactivity disorder (adhd), socio educational intervention, inclusive education, parallel inclusion.

## Introducción

A lo largo de nuestra labor docente hemos tenido la oportunidad de trabajar con niños con diversas cualidades, de diferentes entornos socioeconómicos, de disímiles realidades familiares, así mismo, estudiantes con desiguales necesidades educativas especiales asociadas o no a la discapacidad. Estas experiencias resultan enriquecedoras y a la vez retantes para el desempeño de nuestro rol docente, y es aquí donde radica la iniciativa del desarrollo de la presente investigación. Inicialmente las clases de Educación Física eran orientadas de manera indiscriminada para todo el grupo simultáneamente, esta dinámica posibilitó evidenciar la necesidad imperiosa de la adaptación curricular de las clases de Educación Física a Educación Física Inclusiva.

La población está compuesta por las estudiantes de la Academia Naval Almirante Illingworth, ubicado en Guayaquil- Ecuador, siendo esta una prestigiosa institución a nivel nacional, debido a su antigüedad y su posición geográfica estratégica, la cual posibilita el ingreso de estudiantes de todo el país y de diversos estratos socioeconómicos, cuenta con amplias y favorables instalaciones las cuales facilitan el trabajo con los estudiantes, las 38 niñas objeto de estudio de esta investigación, pertenecen a la sección primaria femenina, y tienen como deporte selectivo el Atletismo, 2 de ellas cuentan con diagnóstico de TDHA motivo por el cual se orientó el programa hacia esta disciplina deportiva. Ya que las estudiantes en mención presentan un número importante de características que condicionan su comportamiento, su desempeño y su actitud frente a la clase y la relación con sus compañeros. De igual forma, evidenciamos la falta de preparación y capacitación de los docentes para el abordaje de niños con este diagnóstico, ya que en la mayoría de los casos, los docentes, no conocen las características y las necesidades de adaptación curricular de los niños con TDHA. Lo cual nos condujo a proponer un programa de Miniatletismo para la inclusión paralela socioeducativa en escolares con TDAH, sustentado en las necesidades adaptativas de los niños con este trastorno, tales como: *actividad*

*motora excesiva, déficit en la motricidad fina y gruesa, falta de atención crónica, intolerancia a la frustración y al fracaso, dificultad para acatar órdenes y comportamientos agresivos e impulsividad.*

El tratamiento del Trastorno por Déficit de Atención e Hiperactividad (TDAH). En niños, puede ser un desafío para los profesionales de la educación, ya que afecta su capacidad para mantener la atención, controlar impulsos y regular el comportamiento. Esto puede resultar en dificultades para el rendimiento académico, problemas de relación social y un impacto negativo en la autoestima y bienestar general de los niños. (Soutullo, 2014).

Para Rivera, (2022). El Miniatletismo para niños de siete a doce años clasificados categóricamente según sus edades, se constituye como un deporte interesante, además de contribuir en el desarrollo de sus habilidades motoras básicas, educación en valores como, el compañerismo, la solidaridad, el respeto, la cooperación, fomentando así el trabajo en equipo y disminuyendo el egoísmo característico de la primera infancia, además de propiciar una actividad motora eficiente, disminuyendo a su vez los problemas asociados al sedentarismo. Lo anterior permite inferir que el Atletismo adaptado podría ser una gran posibilidad de intervención para niños con TDHA debido a sus dificultades en la interacción social.

Se ha demostrado que la actividad física regular puede ser beneficiosa para los niños y la población en general, además de impulsar a los niños con TDHA para la mejora de su capacidad de concentración, regular su comportamiento y aumentar su autoestima. A su vez, la inclusión en actividades deportivas puede mejorar las relaciones sociales de los niños con TDHA y promover una mayor inclusión social.

El Miniatletismo es una metodología que se ha utilizado para enseñar habilidades atléticas y fomentar la inclusión social en niños en edad escolar. Esta metodología se ha adaptado para satisfacer las necesidades de los niños con TDHA, lo que la convierte en una herramienta

valiosa para promover la inclusión social y educativa en este grupo de niñas.

Es importante explorar la efectividad del Mini atletismo en la inclusión socioeducativa de los niños con TDHA y analizar los factores que pueden facilitar o dificultar su implementación en el entorno escolar. Esta información puede ser útil para los profesionales de la educación y los padres de los niños con TDHA, así como para desarrollar estrategias para mejorar la calidad de vida de los niños con TDHA y su inclusión social y educativa.

### **Miniatletismo**

Según la Asociación Internacional de Federaciones de Atletismo, 2006. El Mini atletismo tiene la intención de provocar excitación neurofisiológica, jugando con la implementación del Atletismo, los niños pueden descubrir su creatividad, sus posibilidades de movimiento, a través de actividades básicas de carreras de velocidad, de resistencia, saltos, lanzamientos, realizados en cualquier sitio (estadio, patio de juegos, gimnasio, cualquier deportiva disponible, etc.).

El Mini atletismo como alternativa para fomentar la práctica del Atletismo en niños de 6 a 10 años, consta de diez pruebas de ejercicios básicos de aprendizaje. El Atletismo en la escuela es una actividad deportiva básica donde se pueden planificar unidades didácticas y dinámicas sin seguir con el modelo tradicional. (Rius, 2005).

Según (Morales, et al., 2017). En su libro *Aprendiendo Mini atletismo* afirman que el Mini atletismo es una propuesta metodológica para la interacción, integración e inclusión educativa que se adapta a las necesidades educativas y desarrollo motriz de los niños, niñas y adolescentes para su desarrollo armónico.

El Mini atletismo se ha convertido en una herramienta muy ejecutada para introducir a los niños en el mundo de la actividad física y deporte, siendo este practicado desde edades tempranas. Además de promover la actividad

física y el desarrollo motor, también ayuda a cultivar valores como el trabajo en equipo, la perseverancia, la autoconfianza, la resolución de conflictos en los niños. Rius, (2005). Todos estos aspectos resultan de gran relevancia para el tratamiento de niños con diagnóstico de TDHA.

Tobar & Zurata, (2013). Mencionan que el Atletismo es un conjunto de prácticas atléticas o ejercicios físicos basados en varios movimientos: caminar, correr, saltar, marchar, girar, trotar, pivotar, lanzar (movimientos fundamentales).

Según Abad, (2023). A través de la práctica del Mini atletismo, en las unidades educativas, de una forma libre y espontánea con movimientos sencillos, permite el acercamiento entre pares, así como también se fortalece la salud física y mental del estudiante.

*Trastorno de déficit de la atención (TDHA).*

Según Pascual (Como se citó en Olviera & Silva, 2016). Menciona que la experiencia clínica ha demostrado que en algunos niños los síntomas de alerta de TDAH aparecen después de los siete años, causando altas dificultades en su tratamiento y evolución, caso contrario con respecto a los niños que tuvieron un diagnóstico temprano. Las causas del TDAH pueden ser varias como: alteraciones neurofisiológicas, conflictos emocionales, las relaciones familiares y otros problemas de salud mental. Numerosos son los problemas emocionales que pueden conducir a la falta de atención, hiperactividad o impulsividad en la primera infancia.

Según Isorna Folgar, (2013). En su investigación menciona que la hiperactividad es una de las problemáticas más destacadas en el ámbito de los trastornos de conducta infanto-juvenil, no sólo porque es una de las categorías diagnosticadas que se presenta con mayor frecuencia en la población clínica en edad escolar, sino además por los innumerables problemas de adaptación y conflictos académicos, familiares e interpersonales que provocan. Se trata además de un trastorno complejo, en el que existen

grandes contradicciones entre profesionales, en cuanto a la importancia de los síntomas núcleo del trastorno y, el tratamiento a utilizar.

El trastorno por déficit de atención con hiperactividad (TDAH) se define por síntomas principales: (Pascual, 2008).

1. Disminución de la atención de media a crónica.
2. Impulsividad y/o agresividad.
3. Hiperactividad – actividad motora excesiva.
4. Dificultades en la motricidad fina y gruesa.
5. Imposibilidad de acatamiento de órdenes.
6. Individualismo.
7. Dificultad en el control de las emociones.
8. Retraso en las funciones ejecutivas con respecto a sus pares.

Subtipos de TDAH (López, et al., 2009).

Subtipo predominantemente inatento/desorganizado: se caracteriza por la falta de dificultad en mantener la atención y en la organización y planificación de tareas.

Subtipo predominantemente hiperactivo-impulsivo: dificultad significativa en la autorregulación de sus ímpetus emocionales, en los menores se caracteriza por rabietas y en los escolares se manifiesta con impulsos agresivos como morder, empujar, golpear y en los adolescentes se evidencia en comportamientos desafiantes y desobediencia.

Subtipo combinado: de los tres subtipos, es el más común. Este se caracteriza por combinar la inatención con la hiperactividad e impulsividad.

### *Tratamiento*

El propósito del tratamiento es disminuir o eliminar los síntomas asociados al TDAH, así como mejorar los niveles de aprendizaje, y las áreas sociales, emocional, y socioeducativa del paciente.

La literatura científica habla actualmente del tratamiento “**Multimodal**”. En el último informe del National Institute of Mental Health (NIMH). Se destaca el papel esencial de este tipo de tratamiento para pacientes diagnosticados con TDHA visto como un modelo integral debido a que sus objetivos generales, no solo se sustentan en el suministro farmacológico, sino también en la relevancia que se le otorga al contexto psicosocial del niño y al rol de su familia para el tratamiento. (Isorna Folgar, 2013).

### *Tratamiento Farmacológico*

El Metilfenidato es el fármaco predominante, su uso debe iniciarse con dosis pequeñas y su aumento es gradual según la respuesta y reacciones del paciente, cabe resaltar que en su mayoría son niños. Se presenta en tabletas de 5, 10 y 20 mg. Los efectos del medicamento se dan 30 a 45 minutos después de haberse suministrado.

Su efecto máximo se observa a las dos horas y media horas después de ser ingerido, esto debido a la farmacocinética del medicamento que se caracteriza por una rápida absorción tras la administración oral, con un pico plasmático al cabo de una hora y una vida media entre 3 a 4 horas en sangre. Se recomienda utilizar la dosis efectiva mínima posible.

Se debe evitar su administración después de las 17 horas para prevenir el desarrollo de insomnio, se hace imprescindible la capacitación del personal educativo a cargo de niños medicados para que supervisen la administración del medicamento y los efectos de este.

Los docentes a cargo deben prestar especial atención a la prevención del *efecto estigmatizador*, muy común en la etapa escolar, debido a que el niño debe ingerir su medicamento

dos o tres veces al día y por lo menos una de estas tomas la deberá realizar en la escuela, por lo que se reitera la importancia de capacitación al personal educativo con niños con este diagnóstico a cargo. Isorna Folgar, (2013).

Según López, et al., (2009). Reafirman que, con respecto al tratamiento farmacológico, el tratamiento de elección es el Metilfenidato por su eficacia, seguridad y costo-efectividad. Y que por su parte, la Atomoxetina es el fármaco no estimulante que más datos científicos expone, apoyando su eficacia y es el único indicado como de primera elección y el que a la fecha demuestra más seguridad en el suministro en escolares con TDAH.

### *No farmacológico*

En su investigación, López, et al., (2009). Destacan el papel favorable de la Educación Física, debido a que permite trabajar la inhibición muscular, el control postural, la relajación y la autoestima, tan fundamental para las personas con TDAH, ya que les beneficia en su rendimiento académico, sus relaciones sociales y su autoconocimiento.

La realización de actividad física puede ser una herramienta poderosa para ayudar a controlar los síntomas del TDAH al mejorar la tolerancia a la frustración, reducir la hiperactividad, estimular la concentración y la autonomía.

Diversos autores coinciden en que la intervención con ejercicio escolar podría ser un tratamiento adicional para pacientes con dificultades de concentración. Muñoz, (2019). Y otros, a su vez, varios estudios sugieren que el ejercicio físico regular y estructurado puede ayudar a reducir los síntomas centrales del TDAH, de hecho varios autores recomiendan específicamente aumentar la actividad física en niños con TDAH, por lo que podemos concluir que existe evidencia, aunque limitada, de que el ejercicio tiene un efecto positivo sobre el comportamiento de los niños con TDAH en el entorno escolar. Carriedo, (2014).

### *Orientaciones familiares*

Los padres desempeñan un papel crucial como fuentes de seguridad, modelos a seguir y guías en la vida de sus hijos. También influyen en la forma en que los hijos se ven a sí mismos y en cómo desarrollan sus valores y conceptos de disciplina y autoridad.

Cuando se trata de niños hiperactivos, la implicación es que la actitud, el enfoque y las estrategias de crianza de los padres pueden tener un impacto significativo en la evolución de los síntomas y el bienestar general del niño. Esto subraya la importancia de una crianza comprensiva, empática y equilibrada, así como la necesidad de buscar el apoyo adecuado, como terapia o asesoramiento, cuando sea necesario. En resumen, la opinión expresada enfatiza la influencia crítica de los padres en la vida de sus hijos y su papel en el manejo de las dificultades asociadas con la hiperactividad.

Según Isorna Folgar, (2013). Los niños con diagnóstico de TDHA necesitan una familia con reglas claras, un ambiente ordenado, tranquilo y estable, una familia que reconozca el esfuerzo del niño, lo anime y lo ayude a estructurar un autoconcepto fortalecido. Esto no quiere decir permitir la manipulación o capricho del niño, todo lo contrario, ayudarlo a afrontar los problemas y encontrar soluciones. Es responsabilidad de los padres coordinar el intercambio de información entre neurólogos, psicopedagogos y profesores, determinar los límites correctos de la educación, apoyar su autonomía personal y formar buenos hábitos de aprendizaje, y, sobre todo, favorecer el contacto controlado con otros niños.

En los programas de enfoque socioeducativo o intervenciones socioeducativas, se busca que los factores sociales, el entorno familiar, el nivel socioeconómico, la comunidad y las dinámicas interpersonales, tengan un impacto significativo en la forma en que el niño aprende y se desarrolla.

Según Aguilar, et al., (2020). Afirman que la familia asume desde los primeros años de vida del infante un papel protagónico como

promotora del desarrollo infantil, en la medida en que se compromete, se prepara, organiza, conduce las acciones educativas que realiza con sus hijos y valora sus resultados.

### *Inclusión*

En el informe de la UNESCO, 2021 La inclusión debe comenzar en los primeros años, momento en el cual se sientan las bases para el aprendizaje permanente y se forman los valores y actitudes fundamentales. Es durante la primera infancia cuando surge la desigualdad en el aprendizaje y en otros aspectos del desarrollo infantil. Las iniciativas de inclusión educativa deben comenzar mucho antes de la escuela primaria.

La inclusión es un principio fundamental que busca construir sociedades y entornos más justos y equitativos, donde todas las personas sean valoradas, respetadas y tengan igualdad de oportunidades para participar y contribuir plenamente en todos los aspectos de la vida.

Según Grijalva & Zapata, (2016). Afirman en su estudio que la inclusión es un proceso que tiene como fin introducir a todos los miembros de la comunidad escolar, y de manera particular a los estudiantes que presentan algún tipo de necesidad educativa asociada o no a la discapacidad, donde todos se sientan integrantes activos de las instituciones. En este proceso no se pretende únicamente que se reconozca el derecho gradual del currículo, sino que se asegure la participación activa de todos los miembros del Centro Educativo.

### *Educación Inclusiva*

Según la Ley Orgánica de Discapacidades, 2012. En el Artículo 28.- Educación inclusiva. - La autoridad educativa nacional implementará las medidas pertinentes, para promover la inclusión de estudiantes con necesidades educativas especiales que requieran apoyos técnico-tecnológicos y humanos, tales como personal especializado, temporales o permanentes y/o adaptaciones curriculares y de accesibilidad física, comunicacional y espacios de aprendizaje,

en un establecimiento de educación escolarizada. Para el efecto, la autoridad educativa nacional formulará, emitirá y supervisará el cumplimiento de la normativa nacional que se actualizará todos los años e incluirá lineamientos para la atención de personas con necesidades educativas especiales, con énfasis en sugerencias pedagógicas para la atención educativa a cada tipo de discapacidad. Esta normativa será de cumplimiento obligatorio para todas las instituciones educativas en el Sistema Educativo Nacional.

Proenza, (2020). En su investigación infiere que la educación inclusiva es el modelo que atiende las necesidades de aprendizaje de todos los niños, jóvenes y adultos, sobre todo de aquellos que son vulnerables a la marginalidad y la exclusión social; considerada, además, como un proceso que toma en cuenta y responde a las diversas necesidades asociadas a la discapacidad, pero no exclusivamente a ellas. Esto significa que la educación inclusiva es para todos; educación de calidad basada en derechos, que implica que las escuelas reconozcan y respondan a la diversidad del alumnado, y atiendan las necesidades de los estudiantes sin distinción de raza, fe, orientación sexual, situación económica, o condición social y cultural

### *Educación Física Inclusiva*

En la investigación realizada por Hernández, et al., (2021). Los autores aseguran que para conseguir una óptima inclusión en la educación del alumnado con NEE, es necesario que el profesional vinculado al estamento escolar tenga una capacidad pedagógica correcta, unos buenos conocimientos teórico- prácticos, sepa adoptar una actitud flexible, abierta, permanente, tolerante y respetuosa con la diversidad y que disponga de los recursos adecuados para llevarlo a cabo.

Por su parte, Gómez, et al., (2019). Aluden que los juegos y deportes se utilizan como medios de comunicación, relaciones y expresiones en la educación física de los escolares que necesitan un apoyo especial. "Crecer con cuerpo y movimiento ayuda a adquirir las habilidades

emocionales e interpersonales necesarias para vivir en sociedad.

Así mismo, Proenza, (2020). Indica que en este sentido la clase de Educación Física se destaca como un espacio privilegiado en el que ofrecer apoyo, cooperación y el desarrollo de conductas prosociales en los estudiantes. Por lo tanto, es una herramienta considerable para ampliar el proyecto de inclusión y alcanzar las metas, porque el aprendizaje relacionado con el movimiento promueve las interacciones sociales y el desarrollo de valores deportivos.

### *Inclusión paralela*

La Inclusión Paralela de Hehir, T. (2005). En su obra *New Directions in Special Education*, alude a recomendaciones pedagógicas para promover espacios permanentes de educación inclusiva y erradicar el tan arraigado capacitismo de la educación tradicional. La Inclusión Paralela implica que los estudiantes con necesidades educativas especiales reciban atención en el aula regular junto con sus compañeros sin discapacidad, pero con el acompañamiento de un profesional en educación especial, quien trabajará en cooperación con el docente regular. La Inclusión Paralela se sustenta en la idea de que todos los estudiantes pueden aprender y compartir juntos, con las adecuaciones necesarias para atender las necesidades individuales. La Inclusión Paralela también promueve el valor de la diversidad, el reconocimiento propio y del otro y fomenta el respeto mutuo.

La hipótesis que pretende resolver la presente investigación se basa en que la implementación de un programa de Mini atletismo para la inclusión paralela socioeducativa en escolares de 8 a 11 años con TDAH. Contribuirá en la disminución de los comportamientos relacionados con este trastorno, fortalecerá las relaciones interpersonales, las habilidades sociales y las cualidades motrices en las estudiantes que harán parte de esta investigación.

## **Metodología**

La investigación presentada es de tipo Investigación Acción con un enfoque mixto. Citando a Rodríguez, S. et al., (2018). Quienes refieren que la Investigación Acción Educativa - IAE presenta características que involucran la participación activa del investigador con el propósito de mejorar sus propias prácticas educativas. Lo anterior implica un proceso sistemático de aprendizaje que va avanzando a medida que se desarrolla el estudio, puesto que se inicia con una planificación, llegando a la acción mediante la observación para la posterior reflexión y valoración cuantitativa de su efecto.

La Investigación Acción Educativa pretende tratar de forma simultánea conocimientos y cambios sociales, de manera que se unan la teoría y la práctica.

El proceso de Investigación-Acción consiste en:

- Insatisfacción con el actual estado de cosas.
- Identificación de un área problemática.
- Identificación de un problema específico a ser resuelto mediante la acción.
- Formulación de varias hipótesis.
- Selección de una hipótesis.
- Ejecución de la acción para comprobar la hipótesis.
- Evaluación de los efectos de la acción.

En este orden de ideas, la presente investigación se adscribe totalmente a los postulados de Rodríguez, J. (2005). Puesto que la investigación radica en la inconformidad del abordaje del TDHA desde la Educación Física Escolar y se propone un programa sustentado en las áreas sensibles y en las que presentan mayor dificultad los niños con este diagnóstico, con el fin de contribuir al mejoramiento de su condición y a la disminución de los comportamientos que

representen dificultades en el desarrollo físico, social y emocional de los niños con TDHA.

### Población y Muestra

La población estuvo compuesta por estudiantes de la Academia Naval Almirante Illingworth, de la sección primaria femenina, del subnivel básica media, la misma que pertenece al distrito educativo zona 8 de la ciudad de Guayaquil – Ecuador.

La muestra fue intencional, se seleccionó a los 38 padres de familia de las 38 escolares que conforman el grupo de deporte extracurricular de Atletismo, quienes se encuentran entre 8 a 11 años del extracurricular de Atletismo de la institución en mención. El 13.2% de estudiantes tienen la edad de 8 años, el 31% de estudiantes cuentan con una edad de 9 años, un 26.3% 10 años, un 23.7 % 11 años, de las cuales 2 niñas, cuentan diagnóstico de TDHA.

#### *Fase 1: Diagnóstico inicial*

La fase de diagnóstico inicial es un punto de partida que ayuda a un diagnóstico inicial o evaluación para la ejecución de un proceso, a su vez proporciona la base necesaria para una planificación efectiva y una toma de decisiones informadas, por lo cual en el proceso se realizó una la ficha de observación que ayuda a identificar las estrategias y apoyos para promover la participación activa de estudiantes con TDAH y estudiantes regulares para fortalecer la inclusión paralela eje importante de la investigación

**Figura 1**  
*Ficha de observación*

Academia Naval Almirante Illingworth						
Ficha de observación clase de Extracurricular				Mini Atletismo		
Tema:	Evaluación de la Participación y Progreso de las escolares con TDAH en una Clase de Miniatletismo					
Objetivo:	Identificar las estrategias y apoyos que pueden ser más efectivos para promover la participación activa y el desarrollo de habilidades atléticas de estos niños.					
Criterios	Actitudes Conductas	Frecuencia				Observaciones
		S	Cs	Av	Cn	
Las escolares presentan dificultad para mantener la atención en las actividades.	Falta de Atención					
Las escolares presentan dificultades al momento de trabajar en grupo	Trabajo en equipo					
Las escolares presentan dificultad para esperar el turno en las actividades	Tolerancia a la frustración					
Las escolares presentan actitudes impulsivas sin pensar en las consecuencias.	Imposibilidad de acatamiento de órdenes.					
Las escolares presentan dificultad en el acatamiento de órdenes	Falta de Atención					

*Fase 2: selección de actividades y diseño del programa.*

Tamayo et al., (2017). Mencionan que el método de modelación es una construcción teórica que interpreta, diseña y reproduce simplificada la realidad o parte de ella en correspondencia con una necesidad histórica concreta y de una teoría referencial.

El método de modelación aplicado en el diseño de un programa de Miniatletismo destinado a niños con TDAH, implica un proceso integral y orientado a resultados. Comienza con la definición precisa del problema, identificando los desafíos específicos que enfrentan estos niños en términos de atención, hiperactividad y bienestar. A continuación, se construye un modelo conceptual que abarca la estructura y las estrategias pedagógicas del programa, considerando también las adaptaciones necesarias para abordar las necesidades individuales de los niños con TDAH. Finalmente, el proceso de validación y la comunicación de hallazgos aseguran que el programa esté respaldado por evidencia y sea compartido para el beneficio de otros educadores y profesionales interesados en abordar las necesidades de niños con TDAH a través del deporte.

El programa se cimienta en su totalidad en las áreas más sensibles de los escolares con este trastorno, tales como: *actividad motora excesiva, déficit en la motricidad fina y gruesa, falta de atención crónica, intolerancia a la frustración*

y al fracaso, dificultad para acatar órdenes y comportamientos agresivos e impulsividad. Las cuales inciden e incidirán en el desarrollo de aspectos deportivos, educativos y psicosociales a lo largo de la vida del infante. Destacando que sobre el programa recae la responsabilidad de darle o no cumplimiento a la hipótesis planteada. (Programa completo figuras 1 y 2).

Para la elaboración del siguiente programa se consideró como sustento científico los preceptos de Aguilaret et al., (2021). Quienes, en su investigación, desarrollan y validan un programa de intervención para el desarrollo de habilidades socioafectivas y la prevención de la violencia escolar, dentro de las clases de Educación Física, con una frecuencia y características en la estructura del programa, similares al programa propuesto en nuestra investigación. Adscribiéndonos a su propuesta, en cuanto a diseño, planteamiento de objetivos y la actualidad de esta. Dichos puntos convergentes en ambas investigaciones cimentan el desarrollo de nuestra propuesta de programa.

Álvarez, (2023). Menciona en su estudio que, actualmente los programas deportivos para el trabajo con los niños afectados por el TDAH resultan una nueva alternativa de tratamiento, en la que los padres pueden ayudar a mejorar la calidad de vida de sus hijos sin drogas, que pueden llegar a ser altamente adictivos y aún no se conocen por completo, las secuelas que pueda generar a largo plazo en el niño, además de ser muy costosas y no ser asequibles para toda la población afectada. Hoy nos conviene buscar otras formas diferentes de mejorar la salud de las personas que padecen algún tipo de trastorno que antes solo se trataba con medicación.

### *Fase 3: Validación de Expertos y Jueces.*

Se utilizó el método de validación a través del criterio de expertos y jueces, debido a su utilidad, eficacia y uso reiterativo en las diversas investigaciones consultadas, las cuales convergen con el objetivo de investigación de la presente propuesta. El fin consistió en validar la propuesta de programa de Mini atletismo para escolares entre 8 y 11 años con TDHA.

Este se utilizó para conocer el grado de relevancia que un grupo de expertos y jueces le otorgan a cada uno de los elementos que conforman el programa. López, F. et al, (2019).

La Validación se llevó a cabo mediante una encuesta estructurada, orientada a la evaluación de cada uno de los componentes del programa, como un método de valoración subjetiva, donde se elaboró una tabla para el procesamiento cuantitativo de las valoraciones de Expertos y Jueces.

*Fase preliminar: se establecieron los elementos básicos a someterse a evaluación, se seleccionó de una lista preliminar, los Expertos y Jueces que realizaron la validación, quienes cumplieron con los requisitos establecidos para desempeñar este rol. Posteriormente se procede a la petición de la primera revisión.*

*Fase exploratoria: en esta segunda fase se recibió retroalimentación de los evaluadores y se realizaron las correcciones a los señalamientos previos y se realizó una nueva entrega para verificación de los cambios efectuados.*

*La selección de los expertos: en primer lugar, se definió el concepto de Experto. Se entiende por Experto, tanto al individuo en sí, como a un grupo de personas u organizaciones capaces de ofrecer valoraciones conclusivas de un problema en cuestión y hacer recomendaciones respecto a sus momentos con un máximo de competencia. López, F. et al, (2019).*

Para la selección de los expertos, aludiendo a la calidad del proceso de evaluación y los objetivos de la propuesta, se estableció que los profesionales seleccionados, cumplan con las siguientes condiciones:

- Competencia en el área en cuestión
- Creatividad
- Disposición a participar en la encuesta
- Capacidad de análisis y de pensamiento
- Espíritu colectivista
- Espíritu autocrítico

Para realizar la validación de la propuesta por criterio de Expertos y Jueces, se tomaron 3

jueces y 3 profesionales Expertos descritos a continuación:

- *Jueces*
- Entrenador de Atletismo
- Entrenador de Atletismo – alto rendimiento
- Entrenador de Miniatletismo
- *Profesionales Expertos*
- Psicólogo Educativo
- Fisioterapeuta Deportivo
- Licenciado en Cultura Física

Después de seleccionarlos se les presentó el programa de Miniatletismo para escolares entre 8 y 11 años con TDHA. Donde se les solicitó la evaluación preliminar de la propuesta en cuanto al grado de relevancia de:

- Sobre la estructura del programa
- Sobre la pertinencia del programa
- Sobre los ejercicios del programa
- Sobre las necesidades relacionadas con el TDHA
- Sobre las características de la inclusión Paralela
- Aspectos que se agruparán en 2 Encuestas generales, (estructura y contenido).
- La evaluación se medirá a través de una escala de Likert de la siguiente manera:
- TR: Totalmente Relevante
- BR: Bastante Relevante
- R: Relevante
- PR: Poco Relevante
- NR: Nada Relevante

*Fase 4: Implementación del programa para la Inclusión Paralela Socioeducativa de escolares entre 8 a 11 años con TDAH*

La fase de implementación del programa de Miniatletismo para la Inclusión Paralela Socioeducativa de escolares entre 8 a 11 años con TDAH, tuvo lugar desde septiembre del año 2023 durante 8 semanas consecutivas, la implementación se llevó a cabo durante las clases extracurriculares de Miniatletismo con una intensidad de 8 horas semanales distribuidas en 2 horas el martes, 2 horas el miércoles, 2 horas el jueves y 2 horas el viernes.

Para la implementación se dividió la muestra en 2 grupos etáreos, grupo 1: actividades

específicas para las niñas de 8- 9 años; grupo 2: actividades específicas para las niñas de 10-12 años.

Teniendo en cuenta las características de la Inclusión Paralela, estos ejercicios se aplicaron a todo el grupo de manera simultánea, con el fin de crear lazos de comprensión y reconocimiento de las propias individualidades, a su vez como sensibilización hacia las personas en condición de discapacidad.

Como se puede observar en las figuras 2 y 3 los ejercicios fueron cuidadosamente diseñados, orientados al mejoramiento de los comportamientos no deseables asociados al TDAH, buscando fortalecer las habilidades atléticas de las estudiantes, promover la concentración, la disciplina, el acatamiento de órdenes, el autocontrol y la interacción positiva entre los participantes, contribuyendo así a un ambiente educativo inclusivo y enriquecedor.

Una vez finalizada la fase de implementación del programa se procedió a la fase de aplicación de encuestas a los padres de las niñas participantes en la investigación.

**Figura 2**  
*Programa de Mini atletismo 8 - 9 años*

PROGRAMA DE MINI ATLETISMO				
Edades 7-8				
Act.	Tema	Objetivo	Descripción	Observación
1	Salto de siana	Focalizar el interés de los niños en un logro específico, estimulando el trabajo en equipo. <b>Área a Fortalecer:</b> Atención y Concentración	1. Dividir al grupo en dos equipos diferentes 2. Cada integrante del equipo debe correr lo más rápido posible (y saltar los obstáculos que se encuentren en el piso) pasando por encima los obstáculos que encuentra en el recorrido 3. El niño que está ejecutando la actividad debe terminar y chocar la mano para que salga el siguiente niño	Se debe considerar grupos con pocos integrantes o que las distancias no sean muy prolongadas para que no se pierda la atención de los participantes.
2	Camino del Dragon	Mejorar la habilidad de acatamiento de órdenes, consolidar la distribución y selección de la atención y estimular el trabajo en equipo. <b>Área a Fortalecer:</b> Organización y Gestión del Tiempo	1. Dividir al grupo en tres equipos diferentes, a cada grupo se le asignará un color de pelotas salarinas que deberá recolectar en el paso dos. 2. Cada integrante del equipo debe correr lo más rápido posible, a la orden del entrenador, deberá saltar las vallas y debajo de cada cono estarán escondidas tres pelotas salarinas de diferentes colores, cada integrante recolectará la pelota del color asignado. 3. El niño que está ejecutando la actividad al terminar el recorrido debe tocar la mano del siguiente compañero para que este salga.	El trabajo en equipo también fomenta un ambiente de apoyo y motivación mutua, lo que puede aumentar la productividad y el compromiso de los integrantes del equipo.
3	Circuito 2.0	Incrementar la capacidad de acatamiento de órdenes, fortalecer la tolerancia a la frustración. <b>Área a Fortalecer:</b> Regulación Emocional	1. Se adaptará el patio o el espacio donde se trabaje simulando una pista de Atletismo. 2. Cada niño ocupará una posición en el carril. 3. Únicamente al sonido del silbato saldrán y ejecutarán las actividades del circuito. (velocidad, obstáculos, slalom) 4. Ganará el niño (que termine) que lo realice en el menor tiempo posible.	En esta actividad se trabajará la resiliencia ante la frustración ya que solamente uno ocupará el primer lugar.
4	Circuito 2.0 con relevos	Incrementar la capacidad de acatamiento de órdenes, fortalecer la tolerancia a la frustración, así como incentivar el trabajo en equipo. <b>Área a Fortalecer:</b> Regulación Emocional	1. Se adaptará el patio o el espacio donde se trabaje simulando una pista de Atletismo. 2. Cada niño ocupará una posición en el carril. 3. Al sonido del silbato saldrán y ejecutarán las actividades del circuito (velocidad, obstáculos, slalom) 4. Al momento de terminar el circuito el niño deberá pasar el testigo al compañero para que el continúe con el circuito. 5. Ganará el equipo que termine primero.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• La tolerancia a la frustración proporciona a las personas una mayor capacidad para superar desafíos, desarrollar habilidades de resolución de problemas, reducir el estrés y mantener la motivación a largo plazo.</li> <li>• Es una cualidad valiosa en diversos aspectos de la vida, incluyendo el trabajo, las relaciones personales y el logro de metas personales.</li> </ul>
5	Brinca Brinca	Mejorar la concentración de la atención, trabajar la capacidad del acatamiento de órdenes <b>Área a Fortalecer:</b> Organización y Gestión del Tiempo.	1. Se colocarán tres sillas separadas en frente del niño. 2. Se ejecutarán tres saltos, según la orientación del entrenador. Variante: Salto con pie derecho. Salto con pie izquierdo. Salto con dos pies. Simulando la técnica del salto triple. 3. El niño deberá terminar los saltos para que su compañero pueda empezar el juego. 4. Gana el niño que obtuvo el mejor tiempo posible y no se dejó confundir con el truco del entrenador	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Con esta actividad se trabaja la eficacia, la eficiencia y la coordinación, habilidades indispensables, para el desempeño escolar y laboral.</li> <li>• Cuando los integrantes del equipo siguen las órdenes o instrucciones de manera disciplinada, se establece un flujo de trabajo más fluido y organizado.</li> </ul>
6	Arañas saltadoras	Mejorar la concentración de la atención, trabajar la capacidad del acatamiento de órdenes. <b>Área a Fortalecer:</b> Organización y Gestión del Tiempo.	1. Los estudiantes realizarán una columna frente a la rayuela. 2. Deben ejecutar un lanzamiento según la orientación del profesor de manera progresiva primero al cuadro 1 hasta llegar al 10. Variante: Lanzamiento con dos manos Lanzamiento con mano derecha Lanzamiento con mano izquierda 3. Gana el niño que llegue con facilidad al cuadro 10 y haya seguido las orientaciones del profesor.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Con esta actividad se trabaja la eficiencia, el mejor desempeño académico, la reducción de errores, claridad mental, toma de decisiones más acertadas y capacidad mejorada para resolver problemas.</li> </ul>

**Figura 3**  
*Programa de Mini atletismo 9-10/ 11-12 años*

Edades 9-10 / 11-12				
1	Corre como un Nandu	Aumentar la resiliencia ante la frustración a través de ejercicios con obstáculos, estimulando el trabajo en equipo. <b>Áreas a Fortalecer : Habilidades sociales y Regulación Emocional</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Formar al grupo en una columna en el punto A.</li> <li>2. Cada niño debe correr en zigzag por turnos al punto B en el menor tiempo posible y sin tocar ni demorar los obstáculos.</li> <li>3. El niño que está ejecutando la actividad debe terminar y chocar la mano para que salga el siguiente niño</li> </ol>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Los niños y niñas que pueden manejar la frustración tienden a ser más flexibles y creativos al buscar soluciones alternativas cuando las cosas no salen como se esperaba.</li> </ul>
2	Ciclón	Fortalecimiento de la propiocepción, orientación de la atención y mejora de la tolerancia a la frustración. <b>Áreas a Fortalecer : Atención y Concentración</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. El estudiante se colocará detrás de la línea.</li> <li>2. Deberá lanzar un Frisbee con el objetivo de pasar por el medio de los postes.</li> <li>3. Cada niño tendrá 3 intentos.</li> <li>4. Ganará el niño que logre el mayor número de lanzamientos en medio de los dos postes.</li> </ol>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Este ejercicio ayuda al fortalecimiento de la perseverancia y el espíritu de lucha, la autocorrección de errores, y una mayor conciencia corporal.</li> <li>• Desarrolla y trabaja las habilidades, para mejorar la calidad de movimiento, rendimiento deportivo y bienestar físico y mental en general.</li> </ul>
3	Piedra – papel – tijera	Estimular el desarrollo de estrategias, mejorar la tolerancia a la frustración, fomentar el trabajo en equipo. <b>Áreas a Fortalecer : Organización y Gestión del Tiempo y Rendimiento Académico</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Se realiza dos grupos</li> <li>2. Y se ejecutará una pequeña competencia entre el grupo A y B.</li> <li>3. Realizarán el juego piedra papel o tijera el equipo que gane:</li> <li>4. Deberá colocarse tras la línea dibujada con las piernas paralelas y la espalda en dirección al lanzamiento</li> <li>5. Se tendrá el balón frente a él y ejecutará el lanzamiento hacia la parte de atrás</li> </ol> <p>Importante: Después del lanzamiento, el niño puede pisar la línea límite</p> <p>Cada participante tiene dos intentos.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• En esta actividad se estimula la resolución de problemas, la anticipación mental, y la velocidad de reacción.</li> <li>• Estas tres habilidades están interrelacionadas y se complementan entre sí, para abordar desafíos difíciles de manera más efectiva.</li> </ul>
4	Rayuela con casita	Incrementar la orientación de la atención y el afrontamiento de obstáculos. <b>Áreas a Fortalecer : la Memoria de Trabajo</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Se dibujará en el piso una rayuela de forma rectangular con 5 espacios.</li> <li>2. El estudiante debe realizar una carrera de 10 metros antes de llegar a la zona de aproximación.</li> <li>3. Ejecutará un salto y debe caer en uno de los cuadros de la rayuela de casita</li> <li>4. Cada niño debe saltar progresivamente</li> </ol>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Con esta actividad existe un mejor rendimiento, mayor productividad, toma de decisiones más acertadas, reducción de errores, capacidad de aprendizaje mejorada y mejores relaciones interpersonales.</li> <li>• Estas habilidades son valiosas en diversos contextos de la vida y pueden ayudar a alcanzar el éxito en las metas y objetivos.</li> </ul>

**Fase 5: Encuesta a padres de familia**

Según (Grasso, 2006). Asegura que la encuesta es un método de investigación muy importante, su importancia no radica específicamente en que se utilice en tantos estudios de mercado (negocios y política), sino más bien a su contribución potencial al desarrollo del conocimiento en diversas ciencias sociales como la Psicología Social, la Sociología, la Demografía, la Economía, las Ciencias Básicas, etc.

El método de encuesta es una técnica de recopilación de datos que se utiliza para recabar información de individuos o grupos de personas a través de un conjunto de preguntas estructuradas. Consiste en la formulación de un cuestionario o una serie de preguntas estandarizadas que se administran a una muestra representativa de la población que se está estudiando. El objetivo de la encuesta es obtención de datos para comprobar la efectividad del programa

La encuesta es una técnica que se emplea como guía de recolección de información, es un instrumento previamente elaborado, normalmente se le llama de Objetivo Claro, es decir, está conformado por un conjunto de preguntas con opciones de respuestas cerradas o previamente elaboradas.

En el apartado de análisis de resultados se describen una a una las respuestas obtenidas de la encuesta aplicada a los representantes de las escolares que conformaron la investigación.

De acuerdo con Grasso (2006). La encuesta deben ser preguntas concretas y simples, consisten en preguntas semiestructuradas, generadoras de discusión, para la presente investigación se implementaron las siguientes preguntas:

1. Las actividades realizadas fomentaron el interés de todas las niñas del grupo.
2. Las actividades realizadas estimulan el trabajo en equipo.
3. Las actividades realizadas mejoran la habilidad de acatamiento de órdenes.
4. Las actividades realizadas fortalecen la tolerancia a la frustración.
5. Las actividades realizadas mejoran la concentración de la atención.
6. Las actividades realizadas estimulan la resiliencia en los estudiantes.
7. Las actividades realizadas estimulan el desarrollo de estrategias en las niñas del grupo.
8. Las actividades realizadas contribuyen a la disminución de comportamientos impulsivos en los estudiantes.
9. Las actividades realizadas fortalecen la propiocepción.
10. Las actividades realizadas fomentan la inclusión en la clase.

### *Fase 6: Análisis de resultados.*

#### *Resultados de la encuesta sobre la efectividad del programa*

A continuación, se describen los resultados obtenidos tras la aplicación de la encuesta a los padres de familia, de las estudiantes diagnosticadas con TDHA (*los gráficos y tablas se observan en el orden del texto, en el apartado de ilustraciones, tablas, y figuras*). A la pregunta No.1. (Las actividades realizadas fomentaron el interés de todas las niñas del grupo). Los resultados indican que el 68.4% de padres de familia se encuentra totalmente de acuerdo que el programa de Miniatletismo es de interés para las estudiantes, un 28.9% de padres de familia se encuentra de acuerdo que el programa de Miniatletismo es de interés para las estudiantes, un 2.6% se encuentra en desacuerdo.

A la pregunta No. 2. (Las actividades realizadas estimulan el trabajo en equipo). Observamos que el 68.4% de padres de familia se encuentra totalmente de acuerdo que el programa de Miniatletismo estimula el trabajo en equipo, un 28.9% de padres de familia se encuentra de acuerdo que el programa de Miniatletismo estimula el trabajo en equipo, un 2.6% se encuentra en desacuerdo.

A la pregunta No.3. (Las actividades realizadas mejoran la habilidad de acatamiento de órdenes). Los resultados indican que el 81.6% de padres de se encuentra totalmente de acuerdo que el programa de Miniatletismo mejora el acatamiento de órdenes, un 15.8% de padres de familia se encuentra de acuerdo que el programa de Miniatletismo mejora el acatamiento de órdenes, un 2.6% se encuentra en desacuerdo.

A la pregunta No. 4. (Las actividades realizadas fortalecen la tolerancia a la frustración). Los resultados arrojan que el 57.9% de padres de familia se encuentra totalmente de acuerdo que el programa de Miniatletismo fortalece la tolerancia a la frustración, un 42.1% de padres de familia se encuentra de acuerdo que el programa de Miniatletismo fortalece la tolerancia a la frustración.

A la pregunta No. 5. (Las actividades realizadas mejoran la concentración de la atención). Observamos que el 65.8% de padres de familia se encuentra totalmente de acuerdo que el programa de Mini atletismo mejora la concentración de la atención, un 28.9% de padres de familia se encuentra de acuerdo que el programa de Mini atletismo mejora la concentración de la atención, un 5.3% se encuentra indiferente.

A la pregunta No. 6. (Las actividades realizadas estimulan la resiliencia en los estudiantes). Los resultados demuestran que el 56.8% de padres de familia se encuentra totalmente de acuerdo que el programa de Mini atletismo estimula la resiliencia, un 40.5% de padres de familia se encuentra de acuerdo que el programa de Mini atletismo, estimula la resiliencia, un 2.6% se encuentra en desacuerdo.

A la pregunta No. 7. (Las actividades realizadas estimulan el desarrollo de estrategias en las niñas del grupo). A lo cual el 73% de padres de familia se encuentra totalmente de acuerdo que el programa de Mini atletismo estimula el desarrollo de estrategias, un 27% de padres de familia se encuentra de acuerdo que el programa de Mini atletismo estimula el desarrollo de estrategias.

A la pregunta No. 8. (Las actividades realizadas contribuyen a la disminución de comportamientos impulsivos en los estudiantes). Los resultados indican que el 68.4% de padres de familia se encuentra totalmente de acuerdo que el programa de Mini atletismo, disminuye los comportamientos impulsivos en los estudiantes, un 26.3% de padres de familia se encuentra de acuerdo que el programa de Mini atletismo, disminuye los comportamientos impulsivos en los estudiantes, y un 5,3% se encuentra en desacuerdo.

A la pregunta No. 9. (Las actividades realizadas fortalecen la propiocepción). Los resultados indican que el 63.9% de padres de familia se encuentra totalmente de acuerdo que el programa de Mini atletismo fortalece la propiocepción, un 26.3% de padres de familia

se encuentra de acuerdo que el programa de Mini atletismo fortalece la propiocepción, un 5,6% se encuentra indiferente.

A la pregunta No. 10. (Las actividades realizadas fomentan la inclusión en la clase). Los resultados indican que el 68,4% de padres de familia se encuentra totalmente de acuerdo que el programa de Mini atletismo fomenta la inclusión en la clase, un 26.3% de padres de familia se encuentra de acuerdo que el programa de Mini atletismo fomenta la inclusión en la clase, un 2,6% se encuentra en desacuerdo.

### Resultados de la Validación

*Como se puede apreciar en la tabla 2. Validación de Estructura.*

Los expertos coinciden en los siguientes aspectos:

A la pregunta No.1. El 90 % de los expertos coinciden en que la propuesta cuenta con los elementos necesarios para su implementación, el 10% de los expertos considera que los elementos para la implementación del programa son relevantes.

A la pregunta No.2. El 90% de los expertos coinciden en que existe coherencia entre los elementos estructurales y los ejercicios diseñados, el 10% se encuentra en una opinión totalmente relevante

A la pregunta No. 3. El 50% de los expertos mencionan que el programa contiene los elementos generales que debe tener un programa deportivo inclusivo, el otro 50% se encuentra en una opinión bastante relevante.

A la pregunta No. 4. El 80% de los expertos mencionan que la temática responde a las necesidades de los niños con TDHA, el 10% tiene una opinión totalmente relevante y el otro 10% relevante

A la pregunta No. 5. El 90% de expertos mencionan que la propuesta posee las características necesarias para considerarse de

Inclusión Paralela, y el 10% se encuentra en una opinión relevante.

*En cuanto a la validación del contenido*

Los expertos emitieron el siguiente criterio:

A la pregunta No. 1. Los docentes de E.F. y Entrenadores pueden implementar los contenidos con facilidad. El 50 % de los expertos encuentra totalmente relevante la facilidad de implementación del programa y el otro 50 % de los expertos lo encuentra bastante relevante.

A la pregunta No. 2. La estrategia ayuda a potencializar los conocimientos de los docentes y entrenadores relacionados con el TDHA. El 90% de los expertos encuentra bastante relevante que la estrategia ayuda a potencializar los conocimientos de los docentes y entrenadores y el otro 10% de los expertos los encuentra poco relevante.

A la pregunta No. 3. Los contenidos son claros y se sustentan en teorías y fuentes confiables de información. El 90% de los expertos encuentra totalmente relevante la sustentación de los contenidos y el otro 10% de los expertos los encuentra relevante.

A la pregunta No. 4. Las actividades son pertinentes para el nivel y las habilidades de la población a la cual se dirige. El 90 % de los expertos encuentra totalmente relevante la pertinencia de las actividades y el otro 10 % de los expertos lo encuentra bastante relevante.

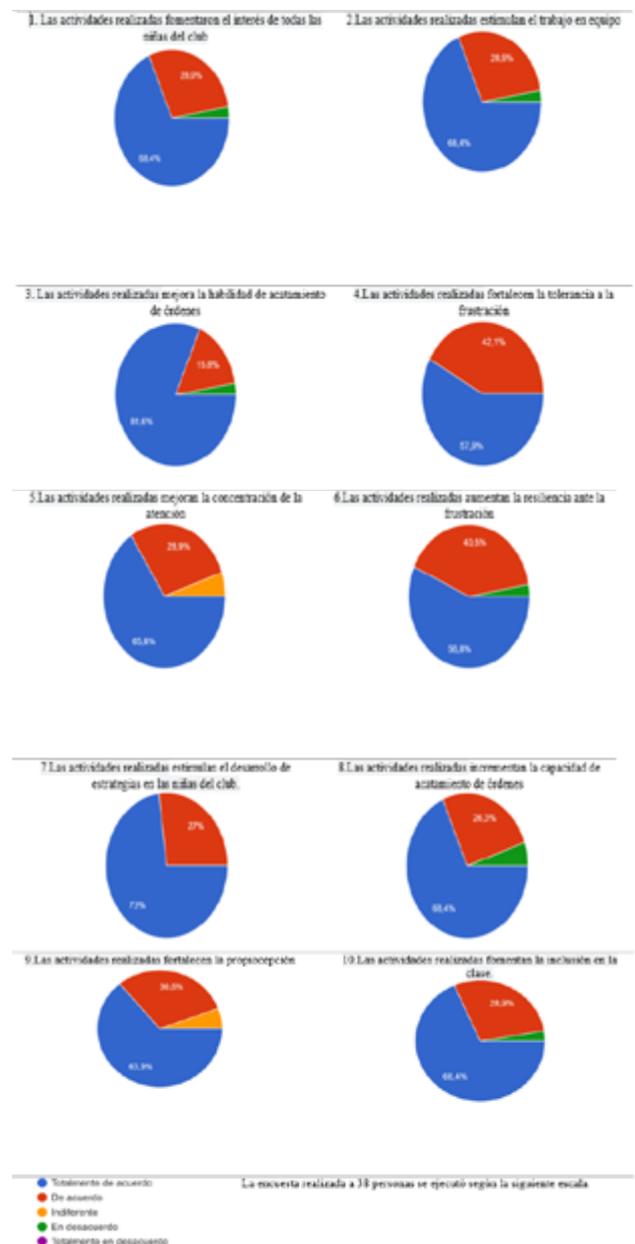
A la pregunta No. 5. Las actividades potencian, fortalecen y desarrollan, las diferentes necesidades de los niños con TDHA. El 50 % de los expertos encuentra bastante relevante las actividades para las diferentes necesidades, el 10 % de los expertos lo encuentra totalmente relevante, el 10% de los expertos lo encuentran poco relevante.

Finalmente, como se pudo apreciar, en los criterios emitidos por los jueces y expertos el 90% de ellos, evalúan los ítems sometidos a evaluación en las categorías totalmente relevante

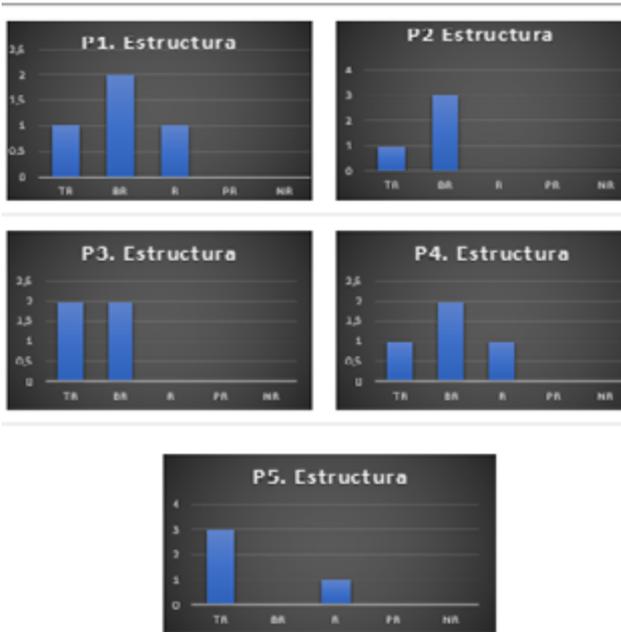
y bastante relevante, lo cual nos permite concluir que el programa propuesto, cuenta con la validación para su implementación.

Otro aspecto de gran relevancia es el factor de que los señalamientos de los expertos no refirieron cambios significativos en la propuesta, los señalamientos realizados correspondían a aspectos en su mayoría de forma, los cuales fueron acatados e implementados en su totalidad, por lo que el programa presentado, ya cuenta con las correcciones mencionadas.

**Figura 4**  
*Resultado de encuestas a padres de escolares*

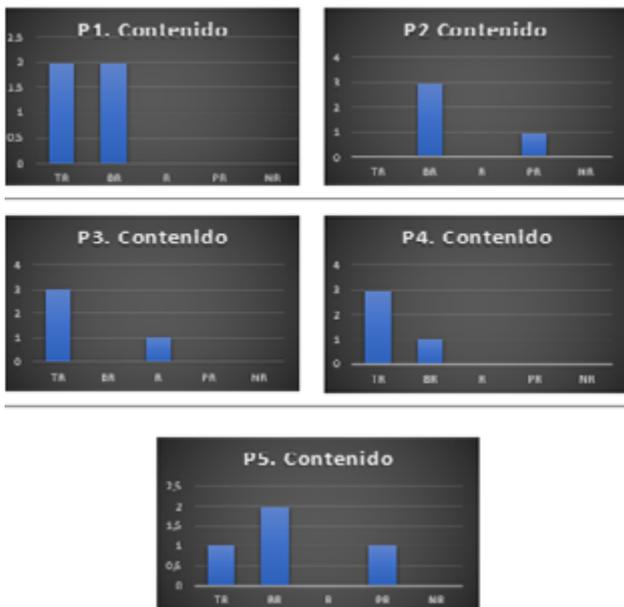


**Figura 5**  
*Validación estructura*



*Nota.* En los resultados se puede observar que los jueces y expertos en su mayoría están totalmente de acuerdo en la estructura del programa de Mini atletismo

**Figura 6**  
*Validación del contenido*



*Nota.* En los resultados se puede observar que los jueces y expertos en su mayoría están totalmente de acuerdo en el contenido del programa de Mini atletismo

## Conclusiones

El proceso de elaboración de este programa de Mini atletismo para la inclusión paralela socioeducativa en escolares con TDAH ha sido una experiencia verdaderamente enriquecedora y gratificante desde el inicio, el definir los objetivos y diseñar el contenido requería una planificación cuidadosa y una comprensión profunda de las necesidades de las escolares. La colaboración con un equipo interdisciplinario de expertos y profesionales fue esencial para garantizar que el programa abordará de manera efectiva los desafíos planteados.

El programa de Mini atletismo para la inclusión paralela socioeducativa en escolares con TDAH mostró ser una estrategia efectiva para el tratamiento de este trastorno, así como su contribución al mejoramiento de las relaciones interpersonales, las habilidades sociales y las cualidades motrices, todo lo anterior, propendiendo a un mejor constructo del autoconcepto de las estudiantes que conformaron esta investigación.

El programa de Mini atletismo para la inclusión paralela socioeducativa en escolares con TDAH se convierte en una herramienta útil para los profesionales a cargo de niños con este diagnóstico, lo que les posibilitará la implementación de actividades específicamente adaptadas para el manejo de las dificultades a las que se enfrentan los niños con TDAH.

El programa de Mini atletismo para la inclusión paralela socioeducativa en escolares con TDAH propende indirectamente al rendimiento escolar de los estudiantes que lo ponen en práctica, ya que, al mejorar su capacidad de atención, el control de su actividad motora excesiva y una mejoría en las relaciones interpersonales con sus pares, se verá reflejado en su quehacer académico.

Los resultados de la encuesta proporcionan una visión profunda de las actitudes, opiniones y necesidades de las escolares con TDAH, es evidente que existe un fuerte interés en el tema abordado y las respuestas reflejan una alta

expectativa de que el mismo sea beneficioso para las escolares. Estos hallazgos validan aún más la importancia de continuar con el desarrollo y la implementación del programa de Mini atletismo

## Discusión

El programa de Mini atletismo para la inclusión paralela socioeducativa en escolares con TDAH se integra de manera permanente en el plan curricular de la institución.

La continuidad garantizará que los beneficios se mantengan a largo plazo, ampliará el alcance a un mayor número de población y contribuirá al mejoramiento de la calidad de vida de los estudiantes con este diagnóstico y el de sus familias.

Involucrar al entorno familiar en el programa para fortalecer el desarrollo de habilidades sociales, el constructo adecuado de su autoconcepto y su autoestima, así como una sana integración en la sociedad

## Referencias Bibliográficas

Abad, L. (2023). El Mini atletismo y las habilidades motrices básicas en la Educación Física en nivel elemental en la Unidad Educativa “María Angélica Carrillo” del Cantón Quito en el año lectivo 2022-2023. Obtenido de <http://www.dspace.uce.edu.ec/bitstream/25000/30338/1/UCE-FCF-UT-ABAD%20LESSLAY.pdf>

Aguilar, G., Demothenes, Y., & Campos, I. (2020). La participación familiar en la inclusión socioeducativa de los educandos con necesidades educativas especiales. Obtenido de [http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1815-76962020000100120](http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1815-76962020000100120)

Aguilar, M., Garcia, C., & Gil del Pino, C. (2021). Efectividad de un programa educativo en Educación Física para fomentar las habilidades socioafectivas y prevenir la violencia en educación primaria. Obtenido de <file:///C:/Users/User/Downloads/Dialnet-EfectividadDe>

UnProgramaEducativoEnEducacionFisicaP-7952366%20(1).pdf

Álvarez, I. (2023). Programa de intervención físico deportivo como tratamiento alternativo para mejorar la salud y la calidad de vida de escolares monterianos con trastorno con déficit de atención con hiperactividad (TDHA). Obtenido de <https://repositorio.unicordoba.edu.co/bitstream/handle/ucordoba/7277/ALVAREZ%20ISRAEL.pdf?sequence=3&isAllowed=y>

American Academy of Pediatrics. (2019). Medicamentos y tratamientos comunes para niños con TDAH. Obtenido de <https://www.healthychildren.org/Spanish/health-issues/conditions/adhd/Paginas/determining-adhd-medication-treatments.aspx>

Carriedo. (2014). Beneficios de la educación física en alumnos diagnosticados con trastorno por déficit de atención con hiperactividad (TDHA). Obtenido de [http://journalshr.com/papers/Vol%206\\_N%201/V06\\_1\\_5.pdf](http://journalshr.com/papers/Vol%206_N%201/V06_1_5.pdf)

Gómez, A., Planes, D., & Gómez, Y. (2019). Acciones metodológicas para contribuir al proceso de Educación Física Inclusiva: una aproximación al tema. Obtenido de [http://scielo.sld.cu/scielo.php?pid=S1815-76962019000100084&script=sci\\_arttext&tlng=en](http://scielo.sld.cu/scielo.php?pid=S1815-76962019000100084&script=sci_arttext&tlng=en)

Grasso, L. (2006). Encuestas: elementos para su diseño y análisis. Editorial Bruja. Argentina: Brujas.

Grijalva, N., & Zapata, J. (2016). Estrategias metodológicas utilizadas por las docentes para la inclusión de estudiantes con capacidades diferentes de educación inicial y primero de básica de la Unidad Educativa Otavalo en el periodo 2014-2015. Obtenido de <http://repositorio.utm.edu.ec/handle/123456789/4876>

Gutiérrez, H., & De la Vara, R. (2004). Análisis y Diseño de Experimentos. McGraw-Hill. México.

- Hehir, T. (2005). *New Directions in Special Education*. Cambridge: Harvard Education Press, M11 1 - 224 pg.
- Hernández, F., Bofill, A., & Niort, J. (2021). *Inclusión en educación física: las claves del éxito para la inclusión del alumnado con capacidades diferentes*. España: INDE.
- IAFF. (2006). *MINIATLETISMO*. Obtenido de <https://www.ligatletismobogota.com/images/pdf-2016/Miniatletismo2007.pdf>
- Isorna Folgar, M. (2013). *Trastorno por déficit de atención con hiperactividad (TDAH)*. España: Servizo de Publicacións da Universidade de Vigo.
- LOD. (2012). *Ley orgánica de discapacidades*. Obtenido de chrome-extension://efaidnbmnnnibpcajpcglclefindmkaj/[https://www.consejodiscapacidades.gob.ec/wp-content/uploads/downloads/2014/02/ley\\_organica\\_discapacidades.pdf](https://www.consejodiscapacidades.gob.ec/wp-content/uploads/downloads/2014/02/ley_organica_discapacidades.pdf)
- López, F. et al, (2019) Validación de instrumentos como garantía de la credibilidad en las investigaciones científicas. *Revista Cubana de Medicina Militar*. 48(2),441-450
- López, G., López, L., & Diaz, A. (2009). *Trastorno por déficit de atención con hiperactividad (TDHA) y actividad física*. Obtenido de <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=5381927>
- López, J., Moreno, R., & López, J. (2021). *Análisis del impacto de un programa deportivo en niños con Trastorno del Espectro del Autismo*. Obtenido de <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=7587475>
- Melo, et al., (2007). *Diseño de Experimentos Métodos y Aplicaciones*. Universidad Nacional de Colombia.
- Morales, D., Maqueira, G., Cuesta, A., & Rojas, R. (2017) *Aprendiendo Miniatletismo*. Obtenido de [https://issuu.com/davidjobmoralesneira/docs/aprendiendo\\_miniatletismo](https://issuu.com/davidjobmoralesneira/docs/aprendiendo_miniatletismo)
- Muñoz, D., Diaz, R., Navarro, J., Camacho, P., Robles, A., Ibáñez, M., Cano, R. (2019). *Mejora de la atención en niños y niñas con tras una intervención física deportiva dirigida*. Obtenido de <https://revistas.um.es/cpd/article/view/360451/271301>
- Olviera, G., & Silva, R. (2016). *Inclusión y la alfabetización de los niños con TDHA un desafío*. Obtenido de [https://www.nucleodoconhecimento.com.br/psicologia-es/alfabetizacao-de-un-nino-con-tdah#:~:text=%E2%80%9CEI%20proceso%20de%20alfabetizaci%C3%B3n%20de,%E2%80%9D%20\(VIGOTSKY%2C%201996\)](https://www.nucleodoconhecimento.com.br/psicologia-es/alfabetizacao-de-un-nino-con-tdah#:~:text=%E2%80%9CEI%20proceso%20de%20alfabetizaci%C3%B3n%20de,%E2%80%9D%20(VIGOTSKY%2C%201996)).
- Pascual, I. (2008). *Trastornos por déficit de atención e hiperactividad (TDAH)*. Obtenido de [http://www.acanpadah.org/documents/AEP\\_-\\_protocolos\\_diagnostico\\_terapeuticos\\_de\\_AEP.Nerurologia\\_pediatria.pdf](http://www.acanpadah.org/documents/AEP_-_protocolos_diagnostico_terapeuticos_de_AEP.Nerurologia_pediatria.pdf)
- Proenza, J. (2020). *Educación Física inclusiva: modelo y paradigma*. Obtenido de <https://repositorio.uho.edu.cu/bitstream/handle/uho/6776/662-Texto%20del%20art%C3%adculo-2880-1-10-20201229.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Rius Sant, J. (2005). *Metodología y técnicas de Atletismo*. España: Paidotribo.
- Rivera, F. (2022). *Los juegos predeportivos en la enseñanza del mini atletismo en escolares de educación general básica media*. Obtenido de <https://repositorio.uta.edu.ec/jspui/bitstream/123456789/34322/1/10.%20EST.%20RIVERA%20LAGUA%20FREDDY%20ADRIANO%20TESIS.pdf>
- Rodríguez, S. Salmón, L. y Palma Villavicencio, M. (2018). *La Investigación: Acción Educativa como una estrategia pedagógica de relación entre lo académico y social*. *Revista Polo del Conocimiento*, 3(12), 149-159.
- Soutullo, Casas, Fernández, J., Quintero, & Ramos. (2014). *Impacto personal, social y económico del TDAH*. Barcelona: EdikaMed.
- Tamayo, C., Roca, M., & Napoles, G. (2017). *La modelación científica: algunas consideraciones teórico-metodológicas*.

Obtenido de <https://santiago.uo.edu.cu/index.php/stgo/article/view/2123/2177>

Tobar, M., & Zurata, J. (2013). Guía metodológica para el perfeccionamiento de la técnica de la carrera en atletas fondistas del club trotahacheros del municipio de Tuquerres-Nariño. Obtenido de <https://bibliotecadigital.univalle.edu.co/server/api/core/bitstreams/fe3e02c0-d530-4fdb-927d-c84b6bddd9/content>

UNESCO. (2021). Inclusión en la atención y la educación de la primera infancia: informe sobre inclusión y educación. Obtenido de [https://unesdoc.unesco.org/ark:/48223/pf0000379502\\_spa](https://unesdoc.unesco.org/ark:/48223/pf0000379502_spa)