

**Programa de enseñanza inclusiva del lanzamiento de la bala a
estudiantes con discapacidad intelectual en la clase de Educación
Física**

**Inclusive teaching program of the shot put to students
with intellectual disabilities in the Physical Education class**

Alan Jesus Lino-Tigrero ¹

**Universidad Bolivariana del Ecuador - Ecuador
ajlinot@ube.edu.ec**

Manuel Fabricio Martillo-Navarrete ²

**Universidad Bolivariana del Ecuador - Ecuador
mfmartillon@ube.edu.ec**

Lenin Esteban Loaiza-Dávila ³

**Universidad Bolivariana Del Ecuador - Ecuador
leloizad@ube.edu.ec**

Giceya De La Caridad Maqueira-Caraballo ⁴

**Universidad Bolivariana del Ecuador - Ecuador
gdmaqueirac@ube.edu.ec**

doi.org/10.33386/593dp.2024.5.2615

V9-N5 (sep-oct) 2024, pp 511-526 | Recibido: 28 de junio del 2024 - Aceptado: 08 de agosto del 2024 (2 ronda rev.)

1 ORCID: <http://orcid.org/0009-0001-7348-5518>

2 ORCID: <http://orcid.org/0009-0004-4890-2377>

3 ORCID: <http://orcid.org/0000-0002-5769-2795>

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

Cómo citar este artículo en norma APA:

Lino-Tigrero, A., Martillo-Navarrete, M., Loaiza-Dávila, L., Maqueira-Caraballo, G., (2024). Programa de enseñanza inclusiva del lanzamiento de la bala a estudiantes con discapacidad intelectual en la clase de Educación Física. 593 Digital Publisher CEIT, 9(5), 511-526, <https://doi.org/10.33386/593dp.2024.5.2615>

Descargar para Mendeley y Zotero

RESUMEN

Estudio desarrollado con el objetivo de diseñar un programa de enseñanza inclusiva del lanzamiento de la bala para estudiantes con discapacidad intelectual en clases de Educación Física, utilizando un enfoque mixto que combinó métodos cuantitativos y cualitativos para su validación. La muestra incluyó 14 estudiantes de primer año de Bachillerato General Unificado en edades entre 16 y 17 años, 2 de los cuales presentaban un diagnóstico de discapacidad intelectual (leve y moderada) y 12 se consideraban convencionales. El programa, con una duración de ocho semanas y dos sesiones de 40 minutos por semana, se diseñó para mejorar la inclusión y participación de todos los estudiantes. Los resultados cuantitativos mostraron mejoras significativas en las habilidades técnicas como la técnica de lanzamiento, fuerza, potencia y coordinación corporal, comprobados estadísticamente a través de la prueba de Wilcoxon presentando diferencias significativas en todos los parámetros evaluados en un nivel de $P \leq 0,05$. Complementariamente, el planteamiento cualitativo a través de un estudio de caso, destacó un aumento en la confianza y autonomía de los estudiantes, evidenciando una mejor capacidad para seguir instrucciones y solicitar retroalimentación.

Palabras claves: enseñanza inclusiva, lanzamiento de la bala, discapacidad intelectual, clase de educación física

ABSTRACT

Study developed with the objective of designing an inclusive teaching program of the shot put for students with intellectual disabilities in Physical Education classes, using a mixed approach that combined quantitative and qualitative methods for its validation. The sample included 14 first-year Unified General Baccalaureate students aged 16-17 years, 2 of whom presented a diagnosis of intellectual disability (mild and moderate) and 12 were considered conventional. The program, with a duration of eight weeks and two 40-minute sessions per week, was designed to improve the inclusion and participation of all students. Quantitative results showed significant improvements in technical skills such as throwing technique, strength, power and body coordination, statistically proven through the Wilcoxon test presenting significant differences in all parameters evaluated at a level of $P \leq 0.05$. Complementarily, the qualitative approach through a case study, highlighted an increase in students' confidence and autonomy, evidencing a better ability to follow instructions and request feedback.

Keywords: inclusive education, shot put, intellectual disability, physical education class.

Introducción

La discapacidad intelectual (DI) afecta diversas áreas del desarrollo individual, incluidas las capacidades físicas, cognitivas y de aprendizaje, presentando retos únicos en el contexto educativo y, en particular, en la Educación Física (EF) (Palma et al., 2024). Estudiantes con esta condición pueden enfrentar dificultades en la coordinación motora, el entendimiento de instrucciones complejas, y la retención de información a largo plazo, lo que requiere adaptaciones específicas para su efectiva participación e inclusión en actividades físicas y deportivas (Cañadas y Calle, 2020).

La EF juega un papel crucial en el desarrollo holístico de todos los estudiantes, promoviendo no solo la salud física sino también la socialización, la autoestima y las habilidades de trabajo en equipo (Abellán y Segovia, 2021). Sin embargo, la inclusión de estudiantes con DI en la EF plantea desafíos significativos, necesitando enfoques pedagógicos y metodologías que acomoden sus necesidades específicas de aprendizaje, promoviendo así un entorno educativo verdaderamente inclusivo.

Chauca y Rosero (2021) determinan que a pesar de los beneficios conocidos y la importancia de la inclusión, existen desafíos significativos que limitan la participación de estudiantes con DI en la EF. Estos desafíos incluyen la falta de recursos y materiales adaptados, capacitación insuficiente de los docentes en prácticas inclusivas, y barreras actitudinales y estructurales dentro de las instituciones educativas (Fernández-Batanero). La falta de programas específicamente diseñados para abordar las necesidades de estos estudiantes puede resultar en experiencias de exclusión, disminución de la motivación para participar en actividades físicas y, en última instancia, en una oportunidad reducida para su desarrollo integral (Erofeeva et al., 2019).

La EF inclusiva es fundamental para el desarrollo integral de todos los estudiantes, incluidos aquellos con discapacidades. A través de prácticas inclusivas, la EF no solo promueve el bienestar físico y mental, sino que también

contribuye a la construcción de un entorno escolar caracterizado por la igualdad, el respeto y la valoración de la diversidad (Hernández Álvarez et al., 2019). Los programas de EF que adoptan un enfoque inclusivo son esenciales para asegurar que todos los estudiantes, independientemente de sus capacidades físicas o cognitivas, tengan las mismas oportunidades de participar, aprender y disfrutar de los beneficios de la actividad física (Marín-Suelves y Ramón-Llin, 2021).

La actividad física juega un papel crucial en el desarrollo de estudiantes con DI, ofreciendo mejoras significativas en su salud física, habilidades motoras, y bienestar emocional. (Proenza-Pupo, 2020). Además, la participación en actividades deportivas y recreativas fomenta el desarrollo de habilidades sociales, la autonomía, y la autoestima (Fonseca y Gonzalez, 2019). Estudios anteriores mencionados por Molina y Beltrán (2007) han demostrado que la inclusión en actividades físicas puede mejorar significativamente la calidad de vida de estos estudiantes, facilitando su integración social y promoviendo una mayor comprensión y aceptación entre pares.

La EF inclusiva se fundamenta en el principio de que todos los estudiantes, independientemente de sus capacidades, deben tener acceso a las mismas oportunidades de aprendizaje y participación. Esto implica la adaptación de las actividades, el uso de equipos modificados, y la implementación de estrategias de enseñanza diferenciadas que permitan a los estudiantes con DI participar plenamente junto a sus compañeros (Lavega et al., 2014).

Dentro del marco de la EF inclusiva, la práctica del atletismo ofrece una plataforma valiosa para la integración de estudiantes con DI, dadas sus diversas disciplinas y la posibilidad de adaptarlas para atender a un amplio rango de habilidades y necesidades. (Bota et al., 2014) Sin embargo, disciplinas como el lanzamiento de la bala requieren una atención particular debido a la precisión técnica, la coordinación y la fuerza que implican, desafiando las capacidades físicas y cognitivas de estos estudiantes (Abellán Hernández, 2013).

El lanzamiento de la bala, como evento atlético, presenta desafíos únicos para estudiantes con DI. Estos desafíos incluyen la complejidad de la técnica de lanzamiento, la necesidad de coordinación y fuerza específicas, y la comprensión de las reglas específicas del deporte (Al-Aqra y Al-Mallahi, 2022). Sin las adaptaciones necesarias y el apoyo adecuado, estos estudiantes pueden enfrentar barreras significativas para la participación efectiva, lo que limita su capacidad para beneficiarse de esta actividad deportiva y, por extensión, de las oportunidades de inclusión y desarrollo personal que ofrece.

Los métodos y metodologías de enseñanza inclusiva del atletismo y, específicamente, del lanzamiento de la bala, deben ser diseñados considerando las características únicas de aprendizaje de los estudiantes con DI. Esto incluye el uso de instrucciones claras y concisas, el desglose de las técnicas en pasos más pequeños y manejables, el refuerzo positivo continuo, y la adaptación del equipo y las reglas para asegurar la participación y el éxito de todos los estudiantes (Solís y Borja, 2021).

Los componentes necesarios que se deben abarcar en la enseñanza e inclusión de estudiantes con DI en la práctica de una disciplina deportiva se establecen en base a la combinación de los objetivos de desarrollo motriz e inclusivos, tomando en cuenta las especificidades de la discapacidad en este caso intelectual:

Técnica de lanzamiento: La enseñanza de la técnica de lanzamiento debe ser accesible y comprensible para todos los estudiantes, independientemente de sus habilidades cognitivas o físicas. Esto implica desglosar la técnica en componentes más pequeños y manejar cada uno a través de instrucciones claras y demostraciones prácticas. El uso de ayudas visuales, como diagramas y videos, puede mejorar significativamente la comprensión y el aprendizaje de los estudiantes con DI (Wilkinson et al., 2021). Además, el feedback individualizado y el refuerzo positivo son cruciales para mantener la motivación y el interés en el aprendizaje (Hamby et al., 2019).

Fuerza y potencia: El desarrollo de fuerza y potencia en los estudiantes con DI puede abordarse mediante actividades adaptadas que sean tanto seguras como estimulantes. Ejercicios que utilizan el propio peso del cuerpo o equipos de baja resistencia, ajustados a las capacidades de cada estudiante, pueden ser implementados para mejorar gradualmente su condición física. (Top y Akil, 2023). La inclusión de juegos y actividades lúdicas que promuevan la participación activa es fundamental para que la experiencia sea gratificante y fomente el progreso continuo.

Coordinación corporal: Mejorar la coordinación corporal requiere una aproximación que integre el movimiento con el ritmo y el equilibrio. Actividades que impliquen lanzar y atrapar objetos de diferentes tamaños y pesos, así como ejercicios de equilibrio y coordinación mano-ojo, pueden adaptarse a diferentes niveles de habilidad para asegurar que todos los estudiantes se beneficien (Pitetti et al., 2017). La práctica repetida en un ambiente de apoyo permite a los estudiantes con DI avanzar a su propio ritmo.

Comprensión de las reglas: La enseñanza de las reglas del lanzamiento de la bala debe ser interactiva y ajustada a las capacidades de comprensión de los estudiantes con DI. Utilizar lenguaje sencillo, ejemplos concretos y simulaciones de juego donde puedan practicar las reglas en situaciones reales ayuda a consolidar su entendimiento (Crisorio, 2020). La participación de los estudiantes en la creación de versiones simplificadas de las reglas puede fomentar una mayor implicación y apreciación del deporte.

Valoración de la diversidad: Fomentar un ambiente que valore la diversidad implica celebrar las diferencias individuales y promover la inclusión activa de todos los estudiantes. Actividades que permitan a los estudiantes expresarse, compartir sus experiencias y aprender de las de otros, pueden ser particularmente efectivas (Carrillo y Moscoso, 2022). El reconocimiento de los logros de cada estudiante, sin importar el tamaño de sus avances, refuerza la importancia de la diversidad como una fortaleza dentro del grupo.

Adaptación a las necesidades individuales: La clave para una enseñanza exitosa del lanzamiento de la bala en un entorno inclusivo radica en la adaptación flexible a las necesidades individuales. Esto puede incluir la modificación de equipos, la personalización de las actividades de entrenamiento y la adaptación de los métodos de evaluación para reflejar el progreso personal en lugar de comparaciones estandarizadas (Castillo y Larreal, 2023). El enfoque en las capacidades y el progreso individual promueve un sentido de logro y pertenencia entre todos los estudiantes.

Incorporar estos elementos en la enseñanza y evaluación del lanzamiento de la bala no solo mejora las habilidades deportivas de los estudiantes con DI, sino que también promueve un entorno de aprendizaje inclusivo y respetuoso, donde todos los estudiantes pueden participar plenamente y beneficiarse de la experiencia educativa.

Con este fundamento teórico podemos determinar que la problemática se agrava por la escasez de programas y materiales didácticos adaptados específicamente para el aprendizaje y la práctica del lanzamiento de la bala por parte de estudiantes con DI. Esta falta de adaptaciones se traduce en una menor participación y disfrute de estos estudiantes en el deporte. Es crucial desarrollar estrategias pedagógicas y materiales que consideren las necesidades específicas de aprendizaje, permitiendo una experiencia deportiva enriquecedora y accesible para todos.

La inclusión educativa, especialmente en el ámbito de la EF, se ha convertido en un tema de creciente importancia en las últimas décadas. Sin embargo, aún persisten desafíos significativos al tratar de integrar efectivamente a estudiantes con discapacidades, en particular, aquellos con DI, en actividades físicas y deportivas que son parte esencial de un currículo equilibrado y saludable. El lanzamiento de la bala, como disciplina atlética, implica un complejo conjunto de habilidades técnicas, físicas y cognitivas, que pueden presentar barreras particulares para estos estudiantes (Escalante et al., 2022)

La problemática se centra en la observación de que, a menudo, los programas de EF no están adecuadamente adaptados para satisfacer las necesidades de los estudiantes con DI, limitando su participación, aprendizaje y disfrute en igualdad de condiciones con sus compañeros. Esta limitación no solo afecta el desarrollo de habilidades físicas sino también impide la plena inclusión y valoración de la diversidad en el entorno educativo, contribuyendo a la perpetuación de estigmas y la exclusión social (Ruiz et al., 2024)

En este contexto, el objetivo de la presente investigación es diseñar y a través de un proceso investigativo validar la efectividad de un programa de enseñanza inclusiva del lanzamiento de la bala específicamente adaptado para estudiantes con DI en la clase de EF. Se buscó explorar cómo las adaptaciones metodológicas y pedagógicas pueden facilitar la participación efectiva y el disfrute de estos estudiantes en el atletismo, contribuyendo a su desarrollo físico, cognitivo y social, y promoviendo una cultura de inclusión y respeto por la diversidad en el entorno escolar.

Este enfoque integral no solo atiende a las necesidades específicas de los estudiantes con DI, sino que también enriquece la experiencia educativa para toda la comunidad escolar, subrayando la importancia de la adaptabilidad, la comprensión y el apoyo mutuo en la creación de un ambiente de aprendizaje inclusivo y equitativo.

Método

La población de estudio estuvo representada por un total de 290 estudiantes del Bachillerato General Unificado (BGU) de una Unidad Educativa del cantón La Libertad, provincia de Santa Elena, Ecuador. A través de un muestreo no probabilístico por voluntariado, se seleccionó una muestra conformada por un total de 14 estudiantes (2 con presencia de DI y 12 estudiantes convencionales) del primer año de BGU. En relación al género de la muestra, existió un mayor porcentaje del grupo masculino (n=8 - 57,1%) y un menor porcentaje (n=6 - 42,9%) del

grupo femenino, destacando que los estudiantes con DI pertenecían al **género masculino. La edad se estableció entre 16 y 17 años con una media de 16,14 ±0,36 años.**

El Estudiante A (16 años), diagnosticado por el Departamento de Bienestar Estudiantil (DBE) con una DI leve, con necesidades de supervisión y apoyo continuo para manejar actividades de la vida diaria y mejorar sus habilidades de comunicación. Desde el punto de vista educativo, presentaba un potencial notable en la práctica de actividades físicas. Su Plan Educativo Individualizado (PEI) incorporaba la asignatura de EF mediante actividades estructuradas, juegos dirigidos y prácticas deportivas, utilizando recursos visuales y táctiles para facilitar su aprendizaje y participación.

El Estudiante B (17 años), diagnosticado clínicamente por el DBE con una DI moderada, requería intervenciones consistentes para apoyar su comportamiento y habilidades sociales, así como ayuda en la gestión de su interacción efectiva con otros durante su etapa escolar. En lo educativo, se benefició significativamente de la participación en la asignatura de EF, especialmente en actividades que mejoraron sus habilidades motoras gruesas. Su PEI enfatizaba ejercicios físicos y deportes adaptados y rutinas que promovieron su coordinación y seguimiento de instrucciones, facilitados por personal capacitado.

El estudio se planteó en base a un enfoque mixto, de tipo por diseño secuencial explicativo planteado por Tashakkori y Teddlie (2003), con un pre-experimental, de alcance aplicativo-explicativo, en el abordaje cuantitativo y un estudio de caso en el abordaje cualitativo con el objetivo fue explorar cómo la propuesta de intervención influyó en su participación, desarrollo de habilidades sociales y físicas, y percepción de inclusión.

El pre-experimento se desarrolló bajo la técnica de la observación y como instrumento una ficha de observación diseñada para evaluar la inclusión en la práctica de los lanzamientos, planteada y editada por Bolívar (2024) a

través de la plataforma edutekaLab, a partir del modelo ChatGPT 3.5 (OpenAI), abierta al acceso bajo la Licencia Creative Commons Atribución-NoComercial 4.0 Internacional. Para la aplicación científica y en base a la pertinencia del instrumento para la investigación, este paso por una validación estadística con un alfa de Cronbach de 0.82 que indicó una buena consistencia interna. La ficha contemplo los parámetros: P1 (Técnica de lanzamiento); P2. (Fuerza y potencia); P3 (Coordinación corporal); P4. (Comprensión de las reglas); P5. (Valoración de la diversidad) y P6. (Adaptación a las necesidades individuales). Estadísticamente se comprobaron diferencias significativas utilizando el programa SPSS versión 26 bajo la prueba no paramétrica de Wilcoxon en base a la anormalidad de sus datos comprobada a través de la prueba Shapiro-Wilk.

El estudio de caso se desarrolló utilizando entrevistas con los estudiantes, padres y educadores, junto con evaluaciones de desempeño y análisis temático de observaciones y diarios de actividad, el estudio buscó identificar mejoras y desafíos en la integración de estos estudiantes en actividades grupales.

Todas las acciones se enfatizaron en mantener la ética mediante el consentimiento informado y la confidencialidad aceptada por sus representantes legales, asegurando que todas las interacciones se manejen con respeto y sensibilidad hacia los participantes que accedieron de manera voluntaria bajo el conocimiento de no existir ninguna exposición a riesgos físicos o psicológicos.

Propuesta de intervención

Nombre: Programa de enseñanza inclusiva del lanzamiento de la bala a estudiantes con discapacidad intelectual en la clase de Educación Física”

Objetivos del Programa:

Promover la inclusión: Garantizando que todos los estudiantes, independientemente de sus

capacidades, puedan participar activamente en actividades del atletismo.

Desarrollar habilidades motrices:
Fomentando el desarrollo de habilidades motrices básicas y específicas del atletismo, adaptadas a las capacidades de cada estudiante.

Fomentar la socialización y el trabajo en equipo: Incentivando la interacción entre todos los estudiantes, fomentando valores como el respeto, la empatía y el trabajo en equipo.

Mejorar la autoestima y confianza:
A través del logro de metas personales en el deporte, mejorar la percepción que tienen de sí mismos los estudiantes con DI.

Duración: El programa duró 8 semanas con 2 sesiones a la semana de 40 minutos, resaltando la inclusión y roles de los estudiantes con DI y sin ella.

Ver tabla 1.

Cada semana, el programa reforzó la comunicación abierta, el respeto mutuo y el aprendizaje conjunto. Los estudiantes sin DI aprendieron a adaptarse y ser sensibles a las necesidades de sus compañeros, mientras que los estudiantes con DI se empoderaron a través de roles activos y de liderazgo, fomentando un ambiente inclusivo donde todos pudieron prosperar.

Adaptaciones Específicas

Para garantizar la inclusión y el progreso de los estudiantes con DI, se aplicaron las siguientes adaptaciones:

Uso de material didáctico visual y táctil para la enseñanza de técnicas y reglas.

Sesiones de práctica más cortas y específicas para mantener la concentración y el interés.

Apoyo individualizado cuando fue necesario, con la posibilidad de ajustar el ritmo de aprendizaje según las necesidades del estudiante.

La propuesta abordó las dificultades identificadas a través de la aplicación de la ficha de observación en la etapa denominada PRE intervención, ofreciendo soluciones específicas dentro del contexto de un programa de enseñanza inclusiva del lanzamiento de la bala. A continuación, se detalla **cómo cada dificultad principal quedó resuelta:**

1. Bajo nivel en la técnica de lanzamiento

Solución propuesta: A través de una instrucción detallada y adaptada en las primeras semanas, se puso énfasis en la técnica de lanzamiento, asegurando que se entiendan los fundamentos. Se utilizaron **métodos visuales y táctiles, adecuados para estudiantes con DI**, y se fomentó la tutoría entre pares, donde los estudiantes sin DI ayudaron a sus compañeros a mejorar la técnica, promoviendo un aprendizaje inclusivo.

2. Deficiencias en fuerza, potencia y coordinación corporal

Solución propuesta: Se incorporaron ejercicios específicos para el desarrollo de fuerza y potencia, así como para mejorar la coordinación. Estos ejercicios fueron adaptados para ser accesibles a estudiantes con DI, con ajustes en intensidad y complejidad según las necesidades individuales. Los estudiantes sin DI participan en estos ejercicios como modelos y apoyo, creando un ambiente de motivación y superación conjunta.

3. Comprensión limitada de las reglas

Solución propuesta: La enseñanza de las reglas se hizo interactiva y se presentó de manera que sea fácilmente comprensible para todos. Se utilizaron recursos visuales y prácticos, como juegos y actividades de role-playing, donde los estudiantes con DI pudieron aprender las reglas en un contexto aplicado y los estudiantes sin DI actuaron como facilitadores y compañeros de aprendizaje.

Tabla 1.
Planificación de actividades

Semana	Objetivo	Actividades	Momentos de inclusión
Semana 1-2: Introducción y adaptación	Familiarizar a los estudiantes con el equipo y las técnicas básicas del lanzamiento de la bala, con especial énfasis en la fase de preparación.	Presentación de equipos y materiales adaptados. Ejercicios de sensibilización para valorar la diversidad y promover la inclusión. Prácticas de posicionamiento básico y manejo de la bala. Ejercicios de coordinación y fuerza ligera, como el equilibrio y el desplazamiento de peso.	<i>Talleres de sensibilización:</i> Actividades grupales diseñadas para fomentar la empatía y la comprensión hacia las diferencias individuales. Estos talleres pueden incluir dinámicas de role-playing y testimonios. <i>Actividades de presentación mutua:</i> Cada estudiante, con y sin discapacidad, comparte algo sobre sí mismo, fomentando la conexión personal y la inclusión desde el inicio. <i>Rol de los estudiantes sin DI:</i> Actúan como mentores o compañeros de apoyo durante los ejercicios prácticos, promoviendo un ambiente de aprendizaje cooperativo. <i>Rol de los estudiantes con DI:</i> Son alentados a expresar sus preferencias, necesidades y habilidades, fortaleciendo su agencia y participación activa en el proceso de aprendizaje.
Semana 3-4: Técnica de lanzamiento y trabajo de fuerza	Profundizar en la técnica de lanzamiento, con atención en la fase de construcción del momentum y el desarrollo de la fuerza y potencia.	Ejercicios específicos para mejorar la técnica de lanzamiento (fase de preparación y construcción del momentum). Rutinas de fuerza adaptadas, centradas en el tren inferior y superior. Juegos y actividades que mejoren la coordinación corporal.	<i>Actividades de colaboración:</i> Diseñar ejercicios en parejas o pequeños grupos que requieran trabajo en equipo para completar tareas de lanzamiento de la bala, incentivando la interdependencia positiva. <i>Sesiones de feedback mutuo:</i> Espacios seguros donde los estudiantes pueden ofrecer y recibir retroalimentación constructiva, fomentando el respeto y la mejora continua. <i>Rol de los estudiantes sin DI:</i> Ayudan en la adaptación de ejercicios, asegurando que todos puedan participar de manera efectiva y segura. <i>Rol de los estudiantes con DI:</i> Participan como líderes de pequeños grupos, reforzando su confianza y habilidades sociales.
Semana 5-6: Comprensión de las reglas y desarrollo de la coordinación	Reforzar la comprensión de las reglas del lanzamiento de la bala y la coordinación corporal en el contexto del lanzamiento.	Sesiones teóricas interactivas sobre las reglas del lanzamiento de la bala. Simulaciones de competencias para aplicar las reglas en un entorno práctico. Ejercicios de coordinación avanzada y práctica de las fases del lanzamiento con énfasis en la transición fluida entre ellas.	<i>Juegos de roles:</i> Alternar roles dentro de la actividad de lanzamiento de bala para que todos experimenten diferentes perspectivas (lanzador, juez, espectador). <i>Debates guiados:</i> Reflexión sobre la importancia de las reglas y cómo estas pueden adaptarse para ser más inclusivas. <i>Rol de los estudiantes sin DI:</i> Facilitan la explicación de las reglas y apoyan a sus compañeros para asegurar la comprensión y aplicación. <i>Rol de los estudiantes con DI:</i> Contribuyen con ideas sobre cómo hacer las actividades más accesibles, fomentando la innovación y adaptabilidad.
Semana 7-8: Refinamiento técnico y valoración de la diversidad	Refinar las habilidades técnicas de lanzamiento y fomentar la valoración de la diversidad y la adaptación a las necesidades individuales.	Análisis individual para corrección técnica. Creación de parejas o grupos mixtos (estudiantes con y sin discapacidad) para el entrenamiento, promoviendo la adaptación y el apoyo mutuo. Competencias amistosas que incluyan diferentes roles, no solo como lanzadores sino también como jueces, para una comprensión completa del deporte y sus reglas.	<i>Competencia amistosa inclusiva:</i> Organizar una competencia de lanzamiento de la bala donde se celebren los logros personales y se premie la colaboración y el espíritu deportivo, más allá del rendimiento físico. <i>Ceremonia de reconocimiento:</i> Un evento para reconocer los esfuerzos y contribuciones de todos los estudiantes, resaltando los logros en inclusión y cooperación. <i>Rol de los estudiantes sin DI:</i> Se convierten en aliados activos, asegurando que las competencias y ceremonias sean accesibles y disfrutables para todos. <i>Rol de los estudiantes con DI:</i> Son voceros de sus experiencias, compartiendo lo que han aprendido y cómo se han sentido incluidos y valorados a lo largo del programa.

4. Necesidad de valoración de la diversidad

Solución propuesta: A lo largo del programa, se implementaron momentos específicos dedicados a la sensibilización y la valoración de la diversidad. Se organizaron actividades que permitieron a los estudiantes expresar sus experiencias y aprender de las de los demás, fomentando el respeto y la empatía. Los estudiantes sin DI tuvieron un rol activo en la promoción de un ambiente inclusivo, actuando como aliados y defensores de la inclusión.

5. Adaptación a las necesidades individuales

Solución propuesta: El programa fue flexible y permitió ajustes individuales en las actividades, la intensidad del entrenamiento y los métodos de enseñanza. Los entrenadores y educadores estuvieron atentos a las necesidades individuales, ofreciendo apoyo personalizado. Los estudiantes sin DI fueron entrenados para reconocer y respetar estas necesidades, promoviendo un entorno de apoyo mutuo.

Orientaciones metodológicas para la implementación

Formación del personal: Capacitar a los docentes sobre técnicas inclusivas, adaptaciones necesarias para la discapacidad intelectual, y sensibilización sobre diversidad y discapacidad.

Material didáctico adecuado: Utilizar recursos visuales y táctiles para explicar técnicas y reglas, asegurando que el material sea comprensible y accesible para estudiantes con discapacidad intelectual.

Estructura de sesiones adaptadas: Diseñar las sesiones con actividades que alternen entre movimientos y descansos adecuados para mantener la concentración y el interés de todos los estudiantes.

Entorno de aprendizaje inclusivo: Crear un ambiente seguro y acogedor donde todos los estudiantes, independientemente de sus habilidades, se sientan valorados y puedan participar activamente.

Estrategias para la evaluación del programa

Evaluación continua: Implementar un sistema de seguimiento continuo donde se evalúen tanto los avances técnicos en el lanzamiento de la bala como las habilidades sociales y emocionales desarrolladas.

Feedback de los estudiantes y padres: Recoger retroalimentación regularmente de los estudiantes y padres sobre el programa, lo que ayudará a ajustar y mejorar las actividades y métodos de enseñanza.

Observaciones directas: Utilizar fichas de observación para registrar el progreso y la participación de cada estudiante en las actividades, prestando especial atención a las adaptaciones y la interacción entre pares.

Evaluación Pre y Post intervención: Realizar evaluaciones al inicio y al final del programa para medir los cambios en las habilidades motrices, la comprensión de las reglas del deporte, y la autoestima y confianza de los estudiantes.

Análisis de caso: Realizar estudios de caso detallados para algunos estudiantes para explorar en profundidad el impacto del programa en su desarrollo físico, emocional y social.

Eventos de demostración: Organizar eventos o competencias al final del programa donde los estudiantes puedan demostrar sus habilidades y aprendizajes ante una audiencia, proporcionando una evaluación práctica y motivadora de su progreso.

Resultados

La aplicación del instrumento cuantitativo establecido en la metodología de investigación, tanto en el periodo Pre como Post intervención, permitieron analizar los resultados de cada uno de los parámetros de la enseñanza inclusiva y de manera general. Los resultados se presentan por grupos por presencia de la DI y de manera general en toda la muestra de estudio.

Tabla 2
Resultados de los parámetros de la enseñanza inclusiva por periodos de estudio.

P	Sin DI (n=12 – 87,5%)				Con DI (n=2 – 14,3%)				Total (n=14 – 100%)				Sig.
	PRE		POST		PRE		POST		PRE	POST	PRE	POST	
	M	DS±	M	DS±	M	DS±	M	DS±	M	DS±	M	DS±	
P1	2,1	0,52	2,5	0,52	2	-	3	-	2,1	0,48	2,6	0,51	0,008*
P2	1,9	0,52	2,3	0,65	1	-	2	-	1,8	0,58	2,3	0,61	0,008*
P3	1,8	0,62	2,2	0,39	1,5	0,71	2,5	0,71	1,7	0,61	2,2	0,43	0,038*
P4	1,7	0,65	1,9	0,67	1,5	0,71	1,5	0,71	1,6	0,63	1,9	0,66	0,083**
P5	1,9	0,52	2,3	0,45	1	-	2	-	1,8	0,58	2,2	0,43	0,014*
P6	1,6	0,79	2	0,60	1,5	0,7	2	-	1,6	0,76	2	0,56	0,014*
EI	10,9	2,28	13,2	2,08	8,5	0,71	13	1,41	10,6	2,28	13,1	1,96	0,003*

Nota. Análisis descriptivo de valores medios (M), desviaciones estándares (DS±) con niveles de significación estadística en un nivel de $P \leq 0,05$ (*) y $P > 0,05$ (**) de los parámetros (P) de la enseñanza inclusiva (EI).

El análisis de los resultados obtenidos, evidenció que los parámetros P1 (Técnica de lanzamiento), P2. (Fuerza y potencia) y P3 (Coordinación corporal) presentaron mejores diferencias descriptivas entre los periodos Post y Pre intervención en 0,5 puntos, mejorando el puntaje de enseñanza inclusiva del lanzamiento. Entre los parámetros restantes P5. (Valoración de la diversidad) y P6. (Adaptación a las necesidades individuales), la diferencia fue menor (0,4), y en el parámetro P4. (Comprensión de las reglas) el valore de diferencia fue de 0,3.

A nivel estadístico en los parámetros P1, P2, P3, P5 y P6, existieron diferencias significativas determinadas por la prueba de Wilcoxon, al igual que en el puntaje de enseñanza inclusiva en un nivel de $P \leq 0,05$ determinando la efectividad de propuesta y solo en el parámetro P4. (Comprensión de las reglas) no se evidencio diferencias con un valor de $P > 0,05$.

Los puntajes de Enseñanza inclusiva tanto en el periodo PRE como POST intervención, permitieron categorizar a la muestra de estudio en niveles de inclusión, los cuales a través de una tabla cruzada evidenciaron la migración a niveles superiores posterior a la aplicación de la propuesta de programa de enseñanza inclusiva

del lanzamiento de la bala para estudiantes con DI en la clase de EF.

Tabla 3
Análisis cruzado entre los niveles de enseñanza inclusiva por periodos de estudio

Presencia de discapacidad	Nivel de enseñanza inclusiva del lanzamiento PRE	Bajo	Nivel de enseñanza inclusiva del lanzamiento POST		
			Medio	Alto	
Sin DI	8	Bajo	1	6	1
	2	Medio	0	1	1
	2	Alto	0	0	2
	12	Total	1	7	4
Con DI	2	Bajo	-	2	-
	2	Total	-	2	-

El cruce efectuado evidencio que en el grupo sin DI, el mayor porcentaje de estos se encontraba en un nivel “bajo” de enseñanza inclusiva, migrando en su mayoría a un nivel medio, uno sin mejoras en el mismo nivel “bajo” y uno en un nivel “alto”. Los estudiantes con DI ascendieron de un nivel bajo a un nivel medio posterior a la aplicación de la propuesta.

El estudio de caso presento los siguientes resultados según sus fases:

Ver tabla 4.

Tabla 4
Resultados del estudio de caso

Fases del estudio de caso	Planteamientos	Resultados
Fase de planificación y preparación	Inicialmente, se seleccionaron a los Estudiante A y Estudiante B (estudiantes con DI), padres de familia y educadores.	Se prepararon las entrevistas semiestructuradas y diseñaron herramientas de observación y evaluación de desempeño adaptadas a las necesidades de estos estudiantes.
Recolección de datos inicial	<p>Preguntas de entrevista iniciales:</p> <p>Para estudiantes: ¿Qué sabes sobre el lanzamiento de la bala? ¿Cómo te sientes respecto a aprender y participar en esta actividad?</p> <p>Para padres: ¿Cómo consideran la participación de su hijo/a en una actividad física como el lanzamiento de la bala?</p> <p>Para educadores: ¿Cuáles son los desafíos específicos al enseñar habilidades de lanzamiento a estudiantes con DI?</p>	<p>Respuestas iniciales:</p> <p>Estudiante A: “Expresó poco conocimiento sobre el deporte pero mostró interés en aprender algo nuevo”.</p> <p>Estudiante B: “Se sintió preocupado por las habilidades motoras requeridas pero estaba dispuesto a intentarlo con el soporte adecuado”.</p> <p>Padres y educadores: “Expresaron interés en la inclusión y la adaptación de la enseñanza para estos estudiantes”.</p>
Fase de implementación y seguimiento	<p>Diarios de actividad y observaciones:</p> <p>Registros específicos de la actividad: Observación sobre cómo los estudiantes manejan el peso de la bala, su técnica de lanzamiento y su interacción con instrucciones y correcciones.</p> <p>Ajustes en la enseñanza: Adaptaciones al tamaño y el peso de la bala, así como las técnicas de enseñanza para facilitar el aprendizaje gradual.</p>	<p>Observaciones sobre el manejo del peso de la bala:</p> <p>Estudiante A: Inicialmente, A tuvo dificultades con el peso estándar de la bala. Los registros mostraron que su agarre era inseguro y su lanzamiento inconsistente. Después de adaptar el peso a una bala más ligera, se observó una mejora notable en su capacidad para manejar y lanzar la bala con más control y precisión.</p> <p>Estudiante B: B comenzó con dificultades similares, pero además mostraba signos de frustración al no poder seguir el ritmo de la clase. Con la introducción de una bala aún más ligera y de tamaño reducido, su técnica de lanzamiento mejoró gradualmente, y los registros indicaron un aumento en su entusiasmo y confianza.</p> <p>Técnica de lanzamiento:</p> <p>Estudiante A: Las observaciones detallaron que A mejoró su técnica de lanzamiento significativamente después de recibir instrucciones visuales y demostraciones paso a paso. Los diarios mencionan que la introducción de ejercicios específicos para mejorar la postura y el balance resultó en un lanzamiento más fuerte y dirigido.</p> <p>Estudiante B: B respondió positivamente a las correcciones en vivo y el feedback inmediato. Se implementaron sesiones de práctica adicionales donde B pudo practicar repetidamente con supervisión constante, lo cual ayudó a internalizar la secuencia de movimientos necesarios para un lanzamiento efectivo.</p> <p>Interacción con instrucciones y correcciones:</p> <p>Estudiante A: A mostró un aumento en la capacidad de seguir instrucciones complejas a medida que avanzaba el programa. Los diarios reflejan que A empezó a solicitar activamente retroalimentación para entender mejor cómo mejorar cada intento de lanzamiento.</p> <p>Estudiante B: Aunque B inicialmente luchaba con las instrucciones verbales, la adaptación hacia instrucciones más visuales y demostrativas, como videos y modelado por parte de los instructores, facilitó una mejor comprensión y ejecución de las técnicas de lanzamiento.</p> <p>Ajustes en la Enseñanza: La adaptación del tamaño y el peso de la bala, junto con la personalización de las técnicas de enseñanza, demostró ser crucial. Los educadores observaron que estas adaptaciones no solo ayudaban a los estudiantes a mejorar su técnica, sino que también aumentaban su interés y disfrute de la actividad. Las modificaciones didácticas incluyeron la reducción de la velocidad de instrucción, el aumento del uso de señales visuales y la implementación de más prácticas individuales, lo que permitió a los estudiantes procesar y aplicar las instrucciones más efectivamente.</p>

Fase de recolección de
datos de seguimiento

Preguntas de entrevista de seguimiento:

Para Estudiantes:

¿Cómo ha cambiado tu habilidad para lanzar la bala desde que comenzaste?

¿Qué parte del aprendizaje disfrutaste más?

Para Padres y Educador:

¿Han observado algún cambio en la confianza o habilidades del estudiante?

Respuestas de seguimiento:

Estudiante A:

“Se sintió más confiado y logró mejorar su técnica, disfrutando la sensación de logro al lanzar más lejos”.

Estudiante B:

“Apreció la estructura y el soporte visual que ayudaron a mejorar su comprensión y ejecución del lanzamiento”.

Padres del estudiante A:

“A muestra un entusiasmo renovado por la actividad física y una notable disposición a participar en actividades grupales, lo cual antes le resultaba desafiante. Su interés en deportes ha crecido y se siente más seguro de sí mismo”.

Padres del estudiante B:

“B ha desarrollado una mayor resiliencia y confianza, manifestándose en su mayor motivación y persistencia, incluso frente a desafíos. Ahora practica activamente en casa y comparte sus logros con orgullo”.

Respuesta del educador:

“Los cambios en A y B han sido impresionantes. A ha mejorado significativamente en seguir instrucciones y pedir ayuda activamente, lo cual ha potenciado su interacción social y confianza en sus habilidades físicas. B, por su parte, ha avanzado en su capacidad para entender instrucciones detalladas y participar más plenamente en las actividades, demostrando menos temor a equivocarse y una notable mejora en su técnica de lanzamiento de bala”.

Análisis y síntesis de
resultados

El análisis de los resultados obtenidos reveló mejoras significativas tanto en las habilidades técnicas relacionadas con el lanzamiento de la bala como en aspectos socioemocionales como la confianza y la interacción social.

Estos cambios positivos se observaron en ambos estudiantes, aunque se manifestaron de maneras ligeramente diferentes debido a sus condiciones y personalidades únicas:

Estudiante A mostró un aumento notable en la confianza y la participación en actividades grupales, lo cual es un cambio significativo dada su timidez inicial. Su disposición a buscar retroalimentación y su interés creciente en otros deportes también indican una mejora en su percepción de autoeficacia.

Estudiante B desarrolló habilidades de persistencia y mejoró su capacidad técnica en el lanzamiento de la bala. El aumento de su confianza se refleja en su participación más activa y en la disminución de su miedo a cometer errores.

La mejora en la ejecución técnica y el aumento de la confianza sugieren que los ajustes realizados en el programa, como personalizar el peso y tamaño de la bala y adaptar las estrategias de enseñanza, fueron efectivos.

Conclusiones

Efectividad de la personalización:

La adaptación del equipo y las estrategias de enseñanza a las necesidades individuales de los estudiantes con DI es crucial para su éxito en actividades físicas especializadas como el lanzamiento de la bala.

Impacto socioemocional:

El programa no solo mejoró las habilidades físicas de los estudiantes, sino que también tuvo un impacto positivo en su confianza y habilidades sociales, lo que subraya la importancia de los deportes inclusivos en el desarrollo integral de los estudiantes con discapacidades.

Rol del soporte continuo:

La retroalimentación constante y el soporte motivacional por parte de los educadores y padres son fundamentales para fortalecer la confianza de los estudiantes en sus habilidades.

El análisis de los resultados cuantitativos del programa de enseñanza inclusiva del lanzamiento de la bala reflejó un incremento sustancial en las habilidades técnicas necesarias para el deporte entre los estudiantes con DI. Estos resultados no solo indicaron un aumento en los valores medios de habilidades como la técnica de lanzamiento, fuerza, potencia, y coordinación corporal, sino que también mostraron una significancia estadística en la mejora post-intervención. Este avance sugiere que las adaptaciones específicas realizadas en términos de equipamiento y metodología de

enseñanza fueron exitosas en hacer el deporte accesible y en mejorar el desempeño físico de los estudiantes. Al personalizar el tamaño y el peso de la bala, junto con la implementación de técnicas de enseñanza adaptadas, los estudiantes no solo pudieron participar más efectivamente, sino que también alcanzaron mejoras palpables en la ejecución de las habilidades deportivas específicas.

Complementando estos resultados cuantitativos, el análisis cualitativo evidenció impactos profundos en los aspectos

socioemocionales de los estudiantes. Las observaciones y entrevistas destacaron un notable aumento en la confianza y la autonomía de los estudiantes, atribuido a su participación en el programa. Los estudiantes demostraron una mejor capacidad para seguir instrucciones complejas y solicitar activamente retroalimentación para mejorar su desempeño, lo que indicó una evolución significativa en su capacidad para interactuar dentro de un entorno de aprendizaje estructurado. Además, la mejora en la técnica de lanzamiento y el manejo del equipamiento se complementó con un incremento en la disposición de los estudiantes para participar en actividades grupales y explorar nuevas habilidades deportivas. Esta transformación no solo mejora la integración de los estudiantes con DI en actividades físicas sino que también fortalece su interacción social y contribuye a su desarrollo emocional y personal en un entorno inclusivo.

Discusión

El presente estudio abordó la eficacia de un programa de enseñanza inclusiva diseñado específicamente para estudiantes con DI en el contexto de la EF, con un enfoque en la enseñanza inclusiva del lanzamiento de la bala. Los resultados cuantitativos indicaron mejoras significativas en parámetros técnicos como la técnica de lanzamiento, fuerza y potencia, y coordinación corporal, lo cual es consistente con estudios previos que destacan los beneficios de adaptar físicamente los materiales deportivos para aumentar la accesibilidad y mejorar el desempeño de estudiantes con necesidades especiales (Hudson, et al., 2013).

Las mejoras notables en las habilidades técnicas observadas podrían atribuirse a las modificaciones en el peso y tamaño de la bala, permitiendo una manipulación más adecuada a las capacidades físicas de los estudiantes. Este hallazgo respalda la literatura que sugiere que las adaptaciones en los instrumentos y técnicas de enseñanza no solo facilitan una participación más efectiva, sino que también potencian la autonomía y la confianza del estudiante (Giménez-Egido et al., 2020).

Por otro lado, los resultados cualitativos del estudio proporcionan un contexto más profundo al cambio observado en la confianza y las habilidades sociales de los participantes. El incremento en la confianza, junto con una mayor disposición para solicitar retroalimentación y participar en actividades grupales, ilustra un impacto socioemocional significativo de la intervención. Este aspecto es crucial, ya que la literatura previa ha resaltado la importancia de los entornos inclusivos no solo para mejorar las habilidades físicas sino también para fomentar el bienestar emocional y social de los estudiantes con DI (Hutchins et al., 2020).

Además, el aumento en la capacidad de seguir instrucciones complejas y la mejora en la interacción con los compañeros reflejan un desarrollo integral del estudiante, alineándose con las teorías de aprendizaje experiencial que enfatizan la importancia de la interacción y la práctica en el aprendizaje. Estos resultados sugieren que las estrategias de enseñanza inclusiva no solo deben centrarse en las adaptaciones físicas sino también en facilitar entornos de aprendizaje donde los estudiantes con DI puedan practicar y mejorar sus habilidades sociales y de comunicación en situaciones reales (Kuntz y Carter, 2019).

Como conclusión se establece que la intervención del programa de enseñanza inclusiva del lanzamiento de la bala para estudiantes con DI en clases de EF, evaluada a través de un enfoque mixto que integra resultados cuantitativos y cualitativos, demostró ser efectiva en mejorar tanto habilidades técnicas como aspectos socioemocionales de los participantes. Los resultados cuantitativos indican mejoras significativas en las habilidades físicas específicas necesarias para el lanzamiento de la bala, reflejando el éxito de las adaptaciones en el equipo y las estrategias de enseñanza personalizadas para satisfacer las necesidades individuales de los estudiantes. Este aspecto cuantificable de la intervención subraya la validez y la eficacia de los ajustes metodológicos aplicados, facilitando una mejora objetiva en las capacidades físicas y sociales de los estudiantes.

Complementariamente, los resultados cualitativos ofrecen una visión profunda del impacto emocional y conductual de la intervención, evidenciando un incremento en la confianza y una mejora en la interacción social y con el entorno de aprendizaje. Las entrevistas y observaciones destacaron que los estudiantes no solo se volvieron más competentes en las habilidades técnicas, sino que también desarrollaron una mayor autonomía y disposición para participar y experimentar con nuevas actividades. Este progreso en las habilidades sociales y la confianza personal es esencial, pues apoya la integración social y fortalece el sentido de pertenencia y éxito en los estudiantes. En conjunto, la combinación de datos cuantitativos y cualitativos de este programa de intervención ilustra cómo las modificaciones cuidadosamente planificadas y ejecutadas pueden conducir a mejoras integrales, tanto en el desempeño físico como en el bienestar emocional y social de los estudiantes con DI.

Referencias bibliográficas

- Abellán Hernández, J. (2013). Evaluación de las pruebas motrices relacionadas con el lanzamiento en deportistas con discapacidad intelectual (Evaluation of the motor shooting tests in athletes with intellectual disabilities). *Retos*, 24, 63–66. <https://doi.org/10.47197/retos.v0i24.34529>
- Abellán, J., y Segovia, Y. (2021). Educación deportiva y alumnado con discapacidad intelectual: un estudio de cuatro casos. *RICYDE. Revista Internacional de Ciencias del Deporte*. 63(17), 38-55. <https://doi.org/10.5232/ricyde2021.06304>
- Al-Aqra, H., y Al-Mallahi, S. (2022). Diseño de una propuesta de programa de entrenamiento que combine el entrenamiento con pesas y flexibilidad y su efecto sobre las cualidades físicas y el nivel digital de las jugadoras de lanzamiento de peso con discapacidad F56. *Revista de Ciencias Naturales de la Universidad de Hunan*. <https://doi.org/10.55463/issn.1674-2974.49.9.19>
- Bota, A., Teodorescu, S., y Șerbănoiu, S. (2014). Deporte unificado: un factor de inclusión social en las comunidades escolares para jóvenes con discapacidad intelectual. *Procedia - Ciencias Sociales y del Comportamiento*, 117, 21-26. <https://doi.org/10.1016/J.SBSPRO.2014.02.172>
- Cañadas, L., y Calle-Molina, M. T. (2020). Efectos de un programa de Educación Física en el aprendizaje de alumnado universitario con discapacidad intelectual. *Siglo Cero*, 51(4), 53–68. <https://doi.org/10.14201/scero20205145368>
- Chauca Guaman, M. D., y Rosero Morales, E. del R. (2021). Prácticas inclusivas en la Educación Física en estudiantes de básica media. *Uniandes Episteme*, 8(3), 433–447. Recuperado a partir de <https://revista.uniandes.edu.ec/ojs/index.php/EPISTEME/article/view/2198>
- Erofeeva, M. A., Ulyanova, I. V., Plakhotnikova, I. V., Kurilyuk, Y. E., Egorov, V. A., y Kochetkov, I. G. (2019). Reforming and developing socialization of children with limited abilities (mild intellectual disability). *Electronic Journal of General Medicine*, 16(2), em112. <https://doi.org/10.29333/ejgm/108598>
- Fernández-Batanero, J., Montenegro-Rueda, M., y Fernández-Cerero, J. (2022). Access and Participation of Students with Disabilities: The Challenge for Higher Education. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 19(19):11918. <https://doi.org/10.3390/ijerph191911918>
- Fonseca Calderón, P. F., y González León, L. (2020). La educación inclusiva desde el ejercicio físico en la Universidad de Cienfuegos. *Revista Conrado*, 15(71), 216-221. <https://conrado.ucf.edu.cu/index.php/conrado/article/view/1223>
- Giménez-Egido, J., Ortega-Toro, E., Palao, J., Verdu-Conesa, I., & Torres-Luque, G. (2020). Effect of Modification Rules in Competition on Technical-Tactical Action in Young Tennis Players (Under-10). *Frontiers in Psy-*

- chology*, 10. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2019.02789>.
- Hamby, C., Lunkenheimer, E., y Fisher, P. (2019). El potencial de las intervenciones de retroalimentación de video para mejorar las habilidades de interacción entre padres e hijos en padres con discapacidad intelectual. *Revisión de Servicios para Niños y Jóvenes*. <https://doi.org/10.1016/J.CHILDYOUTH.2019.104395>.
- Hernández Álvarez, A., Fernández Cabrera, J. M., Álvarez Pérez, P., y López Aguilar, D. (2022). REVISIÓN DE ESTUDIOS SOBRE INCLUSIÓN EN EDUCACIÓN FÍSICA: PERÍODO 2014-2018. *Acción Motriz*, 23(1), 22–29. Recuperado a partir de <https://www.accionmotriz.com/index.php/accionmotriz/article/view/133>
- Hudson, M. E., Browder, D. M., & Wood, L. A. (2013). Review of Experimental Research on Academic Learning by Students with Moderate and Severe Intellectual Disability in General Education. *Research and Practice for Persons with Severe Disabilities*, 38(1), 17-29. <https://doi.org/10.2511/027494813807046926>
- Hutchins, N. S., Burke, M. D., Bowman-Perrott, L., Tarlow, K. R., & Hatton, H. (2020). The Effects of Social Skills Interventions for Students With EBD and ASD: A Single-Case Meta-Analysis. *Behavior Modification*, 44(5), 773-794. <https://doi.org/10.1177/0145445519846817>
- Kuntz, E., & Carter, E. (2019). Review of Interventions Supporting Secondary Students with Intellectual Disability in General Education Classes. *Research and Practice for Persons with Severe Disabilities*, 44, 103 - 121. <https://doi.org/10.1177/1540796919847483>.
- Lavega, P., Planas, A., y Ruiz, P. (2014). Juegos cooperativos e inclusión en Educación Física. *Revista Internacional de Medicina y Ciencias de la Actividad Física y del Deporte / International Journal of Medicine and Science of Physical Activity and Sport*, 14(53), 37-51. <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=54230508003>
- Marín-Suelves, D., y Ramón-Llin, J. (2021). Physical Education and Inclusion: a Bibliometric Study. *Apunts. Educación Física y Deportes*, 143, 17-26. [https://doi.org/10.5672/apunts.2014-0983.es.\(2021/1\).143.03](https://doi.org/10.5672/apunts.2014-0983.es.(2021/1).143.03)
- Molina, J. P., y Beltrán, V. (2007). Incompetencia motriz e ideología del rendimiento en Educación Física: El caso de un alumno con discapacidad intelectual. *Motricidad. European Journal of Human Movement*, 19(4), 165-190. <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=274220371009>
- Palma-Quimis, J. F., Macías-Hernández, A. R., Romero-Ibarra, O. P., y Maqueira-Caraballo, G. de la C. (2024). Actividades de expresión corporal para la inclusión de estudiantes con discapacidad intelectual en la clase de Educación Física. *MQR Investigar*, 8(1), 3549–3565. <https://doi.org/10.56048/MQR20225.8.1.2024.3549-3565>
- Pitetti, K., Miller, R., y Looovis, M. (2017). Balance and Coordination Capacities of Male Children and Adolescents With Intellectual Disability. *Adapted physical activity quarterly: APAQ*, 34 1, 1-18. <https://doi.org/10.1123/APAQ.2016-0010>.
- Proenza-Pupo, J. R. (2020). Educación Física inclusiva: modelo y paradigma. *Revista científica Especializada En Ciencias De La Cultura Física Y Del Deporte*, 18(47), 145–160. <https://deporvida.uho.edu.cu/index.php/deporvida/article/view/662>
- Ríos, G. C. B. (2024). *Rúbrica de evaluación para el lanzamiento de la bala en la asignatura de Deporte - Atletismo*. <https://edtk.co/rbk/111544>
- Solís García, P., y Borja González, V. (2021). Actitudes del profesorado de Educación Física hacia la inclusión de alumnos con discapacidad (Physical Education teachers' attitudes towards the inclusion of students with disabilities). *Retos*, 39,

7–12. <https://doi.org/10.47197/retos.v0i39.77841>

Tashakkori, A., & Teddlie, C. (2003). Handbook on mixed methods in the behavioral and social sciences. 1, 13-50.

Top, E., y Akil, M. (2023). Effect of theraband exercises on muscle strength and motor development of individuals with moderate intellectual disability. *Somatosensorymotor research*, 1-8 . <https://doi.org/10.1080/08990220.2023.2194386>.

Wilkinson, K., Zimmerman, T., y Light, J. (2021). Atención visual a los objetivos indicados en pantallas de comunicación aumentada y alternativa asistida simulada para personas con discapacidades intelectuales y del desarrollo. *Revista de investigación del habla, el lenguaje y la audición: JSLHR*, 1-13 . https://doi.org/10.1044/2021_JSLHR-20-00451.