



Universidad  
Nacional  
de Loja

# Universidad Nacional de Loja

## Facultad de la Educación, el Arte y la Comunicación

### Carrera de Pedagogía de la Actividad Física y Deporte

#### **Incidencia de la educación física en la inclusión educativa y salud en estudiantes de la Unidad Educativa Adolfo Valarezo, Loja 2023.**

Trabajo de Integración Curricular,  
previo a la obtención del Título de  
Licenciado en Pedagogía de la Actividad  
Física y Deporte.

#### **AUTOR:**

Cristian Andres Morocho Romero

#### **DIRECTOR:**

Dr. Luis Benigno Montesinos Guarnizo. Mg.Sc.

Loja – Ecuador

2023

## **Certificación**

Loja, 26 de septiembre de 2023

Dr. Luis Benigno Montesino Guarnizo Mg. Sc.

**DIRECTOR DEL TRABAJO DE INTEGRACIÓN CURRICULAR**

### **CERTIFICO:**

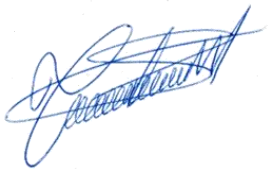
Que he revisado y orientado todo proceso de la elaboración del Trabajo de Integración Curricular denominado: **Incidencia de la educación física en la inclusión educativa y salud en estudiantes de la Unidad Educativa Adolfo Valarezo, Loja 2023.**, previo a la obtención del título de **Licenciado en Pedagogía de la Actividad Física y Deporte**, de autoría del estudiante **Cristian Andres Morocho Romero**, con cédula de identidad número **0107472052**. Una vez que el trabajo cumple con todos los requisitos exigidos por la Universidad Nacional de Loja para el efecto, autorizo la presentación para la respectiva sustentación y defensa.

Dr. Luis Benigno Montesino Guarnizo Mg. Sc.

**DIRECTOR DEL TRABAJO DE INTEGRACIÓN CURRICULAR**

## **Autoría**

Yo, **Cristian Andres Morocho Romero**, declaro ser autor del presente Trabajo de Integración Curricular y eximo expresamente a la Universidad Nacional de Loja y a sus representantes jurídicos de posibles reclamos o acciones legales, por el contenido del mismo. Adicionalmente, acepto y autorizo a la Universidad Nacional de Loja, la publicación de mi Trabajo de Integración Curricular en el Repositorio Institucional-Biblioteca Virtual.



**Firma:**

**Cédula de Identidad:** 0107472052

**Fecha:** 27 de septiembre de 2023

**Correo electrónico:** cristian.a.morocho.r@unl.edu.ec

**Teléfono:** 0969746063


**Carta de autorización por parte del autor, para la consulta, reproducción parcial o total y/o publicación electrónica del texto completo del Trabajo de Integración Curricular.**

Yo, **Cristian Andres Morocho Romero**, declaro ser autor del Trabajo de Integración Curricular denominado: **Incidencia de la educación física en la inclusión educativa y salud en estudiantes de la Unidad Educativa Adolfo Valarezo, Loja 2023.**, como requisito para optar el título de **Licenciado en Pedagogía de la Actividad Física y Deporte**, autorizo al sistema Bibliotecario de la Universidad Nacional de Loja para que con fines académicos muestre la producción intelectual de la Universidad, a través de la visibilidad de su contenido de la siguiente manera en el Repositorio Institucional.

Los usuarios pueden consultar el contenido de este trabajo en el Repositorio Institucional en las redes de información del país y del exterior con las cuales tenga convenio la Universidad.

La Universidad Nacional de Loja, no se responsabiliza por el plagio o copia del Trabajo de Integración Curricular que realice un tercero.

Para constancia de esta autorización, en la ciudad de Loja, a los veintisiete días del mes de septiembre del dos mil veintitrés.



**Firma:**

**Autor:** Cristian Andres Morocho Romero

**Cédula:** 0107472052

**Dirección:** Avenida Pío Jaramillo y Leonardo da Vinci

**Correo electrónico:** cristian.a.morocho.r@unl.edu.ec

**Teléfono:** 0969746063

**DATOS COMPLEMENTARIOS:**

**Director del Trabajo de Integración Curricular:** Dr. Luis Benigno Montesinos Guarnizo. Mg. Sc.

## **Dedicatoria**

El presente Trabajo de Integración Curricular está dedicado con todo mi afecto y gratitud:

En primer lugar, a Dios, quien con su guía divina me ha encaminado a finalizar este trabajo de integración curricular, reconozco tu presencia constante en los momentos más difíciles en este proceso y en la vida, tu amor incondicional ha sido fortaleza en cada paso del camino.

A mis queridos padres, Galindo y Patricia, quienes con su inmenso papel que han desempeñado en mi logro, con su dedicación, esfuerzo, amor incondicional y apoyo en tiempos complejos, incluso cuando yo dudaba, me han dado la fuerza para seguir adelante, han sido mis guías para superarme y alcanzar uno de mis mayores sueños como es una profesión al servicio de la sociedad, con la certeza de que su amor y apoyo me seguirán guiando hacia nuevos desafíos y éxitos en el futuro. Gracias, por estar siempre conmigo,

A mi amada hija Génesis, desde el momento que llegaste a mi vida, todo cambió, tu llegada llenó mi vida de amor y alegría, hoy, al concluir este emocionante desafío académico, quiero dedicar este éxito a ti, eres la razón de cada uno de mis esfuerzos y el motor que me impulsa y motiva a seguir adelante en cada paso que doy.

A mis hermanos, Stalin, Carlos, Luisa y Mikaela, juntos hemos compartido alegrías, anhelos, y también algunos desafíos, quienes durante este viaje formativo han estado a mi lado, recordándome que puedo conseguir la meta que me propuse, saber que puedo contar con su apoyo me ha dado la fortaleza para superar cualquier dificultad.

Finalmente, a mis amigos/as, compañeros y familiares, por haberme brindado su ayuda y apoyo emocional durante mi vida universitaria.

***Cristian Andres Morocho Romero***

## **Agradecimiento**

Expreso mi agradecimiento a la Universidad Nacional de Loja, a la Facultad de la Educación, el Arte y la Comunicación, a la Carrera de Pedagogía de la Actividad Física y Deporte, al personal administrativo y sobre todo a la planta docente por darme la oportunidad de formar parte de este prestigioso establecimiento educativo, por su apoyo a lo largo de mi formación, el conocimiento alcanzado y la experiencia que compartieron, no solo me será útil en mi vida profesional, sino también en mi vida personal y social.

Igualmente, considero oportuno agradecer al Dr. Luis Benigno Montesinos Guarnizo Mg. Sc. Director del Trabajo de Integración Curricular, quien a través de sus conocimientos y orientaciones me supo guiar en el desarrollo del presente trabajo. Así mismo, agradezco al Mg. Sc. Ramiro Andrés Correa Contento, por estar presente a lo largo de todo el proceso de elaboración del presente trabajo, brindándome sus conocimientos y sugerencias para culminar el mismo.

Finalmente, expreso mis más sinceros agradecimientos a la Unidad Educativa Adolfo Valarezo, dirigida por el Mg. Sc. Juan Luis Imaicela Rosillo, también, al Lic. Edwin Eduardo Calderón Aleaga y a los estudiantes del octavo año paralelo “A”, por su cooperación, cordialidad y el tiempo entregado durante la realización del trabajo de campo del presente Trabajo de Integración Curricular.

Gracias a todas las personas que de alguna manera u otra contribuyeron al presente trabajo de investigación.

***Cristian Andres Morocho Romero***

## Índice de contenidos

<b>Portada</b> .....	<b>i</b>
<b>Certificación</b> .....	<b>ii</b>
<b>Autoría</b> .....	<b>iii</b>
<b>Carta de autorización</b> .....	<b>iv</b>
<b>Dedicatoria</b> .....	<b>v</b>
<b>Agradecimiento</b> .....	<b>vi</b>
<b>Índice de contenidos</b> .....	<b>vii</b>
Índice de tablas .....	x
Índice de figuras .....	xi
Índice de anexos .....	xii
<b>1. Título</b> .....	<b>1</b>
<b>2. Resumen</b> .....	<b>2</b>
2.1. Abstract .....	3
<b>3. Introducción</b> .....	<b>4</b>
<b>4. Marco teórico</b> .....	<b>7</b>
4.1. Inclusión educativa.....	7
4.1.1. Evolución de la inclusión educativa en el mundo .....	7
4.1.2. Evolución de la inclusión educativa en Ecuador.....	7
4.1.2.1. Cuarto momento o período: de la integración a la inclusión 1990 – actualidad. ....	8
4.1.3. Inclusión educativa en Loja - Ecuador .....	8
4.1.4. Conceptualización y fundamentos teóricos de educación inclusiva .....	9
4.1.5. Barreras en la inclusión educativa.....	10
4.1.5.1. Actitudes ante la diversidad. ....	10
4.1.5.2. Falta capacitación del docente.....	11
4.1.5.3. Falta de motivación y disciplina.....	11
4.1.5.4. Accesibilidad para acceder al currículo .....	12
4.1.6. Políticas nacionales unificadas e inclusivas .....	12
4.1.7. Enseñanza para la comprensión .....	13
4.1.8. Construyendo el ascenso en la educación inclusiva.....	14
4.1.9. El docente inclusivo .....	14
4.1.9.1. Competencias del docente inclusivo .....	14
4.1.10. Características de la educación inclusiva .....	15
4.1.11. Beneficios de una educación inclusiva.....	16

4.2. Educación física .....	17
4.2.1. La educación física en el mundo siglo XX .....	17
4.2.2. La educación física en el mundo siglo XXI .....	18
4.2.3 Educación Física en Latinoamérica.....	18
4.2.4. Educación Física en Ecuador .....	19
4.2.5. Educación Física en el Subnivel Superior de Educación General Básica.....	20
4.2.6. Conceptualización de educación física .....	20
4.2.7. Creación del autoconcepto a través de la educación física .....	22
4.2.8. Beneficios de la educación física .....	22
4.3. Relación entre educación física y educación inclusiva .....	23
4.3.1. Educación física y educación inclusiva.....	23
4.3.2. La educación física como herramienta de enseñanza para una educación inclusiva .....	24
4.3.3. Importancia de la educación física en el ámbito educativo inclusivo. ....	26
4.4. Salud.....	26
4.4.1. Conceptualización de salud .....	26
4.4.2. Obesidad y sobrepeso.....	27
4.4.2.1. La obesidad y sobrepeso en Loja. ....	28
4.4.2.2. La obesidad y sobrepeso en el mundo.....	28
4.4.3. La salud en los estudiantes a través de la educación física y actividad física.....	29
4.4.4. La salud física y mental mediante la actividad física.....	29
<b>5. Metodología.....</b>	<b>31</b>
5.1. Escenario .....	31
5.2. Enfoque de la investigación .....	32
5.3. Tipo de investigación .....	32
5.4. Diseño de la investigación.....	33
5.5. Métodos.....	33
5.5.1. Método deductivo.....	33
5.5.2. Método inductivo .....	34
5.5.3. Método analítico- sintético.....	34
5.5.4. Método estadístico.....	34
5.6. Línea de investigación.....	34
5.7. Técnicas de investigación.....	35
5.7.1. Encuesta .....	35
5.7.2. Entrevista.....	35



5.7.3. Test .....	35
5.8. Instrumentos de investigación .....	35
5.8.1. Cuestionario .....	36
5.8.2. Guía de entrevista .....	36
5.8.3. Test físico .....	36
5.9. Población y muestra .....	36
5.10. Procesamiento de los datos obtenidos .....	37
<b>6. Resultados .....</b>	<b>40</b>
<b>7. Discusión .....</b>	<b>70</b>
<b>8. Conclusiones .....</b>	<b>74</b>
<b>9. Recomendaciones .....</b>	<b>75</b>
<b>10. Bibliográfica.....</b>	<b>76</b>
<b>11. Anexos .....</b>	<b>81</b>

## Índice de tablas:

<b>Tabla 1.</b> Población y muestra .....	37
<b>Tabla 2.</b> Número de alumnos .....	37
<b>Tabla 3.</b> Proceso para el desarrollo de la propuesta alternativa .....	38
<b>Tabla 4.</b> Edad y género de los estudiantes.....	40
<b>Tabla 5.</b> Encuesta realizada a los estudiantes primera pregunta .....	41
<b>Tabla 6.</b> Encuesta realizada a los estudiantes segunda pregunta.....	43
<b>Tabla 7.</b> Encuesta realizada a los estudiantes tercera pregunta .....	44
<b>Tabla 8.</b> Encuesta realizada a los estudiantes cuarta pregunta .....	45
<b>Tabla 9.</b> Encuesta realizada a los estudiantes quinta pregunta.....	46
<b>Tabla 10.</b> Encuesta realizada a los estudiantes sexta pregunta.....	47
<b>Tabla 11.</b> Encuesta realizada a los estudiantes séptima pregunta .....	49
<b>Tabla 12.</b> Encuesta realizada a los estudiantes octava pregunta .....	50
<b>Tabla 13.</b> Encuesta realizada a los estudiantes novena pregunta .....	51
<b>Tabla 14.</b> Encuesta realizada a los estudiantes décima pregunta .....	52
<b>Tabla 15.</b> Test Físico realizado a los estudiantes, caminar .....	58
<b>Tabla 16.</b> Test Físico realizado a los estudiantes, correr.....	60
<b>Tabla 17.</b> Test Físico realizado a los estudiantes, saltar.....	61
<b>Tabla 18.</b> Test Físico realizado a los estudiantes, lanzar.....	63
<b>Tabla 19.</b> Test Físico realizado a los estudiantes, fuerza .....	64
<b>Tabla 20.</b> Test Físico realizado a los estudiantes, equilibrio.....	66
<b>Tabla 21.</b> Test Físico realizado a los estudiantes, flexibilidad.....	68

## Índice de figuras:

<b>Figura 1.</b> Croquis de la Unidad Educativa Adolfo Valarezo .....	32
<b>Figura 2.</b> Edad y género de los estudiantes .....	40
<b>Figura 3.</b> Muestra los datos obtenidos de la pregunta 1 .....	42
<b>Figura 4.</b> Muestra los datos obtenidos de la pregunta 2 .....	43
<b>Figura 5.</b> Muestra los datos obtenidos de la pregunta 3 .....	44
<b>Figura 6.</b> Muestra los datos obtenidos de la pregunta 4 .....	45
<b>Figura 7.</b> Muestra los datos obtenidos de la pregunta 5 .....	46
<b>Figura 8.</b> Muestra los datos obtenidos de la pregunta 6 .....	48
<b>Figura 9.</b> Muestra los datos obtenidos de la pregunta 7 .....	49
<b>Figura 10.</b> Muestra los datos obtenidos de la pregunta 8 .....	50
<b>Figura 11.</b> Muestra los datos obtenidos de la pregunta 9 .....	51
<b>Figura 12.</b> Muestra los datos obtenidos de la pregunta 10 .....	52
<b>Figura 13.</b> Muestra los datos obtenidos del indicador 1 caminar .....	59
<b>Figura 14.</b> Muestra los datos obtenidos del indicador 2 correr .....	60
<b>Figura 15.</b> Muestra los datos obtenidos del indicador 3 saltar .....	62
<b>Figura 16.</b> Muestra los datos obtenidos del indicador 4 lanzar .....	63
<b>Figura 17.</b> Muestra los datos obtenidos del indicador 5 fuerza .....	65
<b>Figura 18.</b> Muestra los datos obtenidos del indicador 6 equilibrio .....	67
<b>Figura 19.</b> Muestra los datos obtenidos del indicador 7 flexibilidad .....	68

## **Índice de anexos:**

<b>Anexo 1.</b>	Oficio para la apertura a la institución .....	81
<b>Anexo 2.</b>	Solicitud designación de asesor.....	82
<b>Anexo 3.</b>	Solicitud de estructura, coherencia y pertinencia.....	83
<b>Anexo 4.</b>	Informe de estructura, coherencia y pertinencia .....	84
<b>Anexo 5.</b>	Oficio de Aprobación y designación de director.....	85
<b>Anexo 6.</b>	Encuesta dirigida a los estudiantes.....	86
<b>Anexo 7.</b>	Guía de entrevista dirigida al docente .....	88
<b>Anexo 8.</b>	Test físico dirigido a los estudiantes .....	89
<b>Anexo 9.</b>	Evidencia fotográfica .....	93
<b>Anexo 10.</b>	Propuesta alternativa .....	95
<b>Anexo 11.</b>	Certificación de traducción del resumen o abstract .....	96

## **1. Título**

**Incidencia de la educación física en la inclusión educativa y salud en estudiantes de la  
Unidad Educativa Adolfo Valarezo, Loja 2023.**

## 2. Resumen

El presente trabajo de investigación tuvo el siguiente objetivo; Determinar la incidencia de la educación física en la inclusión educativa y salud en estudiantes del octavo año de Educación General Básica paralelo “A” de la Unidad Educativa Adolfo Valarezo de la Ciudad de Loja, periodo 2023, el enfoque utilizado fue mixto, diseño cuasiexperimental, tipo correlacional, los métodos fueron: inductivo, deductivo, analítico-sintético y estadístico, las técnicas: encuesta, entrevista y test. Los instrumentos aplicados fueron, cuestionario y test físico (batería de habilidades motrices básicas y capacidades) a la muestra de 27 estudiantes y guía de entrevista al docente de educación física. En los datos obtenidos, en la aplicación del pre-test, se encontró la falta de coordinación, confianza, motivación y práctica en la mayoría de estudiantes, además de déficit de equilibrio y barreras emocionales. En la habilidad de caminar fue donde mayor porcentaje de dificultades presentaron, el 59% no alcanzan los aprendizajes requeridos, el 26% próximos a alcanzar los aprendizajes requeridos y el 15% alcanzan los aprendizajes requeridos. Posteriormente, se diseñó y aplicó una propuesta pedagógica en relación con estos resultados, con el propósito de contrarrestar estas deficiencias para que todos los alumnos puedan participar en las actividades planificadas en las clases de educación física y así conseguir un estilo de vida saludable mediante esta práctica. Luego de esto, en la aplicación del post-test se obtuvo los siguientes datos, un 70% domina los aprendizajes requeridos y un 30 % alcanza los aprendizajes requeridos. Se concluye que, con base en la información obtenida, se consideró esencial el diseño de una propuesta pedagógica en las clases de educación física, con el fin de crear un entorno educativo inclusivo que valore y respete la diversidad, así como la necesidad de fomentar una cultura de bienestar y vida saludable en la comunidad formativa.

***Palabras clave:*** Educación física, inclusión educativa, salud física, salud mental.

## **2.1. Abstract**

The present research work had the following objective: to determine the incidence of physical education in educational inclusion and health in students of the eighth year of General Basic Education parallel "A" of the Adolfo Valarezo High School of the city of Loja, period 2023, the approach used was mixed, quasi experimental design, correlational type, the methods were: inductive, deductive, analytical-synthetic and statistical, the techniques: survey, interview and test. The instruments applied were: questionnaire and physical test (battery of basic motor skills and abilities) to the sample of 27 students and interview guide to the physical education teacher. In the data obtained, in the application of the pre-test, a lack of coordination, confidence, motivation and practice was found in most students, in addition to balance deficits and emotional barriers. In the walking skill was where the highest percentage of difficulties were presented, 59% did not reach the required learning, 26% were close to reaching the required learning and 15% reached the required learning. Subsequently, a pedagogical proposal was designed and applied in relation to these results, with the purpose of counteracting these deficiencies so that all students can participate in the activities planned in physical education classes and thus achieve a healthy lifestyle through this practice. After this, in the application of the posttest the following data were obtained, 70% master the required learning and 30% achieve the required learning. It is concluded that, based on the information obtained, it was considered essential to design a pedagogical proposal in physical education classes, in order to create an inclusive educational environment that values and respects diversity, as well as the need to promote a culture of wellness and healthy living in the training community.

***Key words:*** *Physical education, educational inclusion, physical health, mental health.*

### **3. Introducción**

La educación física trata de la enseñanza y ejecución de diferentes actividades físicas en el ámbito educativo, favorece el desarrollo íntegro de los estudiantes, su principal objetivo es impulsar el desarrollo físico, mental, social y emocional, a través del movimiento y la práctica de valores, aquí se propone investigar como esta disciplina incide en la inclusión educativa y salud de los alumnos. La inclusión educativa busca garantizar una educación con las mismas oportunidades para todos los estudiantes, independientemente de sus características, donde las diferencias sean valoradas y respetadas para conseguir el máximo aprovechamiento de sus habilidades. En cuanto a salud, se refiere al bienestar físico y mental, donde se investiga como la educación física contribuye al mejoramiento en un cambio del estilo de vida mediante la instrucción de hábitos saludables en los alumnos.

Sin embargo, con el pasar de los años se considera entre uno de los principales problemas pedagógicos la exclusión de ciertos estudiantes que presentan necesidades educativas, mismas que les imposibilita cumplir normalmente ciertas actividades como el resto de sus compañeros, esto se ven reflejadas como barreras de aprendizaje dentro del contexto educativo que impiden la participación activa de los estudiantes.

De igual forma, se presenta la falta de actividad física, esto trae consigo consecuencias para la salud, las cuales son consideradas como impedimento para llevar una educación de calidad, la falta de movilidad en los estudiantes demanda ciertos problemas patológicos para llevar una vida saludable, limitando su desarrollo físico y emocional.

Por esta razón, se considera importante atender las necesidades en la exclusión y la salud de los estudiantes, puesto que, en un futuro, la falta de educación física puede ocasionar diversos efectos negativos en la consecución de la inclusión y salud de los alumnos. Esta disciplina otorga entornos inclusivos donde todos los estudiantes sienten interés por participar, la carencia de estas actividades asume ocasionar barreras en la cooperación estudiantil, lo que limita la integración social, la escasez de actividad física puede llevar a un estilo de vida sedentario en los estudiantes, produciendo otros padecimientos como obesidad, sobrepeso, problemas cardiovasculares, estrés, ansiedad, depresión, entre otros.

De igual forma, se espera un aporte al avance de conocimientos académicos, científicos, y sociables, desarrollando significativamente la concienciación personal en los estudiantes, docentes y autoridades, buscando una educación con oportunidad para todos, ayudará a crear



personas sociables, que no solo aprendan a interactuar en las aulas, sino también con la comunidad, de igual forma, se espera contribuir a llevar un estilo de vida saludable y armonioso.

La educación física desempeña un rol crucial en el progreso de la inclusión educativa, en ella se obtiene una mayor participación de los estudiantes, dado que, sienten más disfrute por participar, esto se relaciona con la siguiente exploración, como manifiesta Hernández et al. (2019), la investigación relacionada con la educación física inclusiva, tiene un precedente en la Conferencia Mundial sobre Necesidades Educativas Especiales, dado que la educación inclusiva puede verse como un proceso que aborda y responde a la diversidad de todos los estudiantes a través de un mayor compromiso con las necesidades de aprendizaje, culturales y educativas, las actividades comunitarias para reducir la exclusión dentro y fuera del sistema educativo, especialmente en el deporte.

De igual manera, la educación física desarrolla una actuación significativa en la consecución de la salud, la interrelación mencionada involucra a los profesionales para contribuir tanto a prevenir enfermedades y promover un estilo de vida saludable, facilitando la recuperación y rehabilitación en los estudiantes y sociedad en general, como se revela en el siguiente estudio de Vidarte et al. (2011), los profesionales de la salud y la actividad física cuentan con herramientas invaluable en el campo de la actividad física para lograr sus objetivos de investigación y mejorar los objetivos de aprendizaje en las poblaciones, ya sea que trabajen en promoción, terapia o rehabilitación, y ya sean de intervención o hecho para dirigirse a un grupo de personas.

A partir de lo mencionado anteriormente, es preciso plantear la siguiente pregunta; ¿Cómo incide la educación física en la inclusión educativa y salud en estudiantes del octavo año de Educación General Básica paralelo “A” de la Unidad Educativa Adolfo Valarezo de la Ciudad de Loja, ¿periodo 2023?, esto ha servido para plantear el título denominado; Incidencia de la educación física en la inclusión educativa y salud en estudiantes de la Unidad Educativa Adolfo Valarezo, Loja 2023.

Así mismo, se presenta esencial la estructuración de la investigación, formulándose como objetivo general: Determinar la incidencia de la educación física en la inclusión educativa y salud en estudiantes del octavo año de Educación General Básica paralelo “A” de la Unidad Educativa Adolfo Valarezo de la Ciudad de Loja, periodo 2023, y como objetivos específicos: Examinar los principales problemas que presentan los estudiantes del octavo año de Educación General Básica paralelo “A” de la Unidad Educativa Adolfo Valarezo, de la Ciudad de Loja,

periodo 2023, para ser excluidos de las clases de educación física; Diseñar una propuesta pedagógica para que los estudiantes del octavo año de Educación General Básica paralelo “A” de la Unidad Educativa Adolfo Valarezo de la Ciudad de Loja, periodo 2023, lleven una educación inclusiva y una vida saludable; Aplicar la propuesta pedagógica para que los estudiantes del octavo año de Educación General Básica paralelo “A” de la Unidad Educativa Adolfo Valarezo de la Ciudad de Loja, periodo 2023, lleven una educación inclusiva y una vida saludable.

En este contexto, este estudio se orienta en investigar la incidencia de la educación física en la inclusión educativa y la salud en los estudiantes, con el propósito de comprender cómo esta disciplina puede contribuir significativamente a la mejora de la experiencia educativa y el bienestar general de los alumnos. Mediante el análisis de distintas perspectivas y evidencias, este trabajo de integración curricular busca aportar conocimientos valiosos que impulsen la implementación de estrategias inclusivas en la educación física, promoviendo así una formación equitativa y saludable para todos los estudiantes.

## **4. Marco teórico**

### **4.1. Inclusión educativa**

#### ***4.1.1. Evolución de la inclusión educativa en el mundo***

En los primeros años de la humanidad, las personas con cualquier característica diferente eran excluidas y rechazadas a realizar cualquier actividad, con el pasar de los años la educación ha ido evolucionando en la atención a las personas con necesidades educativas, brindando en sus primeros indicios en el siglo XIX.

Con el nacimiento de la educación especial, luego se estableció a la educación inclusiva, es así que, desde el inicio de la civilización, existía la exclusión, ya sea por deficiencias cognitivas, físicas, religiosas, económicas, de pensamiento, entre otras. En la edad antigua, se excluían a las mujeres, encajonándolas en funciones de la casa, en la edad media se crearon centros educativos, donde no se permitía el ingreso a personas con discapacidades, considerados como castigos divinos, en el renacimiento, se crearon las universidades en América y continuaba la exclusión, en el siglo XVIII, Rusia fue la primera nación que instruyó a un régimen académico reglamentado y organizado, en el siglo XIX se dudaba que el niño con dificultades fuera capaz de recibir educación; sin embargo, con la Revolución Francesa se permitió el ingreso a personas con discapacidad, constituyendo posteriormente a la educación inclusiva (Ramírez, 2017).

La evolución de la inclusión educativa ha sido favorable para conseguir una educación de excelencia, tras el análisis se evidencia que la exclusión se daba desde los principios del ser humano, con el pasar de los tiempos ha ido concibiendo varios nombres, conceptos y prácticas, para en la actualidad ser reconocida internacionalmente como derecho humano, contribuyendo al desarrollo social y emocional en los estudiantes, preparándolos para una vida adulta inclusiva en una sociedad.

#### ***4.1.2. Evolución de la inclusión educativa en Ecuador***

En Ecuador, al igual que los demás países, la inclusión educativa con el pasar de los años ha ido evolucionando, esto con el propósito de dar atención a los estudiantes que presentan necesidades educativas, al ser un país megadiverso, nace esta necesidad a ser considerada en el ámbito educativo.

Es así que, se constituye 4 momentos en los que la inclusión educativa ha ido evolucionando (desde 1940 a la actualidad) siendo en la última como se la conoce hoy en día.

**4.1.2.1. Cuarto momento o período: de la integración a la inclusión 1990 – actualidad.** Trata de la importancia y la necesidad que se tuvo en esta década para pasar de la integración a la inclusión, puesto que, se consideran acciones diferentes, donde la primera considera que el estudiante es quien debe adaptarse al currículo nacional, mientras tanto en la segunda, es el sistema educativo quien se adecua a la diversidad del alumnado.

El único resultado de este modelo o enfoque integrado es ampliar la brecha de oportunidades educativas entre estudiantes con necesidades educativas especiales y educación regular, que conduce a la no discriminación y exclusión entre los mismos estudiantes porque temen esta diferencia o diversidad. Así, se replanteó este modelo y nació un nuevo enfoque llamado educación inclusiva, que creó o garantizó el derecho a una educación de calidad, donde las instituciones educativas se adaptaron a las necesidades de los estudiantes, se aplicaron ajustes curriculares para alcanzar metas y habilidades adecuadas, dado a cada individuo para mejorar o maximizar su desarrollo en la escuela (Torres et al., 2023).

Tras el análisis, la educación integral supuso un inconveniente en el sistema educativo, donde al integrar a todos los estudiantes sobrellevó a una exclusión, debido al temor entre alumnos al no conocer la diversidad en el país, mientras tanto que la inclusión supuso una educación de calidad para todos, permitiendo aplicar adaptaciones curriculares en el desarrollo escolar.

#### ***4.1.3. Inclusión educativa en Loja - Ecuador***

En la provincia de Loja, frente a la necesidad de incentivar a llevar una educación inclusiva, donde se acoja a estudiantes con o sin necesidades educativas, se empiezan campañas con el fin de brindar una educación igualitaria en el año 2005, En educación social, la lucha solidaria por la supervivencia y el progreso comenzó en 2005 en la provincia de Loja, que tiene una historia de pobreza, movimientos y funciones solidarias. En 2009, esta ciudad inició el proceso de educación inclusiva para determinados tipos de discapacidad, y un año después se aprobó la ley de inclusión de niños y jóvenes con necesidades educativas especiales, también a estudiantes, con o sin discapacidad, apoyada por la ley en las escuelas públicas integrales (Arteaga et al., 2019).

La Importancia de llevar prácticas inclusivas comienza con la lucha solidaria contra la pobreza, en sus principios en el año 2005. Siendo en el 2009 donde se oferta una educación con igual oportunidades para estudiantes con necesidades educativas que se deriven o no con algún

tipo de discapacidad, comprendido en la actualidad una acción importante para el desarrollo estudiantil en busca de una educación eficiente.

#### ***4.1.4. Conceptualización y fundamentos teóricos de educación inclusiva***

La inclusión educativa desde su perspectiva brinda una educación donde todos participan de manera activa, en la que se busca disminuir la exclusión, ofertando a la educación como un derecho al que todos pueden acceder, independientemente de sus dificultades, sociales, académicas, personales, familiares, entre otras, esto implica a gran escala, un cambio en los contenidos, modelos, estrategias y enfoques para dar respuestas adecuadas a las diversas necesidades educativas que puedan desarrollar los estudiantes de la educación formal, así como de otros tipos de educación; de esta manera, es un concepto que cruza los límites del sistema educativo formal o convencional en un esfuerzo por disminuir la exclusión al brindar procesos educativos a todas las personas sin excepción (Ardila et al., 2021).

Con la implementación de la inclusión en las instituciones educativas, comprende el cambio necesario de los contenidos, de manera que, se perciba nuevas estrategias de enseñanza que sean necesarias en las aulas y fuera de ellas, esto contribuye a resolver las diferencias entre la diversidad existente en nuestro país, empleando un mejor aprendizaje en los estudiantes.

La inclusión educativa proporciona a los estudiantes con necesidades educativas oportunidades para participar en actividades, mejorando su confianza en sí mismos y su capacidad para interactuar con sus compañeros. Además, ayuda a fomentar la inclusión social al involucrar a todos los estudiantes en actividades en equipo a la prosperidad en la cooperación, logrando así mejores resultados de aprendizaje y asegurando la eliminación de barreras.

El objetivo de la educación inclusiva es garantizar que todos los estudiantes puedan acceder a una educación de alta calidad, eliminando barreras y aumentando su participación en la búsqueda de los mejores resultados de aprendizaje. Esto se logra creando un ambiente donde todos los miembros del grupo, ya sea que tengan o no problemas de aprendizaje, pueden inscribirse, independientemente de sus características cognitivas, étnicas, culturales o socioeconómicas, entre otras (Ministerio de Educación, Cultura, Ciencia y Tecnología de la Nación, 2019).

Conforme a ello, el proceso que tiene la educación inclusiva a día de hoy es muy relevante a nivel mundial, es evidente la importancia de practicar estas actividades, debido a que, permiten una mejor calidad educativa, de igual forma, se busca incrementar nuevos estilos de enseñanza, las autoridades locales han visto la necesidad que tiene el grupo escolar de

aprender de una manera global y participativa, haciendo respetar sus limitaciones, inclusive se ve la consideración de adaptar el plan curricular, donde se pretende atender a la diversidad estudiantil, sabiendo satisfacer sus necesidades, para así aprovechar el máximo de sus habilidades y capacidades.

Por esta razón, tomando en cuenta la diversidad existente en las aulas, se ve la necesidad de contrarrestar las diferencias existentes, para así llevar una educación igualitaria, al respecto, Santos (2016), la diversidad del alumno y ofrecer diversas respuestas educativas a sus diferencias. Esto es lo que implica la inclusión, de apreciar la diversidad de cada estudiante como una cualidad valiosa y una oportunidad de seguir una educación superior. Como resultado, el brindar una educación más equitativa garantiza tener una formación de calidad, donde todos tengan la oportunidad de acceder a estas instituciones de manera igualitaria, haciendo respetar sus derechos como personas y estudiantes, enmarcados en un entorno de igualdades, evitando las diferencias discriminatorias, consiguiendo una mejor educación siendo útil y de eficacia.

En cumplimiento, las necesidades educativas en las aulas son un reto para los docentes, los cuales no deben pasar por desapercibido estas acciones, el ofertar las mismas oportunidades para todos implica una educación inclusiva, libre de discrepancias y con las mismas posibilidades para todo el sector formativo, de manera que, no solo se consiga que los estudiantes actúen en ciertas actividades, sino asegurar que realmente aprendan y encuentren el placer por educarse.

#### ***4.1.5. Barreras en la inclusión educativa***

**4.1.5.1. Actitudes ante la diversidad.** Considerada como una de las principales barreras donde las diferencias son estimadas como impedimento y no como una aportación enriquecedora para efectuar una enseñanza positiva, en el cual, los principales responsables de esta labor son los docentes, quienes no reciben o no sienten interés por adquirir una formación donde se conozca como actuar ante la diversidad, tomándola como un reto para resolver necesidades particulares para garantizar un ambiente inclusivo.

Por género, nivel educativo o titularidad del centro, la principal barrera que han visto todos los participantes es la falta de formación en sensibilización sobre la diversidad. Los profesores señalan la desconexión entre la teoría enseñada en las facultades de educación o en los cursos de educación continua y la realidad en el aula. La formación abarca la inclusión desde

un punto de vista muy teórico, sin abordar cuestiones prácticas centradas en la creación de estrategias metodológicas o la búsqueda de recursos instruccionales (González et al., 2019).

Comprende que, si un estudiante no alcanza los aprendizajes requeridos en ese nivel educativo, puede ocasionar una desmotivación, dado que, es esencial impartir conocimientos teóricos y prácticos, guiados con la utilización de recursos didácticos para así tener un mejor conocimiento y manejo acerca de la diversidad que se presentan en las aulas, para contrarrestar esta barrera se presenta algunas sugerencias, la aceptación de quienes son, la tolerancia comprende aceptar y respetar la diversidad, tener en consideración a algunas personas que pueden tener actitudes negativas hacia aquellos que son diferentes a ellos, impartir conocimiento acerca de lo impresionante y útil que puede ser la diversidad en el grupo escolar.

**4.1.5.2. Falta capacitación del docente.** Otra de las principales barreras es la falta de capacitación del docente, ya sea por la falta de programas de capacitación, la falta de tiempo, apoyo institucional, y la resistencia al cambio en las prácticas educativas tradicionales. Se considera que son ellos quienes desempeñan un papel fundamental en la creación de aulas inclusivas.

Uno de los principales problemas identificados en este estudio es la falta de participación de los docentes en las sesiones de capacitación diseñadas para mejorar las prácticas inclusivas. Ha impedido la inclusión de educadores que se implican activamente en la diversidad y, en ocasiones, incluso se ha convertido en la más difícil barrera a superar (Gutiérrez y San Martín, 2020).

La falta de capacitación es evidente en el contexto educativo, para ellos se establece las siguientes prácticas mismas que ayudan a una mejor orientación docente, ejemplo, cursos con personal especializado, talleres con expertos en inclusión, desarrollo y formación profesional continuo, designación de recursos adecuados, promoción de cultura institucional que valore la inclusión.

**4.1.5.3. Falta de motivación y disciplina.** La siguiente barrera es atribuida al sector estudiantil, donde no consideran a la inclusión educativa como actividad necesaria, esto debido a su falta de motivación, conocimiento y disciplina, afectando así a varias áreas de estudio. Fernández et al. (2013) manifiesta que «Finalmente, hay factores que el profesorado vincula al alumnado y que identifican como una barrera. Estos elementos son, fundamentalmente, la falta de motivación y de disciplina que atribuyen aparte del alumnado; ambos señalados habitualmente en este ámbito» (p.187). Seguidamente, se pueden enunciar algunas

recomendaciones que ayudan a tener una mejor motivación y disciplina en los estudiantes, los cuales son: establecer metas claras y realistas, descubrir las motivaciones internas y por qué cumplirlas, desarrollar un plan para alcanzar las metas propuestas de manera responsable manteniendo siempre una mentalidad positiva, esto se puede mejorar con práctica y paciencia.

**4.1.5.4. Accesibilidad para acceder al currículo.** Los docentes consideran ejecutar las clases como ellos creen conveniente, por lo tanto, es importante tener en cuenta como manejan los elementos curriculares, donde no deberían limitar su accesibilidad para su correcto uso, debiendo tener la capacidad para adecuar el planeamiento nacional para que todos puedan participar de la clase.

La accesibilidad para acceder al currículo, o la falta de interés por falta de conocimiento del docente, siempre se ubican entre los problemas más populares, dependiendo de los lineamientos por los cuales se identifica al equipo de inclusión, sobre la actitud que tiene el equipo de inclusión y la disponibilidad del docente para realizar ajustes. Son equipos que no trabajan directamente con los profesores y se centran en impartir conferencias, talleres o capacitaciones con temas de accesibilidad curricular. A pesar de esto, no siguen prácticas inclusivas y no pueden responsabilizar a las personas por seguir las estrategias sugeridas (Gutiérrez y San Martín, 2020).

Esto puede ser el resultado por el desconocimiento del docente, puesto que, existen prácticas educativas inadecuadas para las necesidades de los estudiantes, donde no se hacen las adecuaciones correspondientes, para ello se presenta algunos medios de solución, como, derecho a una evaluación diferenciada, debido a que, los estudiantes con necesidades son evaluados de la misma manera que sus compañeros, por otra parte, hacer uso de materiales y recursos accesibles, tecnología asistida hacia la accesibilidad del currículo, concienciación entre docente y alumno.

En resumen, la accesibilidad para acceder al currículo implica eliminar barreras que la impiden, proporcionar materiales, recursos y adaptaciones adecuadas para garantizar que todos los estudiantes participen plenamente en el proceso educativo.

#### ***4.1.6. Políticas nacionales unificadas e inclusivas***

De acuerdo a las necesidades y barreras que se presentan en el ámbito educativo, la UNESCO (Organización de las Naciones Unidas Para La Educación, La Ciencia y la Cultura) propone un programa que conduce a una educación de excelencia e inclusiva.



Reformar los elementos del sistema vigente que constituyen obstáculos importantes a la inclusión (por ejemplo, las políticas que no permiten asistir a la escuela vecinal a niños de grupos específicos, como los niños con discapacidades o pertenecientes a grupos lingüísticos diferentes); Exigir la implementación de prácticas inclusivas fundamentales (que exigen, por ejemplo, que las escuelas atiendan a todos los niños de la comunidad), y Establecer procedimientos y prácticas en todo el sistema educativo que puedan facilitar la inclusión (por ejemplo, la elaboración de un currículo flexible o la introducción de modalidades de gestión comunitaria). (UNESCO, 2008, p.15)

El programa sugerido por la UNESCO tiene un objetivo en concreto, el cual es, que las instituciones educativas potencien las prácticas hacia el camino de una educación con las mismas oportunidades para todos. Como primer punto, recomienda reformar los elementos reglamentarios considerados como obstáculos que impiden el acceso de ciertos grupos específicos, igualmente, que se cree planes que inciten a una educación igualitaria, facilitando el aprendizaje, así como, la necesidad de crear y reformular el currículo, para una mejor enseñanza.

De la misma forma, el plan diseñado ayudará a resolver problemas de pobreza, analfabetismo y la marginación, creación de reformas democráticas destinadas a fortalecer sociedades abiertas e inclusivas

#### ***4.1.7. Enseñanza para la comprensión***

El objetivo de este término es buscar nuevas alternativas de enseñanza, donde no solo implique al ser humano en una porción, sino que, se espera la comprensión en su totalidad, donde involucra a otros medios de los habituales, es la capacidad de aplicar un concepto a situaciones cotidianas o relacionarlo con otros temas es lo que constituye comprensión en lugar de comprender y reflexionar plenamente sobre un tema. Es cierto que cuanto más se comprenda un tema, más control se tendrá sobre él y la mayor capacidad para aplicarlo (Ardila et al., 2021).

Es necesario implementar la enseñanza para la comprensión debido a su importancia. La comprensión no solo trata de memorizar y transmitir ideas relevantes, sino que, tiene la disposición de explicar, reflexionar, meditar, resolver sus dificultades, entre otras. En concordancia, se espera que los alumnos no tengan un dominio total del tema inclusión educativa, sino que, lo sepan utilizar de manera conveniente a sus necesidades, sabiendo lo que hacen y teniendo comprensión de su importancia en la formación.

#### ***4.1.8. Construyendo el ascenso en la educación inclusiva***

Para la construcción en ascenso en la busca de una inclusión educativa, en primera instancia se considera empezar con el cambio de mentalidad en la sociedad, donde desafortunadamente aún se considera que no todas las personas tienen las mismas capacidades para formarse como seres de bien.

Es así que, las medidas encaminadas a la inclusión no siempre serán comprendidas o bien aceptadas por poblaciones acostumbradas a sistemas segregados o cuando los educadores muestran miedo de no ser capaces de manejar la diversidad. Para promover la educación inclusiva, todas las organizaciones gubernamentales y no gubernamentales deben trabajar juntas. Este problema afecta no solo educadores, sino también grupos de defensa, familias, comunidades, asociaciones, empresas que brindan servicios y organizaciones que protegen los derechos de quienes no pueden hablar por sí mismos (UNESCO, 2008).

Corresponde sobre la importancia de la inclusión en la educación y cómo diferentes organizaciones en la sociedad deben colaborar para promoverla. Es importante señalar que la implementación de medidas inclusivas puede encontrar resistencia en comunidades o sistemas educativos que se han acostumbrado a la división o donde los educadores pueden sentirse incómodos frente a la diversidad.

De igual manera, se aclara que promover la educación inclusiva requiere un esfuerzo de equipo de varias organizaciones y no solo la responsabilidad de los docentes, subraya el hecho de que una amplia gama de actores, no solo los educadores, están involucrados en la promoción de la educación inclusiva, En él se incluyen múltiples organismos. Destaca la necesidad de una cooperación interdisciplinaria para lograr la inclusión.

#### ***4.1.9. El docente inclusivo***

**4.1.9.1. Competencias del docente inclusivo.** Álvaro Marchesi en el currículo del MINEDUC (Ministerio de educación) enmarca cinco competencias primordiales que se esperan de un educativo a la hora de dar vigilancia pedagógica a la diversidad:

Siendo que, el docente debe alcanzar las competencias esperadas en los educandos al culminar los niveles de educación, organizar el aula para un aprendizaje con iguales oportunidades, adecuando la metodología para la diversidad educativa, favorecer el desarrollo social y emocional de los estudiantes, trabajar en esencial para el avance educativo; requiere preparación, comprensión, empatía, cooperación y conocimiento de sus problemas y desafíos (MINEDUC, 2011).

En correspondencia, estas cinco competencias básicas son factibles para que el docente las ponga en práctica para conseguir la inclusión, en el primero, implica que los docentes deben trabajar para garantizar que los estudiantes adquieran las competencias y habilidades necesarias al finalizar su educación. Es responsabilidad del docente asegurarse de que los estudiantes alcancen los objetivos educativos establecidos. En el segundo, destaca la importancia de que el docente organice el entorno de aprendizaje de manera que todos los estudiantes tengan igualdad de oportunidades. Esto corresponde adaptar la metodología de enseñanza para abordar la diversidad educativa presente en el aula, teniendo en cuenta las necesidades y características individuales de los estudiantes.

En tercer orden, además de impartir material académico, un maestro debe trabajar para fomentar el crecimiento social y emocional de los estudiantes. Esto involucra fomentar un entorno de aprendizaje seguro y estimulante, fomentando la cooperación y la empatía, y apoyando el desarrollo emocional de los alumnos. En cuarto momento, destaca la importancia que los docentes trabajen en colaboración con otros profesionales y miembros del establecimiento educativo. Esto incluye la cooperación con otros docentes, personal administrativo y directivo, para lograr una educación integral y coherente.

Finalmente, se resalta la importancia de la colaboración entre los docentes y las familias de los estudiantes. El docente debe estar preparado para entender las necesidades, problemas y dificultades de las familias, y trabajar en conjunto con ellas para lograr el progreso educativo de los estudiantes. Esto supone una comunicación abierta, comprensión mutua y cooperación.

#### ***4.1.10. Características de la educación inclusiva***

Las características que trasladan a tener una educación inclusiva son notorias dentro de los establecimientos, dado que, son estas quienes determinan la calidad del proceso educativo, las mismas deben implicar un entorno de aprendizaje armonioso donde los y las estudiantes aprendan de manera equitativa.

Conforme a ello, algunas instituciones han visto la necesidad de incluir programas motivadores para iniciar con una educación sin exclusión, en los últimos años, ha habido un número cada vez mayor de experiencias en el aula que han utilizado con éxito métodos de enseñanza inclusivos, así como distritos escolares que han comenzado su transición hacia la inclusión educativa (Muntaner et al., 2016), de igual manera, las actividades que sostienen una educación inclusiva con el pasar de los años han sido favorables para el rendimiento académico,

las diversas prácticas influyen para que los escolares interactúen entre sí, debiendo prestar atención en dichas acciones, ya que, algunas llevan a la exclusión.

En definitiva, las particularidades que muestra cada institución educativa son de acuerdo al ámbito donde se encuentra, esto debido a que en la mayoría de instituciones existen estudiantes que presentan necesidades diferentes, por ende, las escuelas deben estar a disposición y en condiciones de resolver ciertas necesidades, contribuyendo así a una mejor calidad de educación, garantizando que todas las culturas, costumbres, experiencias, sabidurías, experiencias, se consideren y se integren a la educación.

#### ***4.1.11. Beneficios de una educación inclusiva***

En cuanto a los beneficios que trae una educación inclusiva, la unidad educativa es quien debe persuadir para que se cumplan estas atenciones, disminuyendo en gran porcentaje sus diferencias, prestando apoyo durante toda su formación, constituyendo así un ambiente armonioso con ética y valores para todos, sabiendo aprovechar los beneficios para un correcto aprendizaje de los estudiantes, sabiendo brindar una educación acorde a cada necesidad presente, así como lo mencionan Peñafiel et al. (2017), en el capítulo donde habla sobre la inclusión educativa en el Ecuador.

Para brindar una educación que se adapte a las necesidades, habilidades, potencialidades, estilos y ritmos de aprendizaje de cada alumno, es esencial reconocer los múltiples beneficios que nos ofrece este nuevo proporcionar educativo. Esto solo puede lograrse aplicando una filosofía educativa inclusiva. Para lograr una educación adaptada a las necesidades, habilidades, potencialidades, estilos y ritmos de aprendizaje de cada alumno, es fundamental reconocer los múltiples beneficios que nos ofrece este nuevo sistema educativo. Esto se puede alcanzar poniendo en práctica una filosofía educativa inclusiva en todo el mundo, en toda institución en la que se participa activamente.

En definitiva, los establecimientos educativos conviene fomentar nuevas estrategias de enseñanza, debiendo cada una proporcionar una educación innovadora, basada con herramientas pedagógicas, adentrándose a una nueva manera de instruir de manera global, sin la excepción de ningún grupo social, sabiendo aprovechar el conocimiento de todos los estudiantes favoreciendo al aprendizaje significativo, guiados a través de una pedagogía diferenciada a la tradicional.

Algunos de los beneficios de la inclusión en la educación incluyen: altas expectativas para todos, desarrollo de fortalezas y habilidades individuales, participación de los padres en la educación académica de los niños, provisión de oportunidades para aprender y aceptar las diferencias individuales, reduciendo así el acoso y sus efectos, construyendo amistades, valorando la diversidad y la inclusión en la sociedad, enseñando de manera que incluya a todos los estudiantes, reduciendo las diferencias, brindando apoyo a todos los estudiantes, promoviendo la igualdad de oportunidades y no enseñando de manera que compitan entre los estudiantes.

## **4.2. Educación física**

### ***4.2.1. La educación física en el mundo siglo XX***

Para el presente trabajo investigativo se partirá desde el siglo XX, allí se descubre nuevos conceptos para la educación física, puesto que, es entonces donde esta disciplina empieza a considerarse significativo para el desarrollo integral del ser humano, donde se entiende que no solo beneficia a la condición física del hombre, sino que, favorece al perfeccionamiento de nuevos conocimientos, principalmente en los diversos beneficios médicos que tiene en la salud física y mental de todos quienes la ejecutan. Concibiéndola, así como una práctica constructivista esencial para ser incorporada en los establecimientos educativos, donde, además, se entiende que brinda una enseñanza a través de valores éticos y morales, indispensables para obtener mejores resultados en los estudiantes, en relación:

La educación física es cultivada, por lo tanto, como una parte más de la formación general del hombre, integridad de lo intelectual y de la moral. Es la aplicación de las instrucciones orgánicas, funcionales y automáticos, acomodados al organismo del hombre. Se ve floreciente, además, por los conocimientos médicos y biológicos que se van adecuando a las prácticas educativas para obtener de ellas mejores resultados (Pajarón, 2001).

En los principios del siglo XX nace un nuevo concepto de la educación física, teniendo como principal objetivo conocer las necesidades físicas de los individuos. Concibiendo, así como una práctica constructivista, Se incorporaron una variedad de actividades, tales como la enseñanza de destrezas motoras fundamentales (correr, saltar, trepar, cargar, lanzar y saltar), juegos organizados, bailes y actividades rítmicas, deportes individuales y colectivos.

Igualmente, se comprendió que contribuye al bienestar, mental, emocional y social, no solo en lo físico como se entendía hasta esa fecha, lo más destacado es por los conocimientos

centrados a la salud y la importancia de mantener un estilo de vida activo, que produce mejores resultados en el ámbito educativo y social del ser humano.

#### ***4.2.2. La educación física en el mundo siglo XXI***

La Educación Física En el siglo XXI, ha adquirido un enfoque más amplio en la promoción de la salud y el bienestar en general, en la escuela y la sociedad ha alcanzado a construir nuevas destrezas, habilidades y capacidades en diversos campos, con el fin de alcanzar una vida más productiva y sana.

Desde una perspectiva amplia, la educación física es la educación en un campo que se centra en el ser humano para identificar habilidades que sirven como base para lograr destreza en otros dominios del desarrollo y obtener acceso a una vida productiva, los ámbitos de la autonomía personal, la vida familiar, gestión ambiental; en respuesta a esta realidad. La educación física no solo debe contemplar y estudiar la educación física formal, sino también todas las demás facetas de la vida de una persona, no pretende centrarse en un período determinado de la vida del hombre o en una característica particular de su movimiento. Se necesita licencia para que un hombre pueda dirigirse a cualquier nivel y en cualquier ámbito de la vida (Alonso, 2005).

En el presente siglo, la educación física se ha configurado como una disciplina educativa que se centra en el desarrollo integral de los individuos mediante el movimiento y la participación, volviéndolos autónomos, conociendo y respetando el medio ambiente, siendo el docente quien guíe a los estudiantes en cualquier nivel de educación, igualmente, obteniendo un mayor enfoque en la inclusión y la diversidad, así mismo, el avance tecnológico ha sido favorable para que la educación física siga constituyendo nuevos campos de estudio.

#### ***4.2.3 Educación Física en Latinoamérica***

En cuanto a la EF (educación física) en Latinoamérica, ha sido reconocida como una asignatura fundamental en los currículos educativos de muchos países latinoamericanos, donde se valora y promueve la inclusión de la cultura y las tradiciones locales dentro de la educación física, teniendo como principal objetivo el aumento de horas en esta materia para disminuir la obesidad, la misma que ocasiona diversas deficiencias en los estudiantes, por ejemplo, afecta al rendimiento académico, la salud, estado físico y emocional.

En esta orientación, en Latinoamérica son diversas las naciones que en los últimos años han competido por acrecentar el número de horas de educación física en el currículo, buscando comprimir, entre otras cosas, las dificultades de obesidad que presentan sus consorcios. Perú,

por ejemplo, lanzó en el 2015 el Plan de fortalecimiento de la Educación Física y el Deporte Escolar, cuyo objetivo era aumentar a 3 horas semanales la EF en educación básica, mismas que ya tienen países como Chile o Colombia (Del Val Martín et al., 2021).

Es importante este planteamiento de aumentar el número de horas en las instituciones educativas, pero, no siempre cantidad es similar de calidad y que se debe tener moderno los diversos beneficios que trae consigo esta práctica, que no solo son enfocados a disminuir la obesidad y sobrepeso, además de los manifestados anteriormente, ayuda a la superación de desafíos y limitaciones, como los afectivos motivacionales, los de introducción nacional, los conocimientos o los de diplomacias interpersonales, si bien es cierto la EF tiene particularidades y características propias en cada país, pero en general comparte aspectos comunes.

#### ***4.2.4. Educación Física en Ecuador***

Acercas de esta asignatura, por sus positivos resultados dentro de las instituciones educativas, en Ecuador, al igual que los demás países, la educación física se considera como complemento para todas las distintas materias dentro de un establecimiento formativo, dado que, es esta quien perfecciona el concepto de cuerpo sano mente sana, implica un mejoramiento físico al desarrollo en las habilidades y capacidades que caracterizan a cada individuo.

En 2014, Ecuador comenzó a reconstruir una nueva educación deportiva, donde se aumentó la duración de la educación básica general de 2 horas a 5 horas. Si los estudiantes sienten que el deporte es estadísticamente significativamente más importante que otras disciplinas y las actividades físicas tienen un efecto positivo irreversible en la población, entonces se considera un espacio propicio para motivar la práctica de esta disciplina desde edades tempranas (Del Val Martín et al., 2021).

Por otro lado, implica, incluir actividades físicas, culturalmente relevantes en la educación integral de la ciudadanía, cuyos hábitos, salud y prácticas responsables contribuyan a la realización individual y colectiva en el marco del buen vivir (Ministerio de Educación, 2016).

Se considera como una disciplina académica, dentro de los diferentes grupos culturales que existen en nuestro país, juega un rol importante donde permite la conducción de la educación física por práctica usual, de acuerdo con sus orígenes tradicionales, de manera saludable y responsable, considerándola como la prestación y gestión integral de todos aquellos que acceden a realizar estas actividades, contribuye al bienestar individual y grupal, misma que, lleva a una comunidad enmarcada en el camino del buen vivir.

Por lo tanto, la educación física es de gran importancia para la educación, porque al igual que las demás materias, contribuye a la formación de la persona en relación con los integrantes de la educación, también, se considera esencial al ofrecer oportunidades de participación a estudiantes con diferentes habilidades y capacidades, incentivando a conocer y respetar la diversidad. De igual forma, favorece a prevenir y combatir el sedentarismo, que hoy en día es considerado como uno de los principales desafíos en la educación.

#### ***4.2.5. Educación Física en el Subnivel Superior de Educación General Básica***

En este subnivel, la EFE (educación física escolar) según el MINEDUC (Ministerio de educación) favorece al trabajo colectivo y cooperativo, con el fin que conozcan y comprendan las diferencias que pueden presentarse en el ámbito educativo para llevar un aprendizaje equitativo.

En este subnivel, la educación física escolar ofrece oportunidades de participación grupal y aprendizaje cooperativo entre adultos y jóvenes que ayudan a profundizar su comprensión de como sus desacuerdos se diferencian entre sí y no como una barrera para construir relaciones de aprendizaje (Ministerio de Educación, 2019).

Igualmente, el educar de esta manera está relacionada en como los estudiantes van construyendo su autonomía y su aprendizaje con sus compañeros y, no solo en prácticas corporales, sino que favoreciendo en otras tareas escolares y por ende en la vida cotidiana. Así mismo, la adopción de hábitos saludables, la participación en actividades recreativas y deportivas, el fomento de valores como el respeto, la cooperación y la responsabilidad.

#### ***4.2.6. Conceptualización de educación física***

En la actualidad la educación física se considera un arma fundamental para la lucha contra los malos hábitos, la puesta en práctica de esta disciplina traslada a numerosos beneficios que en la actualidad se consideran necesarios para la correcta formación de personas.

Por lo cual, la educación física está relacionada con la ejecución de movimientos a través de nuestro cuerpo, donde debe ser planificada de manera adecuada, convirtiéndose así en un entorno fundamental y necesario para incentivar a un estilo de vida diferente a lo habitual, asegurando hábitos de salud, físico y mental, forjando una educación completa y dinámica con el mejoramiento en el rendimiento en las demás asignaturas, donde se enseña a través de la ejecución de movimientos.



Según Muros (2013), en la práctica social, la educación física también es un componente de esta cultura. Es un componente crucial en la transmisión del mismo. La experiencia del movimiento, los cambios físicos que provoca en el organismo, las posturas (y también los gestos), todos se convierten en símbolos de la cultura corporal circundante que el cuerpo se apropia, interpreta y exterioriza.

Por tanto, en la etapa de la niñez es donde se trabajan las diferentes habilidades motrices, es por ello que se debe empezar desde edades tempranas, para que, a través del aprendizaje motor, convertir estas habilidades en destrezas, durante la infancia los estudiantes estudian, hacen y elaboran nuevas formas de conmoción con la asistencia de diferentes formas entretenidas. La educación física trata de buscar un mejoramiento en el proceso de enseñanza aprendizaje mediante la integración de la teoría con la práctica, donde se permite conocer los principios y fundamentos de la materia, adquiriendo un enfoque más amplio en la promoción de la salud y el bienestar en general.

Acerca de lograr un aprendizaje de calidad y significativo en las clases de educación física, es considerable tomar en cuenta este enunciado, no hay práctica sin teoría y no hay teoría sin práctica, en proporción, Calero y González (2014), las teorías y métodos de educación física, que combinan conocimientos teóricos y prácticos relevantes para la materia de educación física para explicar los principios, objetivos y fundamentos. Es así que, la educación física requiere el cumplimiento de ciertas acciones, que sean de manera práctica y teórica, para alcanzar un aprendizaje a largo plazo, permitiéndoles practicar y aprender los diferentes fundamentos, en la teoría se valoran los conocimientos y en la práctica se observa los dominios en habilidades y destrezas motrices.

En contraste, la ejecución de la educación física no solo permite el desarrollo de las habilidades motrices, sino también de la inteligencia emocional, estas actividades realizadas de carácter práctico y teórico alcanzan un aprendizaje en un tiempo mayor, de esta manera, permite aprender los distintos fundamentos que se encuentran en esta área indispensable para la formación académica y social.

Por lo tanto, las actividades en conjunto permiten un desarrollo integral de las distintas capacidades, intelectuales y físicas, alcanzando un mejor conocimiento y habilidades propias de cada individuo, de la misma manera, ayuda al progreso de motricidad física en las diferentes edades, contribuye al desarrollo físico, emocional y social de los estudiantes. Tal como, permite conocer y respetar su cuerpo, contribuye a obtener buenos hábitos de vida, mejora la salud,

ayuda a fomentar valores, trabajo en equipo, disciplina, perseverancia, la responsabilidad personal, todo esto guiando a una mejor instrucción.

#### ***4.2.7. Creación del autoconcepto a través de la educación física***

Se desarrolla en las primeras etapas del individuo, es donde las personas adquieren sus propias habilidades y destrezas, mismas que son importantes para su desarrollo físico y emocional, es aquí donde la educación física ayuda a lograr un autoconcepto en cada alumnado.

Como resultado, al hablar de adolescentes en clase, cada estudiante se está formando una imagen de sí mismo y al mismo tiempo tiene en cuenta las diferencias significativas que comienzan a surgir entre ellos, en esta etapa. La necesidad de desarrollar un autoconcepto saludable durante la adolescencia surge de que, además de ser este el momento en el que se forma, es difícil modificarlo posteriormente, ya que tiende a estabilizarse. En cierto sentido, el plan de estudios de educación física es relevante para desarrollar este autoconcepto (Sailema et al., 2017).

Ciertamente, la educación física juega un rol valioso en la creación del autoconcepto, donde cada persona va creando su propia imagen, para ello se especula necesario concebirla de la mejor manera, con el propósito que se aproveche todas las habilidades y capacidades en todos los ámbitos de la vida, dado que, en lo posterior se presenta complicado modificarlo. El autoconcepto ayuda al desarrollo de habilidades motoras, promoción de la actividad física y la salud, expresión de la identidad personal. Todo esto contribuyen a fortalecer la confianza en sí mismos, mejora la autoestima y construir una imagen positiva de sí mismos como individuos físicamente competentes y emocionalmente saludables.

#### ***4.2.8. Beneficios de la educación física***

Cuando se trata de la práctica de esta disciplina, en consecuencia, se obtienen múltiples beneficios tales como: físicos, mentales, psicosociales, entre otros, los mismos mejoran el aprendizaje, optimizando la concentración en otros campos de estudio, desarrolla las capacidades perceptivas, permite la comprensión a la toma de decisiones individuales y colectivas, progresa la afectividad, volviéndolos más expresivos, de igual manera, existe una gran conexión entre la educación física y la salud.

La Educación Física pretende educar al niño actuando específicamente sobre su motricidad. Para ello, potenciará una diversidad de experiencias sobre las que se pueda

apoyar la evolución de la conducta motriz y facilitará una serie de aprendizajes que permitirán que esta se vaya modificando.

La Educación Física, en tanto que pretende mejorar la disponibilidad motriz del niño, se plantea: [...] - desarrollar las capacidades coordinativas, que posibilitarán que el movimiento realizado se ajuste al deseado. (Lleixa, 1983, P. 49)

Por consiguiente, los beneficios que tiene la actividad física promueven el desarrollo de los niños y niñas, permitiendo múltiples rendimientos, mejorando su corporeidad para disfrutar de las actividades (juegos y deportes educativos) para asegurar un mejor estilo de vida académica y saludable, en el presente y futuro de quienes la practican en favor personal y colectivo, la cual se considera un principio fundamental al desarrollo de mejores estudiantes.

Es por ello que, la importancia de la actividad física se ha constituido como área obligatoria que incita a fomentar la salud e higiene personal, al mismo tiempo permite conocer y respetar su cuerpo a través del movimiento, favoreciendo el desarrollo de una adecuada construcción de la personalidad, la integración de hábitos, destrezas y habilidades, como efecto, los estudiantes podrán efectuar un trabajo de calidad y lograr un aprendizaje significativo.

### **4.3. Relación entre educación física y educación inclusiva**

#### **4.3.1. Educación física y educación inclusiva**

La educación física y la educación inclusiva están estrechamente relacionadas, en tanto que, ambas tienen como objetivo proporcionar a todos los estudiantes una educación de calidad, independientemente de su capacidad física, género, origen étnico, orientación sexual u otras características.

La educación física es un espacio significativo en la educación inclusiva, dado que, proporciona a todos los escolares la proporción de participar en acciones físicas y deportivas, independiente de sus habilidades o capacidades, orientándose en crear un ambiente de aprendizaje donde todos los estudiantes se sientan seguros, valorados y motivados para que participen en las actividades académicas.

Esto implica el uso de adaptaciones y modificaciones curriculares para las actividades previstas, generando equipos y ambientes que permitían a todos los estudiantes participen y aprendan de manera justa, efectiva e inclusiva.

En el presente estudio se realizó una revisión de los componentes curriculares de la educación física inclusiva (EFI). Estos componentes ocurren con frecuencia entre las edades de 5 y 18 años y sirven como un medio para que todas las personas actúen actividad física para lograr que los planes y programas incluyan y promuevan la EFI, con prioridad en la niñez, la juventud y la adolescencia, se debe cambiar el currículo escolar, que sirve como expresión de lo que se enseña en la institución, como primer paso significativo el componente fundamento del Buen Vivir, es decir, una sociedad democrática, equitativa, inclusiva, pacífica y promotora de la interculturalidad (Ullaguari, 2018).

En relación, reconoce y valora la diversidad de los estudiantes, incluyendo su género, cultura, pensamientos, intereses, habilidades y preferencias, los educadores físicos que practican la educación inclusiva se esfuerzan por crear una clase igualitaria, donde todos los estudiantes sean respetados y valorados por sus habilidades y contribuciones únicas, de esta manera, los docentes ayudan a reducir la discriminación y el acoso en el entorno escolar, al fomentar la inclusión y el respeto por la pluralidad, con entornos escolares seguros para todos los estudiantes, para ello se considera importante modificar el currículo, para un correcto uso del mismo, esto con el fin de instituir nuevos métodos de enseñanza, para trabajar específicamente con estudiantes con necesidades educativas especiales.

#### ***4.3.2. La educación física como herramienta de enseñanza para una educación inclusiva***

Sobre el desarrollo de las clases de educación física, los estudiantes que presenta algún tipo de necesidad educativa no son tomados en cuenta para actuar en estas actividades, dejándolos excluidos de sus compañeros, siendo aquí donde un docente con una formación adecuada convendría utilizar la educación física como herramienta de enseñanza.

La educación física, debido a la interposición que tiene para atarearse cooperativamente con todos, tiene como propósito extender un aprendizaje de disposición e inclusivo, al respecto, Gamonales (2016) afirma que: «La actividad física inclusiva debe ser usada como una herramienta para otorgar poderes a los alumnos y así experimentar las clases de Educación Física» (p.31). Sin duda, la importancia que tiene el docente para dirigir una clase, se determina con la metodología que aplica para sostener un ambiente de aprendizaje, por ende, al contar con un alumnado que no pueden realizar ciertas clases de educación física, el educador deberá tener la capacidad de modificar el contenido, con el propósito de utilizar a la educación física como herramienta pedagógica para llevar una inclusión para todos.

Esta asignatura se estima donde los estudiantes sienten mayor afecto por participar, por ende, se debe aprovechar de manera adecuada para llevar una educación inclusiva, puesto que, la mala aplicación puede llevar a una exclusión, como lo manifiesta García (2019), el área de educación física es, probablemente la superficie donde mayor sociabilización se origina en los conjuntos. Por ello, no ha de obviarse el tema de la inclusión educativa, sino que, se debe incrementar todos los aspectos que estén en los ámbitos que corresponden para obtener dicha educación física inclusiva que tanto se busca a nivel mundial. Por el contrario, se considera necesario señalar que, al igual que el área de educación física puede ser una vía para la inclusión, también lo puede ser para la exclusión si no trabajamos de la manera correcta y ordenada.

En propósito, esta disciplina es indispensable en la busca de la inclusión que tanto anhelan las Unidades Educativas, considerando que persigue crear ambientes de aprendizaje que promueven la participación activa y cooperativa de los estudiantes, no solo en las clases de educación física, sino también en las demás asignaturas que conforman el currículo nacional, esto se puede conseguir a través de la práctica de juegos didácticos, en el caso de utilizar deportes, se sugiere que estos sean adaptados, es decir, asegurar que no sean competitivos para lograr la intervención de todos los alumnos.

Los frecuentes cambios en la educación, junto con la incorporación de otros componentes curriculares, han llevado a la inclusión de deportes alternativos en las sesiones de educación física, y los juegos permiten que los estudiantes participen y motiven más en sus clases de educación física (González-Coto et al., 2022).

Conforme a ello, los juegos ayudan en la participación del estudiantado, así también como la utilización de deportes alternativos, en ellos se adecuan estrategias y prácticas pedagógicas, alcanzando a desarrollar habilidades sociales y emocionales, de igual forma, garantizar que todos los escolares tengan acceso a una educación significativa para lograr este propósito, es necesario que los docentes estén capacitados para manejar las diferentes necesidades educativas para facilitar el aprendizaje.

En resumen, estas metodologías asociadas a los estudiantes con y sin necesidades educativas, les permiten tener la oportunidad de aprender en unión con los demás y poner en práctica los valores sociales, educativos y culturales, necesarios para lograr una educación inclusiva, en la que las diferencias se acogen y se respetan por igual, se considera crear modificaciones curriculares a través de juegos didácticos, para así asegurar que todos

participen, igualmente, se recomienda en el caso de instruir deportes, adaptarlos para evadir diferencias y competitividad en estudiantes.

#### ***4.3.3. Importancia de la educación física en el ámbito educativo inclusivo.***

El siguiente punto trata de la tarea que la educación física cumple para llevar una educación inclusiva, donde involucra la contribución de los docentes con los estudiantes, son ellos quienes deben cooperar y formular respeto hacia las contrariedades, promoviendo oportunidades para desarrollar destrezas necesarias para aprender a trabajar juntos como un grupo equilibrado.

Entre estos factores, los más destacados son la accesibilidad y el diseño para todos quienes presentan necesidades pedagógicas, la falta de conocimiento o formación docente de la población con necesidades educativas, etc. Esta revisión es en profundidad con un tema; prácticas docentes y sus actitudes y sentimientos sobre la inclusión de personas con discapacidad en los gimnasios (Cano y Athanasios, 2013).

Conforme a su importancia, no solo son para personas con necesidades educativas, sino que, involucra a todos los participantes que la ejecutan, trata de la conducción que tiene el educativo para permitir accesibilidad a todos sus educandos, teniendo en cuenta sus actitudes creadoras de nuevos métodos de enseñanza.

Es incuestionable que la inclusión en las clases de educación física nace ante la necesidad de ser tomados en cuenta en ciertas actividades programadas en un evento escolar, es aquí donde se valora el apoyo que reciben o la modalidad de enseñanza que acogen en el aula, es en esta materia es donde pueden lograr que la mente y cuerpo queden como una unidad.

### **4.4. Salud**

#### ***4.4.1. Conceptualización de salud***

En lo que toca a la salud, no solo significa estar exento de enfermedades, sino también el entorno armonioso en el que influye el individuo con la comunidad, manteniendo un equilibrio de convivencia sana, es la capacidad de actuar positivamente en el medio ambiente, psíquico, físico y social, la salud al igual que la educación es y debe ser un derecho al que todos puedan acceder sin discriminación alguna.

La salud es un estado de completo bienestar físico, mental y social, y no solamente la ausencia de afecciones o enfermedades. El goce del grado máximo de salud que se pueda lograr es uno de los derechos fundamentales de todo ser humano, sin distinción de raza,

religión, ideología política o condición económica o social. La salud de todos los pueblos es una condición fundamental para lograr la paz y la seguridad, y depende de la más amplia cooperación de las personas y de los Estados. (Organización Mundial de la Salud, 2014, P.1)

Consecuentemente, en el contexto de salud intervienen varios elementos que la instauran, no solo representa el estar libre de padecimientos, se contextualiza en los diferentes argumentos y sirve como acercamiento al mundo que nos rodea, implica mejorar la relación con el entorno ejerciendo todas sus funciones de acuerdo a la condición del organismo, donde actúa dentro de un entorno determinado permitiendo el bienestar y un óptimo funcionamiento del cuerpo.

En fin, a la salud se considera como una capacidad de actuar positivamente en un determinado espacio natural, se supone los procesos de adaptación que tienen los individuos para relacionarse con la sociedad y vivir en armonía de manera positiva en procesos biológicos, psíquicos y mentales.

#### ***4.4.2 Obesidad y sobrepeso***

Por un lado, el sobrepeso se refiere a tener un peso corporal que es mayor de lo que se considera saludable para una determinada altura, edad y género. Esto se evalúa comúnmente utilizando el índice de masa corporal (IMC), que es una fórmula que relaciona el peso y la altura.

Por otra parte, La obesidad es una forma más grave de exceso de peso corporal. Una persona se considera obesa cuando su IMC está significativamente por encima de los valores saludables. La obesidad se asocia con un mayor riesgo de enfermedades crónicas graves.

La poca práctica de ejercicio, sumado a la ingesta de comida rápida y malos hábitos, pone en riesgo la salud de las personas. La obesidad y el sobrepeso son problemas de salud que han aumentado significativamente en muchas partes del mundo, y se consideran epidemias de salud pública debido a su prevalencia y a las implicaciones negativas para la salud a largo plazo. La actividad física regular reduce el riesgo de depresión, enfermedades cardiovasculares, presión arterial alta, diabetes y cáncer de mama o de colon, y se ha demostrado científicamente que la actividad física reduce la probabilidad de desarrollar estas enfermedades.

Una alimentación desequilibrada puede tener repercusiones importantes sobre la salud presente y futura de la comunidad escolar. Estos nuevos hábitos, una alimentación inadecuada y la falta de actividad física, han contribuido a aumentar a prevalencia de problemas sanitarios como el sobrepeso y la obesidad infantil juvenil, siendo auténticos problemas de salud pública y predictores de la obesidad adulta. La obesidad es considerada por la OMS como la enfermedad del siglo XXI por las dimensiones adquiridas a lo largo de las últimas décadas, y por el impacto sobre la morbimortalidad, la calidad de vida y el gasto sanitario. (Rico, 2021, p.24)

En cuanto al sobrepeso y la obesidad, señalan como un problema en salud a nivel mundial. Es un problema que ha crecido en las últimas décadas, especialmente en edades tempranas, destaca especialmente el enorme aumento del mercado y consumo de productos ultra procesados, que poco a poco van sustituyendo a los alimentos naturales y mínimamente procesados en la dieta de las personas.

**4.4.2.1. La obesidad y sobrepeso en Loja.** A continuación, la Escuela Nacional de Salud Pública (ENSAP), La Habana, Cuba, da a conocer sobre la obesidad y sobrepeso en la provincia de Loja, donde se comprueba que en el sector urbano existe un mayor porcentaje de obesidad y sobrepeso en comparación del sector rural, esto debido a los diferentes hábitos que se efectúan en cada medio.

Por tanto, se cree que las zonas rurales, aunque menos afectadas por el modernismo actual, que ha desarrollado un entorno natural saludable y promovido una dieta más saludable, están mostrando una tendencia a menos comida rápida y más actividad física debido a la movilidad de la residencia, a la escuela y viceversa o para realizar actividades laborales y asistir a los adultos de la familia según las necesidades de supervivencia diaria de la localidad (Cambizaca et al., 2016).

**4.4.2.2 La obesidad y sobrepeso en el mundo.** Igualmente, da a conocer sobre la obesidad y sobrepeso en el mundo y como estas van cada año aumentando la causa de muerte en la población a nivel mundial.

El sobrepeso y la obesidad son el quinto factor de riesgo de muerte en todo el mundo y causan al menos 2,8 millones de muertes de adultos cada año. El síndrome de obesidad se considera uno de los mayores factores de riesgo de enfermedades como presión arterial alta, colesterol alto, diabetes tipo 2 y ciertos tipos de cáncer (Cambizaca et al., 2016).



#### ***4.4.3. La salud en los estudiantes a través de la educación física y actividad física***

Para luchar contra las enfermedades nombradas anteriormente se considera importante a la educación física como una disciplina escolar que contribuye significativamente a la salud y el bienestar de los estudiantes, los programas de esta enseñanza ofrecen oportunidades para que desarrollen habilidades, mejoren su condición física, aprendan sobre nutrición y estilos de vida saludable, adquieran habilidades sociales y emocionales a través del trabajo en equipo y la colaboración. Igualmente, la actividad física demanda de movimiento corporal, principalmente músculos esqueléticos, siendo esto favorable a un gasto energético en estudiantes con sobrepeso y obesidad, ayudando a mantener un peso ideal, progreso en el rendimiento escolar y mejorando así su estilo de vida saludable.

La actividad física es un término que se refiere a cualquier movimiento corporal realizado por el músculo esquelético que resulte en un gasto de energía, cualquier cosa que una persona haga las 24 horas del día además de dormir o descansar, así se pueden distinguir las siguientes formas, actividades de soporte vital, actividades esenciales y actividades diseñadas para ser divertidas, interactivas, para mejorar la salud o el estado físico de los participantes (Vidarte et al., 2011).

La actividad física desempeña un papel importante en la promoción de la salud y el bienestar de los estudiantes. La educación física y la salud llevan una relación estrechamente indiscutible, al proporcionar a los estudiantes oportunidades para desarrollar habilidades físicas y sociales, enseñando a llevar una alimentación equilibrada, los programas de educación física apoyan significativamente a la salud de los estudiantes, esto debido al impacto que ocasiona en el cuerpo, ayudando a mantener una mente tranquila, permitiendo que tengan una buena concentración, bienestar emocional, incluso lleva a tener un ahorro económico.

En terminación, llevan a un impacto de bienestar en los estudiantes, es una parte relevante de la educación integral, dado que, ayudan a prevenir enfermedades crónicas como la obesidad, sobrepeso, la diabetes, estrés, depresión, ansiedad y las enfermedades cardíacas, al fomentar la práctica de actividades físicas, ayudará a tener un mejor rendimiento académico en el centro educativo.

#### ***4.4.4. La salud física y mental mediante la actividad física***

La Salud física se refiere al funcionamiento del cuerpo y su capacidad para realizar actividades diarias sin limitaciones, incluye aspectos como la aptitud cardiovascular, la fuerza

muscular, la flexibilidad, el mantenimiento de un peso saludable, una alimentación equilibrada y la prevención de enfermedades. La salud mental se describe a lo emocional, psicológico y social de una persona. Incluye mejoras en el control del estrés y la depresión, mantener relaciones saludables, manejar las emociones, tener una autoestima positiva y enfrentar los desafíos de la vida de manera efectiva.

La salud percibida es un parámetro multidimensional que proporciona información sobre la salud física y mental de los sujetos y puede ser un importante predictor de morbilidad y mortalidad. Además, algunas características como el estatus ocupacional, el nivel de ingresos o el nivel educativo también influyen en la percepción de salud de los sujetos. El ejercicio de AF (actividad física) y las características de la misma duración, frecuencia e intensidad, así como el género, también son variables relacionadas con las percepciones de salud de los interesados (Castañeda, 2015).

En relación, la salud física y mental son predictores de los padecimientos y fallecimientos que puede ocasionar el llevar una vida sedentaria, para contrarrestar estas futuras decadencias se considera indispensable la práctica de ciertas actividades físicas que, en conjunto con otras acciones como por ejemplo llevar una alimentación balanceada, comprende una vida sana en la promoción de la salud física y mental, y por ende, conseguir personas saludables y dispuestas para un mejor desarrollo en todos los ámbitos que prepara la vida, cabe mencionar la importancia que los padres de familia también interactúan dentro del proceso educativo, esto facilitaría la comprensión en todos los ámbitos presentes en el desarrollo estudiantil.

## **5. Metodología**

Esta investigación fue realizada en 27 estudiantes de octavo año paralelo “A” de la Unidad Educativa Adolfo Valarezo, en primera instancia se aplicó el test denominado batería de habilidades motrices básicas y capacidades físicas, el mismo que fue modificado para una mejor aplicación en los estudiantes, el cual contiene 4 habilidades motrices básicas (caminar, correr, saltar y lanzar) y 3 capacidades entre ellas 2 condicionantes y una coordinativa (fuerza, flexibilidad y coordinación).

Igualmente, se empleó una encuesta dirigida a los estudiantes donde constaban preguntas acerca de la inclusión educativa, educación física. Así mismo, la correspondiente entrevista al docente, con el fin de conocer su conocimiento relacionado con el tema de estudio.

Posteriormente, se aplicó una propuesta pedagógica, esto de acuerdo a las deficiencias encontradas en los resultados obtenidos de los instrumentos nombrados anteriormente, para ello, se utilizó clases que contenían actividades físicas didácticas, con el propósito que todos los estudiantes con o sin necesidades educativas participen de ellas para así conseguir una educación inclusiva y una vida saludable a través de la educación física en los estudiantes del octavo año paralelo “A” de la Unidad Educativa Adolfo Valarezo.

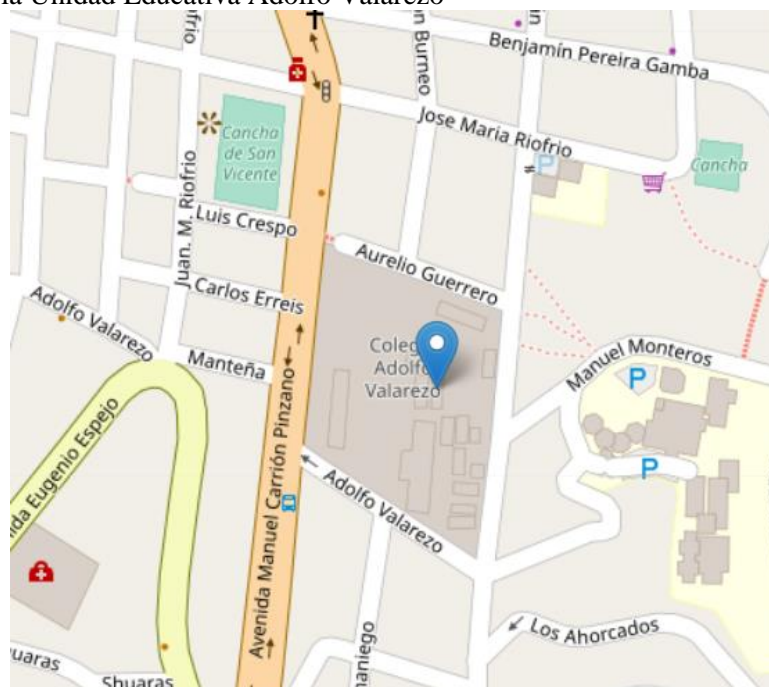
Por ende, se planificó clases didácticas en educación física para asegurar la intervención de todos los estudiantes, donde consistía de actividades inclusivas, múltiples ejercicios, entre ellos de fuerza, flexibilidad, equilibrio, coordinación, entre otros. Igualmente, juegos cooperativos, deportes alternativos, clases motivadoras y explicativas a cerca de la importancia y beneficios que tienen la educación física en el ámbito académico y social, para fomentar la inclusión y llevar un estilo de vida saludable.

### **5.1. Escenario**

La presente investigación se llevó a cabo en la Unidad Educativa Adolfo Valarezo, su código AMIE:11H00164, correspondiente a la zona 7, la cual se encuentra ubicada en la ciudad de Loja, Cantón Loja, parroquia Sucre, en las calles Carlos Román Hinojosa, Adolfo Valarezo y Manuel Carrión Pinzano, este Establecimiento Educativo brinda el servicio de educación regular en los niveles: inicial, educación general básica y bachillerato general unificado, en jornadas matutina y vespertina tiene un total de 78 docentes y 1772 estudiantes.

El trabajo de integración curricular se ejecutó en el año lectivo 2022- 2023 desde el 03 de abril 2023, donde se empezó con los primeros acercamientos a la institución hasta el 21 de junio del mismo año.

**Figura 1.** Croquis de la Unidad Educativa Adolfo Valarezo



**Nota:** La imagen muestra la ubicación de la unidad educativa Adolfo Valarezo

**Fuente:** Ubica Ecuador. (s.f). *Unidad educativa Adolfo Valarezo [imagen].*

<https://www.ubica.ec/info/UNIDAD-EDUCATIVA-ADOLFO-VALAREZO>

## 5.2. Enfoque de la investigación

Para el desarrollo del siguiente trabajo de investigación se utilizó un esquema sistematizado, mismo que ayudó al cumplimiento de metas y objetivos planteados. Se empleó el enfoque mixto, cuanti-cualitativo, el mismo que se lo manipuló para la recolección, análisis y tabulación de los resultados. El manejo de esta representación, permitió la utilización de los enfoques cuantitativo y cualitativo, puesto que, admite la manipulación de las principales ventajas de estas dos, permitiendo analizar y vincular estos dos enfoques dentro de una misma investigación, por lo tanto, se considera una investigación de carácter mixto.

El enfoque mixto condescendió analizar datos numéricos con información subjetiva. Mediante el enfoque cuantitativo se pudo obtener datos a través de la encuesta y el test desarrollado a los estudiantes, mientras tanto que el enfoque cualitativo consintió la recolección de información por medio de la entrevista dirigida al docente de educación física encargado del octavo año de educación general básica paralelo “A”

## 5.3. Tipo de investigación

El presente trabajo de investigación fue de tipo de estudio correlacional, el cual concedió a estudiar el análisis en la relación de 3 variables (educación física, inclusión educativa y salud).

La utilización de este tipo de estudio ayudó a la acertada manipulación de estas variables y su cometido dentro del área de estudio.

#### **5.4. Diseño de la investigación**

Para el progreso de la investigación se optó por el diseño cuasiexperimental. Con este diseño se pudo examinar el efecto de la variable independiente (educación física) en las variables dependientes (inclusión educativa y salud), puesto que, el grupo elegido a investigar fueron reales y naturales.

Durante el proceso de indagación se conoció la incidencia que tiene la educación física como estrategia metodológica para llevar una inclusión educativa y una vida saludable en los estudiantes del octavo año paralelo “A” de la Unidad Educativa Adolfo Valarezo.

#### **5.5. Métodos**

Los métodos ayudaron a desarrollar de manera efectiva la investigación. Ya que, desempeñaron un papel fundamental al proporcionar una estructura ordenada para recopilar, analizar e interpretar los datos, el correcto método facilitó la búsqueda de información y el apropiado desarrollo del trabajo de investigación.

Para el presente trabajo de integración curricular se utilizó diferentes métodos investigativos, los mismos favorecieron a obtener un abordaje riguroso y sistemático dentro de una realidad, también ayudaron a definir la población y muestra de estudio, con la intención de descubrir lo desconocido y llevar una investigación evidente.

De igual manera, esta investigación fue sustentada con base en los siguientes métodos investigativos:

##### **5.5.1. Método deductivo**

Este método se empleó para partir de afirmaciones generales para posteriormente llegar a afirmaciones particulares, para ello, este procedimiento favoreció a organizar ideas y hechos conocidos para extraer conclusiones, teniendo en cuenta los principales problemas existentes, el siguiente método ayudó a desglosar esa idea, en opiniones más particulares y exactas.

Se comenzó con una teoría general y luego se realizó observaciones o recopilaciones de información para confirmar esa teoría, por ejemplo, en la variable de inclusión educativa se empezó con la historia a través del mundo, Ecuador y Loja, posteriormente, luego se constató esta indagación mediante citas válidas a través de un razonamiento lógico para llegar a datos específicos del tema.

### **5.5.2. Método inductivo**

Este método se usó para una mejor representación de razonamiento, donde su principal característica es pasar del conocimiento particular a un conocimiento general, es decir, se partió de teorías sencillas a teorías complejas.

Durante el empleo de la propuesta alternativa se inició con actividades sencillas que posteriormente con el avance teórico y práctico en las actividades propuestas se fue incrementando el grado de complejidad, asegurando que todos los estudiantes avancen a un ritmo igualitario.

### **5.5.3. Método analítico- sintético**

Este método facultó un procedimiento lógico que permitió alterar la investigación mentalmente en un todo de sus partes y cualidades, para un mejor manejo y análisis, se enfocó en la separación de los elementos que intervienen en la realización de un fenómeno determinado, para posteriormente reunir los elementos de manera ordenada y relacionados entre sí. De modo que, se pudo usar mentalmente como sería la educación física como herramienta pedagógica para conseguir una inclusión educativa y una vida saludable.

Mismo que, correspondió para diseñar la propuesta alternativa para fomentar la inclusión educativa y a llevar una vida saludable a través de actividades didácticas en las clases de educación física en estudiantes del octavo año paralelo “A” de la Unidad Educativa Adolfo Valarezo, Loja 2023.

### **5.5.4. Método estadístico**

Este método proporcionó el justo uso de datos cuantitativos y cualitativos de la investigación, ya que, ayudó a la tabulación de los resultados obtenidos en el pre y post test, asimismo, en la encuesta y entrevista, para luego ser expresados de manera gráfica y sencilla para ser expuestos de manera comprensible.

## **5.6. Línea de investigación**

A continuación, se detalla la relación con la línea de investigación tres, denominada los fundamentos biomédicos en educación física y salud de la carrera de pedagogía de la actividad física y deporte de la Universidad Nacional de Loja. En la cual, desde su perspectiva contribuirá a la promoción y prevención de la salud desde un enfoque científico y académico, desarrollando estudios relacionados la actividad física en el tratamiento de ciertas enfermedades, y también

la prescripción del ejercicio en ciertos casos. Mismo que, es relacionado con el tema de estudio, ya que, enfatiza la importancia de la actividad física para el cuidado saludable en los estudiantes.

## **5.7. Técnicas de investigación**

Fueron manejadas como procedimientos para recopilar, analizar y procesar datos en el estudio de la investigación, en la realización del trabajo de investigación denominado; Incidencia de la educación física en la inclusión educativa y salud en estudiantes de la Unidad Educativa Adolfo Valarezo, Loja 2023., para ello se recurrió a utilizar las siguientes técnicas:

### **5.7.1. Encuesta**

Mediante esta técnica se obtuvo datos de interés dentro del colectivo investigado, mismo que permitió conseguir información de todos los alumnos, los cuales fueron encuestados mediante el uso de un cuestionario previamente diseñado, esto fue recopilado sin alterar la información.

### **5.7.2. Entrevista**

Esta técnica tuvo gran utilidad en la investigación, sirvió para recabar datos relevantes del docente de educación física, el cual fue aplicado para conocer su conocimiento del tema a explorar y la metodología que utiliza en el proceso de enseñanza aprendizaje para llevar una educación inclusiva y una vida saludable a través de la actividad física.

### **5.7.3. Test**

Se lo utilizó para medir y evaluar características específicas de los estudiantes, se pudo verificar sus principales deficiencias en aquellos alumnos que les imposibilita participar en las clases de educación física para posteriormente crear un plan pedagógico con el fin de fomentar la inclusión educativa y una vida saludable a través de actividades didácticas, mismas que, llevaron a un análisis que permitió apreciar múltiples características y conocimientos acerca de la metodología aplicada por su docente para llevar una educación inclusiva y saludable.

## **5.8. Instrumentos de investigación**

Los instrumentos fueron utilizados para recopilar datos de manera sistemática y objetiva en el estudio de la investigación. Estos instrumentos fueron diseñados específicamente para medir y recopilar datos relevantes para responder a las preguntas de investigación, para ello se recurrió a los siguientes instrumentos:

### **5.8.1. Cuestionario**

Este instrumento fue importante para obtener información mediante una serie de 10 interrogantes, en las que incluía preguntas acerca del conocimiento de la inclusión educativa, la educación física y estrategias que utiliza el docente para conseguir una educación de calidad, para luego adjudicar a la interpretación de resultados.

### **5.8.2. Guía de entrevista**

Este instrumento permitió registrar la información mediante un diálogo coloquial para después transcribir aspectos relevantes brindados por el docente, esto se efectuó por medio de preguntas previamente estructuradas para la recaudación de la información, mediante 10 interrogaciones abiertas para conocer el conocimiento con la relación en el tema a investigar. Asimismo, se comprendió las actividades, estrategias y metodología de enseñanza que utiliza.

### **5.8.3. Test físico**

Este instrumento se utilizó para valorar las cualidades físicas de los estudiantes en la realización de pruebas físicas, mismo que ayudó a conocer las condiciones generales que posee cada uno para realizar las clases de educación física. Al término de esta propuesta se procedió a la aplicación de post-test, donde se constató el mejoramiento de los estudiantes en comparación del pre-test. Cabe mencionar que se consideró la seguridad y el bienestar de los participantes en todo momento.

## **5.9. Población y muestra**

Se contó con la participación de 27 estudiantes que se encontraban en el octavo año paralelo “A” de Educación General Básica, igualmente, la presente investigación fue con el docente encargado de la materia de educación física, siendo la población la Unidad Educativa Adolfo Valarezo, de tal manera que se tomó el 100% de la muestra, ya que, eran para ejecutar el trabajo de investigación

### **Los criterios de selección para determinar la muestra fueron los siguientes:**

- Predisposición del docente de educación física y de los estudiantes de la Unidad educativa Adolfo Valarezo para la ejecución de la investigación.
- Permiso de la institución para que la investigación sea desarrollada de manera adecuada y ordenada.
- Compromiso de la institución y de los estudiantes para que se lleve a cabo la investigación.



## Criterios de inclusión

Para el presente trabajo de integración curricular se tomó el 100% de la muestra, puesto que, se consideraba a estudiantes con o sin necesidades educativas, sin ningún tipo de exclusión a ningún alumno del octavo año paralelo “A” de la Unidad Educativa Adolfo Valarezo.

**Tabla 1.** Población y muestra del proyecto de investigación en la Unidad Educativa Adolfo Valarezo, 2023

<b>Población y muestra</b>	
<b>Población</b>	- Octavo año de educación general básica de la Unidad Educativa Adolfo Valarezo. - Docentes de Educación Física de la Unidad Educativa Adolfo Valarezo.

**Nota:** Docentes y alumnos de la Unidad Educativa Adolfo Valarezo

**Elaborado por:** Morocho, C. (2023)

**Tabla 2.** Número de alumnos y docente encargado del octavo año paralelo “A” de Educación General Básica de la Unidad Educativa Adolfo Valarezo

<b>Muestra</b>	<b>Número de alumnos participantes</b>
<b>Hombres:</b>	14
<b>Mujeres:</b>	13
<b>Total:</b>	27

<b>Número de docentes participantes</b>
Docente de educación física encargado del octavo año paralelo “A”

**Nota:** Docente y alumnos partícipes del octavo año paralelo “A” de la Unidad educativa Adolfo Valarezo

**Elaborado por:** Morocho, C. (2023)

### 5.10. Procesamiento de los datos obtenidos

Durante el proceso de ejecución de esta investigación se llevó a cabo de la siguiente manera:

Para dar cumplimiento a cada uno de los objetivos específicos, en primer lugar, se empleó una encuesta dirigida a los estudiantes, donde constaban preguntas acerca de la inclusión educativa y educación física, así mismo, la correspondiente entrevista al docente, con el fin de conocer su conocimiento relacionado con el tema de estudio.

Igualmente, se realizó un diagnóstico de cada uno de los estudiantes a través de la aplicación del pre-test en el cual todos los alumnos de manera individual fueron valorados.

A partir de los resultados obtenidos se procedió a diseñar y aplicar planes de clase con actividades didácticas en las clases de educación física, con la finalidad que todos los estudiantes con o sin necesidades educativas participen de ellas, igualmente, mediante su intervención, llevar una vida saludable.

Por último, al finalizar la aplicación de los planes de clase a los estudiantes del octavo año paralelo “A”, se procedió a la aplicación de post- test, con el propósito de comparar los resultados obtenidos, para identificar si existió modificaciones en los indicadores evaluados en cada uno de los estudiantes.

**Tabla 3.** Proceso para el desarrollo de la propuesta alternativa

<b>APLICACIÓN DEL PRE-TEST</b>
<b>TALLER I:</b>
<b>Tema:</b> Presentación de diapositivas sobre la importancia de la inclusión y salud a través de actividades didácticas en las clases de educación física.
<b>Objetivo:</b> Incentivar a una educación inclusiva y a una vida saludable a través de actividades didácticas en las clases de educación física.
<b>TALLER II:</b>
<b>Tema:</b> Actividades didácticas enfocadas en el desarrollo de la coordinación motriz en los estudiantes.
<b>Objetivo:</b> Practicar las diferentes actividades didácticas que ayudan a desarrollar la coordinación motriz.
<b>TALLER III:</b>
<b>Tema:</b> Actividades didácticas enfocadas en el desarrollo de la coordinación motriz con desplazamientos en los estudiantes.
<b>Objetivo:</b> Practicar las diferentes actividades didácticas para mejorar la coordinación motriz en desplazamientos.
<b>TALLER IV:</b>
<b>Tema:</b> Actividades didácticas enfocadas en el desarrollo de la coordinación motriz con manipulación de objetos.
<b>Objetivo:</b> Practicar las diferentes actividades didácticas para desarrollar la coordinación motriz con la manipulación de objetos.
<b>TALLER V:</b>
<b>Tema:</b> Actividades didácticas enfocadas en el desarrollo de la coordinación general en los estudiantes.
<b>Objetivo:</b> Practicar diferentes actividades didácticas para desarrollar la coordinación general de manera efectiva y eficacia.
<b>TALLER VI:</b>
<b>Tema:</b> Actividades didácticas enfocadas en el desarrollo de la coordinación dinámica.
<b>Objetivo:</b> Practicar diferentes actividades didácticas para fortalecer la coordinación dinámica, fomentando la flexibilidad, agilidad y adaptabilidad.
<b>TALLER VII:</b>
<b>Tema:</b> Las habilidades motrices básicas, caminar.
<b>Objetivo:</b> Promover un estilo de vida activo y mejorar la salud física y mental a través de la práctica regular de la técnica de caminar.
<b>TALLER VIII:</b>
<b>Tema:</b> Las habilidades motrices básicas, correr.
<b>Objetivo:</b> Incrementar la capacidad aeróbica y promover un estilo de vida activo y saludable a través de la práctica regular de la técnica de correr.
<b>TALLER IX:</b>
<b>Tema:</b> Las habilidades motrices básicas, saltar.
<b>Objetivo:</b> Mejorar la agilidad, el equilibrio y la condición física a través de la práctica regular de la técnica de saltar.
<b>TALLER X:</b>
<b>Tema:</b> Las habilidades motrices básicas, lanzar.

---

**Objetivo:** Mejorar la técnica de lanzamiento en estudiantes para aumentar la precisión y la distancia a través de actividades.

---

**TALLER XI:**

---

**Tema:** Las capacidades físicas condicionantes, la fuerza.

**Objetivo:** Desarrollar la fuerza muscular en estudiantes para promover un mayor rendimiento físico y bienestar general.

---

**TALLER XII:**

---

**Tema:** Las capacidades físicas coordinativas, el equilibrio (Dinámica y estático).

**Objetivo:** Desarrollar el equilibrio en estudiantes para promover una mejor estabilidad y control postural

---

**TALLER VIII**

---

**Tema:** Deporte adaptado y deporte inclusivo para promover la participación colaborativa de los estudiantes (fútbol inclusivo).

**Objetivo:** Promover la participación activa y disfrute del deporte adaptado y deporte inclusivo en estudiantes, fomentando un ambiente inclusivo y respetuoso en el que todos puedan desarrollar habilidades deportivas y sociales (fútbol inclusivo).

---

**TALLER XIV:**

---

**Tema:** Las capacidades físicas condicionantes, la fuerza.

**Objetivo:** Desarrollar la fuerza muscular en estudiantes para promover un mayor rendimiento físico y bienestar general.

**Retroalimentación**

---

**TALLER XV:**

---

**Tema:** Las capacidades físicas coordinativas, el equilibrio (Dinámica y estático).

**Objetivo:** Desarrollar el equilibrio en estudiantes para promover una mejor estabilidad y control postural

**Retroalimentación**

---

**TALLER XVI:**

---

**Tema:** Las capacidades físicas condicionantes, la fuerza.

**Objetivo:** Desarrollar la fuerza muscular en estudiantes para promover un mayor rendimiento físico y bienestar general.

**Retroalimentación II**

---

**TALLER XVIII**

---

**Tema:** Deporte adaptado y deporte inclusivo para promover la participación colaborativa de los estudiantes (baloncesto inclusivo).

**Objetivo:** Promover la participación activa y disfrute del deporte adaptado y deporte inclusivo en estudiantes, fomentando un ambiente inclusivo y respetuoso en el que todos puedan desarrollar habilidades deportivas y sociales (baloncesto inclusivo).

---

**APLICACIÓN DEL POST-TEST**

---

**Elaborado por:** Morocho, C.

## 6. Resultados

### 6.1. Encuesta

La técnica utilizada para la obtención de la información fue la encuesta, que se caracteriza por ser rápida para la recolección de datos, se utilizó el instrumento del cuestionario, mismo que contenía 10 interrogaciones, de las cuales, 7 fueron de opción múltiple y 3 preguntas abiertas, mismas que eran para saber su conocimiento a cerca de la educación física y la educación inclusiva, así como, percibir las principales deficiencias para su práctica en el desarrollo de las clases, se aplicó a 27 estudiantes en la Unidad Educativa Adolfo Valarezo, del octavo año paralelo “A”, para lo cual, en la siguiente tabla se evidencia la edad y género en las que se encontraban los estudiantes al ser encuestados, se lo aplicó en la primera sesión con los educandos.

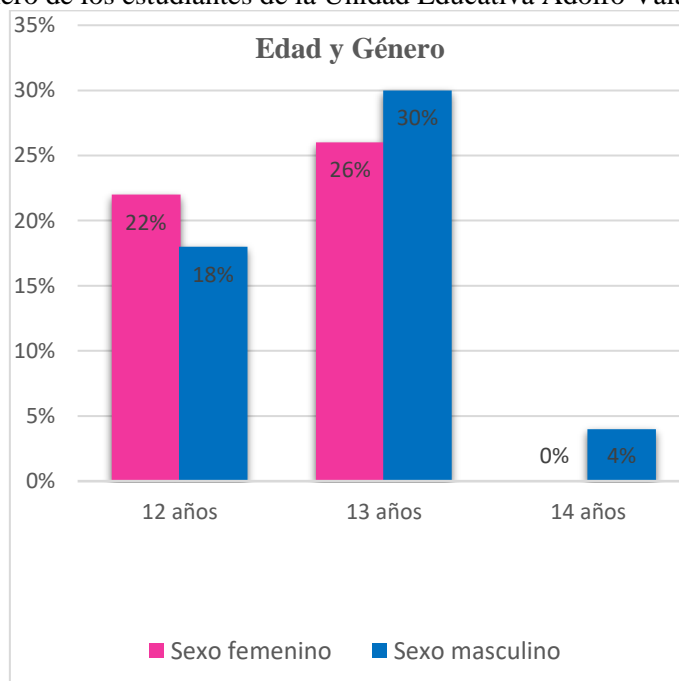
**Tabla 4.** Edad y género de los estudiantes de la Unidad Educativa Adolfo Valarezo, 2023

Edad	Género				Total	Total
	Femenino		Masculino			
	f	%	f	%		
12 años	6	22%	5	18%	11	40%
13 años	7	26%	8	30%	15	56%
14 años	0	0%	1	4%	1	4%
<b>Total</b>	<b>13</b>	<b>48%</b>	<b>14</b>	<b>52%</b>	<b>27</b>	<b>100%</b>

Nota. Datos de identificación obtenidos de la encuesta aplicada a los estudiantes del octavo año paralelo “A” de la Unidad Educativa Adolfo Valarezo.

**Elaborado por:** Morocho, C. (2023)

**Figura 2.** Edad y género de los estudiantes de la Unidad Educativa Adolfo Valarezo, 2023.



**Figura 1:** Edad y género de la muestra obtenida en la aplicación de la encuesta

**Elaborado por:** Morocho, C. (2023)

## Análisis e interpretación

Basándose en los datos observados en la tabla 3, correspondiente a la edad y género, se presentan los siguientes resultados procedentes del cuestionario, encontrándose que, el 52% de la muestra investigada pertenecen al género masculino, mientras que, el 48% restante corresponde al género femenino, comprobando así, que en mayor porcentaje es el género masculino.

Asimismo, en la presente muestra, el 56% se encuentra en la edad de 13 años, mientras que, en el 40% en la edad de 12 años y finalmente, con el 4% en 14 años. De este modo, la muestra investigada en cuanto se refiere a la edad, en mayor porcentaje, es de 13 años, es el porcentaje en el que se encuentra la mayoría de estudiantes investigados, pertenecientes al octavo año paralelo “A”.

Seguidamente, se procede a dar cumplimiento a uno de los objetivos específicos planteados en la investigación, para ello, se empezará con los resultados referentes a la encuesta dirigida a los estudiantes, posteriormente, se analizará las respuestas sobre la entrevista encaminada al docente, por último, los datos obtenidos en la ejecución del pre-test y post-test, en el mismo se efectuará su comparación. Consecutivamente, se da a conocer el objetivo específico formulado.

**Objetivo específico 1:** Examinar los principales problemas que presentan los estudiantes del octavo año de Educación General Básica paralelo “A” de la unidad educativa Adolfo Valarezo, de la Ciudad de Loja, periodo 2023, para ser excluidos de las clases de educación física.

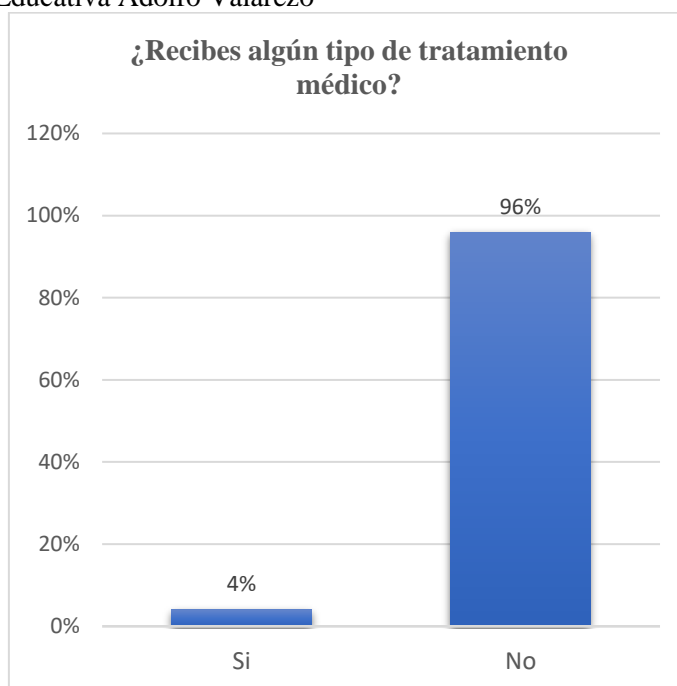
A continuación, se realizará el análisis e interpretación de los datos obtenidos de la encuesta realizada a los 27 estudiantes del octavo año paralelo “A” de la Unidad Educativa Adolfo Valarezo, con la finalidad de conocer los principales problemas y así dar respuesta al objetivo planteado.

**Tabla 5.** Encuesta realizada a los estudiantes de la Unidad Educativa Adolfo Valarezo, 2023

Pregunta de la encuesta	F	%
<b>1. ¿Recibes algún tipo de tratamiento médico?</b>		
Si	1	4%
No	26	96%
Total	<b>27</b>	<b>100%</b>

Nota. Datos obtenidos de la encuesta aplicada a los estudiantes del octavo año paralelo “A”  
**Elaborado por:** Morocho, C. (2023)

**Figura 3.** Muestra los datos obtenidos de la pregunta 1 correspondientes a la encuesta aplicada a los estudiantes de la Unidad Educativa Adolfo Valarezo



**Figura 3:** Datos obtenidos de la encuesta aplicada a los estudiantes del octavo año paralelo “A”  
**Elaborado por:** Morocho, C. (2023)

### **Análisis e interpretación**

Basándose en los datos observados en la encuesta aplicada a 27 estudiantes equivalente al 100% en la Unidad Educativa Adolfo Valarezo en el octavo año paralelo “A”, se presentan los resultados referentes a, si reciben algún tipo de tratamiento médico, se evidenció que el 96% no recibe ningún tipo de tratamiento médico, mientras tanto, el 4% equivalente a un estudiante expresó que si recibe tratamiento médico.

Una salud deteriorada en los estudiantes es un tema importante a meditar, ya que, afecta su bienestar en general y su capacidad para tener un rendimiento académico óptimo, en este apartado en un alto porcentaje no recibe tratamiento médico, siendo favorable a su rendimiento educativo, pero que igualmente se debe considerar el contenido de salud, puesto que, abarca un amplio campo de beneficios, y finalmente, en un porcentaje mínimo, recibe tratamiento médico siendo un estudiante que recibe tratamiento de paracetamol.

Las instituciones educativas y los profesionales de la salud deberían desempeñar un papel relevante en el cuidado de la salud de los estudiantes, brindando recursos y servicios que promuevan su bienestar general. También es crucial que los estudiantes tomen medidas proactivas para cuidar su salud, adoptando hábitos saludables y buscando apoyo cuando sea necesario.

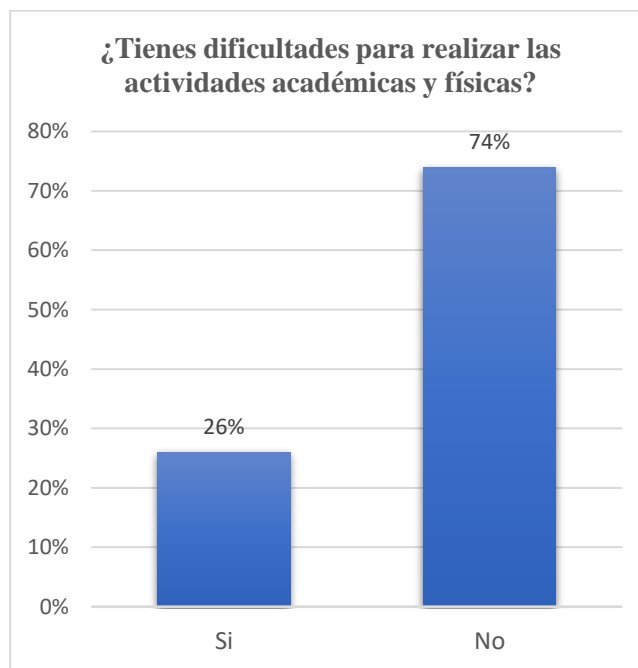
**Tabla 6.** Encuesta realizada a los estudiantes de la Unidad Educativa Adolfo Valarezo, 2023.

Pregunta de la encuesta	F	%
<b>2. ¿Tienes dificultades para realizar las actividades académicas y físicas?</b>		
Si	7	26%
No	20	74%
<b>Total</b>	<b>27</b>	<b>100%</b>

Nota. Datos obtenidos de la encuesta aplicada a los estudiantes del octavo año paralelo “A”

**Elaborado por:** Morocho, C. (2023)

**Figura 4.** Muestra los datos obtenidos de la pregunta 2 correspondientes a la encuesta aplicada a los estudiantes de la Unidad Educativa Adolfo Valarezo.



**Figura 4:** Datos obtenidos de la encuesta aplicada a los estudiantes del octavo año paralelo “A”

**Elaborado por:** Morocho, C. (2023)

### **Análisis e interpretación**

De acuerdo a los resultados logrados en la encuesta aplicada a 27 estudiantes que equivale al 100%, se comprobó que, con el 74% no tienen dificultades para efectuar actividades físicas y académicas, por otra parte, con el 26% manifestó que sí tienen dificultades para realizar estas actividades.

Las dificultades se deben abordar de manera individualizada. La comunicación abierta, la empatía y el apoyo son fundamentales para ayudar a los estudiantes a superar las dificultades y alcanzar su máximo potencial académico y físico. En mayor porcentaje, no tienen dificultades para realizar actividades, al contrario, con un menor porcentaje, si presentan problemas para realizarlas, entre las que se encontraron fueron las siguientes, en cuanto a académicas, inconvenientes en las demás asignaturas, principalmente en matemáticas, en lo físico, se descubrió movimientos como polichilenas, rol hacia atrás, sentadillas y vertical de cabeza.

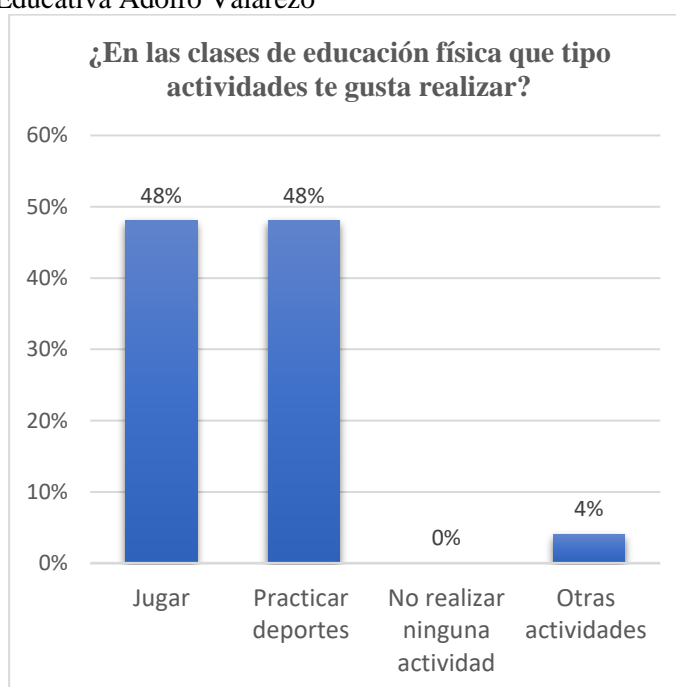
Es cierto, algunos estudiantes pueden enfrentar dificultades para realizar actividades académicas como las físicas. Estas pueden tener diversas causas y es importante que se aborden de manera adecuada. Sería valioso que se enseñe habilidades de organización y planificación, que les ayude a establecer metas realistas y priorizar las tareas. Además, es fundamental que promuevan un equilibrio entre el trabajo y el descanso para evitar el agotamiento.

**Tabla 7.** Encuesta realizada a los estudiantes de la Unidad Educativa Adolfo Valarezo, 2023.

Pregunta de la encuesta	F	%
<b>3. ¿En las clases de educación física que tipo actividades te gusta realizar?</b>		
Jugar	13	48%
Practicar deportes	13	48%
No realizar ninguna actividad	0	0%
Otras actividades	1	4%
<b>Total</b>	<b>27</b>	<b>100%</b>

Nota. Datos obtenidos de la encuesta aplicada a los estudiantes del octavo año paralelo “A”  
**Elaborado por:** Morocho, C. (2023)

**Figura 5.** Muestra los datos obtenidos de la pregunta 3 correspondientes a la encuesta aplicada a los estudiantes de la Unidad Educativa Adolfo Valarezo



**Figura 5:** Datos obtenidos de la encuesta aplicada a los estudiantes del octavo año paralelo “A”  
**Elaborado por:** Morocho, C. (2023)

### **Análisis e interpretación**

Con la encuesta aplicada a 27 estudiantes equivalente al 100%, donde los resultados encontrados fueron los siguientes, el 48% le gusta jugar, con el mismo porcentaje prefieren practicar deportes y el 4% prefieren ejecutar otras actividades. Por ende, se pudo constatar



que los juegos y la práctica de deportes son las 2 actividades que los estudiantes prefieren realizar en las clases de educación física.

Por tanto, siendo de mayor porcentaje las actividades de jugar y practicar deportes, se pudo comprobar que estas actividades son populares entre los estudiantes. Puesto que, disfrutaban participando en juegos y deportes debido a los múltiples beneficios que ofrecen. Estas actividades no solo brindan entretenimiento, sino que, también promueven el desarrollo físico, mental, aumenta la motivación y participación del alumnado. Finalmente, en un porcentaje mínimo prefieren realizar otras actividades que no estuvieron presentes en la encuesta aplicada.

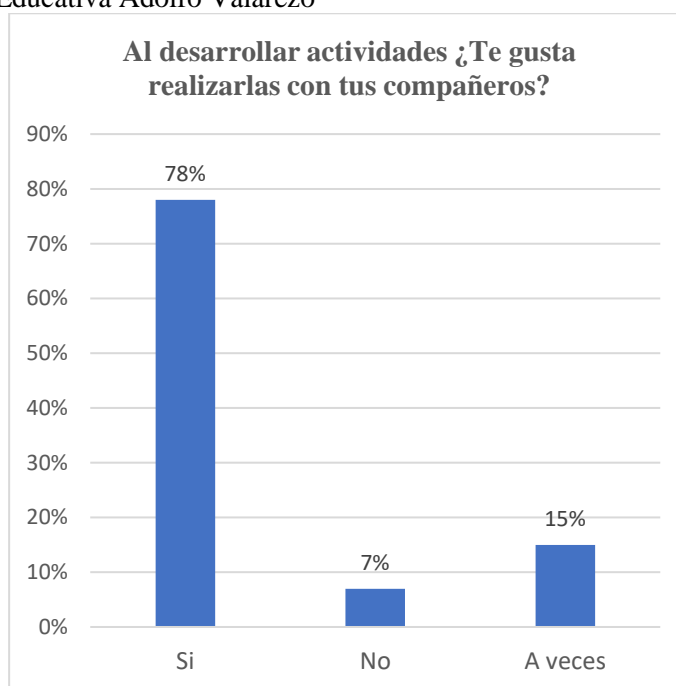
**Tabla 8.** Encuesta realizada a los estudiantes de la Unidad Educativa Adolfo Valarezo, 2023.

Pregunta de la encuesta	F	%
<b>4. Al desarrollar actividades ¿Te gusta realizarlas con tus compañeros?</b>		
<b>Si</b>	21	78%
<b>No</b>	2	7%
<b>A veces</b>	4	15%
<b>Total</b>	<b>27</b>	<b>100%</b>

Nota. Datos obtenidos de la encuesta aplicada a los estudiantes del octavo año paralelo "A"

**Elaborado por:** Morocho, C. (2023)

**Figura 6.** Muestra los datos obtenidos de la pregunta 4 correspondientes a la encuesta aplicada a los estudiantes de la Unidad Educativa Adolfo Valarezo



**Figura 6:** Datos obtenidos de la encuesta aplicada a los estudiantes del octavo año paralelo "A"

**Elaborado por:** Morocho, C. (2023)

### **Análisis e interpretación**

Según los datos obtenidos en la encuesta aplicada a 27 estudiantes, equivalente al 100% se obtuvieron los siguientes resultados, con el 78% les gusta cumplir las actividades con sus

compañeros, con el 15% consideran que a veces y el 7% manifestaron que no les interesa practicar actividades con los demás estudiantes.

Ejecutar actividades con los compañeros tiene una gran importancia en el desarrollo personal y social de los individuos. En un alto porcentaje declararon que les concierne realizar acciones con sus compañeros, el cual se considera indispensable debido a su representación en el proceso educativo, puesto que, ayuda a la construcción de relaciones sociales, desarrollo de habilidades de trabajo en equipo, mejora de la comunicación, el aprendizaje social y emocional, sirve como estímulo de la creatividad y el pensamiento crítico, apoyo mutuo, entre otros.

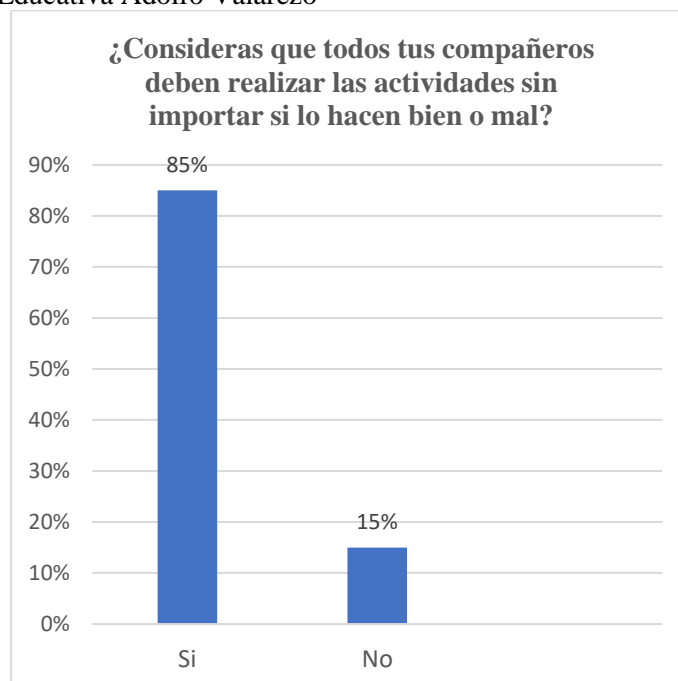
**Tabla 9.** Encuesta realizada a los estudiantes de la Unidad Educativa Adolfo Valarezo, 2023.

Pregunta de la encuesta	F	%
<b>5. ¿Consideras que todos tus compañeros deben realizar las actividades sin importar si lo hace bien o mal?</b>		
<b>Si</b>	23	85%
<b>No</b>	4	15%
<b>Total</b>	<b>27</b>	<b>100%</b>

Nota. Datos obtenidos de la encuesta aplicada a los estudiantes del octavo año paralelo “A”

**Elaborado por:** Morocho, C. (2023)

**Figura 7.** Muestra los datos obtenidos de la pregunta 5 correspondientes a la encuesta aplicada a los estudiantes de la Unidad Educativa Adolfo Valarezo



**Figura 7:** Datos obtenidos de la encuesta aplicada a los estudiantes del octavo año paralelo “A”

**Elaborado por:** Morocho, C. (2023)

### **Análisis e interpretación**

Con la encuesta aplicada a 27 estudiantes equivalente al 100%, de acuerdo a los datos obtenidos en un porcentaje del 85% respondieron positivamente a la pregunta, considerando

que todos sus compañeros deben realizar las actividades sin importar si lo hace bien o mal, mientras que, el 15% manifestaron que sí importa si la ejecución está bien o mal para la participación de sus compañeros en las diferentes actividades que se lleva a cabo en una institución académica.

De este modo, en un contexto educativo, es importante que todos los alumnos participen en las actividades y tareas asignadas, independientemente de su rendimiento, o de su capacidad para cumplir acciones. La participación y el compromiso son fundamentales para el proceso de enseñanza-aprendizaje. Aunque, los resultados pueden variar entre los alumnos, se espera que todos hagan un esfuerzo por completar las actividades y adquirir los conocimientos y habilidades necesarias, esto se puede obtener con el manejo de las clases y la relación entre docentes alumno.

La cooperación de todos los escolares, soberanamente de su nivel de habilidad, fomenta principalmente la inclusión, en este caso, en un porcentaje alto, consideran que la intervención del alumnado en las actividades a desarrollar no existe un nivel de habilidad que impida su ejecución, lo cual se manifiesta positivamente dentro del entorno escolar y en beneficio para fomentar la igualdad de oportunidades, dado que se considera importante que los alumnos tengan ese pensamiento.

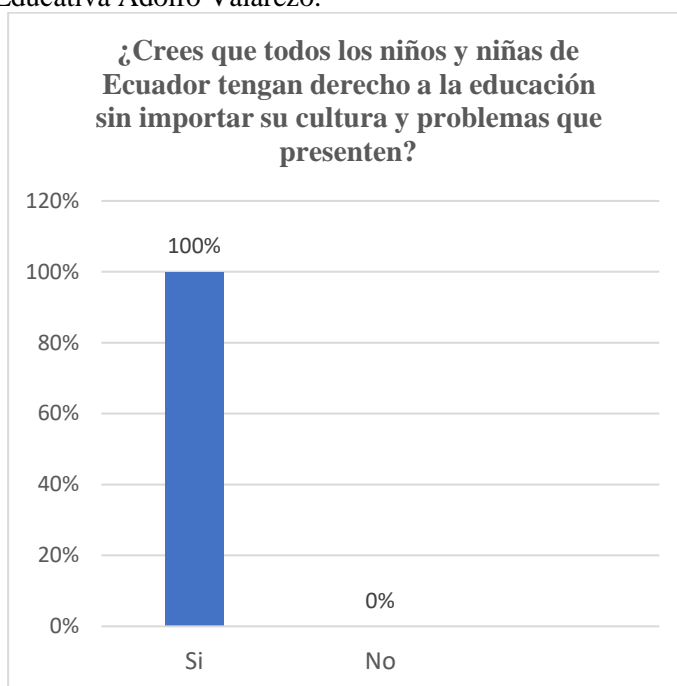
Por otra parte, en un porcentaje reducido creen que no todos sus compañeros están en la misma posibilidad de realizar las actividades tomando en cuenta su nivel de habilidad, siendo esto un factor a intervenir pedagógicamente. Pues, desde un punto de vista inclusivo, esto no sería causa para que no puedan desarrollar las acciones al igual que los demás alumnos, al contrario, se debería instruir en ellos una enseñanza de colaboración con sus compañeros, donde todos sientan motivación por ayudar a los demás. Así mismo, se debe fomentar un ambiente en el que todos se sientan motivados a apoyar a sus compañeros, puede contribuir a crear un entorno de aprendizaje en el que cada escolar pueda alcanzar su máxima capacidad

**Tabla 10.** Encuesta realizada a los estudiantes de la Unidad Educativa Adolfo Valarezo, 2023.

<b>Pregunta de la encuesta</b>	<b>F</b>	<b>%</b>
<b>6. ¿Crees que todos los niños y niñas de Ecuador tengan derecho a la educación sin importar su cultura y problemas que presenten?</b>		
<b>Si</b>	27	100%
<b>No</b>	0	0%
<b>Total</b>	<b>27</b>	<b>100%</b>

Nota. Datos obtenidos de la encuesta aplicada a los estudiantes del octavo año paralelo “A”  
**Elaborado por:** Morocho, C. (2023)

**Figura 8.** Muestra los datos obtenidos de la pregunta 6 correspondientes a la encuesta aplicada a los estudiantes de la Unidad Educativa Adolfo Valarezo.



**Figura 8:** Datos obtenidos de la encuesta aplicada a los estudiantes del octavo año paralelo “A”  
**Elaborado por:** Morocho, C. (2023)

### **Análisis e interpretación**

Con la encuesta aplicada a 27 estudiantes equivalente al 100% se pudo verificar que, el 100% considera que todos los niños y niñas de Ecuador tienen derecho a la educación sin importar su cultura y problemas que presenten, siendo manifestado como componente positivo en el pensamiento de los estudiantes. Al respecto, Moreira (2012) manifiesta que: «reconociendo la importancia de la educación como medio indispensable para la transformación profunda de la sociedad, sin restar importancia a otros ámbitos de la Cultura de paz como el género, derechos humanos, interculturalidad o medioambiente» (p.8). La educación es pertinente para el desarrollo de nuevo conocimiento, que será perfeccionado con el pasar de los años, por esto, no debería ser obstaculizada para ningún tipo de grupo perteneciente a cualquier estado.

Absolutamente, todos los niños y niñas de Ecuador, al igual que en la mayoría de los países, tienen derecho a recibir una educación de calidad, sin importar su cultura, pensamientos, origen étnico, género, discapacidad u otros problemas que puedan presentar. En esta pregunta, en su totalidad de encuestados manifestaron que, todos los niños y niñas de Ecuador tengan derecho a la educación sin importar su cultura y problemas que presenten en los centros educativos.

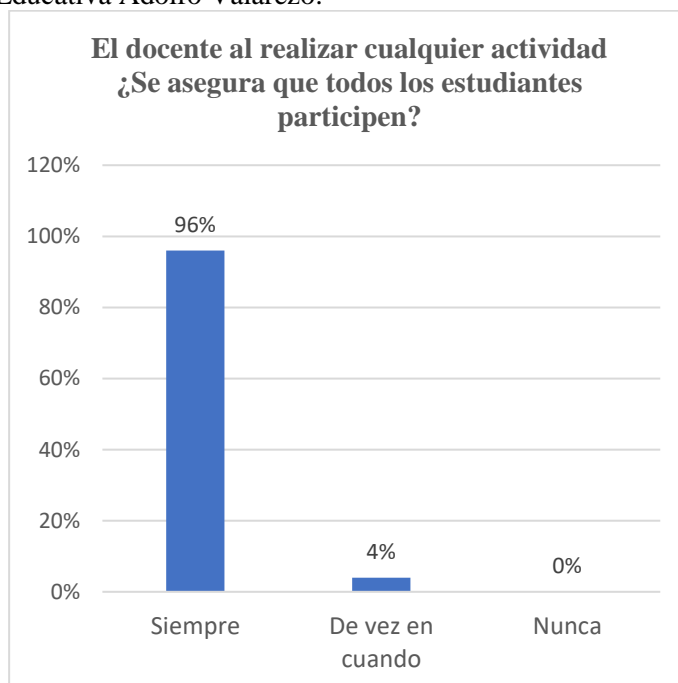
**Tabla 11.** Encuesta realizada a los estudiantes de la Unidad Educativa Adolfo Valarezo, 2023.

Pregunta de la encuesta	F	%
<b>7. El docente al realizar cualquier actividad ¿Se asegura que todos los estudiantes participen?</b>		
Siempre	26	96%
De vez en cuando	1	4%
Nunca	0	0%
<b>Total</b>	<b>27</b>	<b>100%</b>

Nota. Datos obtenidos de la encuesta aplicada a los estudiantes del octavo año paralelo “A”

**Elaborado por:** Morocho, C. (2023)

**Figura 9.** Muestra los datos obtenidos de la pregunta 7 correspondientes a la encuesta aplicada a los estudiantes de la Unidad Educativa Adolfo Valarezo.



**Figura 9:** Datos obtenidos de la encuesta aplicada a los estudiantes del octavo año paralelo “A”  
**Elaborado por:** Morocho, C. (2023)

### **Análisis e interpretación**

Con los resultados obtenidos de la encuesta aplicada a 27 estudiantes equivalente al 100%, el 96% de los encuestados manifestaron que el docente, al ejecutar cualquier actividad, siempre se asegura que todos los estudiantes participen, y con el 4% expresaron que de vez en cuando se asegura que todos los estudiantes participen.

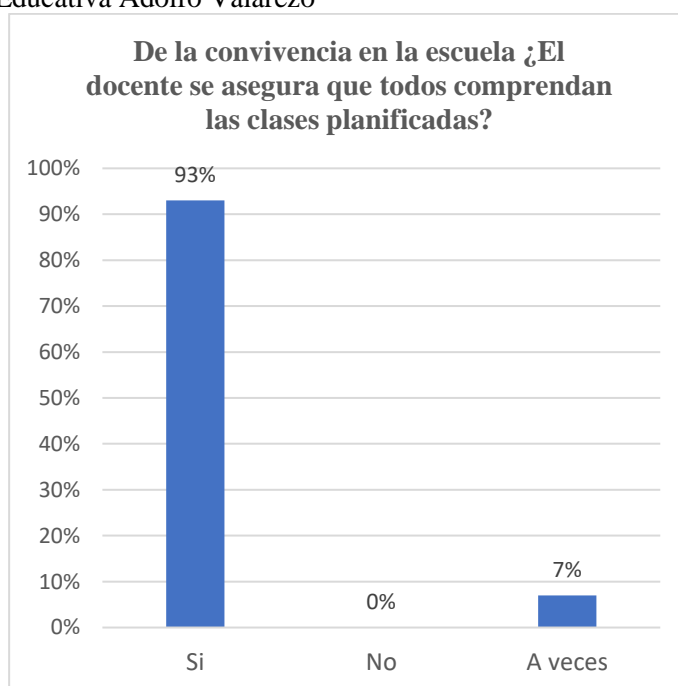
Por tanto, se consiguió un mayor porcentaje en los estudiantes que manifestaron que el docente, al realizar cualquier actividad, siempre se asegura que todos los estudiantes participen, siendo un dato relevante en el proceso educativo y en un porcentaje minúsculo consideran que a veces el docente se asegura que todos participen, es un dato en el que sirve para meditar y asegurar que todos los estudiantes se aseguren que reciben la misma formación.

**Tabla 12.** Encuesta realizada a los estudiantes de la Unidad Educativa Adolfo Valarezo, 2023.

Pregunta de la encuesta	F	%
<b>8. De la convivencia en la escuela ¿El docente se asegura que todos comprendan y ejecuten las clases planificadas?</b>		
<b>Si</b>	25	93%
<b>No</b>	0	0%
<b>A veces</b>	2	7%
<b>Total</b>	<b>27</b>	<b>100%</b>

Nota. Datos obtenidos de la encuesta aplicada a los estudiantes del octavo año paralelo “A”  
**Elaborado por:** Morocho, C. (2023)

**Figura 10.** Muestra los datos obtenidos de la pregunta 8 correspondientes a la encuesta aplicada a los estudiantes de la Unidad Educativa Adolfo Valarezo



**Figura 10:** Datos obtenidos de la encuesta aplicada a los estudiantes del octavo año paralelo “A”  
**Elaborado por:** Morocho, C. (2023)

### **Análisis e interpretación**

Con los resultados logrados en 27 estudiantes, que equivale al 100%, enunciaron en un 93%, que el docente sí se asegura que todos comprendan las clases planificadas, por otra parte, con el 7% declararon que el docente a veces se asegura que todos comprendan y ejecuten las clases planificadas.

De la misma forma, se destaca el papel central del docente en el proceso de enseñanza-aprendizaje, se resalta que cada estudiante es único y tiene su propio proceso de adquisición de conocimientos. El docente debe reconocer y adaptarse a las necesidades individuales de los estudiantes, brindando apoyo y orientación personalizada para ayudarles a desarrollar sus capacidades y alcanzar los objetivos de aprendizaje, siendo en todo momento garante de la promoción del aprendizaje.

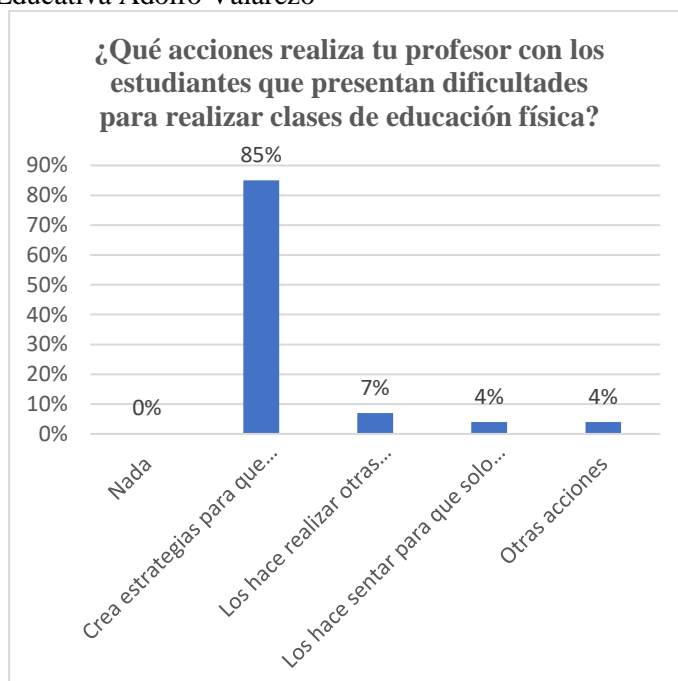
**Tabla 13.** Encuesta realizada a los estudiantes de la Unidad Educativa Adolfo Valarezo, 2023

Pregunta de la encuesta	F	%
<b>9. ¿Qué acciones realiza tu profesor con los estudiantes que presentan dificultades para realizar clases de educación física?</b>		
Nada	0	0%
Crea estrategias para que todos participen	23	85%
Los hace realizar otras actividades	2	7%
Los hace sentar para que solo sean observadores	1	4%
Otras acciones	1	4%
<b>Total</b>	<b>27</b>	<b>100%</b>

Nota. Datos obtenidos de la encuesta aplicada a los estudiantes del octavo año paralelo “A”

Elaborado por: Morocho, C. (2023)

**Figura 11.** Muestra los datos obtenidos de la pregunta 9 correspondientes a la encuesta aplicada a los estudiantes de la Unidad Educativa Adolfo Valarezo



**Figura 11:** Datos obtenidos de la encuesta aplicada a los estudiantes del octavo año paralelo “A”

Elaborado por: Morocho, C. (2023)

### **Análisis e interpretación**

Con los datos obtenidos en la encuesta aplicada a 27 estudiantes equivalente al 100% se manifiesta los siguientes resultados, con el 85% respondieron que el docente crea estrategias con los estudiantes que presentan dificultades para efectuar las clases de educación física, el 7% manifestó que los hace realizar otras actividades, el 4% expreso que los hace sentar para que solo sean observadores, y finalmente, con el mismo porcentaje declararon que los hace ejecutar otro tipo de acciones no presentes en la encuesta.

Por tanto, se considera indispensable que el docente sea el principal innovador para asegurar la participación de todos. En los resultados obtenidos sé certeza que la mayoría de

encuestados aseguran que el educativo genera nuevas estrategias con la finalidad que todos participen.

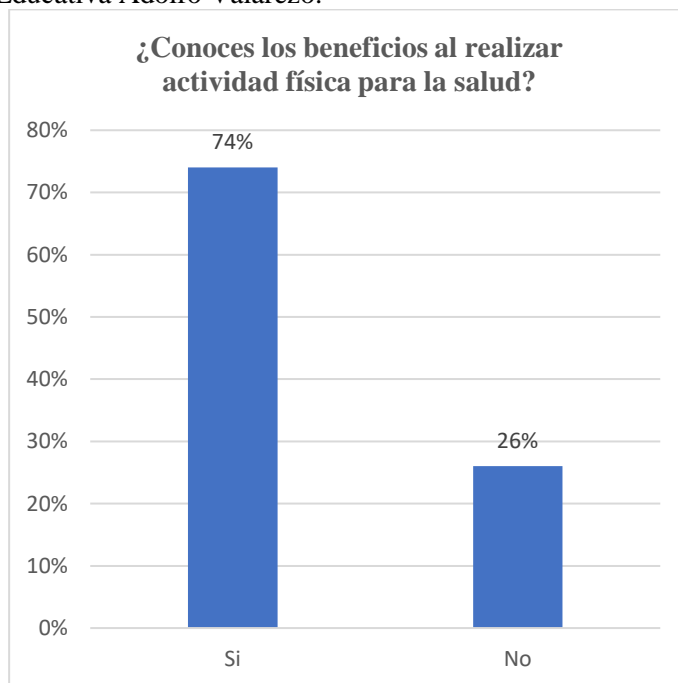
Entre algunas acciones que los profesores de educación física pueden discurrir para ayudar a los estudiantes que enfrentan dificultades, se enumeran las siguientes: adaptar las estrategias de apoyo según las necesidades individuales de cada estudiante y trabajar en colaboración con ellos para promover su participación y bienestar en las clases de educación física, promoción de un entorno inclusivo, planificación y establecimiento de metas, apoyo individualizado, modificaciones y adaptaciones, entre otras.

**Tabla 14.** Encuesta realizada a los estudiantes de la Unidad Educativa Adolfo Valarezo, 2023.

Pregunta de la encuesta	F	%
<b>10. ¿Conoces los beneficios al realizar actividad física para la salud?</b>		
<b>Si</b>	20	74%
<b>No</b>	7	26%
<b>Total</b>	<b>27</b>	<b>100%</b>

Nota. Datos obtenidos de la encuesta aplicada a los estudiantes del octavo año paralelo “A”  
**Elaborado por:** Morocho, C. (2023)

**Figura 12.** Muestra los datos obtenidos de la pregunta 10 correspondientes a la encuesta aplicada a los estudiantes de la Unidad Educativa Adolfo Valarezo.



**Figura 12:** Datos obtenidos de la encuesta aplicada a los estudiantes del octavo año paralelo “A”  
**Elaborado por:** Morocho, C. (2023)

### **Análisis e interpretación**

En la encuesta efectuada a 27 estudiantes correspondiente al 100% se encontraron los datos referentes, si los encuestados conocían los beneficios al realizar actividad física para la



salud, en el cual se evidenció que el 74% sí conoce de los beneficios de esta práctica, no obstante, el 26% no conoce de estos beneficios. En lo cual se medita indispensable que los docentes den a conocer la importancia de la actividad física en la salud, asimismo, encaminar a su ejecución.

De acuerdo a la información recibida, se comprendió que en su mayoría conocen las ventajas de esta actividad, en los cuales enunciaron los siguientes beneficios, un buen estado cardiovascular, ayuda al sistema respiratorio e inmunológico, mejora la resistencia, evita lesiones, favorece a tener mejores hábitos saludables, como buena alimentación e hidratación, los mantiene fuertes, impide el sobrepeso y la obesidad, disminuye el padecimiento de enfermedades, ayuda a tener una salud física y mental. Por lo contrario, en un porcentaje reducido que no conocen de la importancia que tiene en la salud la práctica de ejercicio. De esta manera, se considera fundamental promover el cumplimiento de estas acciones motoras, ya que, regularmente, tiene numerosos beneficios.

Resalta la importancia de la salud percibida como un indicador multidimensional que refleja la salud física y mental de las personas. Esto sugiere que la actividad física regular y los diferentes aspectos de la misma pueden influir en como las personas evalúan su propia salud. Es importante recordar que cada persona es única y los resultados pueden variar. Se recomienda hablar con un profesional de la salud antes de comenzar cualquier programa de ejercicio, especialmente si se tienen condiciones médicas preexistentes.

## **6.2. Entrevista**

La técnica utilizada para la recolección de los datos fue la entrevista, se utilizó el instrumento de guía de entrevista, misma que contenía 10 interrogaciones, las cuales, todas fueron preguntas abiertas, se aplicó al docente de educación física de la Unidad Educativa Adolfo Valarezo del octavo año paralelo “A”.

### **1. ¿Qué significa para usted una educación inclusiva?**

Es incluir a los estudiantes con necesidades educativas, que pueden ser físicas o intelectuales, es tratar a través de la educación incluirlos para que tengan un aprendizaje igualitario en todos los estudiantes.

En concordancia, si bien es cierto en la educación inclusiva, el principal objetivo es que todos los estudiantes adquieran un aprendizaje equitativo y justo, incluyendo a los estudiantes con algún tipo de necesidad presente, que pueden ser físicas o intelectuales. De igual

importancia, la inclusión educativa busca brindar una educación para estudiantes con o sin necesidades educativas.

La educación inclusiva se enfoca en asegurar que todos los alumnos tengan acceso a una educación de calidad, eliminando las barreras y fomentando su participación para lograr los mejores resultados de aprendizaje. Esta perspectiva busca brindar igualdad de oportunidades a todos los miembros de la comunidad educativa, independientemente de sus necesidades.

## **2. ¿Planifica de acuerdo al currículo nacional para estudiantes con necesidades educativas especiales?**

Si, dentro de la planificación anual se realiza el mapa curricular tanto como educación general básica y bachillerato en donde las destrezas se modifican, en ese contexto se realiza las modificaciones de acuerdo al grado de discapacidad que tiene el estudiante, puede ser, uno, dos o tres. En el caso de ser el tercero, prácticamente se hace el cambio de planificación, estrategias metodológicas para el proceso de enseñanza aprendizaje.

Después de esto, se conoce la importancia de planificar de acuerdo a cada necesidad que presenta los estudiantes, puesto que, no todos muestran la misma dificultad para realizar determinada actividad, es por ello necesario adaptar el currículo de manera individualizada de ser el caso correspondiente.

Para lograrlo, es importante desarrollar estrategias que aborden las diferencias y necesidades individuales y cubran todos los aspectos del sistema educativo nacional, como los planes de estudio, la evaluación, el entorno escolar y de aula, los métodos utilizados, etc. (Ministerio de Educación, 2013).

## **3. ¿Considera usted que en los últimos años en nuestro país ha habido cambios significativos que promuevan una educación inclusiva? Si la respuesta es afirmativa, ¿puede nombrar algunos de ellos?**

Sí, los cambios se proceden a partir del nuevo currículo nacional, hablando de educación física, el último cambio fue en 2016, donde se incluye a los estudiantes con necesidades especiales, siendo este el cambio más evidente dentro de la educación, ahora también se realiza a través del departamento de orientación de acuerdo a los informes del IACC los respectivos cambios de planificación.

El desarrollo curricular siempre tendrá en cuenta la visión de una nación multiétnica e intercultural. Donde, El plan de estudios puede complementarse con características culturales de los gobiernos regionales, distritales, estatales o locales y características de diversas

instituciones educativas pertenecientes al sistema educativo nacional (Ministerio de Educación, 2016).

Sobre lo expresado, ratifica sobre la importancia que tiene una planificación adecuada para enseñar positivamente, así mismo, los cambios dentro del sistema nacional han sido satisfactorios, ya que se busca conseguir una educación para todos, especialmente en aquellos estudiantes que presentan alguna necesidad, por tanto, el diseño curricular considera una instrucción para todo el Estado plurinacional e intercultural, guiados por el departamento de orientación, siendo la formación de acuerdo al lugar donde se encuentra cada institución educativa.

#### **4. ¿Cree usted que los profesores están preparados para llevar una educación inclusiva?**

Considera que cada uno de los docentes tienen las actualizaciones específicas en cada una de las materias, en lo que corresponde a educación física, están en pleno conocimiento y actualización, está en moda la educación inclusiva, de tal manera que, deben estar preparados en lo que corresponde a la vocación de docente, donde la misma traslada a que los estudiantes salgan con un aprendizaje amplio.

El docente es considerado el principal precursor de llevar la educación inclusiva, obteniendo un amplio conocimiento y estrategias indispensables para atender las necesidades de los estudiantes, además, requiere capacitación constante acerca de las nuevas actualizaciones y destrezas que facilitan mejorar la enseñanza, esto debido a que día a día la educación va cambiando y es necesario que los educativos estén preparados para las nuevas experiencias.

#### **5. ¿Cree usted que existen barreras para llevar a cabo una educación inclusiva en nuestra sociedad? ¿Puede nombrar alguna de ellas?**

Las barreras que existe vienen desde la casa, hay algunos estudiantes que tienen algún tipo de necesidad, como discalculia, que a veces los padres de familia no identifican dentro del hogar, entonces como docentes cuando se dan cuenta de acuerdo a los reportes que se presenta al departamento de orientación se realizan el seguimiento. La barrera más fuerte es la aceptación de los padres de familia que sus hijos tengan algún tipo de necesidad especial

Al respecto, Seva et al., Castejón. (Coords.). (2016) manifiesta que: «efectivamente existen diferencias en los sentimientos de aceptación-rechazo de los padres y sus estilos de control en función de las características tipológicas de sus hijos». (p.2886)

Al contrario, la aceptación de los padres hacia sus hijos con necesidades educativas, brinda un sentimiento de afecto y confianza en sí mismos, saber que son amados y aceptados

tal como son, sin importar sus diferencias, les brinda una autoestima para enfrentar los retos académicos y sociales. La aceptación incondicional de los padres es esencial para el desarrollo integral de los niños.

**6. ¿Cómo considera usted que se deben modificar los planes de estudio para mejorar el aprendizaje, he impulsar la inclusión de todos los estudiantes?**

Considera que cada uno de los docentes tienen una metodología propia y la planificación que emite el Ministerio de Educación de acuerdo a los grados de necesidad se debe profundizar de acuerdo a la materia, en este caso, considera que la educación física es la más viable para cualquier tipo de adaptación curricular.

Si la institución pública es responsable del desarrollo del currículo obligatorio, la unidad educativa debe acercarlo a su situación actual a través de la educación institucional y su currículo correspondiente, y el docente debe discutir los contenidos en el aula en términos de cumplir con los requisitos de educación compulsiva, intereses y necesidades de los alumnos (Ministerio de Educación, 2019).

En efecto, la modificación de los planes de clases tomando en cuenta las necesidades e intereses de los alumnos, admitiendo un aprendizaje personalizado, permite un aprendizaje activo en el proceso educativo. Igualmente, el trabajo colaborativo mediante actividades prácticas y tecnológicas beneficia a la obtención de mejores resultados en los diferentes estilos de aprendizajes de los alumnos, para esto, se establece a la educación física como la más factible para cumplir estos objetivos.

**7. ¿Durante su experiencia docente se encontró con estudiantes que presenten necesidades educativas? Si la respuesta es afirmativa ¿Qué tipo de adaptaciones realizó en sus planificaciones para cubrir las necesidades de estos estudiantes?**

Sí, ha encontrado varias veces a estudiantes con necesidades especiales, en su mayoría discalculia y problemas de aprendizaje, entonces, como la educación física tiene un gran porcentaje de parte teórica, se realizan los cambios correspondientes, un ejemplo que realiza es un examen a través de dibujos en estudiantes que tienen algún problema en aprendizaje, en el caso de estudiantes con necesidades físicas se considera la disminución de cargar en las actividades, de acuerdo a la dificultad que tiene el estudiante.

En relación, el docente realiza dos modificaciones para estudiantes con dificultades intelectuales y físicas, para clases de educación física, teóricas y prácticas. En las evaluaciones teóricas comete adaptaciones donde los alumnos pueden responder mediante dibujos para

facilitar su comprensión, mientras tanto, en las clases prácticas realiza clases adecuadas con la disminución de cargas para aquellos escolares que se les dificulta ejecutarlas.

De la misma forma, un examen acorde a sus necesidades debe ser diseñado con empatía y responsabilidad, el objetivo debe ser brindarles una oportunidad justa y equitativa para que así demuestren sus conocimientos y habilidades, en su desarrollo individual y colectivo.

**8. ¿Promueve usted prácticas inclusivas en el proceso de aprendizaje de sus estudiantes? Si la respuesta es afirmativa ¿Qué tipo de práctica lleva a cabo?**

Si bien es cierto la educación, se tiene un lema, educar con valores, en ese contexto mediante la educación física, las prácticas deportivas se hace una inclusión de afecto entre estudiantes, si tienen algún tipo de necesidad, que se sientan aislados, a través de los valores éticos morales que se enseñan dentro de esta disciplina se involucra a estos alumnos, con actividades entre pares o grupos.

Fomentar el trabajo en equipo en las clases de educación física es una excelente manera de promover la inclusión. Los estudiantes pueden aprender a colaborar, respetar las diferencias y apoyarse mutuamente, lo que les ayudará a desarrollar relaciones más positivas y empáticas.

Sin duda, esta área es fundamental para fomentar la sociabilización y la inclusión educativa en los grupos escolares, implica asegurarse que todos aprendan, independientemente de sus habilidades o imposibilidades, puedan participar activamente en las actividades físicas y deportivas, proporcionando una oportunidad única para que los estudiantes interactúen entre sí, trabajen en equipo y desarrollen habilidades sociales esenciales para su vida diaria, y posteriormente en su vida adulta.

**9. ¿Considera a la educación física como una herramienta para llevar una inclusión educativa y una vida saludable?**

Considera que es la materia más viable para poder mejorar la enseñanza o poder despertar en el estudiante el interés de aprendizaje. A través de la recreación, deportes, actividades físicas recreativas, el estudiante aprende a involucrarse en la sociedad en donde puede mejorar su aprendizaje en las diferentes materias.

Los docentes de educación física desempeñan un rol importante en la promoción de la inclusión, en estudiantes con necesidades, debiendo formar estrategias inclusivas, permitiendo crear un espacio receptivo y adecuado el cual sea disponible para todos los estudiantes y docentes.

Además, educación física es sinónimo de salud, esto debido al gran impacto que ocasiona en el cuerpo, mejorando su manera de vida, ayudando a mantener una mente tranquila,

permitiendo que tengan una buena concentración, bienestar emocional, prevención de enfermedades, incluso conlleva a tener un ahorro económico.

### 10. ¿Qué sugiere para que existan mejores resultados en el proceso educativo y así obtener una educación de calidad?

Las sugerencias van más allá de las autoridades de la institución y va más bien para los gobiernos de turno en lo que corresponde el material didáctico de educación física, considera que si tuvieran un material acorde a las necesidades de los estudiantes sería viable la educación. Sería una educación con mejores logros, el perfil de salida del estudiante sería la carta cabal, los recursos que se necesita son muchos a nivel fiscal.

En relación, al contar con los recursos necesarios se puede conseguir mejores resultados en la búsqueda de la inclusión educativa, pero no debería ser obstáculo que en las instituciones educativas donde existe capitales bajos, donde se excusan para que no se pueda llevar a cabo prácticas inclusivas, ya que, no depende únicamente de los recursos económicos disponibles, sino también del compromiso y la voluntad de la comunidad educativa para adaptar su enfoque inclusivo.

### 6.3. Test Físico

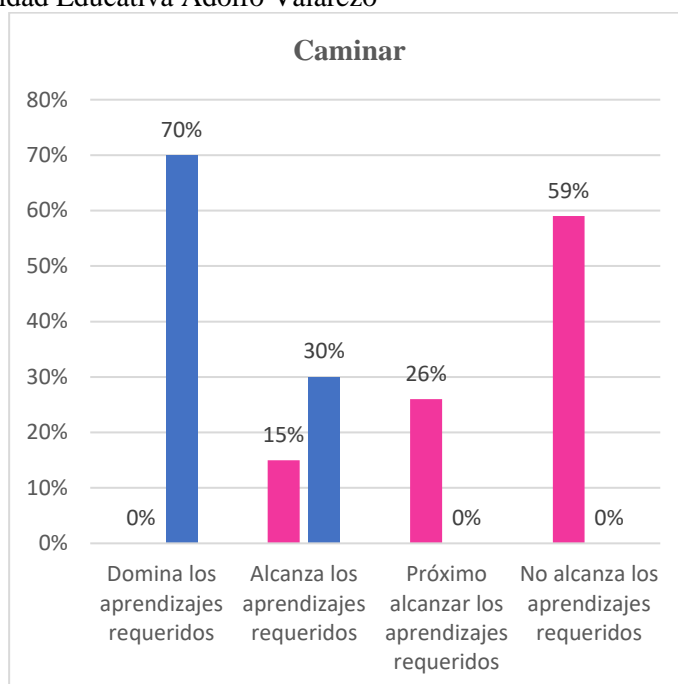
La técnica utilizada para la recolección de estos datos fue el test, que se caracteriza por la recolección de datos de manera individualizada, se utilizó el instrumento del test físico, mismo que contenía 7 indicadores, de las cuales, 4 fueron habilidades motrices básicas (caminar, correr, saltar, lanzar) y 3 capacidades, (fuerzas, equilibrio y flexibilidad) misma que se aplicó en 2 secciones antes y después de la propuesta pedagógica, en 27 estudiantes en la Unidad Educativa Adolfo Valarezo, del octavo año paralelo “A”.

**Tabla 15.** Test Físico realizado a los estudiantes de la Unidad Educativa Adolfo Valarezo, 2023.

Caminar							
Pre-test				Post-test			
Escala			F	%	Escala	F	%
Domina los aprendizajes requeridos			0	0%	Domina los aprendizajes requeridos	19	70%
Alcanza los aprendizajes requeridos			4	15%	Alcanza los aprendizajes requeridos	8	30%
Próximo alcanzar los aprendizajes requeridos			7	26%	Próximo alcanzar los aprendizajes requeridos	0	0%
No alcanza los aprendizajes requeridos			16	59%	No alcanza los aprendizajes requeridos	0	0%
<b>Total</b>			<b>27</b>	<b>100%</b>		<b>27</b>	<b>100%</b>

Nota. Datos obtenidos del pre-test y post-test aplicado a los estudiantes del octavo año paralelo “A”  
**Elaborado por:** Morocho, C. (2023)

**Figura 13.** Muestra los datos obtenidos del indicador 1 correspondientes al pre-test y post-test aplicado a los estudiantes de la Unidad Educativa Adolfo Valarezo



**Figura 13:** Datos obtenidos del pre-test y post-test aplicado a los estudiantes del octavo año paralelo “A”

**Elaborado por:** Morocho, C. (2023)

### **Análisis e interpretación**

En el primer criterio, siendo una habilidad motriz básica (caminar) en los resultados referentes al pre-test se obtuvieron los siguientes datos: en un 59% no alcanzan los aprendizajes requeridos, en un 26% próximos a alcanzar los aprendizajes requeridos, y finalmente, en un 15% alcanzan los aprendizajes requeridos.

Por otro lado, luego de la aplicación de la propuesta pedagógica que tuvo como objetivo de obtener una mejora en esta habilidad, se obtuvieron los siguientes resultados en el post-test: en un 70% dominan los aprendizajes requeridos, y en un 30% alcanzan los aprendizajes requeridos.

Los resultados obtenidos en el post-test son videntes, puesto que la mayoría de estudiantes alcanzaron un dominio de esta habilidad, en la aplicación de pre-test se observa que ningún estudiante tenía dominio de esta práctica, y que, luego de la propuesta aplicada, se obtuvo una mejora del 70% en dominio de aprendizajes requeridos. Siendo una habilidad motriz esencial para su desarrollo estudiantil, facilitando su aprendizaje en las diversas actividades físicas que se realiza a diario, misma que sirve como base para la ejecución de las demás habilidades.

Las habilidades motoras básicas son primordiales para el desarrollo físico, emocional y social de los seres humanos, especialmente en etapas tempranas de la vida. Estas habilidades forman la base para el desarrollo de habilidades motoras más complejas y especializadas a medida que los individuos crecen y se desarrollan, proporcionan la base para la participación en diferentes deportes y actividades físicas, también, son esenciales para el progreso de la confianza y la capacidad de enfrentar nuevos desafíos físicos, proporcionan una base para el impulso integral de niños y adultos.

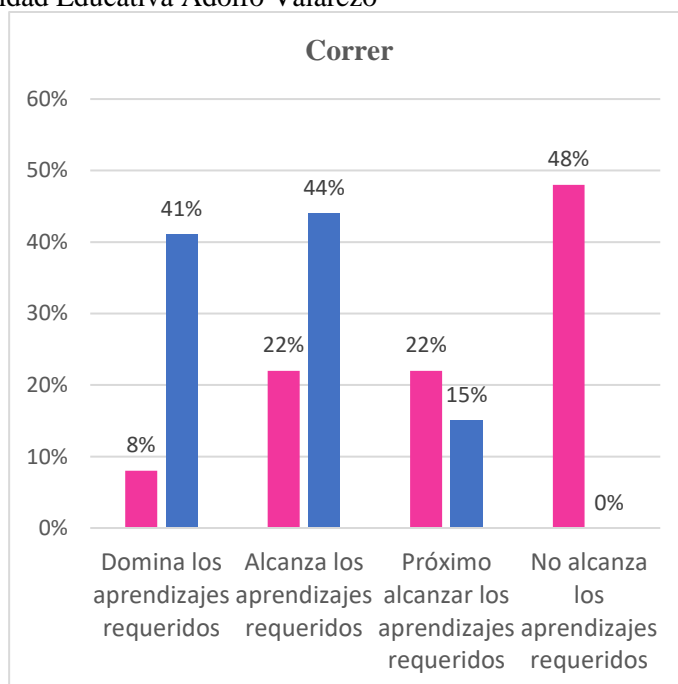
**Tabla 16.** Test Físico realizado a los estudiantes de la Unidad Educativa Adolfo Valarezo, 2023.

Correr							
Pre-test				Post-test			
Escala			F	%	Escala	F	%
Domina los aprendizajes requeridos			2	8%	Domina los aprendizajes requeridos	11	41%
Alcanza los aprendizajes requeridos			6	22%	Alcanza los aprendizajes requeridos	12	44%
Próximo alcanzar los aprendizajes requeridos			6	22%	Próximo alcanzar los aprendizajes requeridos	4	15%
No alcanza los aprendizajes requeridos			13	48%	No alcanza los aprendizajes requeridos	0	0%
<b>Total</b>			<b>27</b>	<b>100%</b>		<b>27</b>	<b>100%</b>

Nota. Datos obtenidos del pre-test y post-test aplicado a los estudiantes del octavo año paralelo "A"

Elaborado por: Morocho, C. (2023)

**Figura 14.** Muestra los datos obtenidos del indicador 2 correspondientes al pre-test y post-test aplicado a los estudiantes de la Unidad Educativa Adolfo Valarezo



**Figura 14:** Datos obtenidos del pre-test y post-test aplicado a los estudiantes del octavo año paralelo "A"

Elaborado por: Morocho, C. (2023)



## Análisis e interpretación

En el segundo criterio, siendo una habilidad motriz básica (correr) en los resultados referentes al pre-test se obtuvieron los siguientes datos: en un 48% no alcanzan los aprendizajes requeridos, en 22% próximos a alcanzar los aprendizajes requeridos, en un 22% alcanzan los aprendizajes requeridos, y finalmente, en un porcentaje del 8% dominan los aprendizajes requeridos.

Por otra parte, luego de la ejecución de la propuesta pedagógica se obtuvieron los siguientes resultados en la aplicación del pos-test: en un 44% alcanzan los aprendizajes requeridos, en un 41% dominan los aprendizajes requeridos, y en un 15% están próximos a alcanzar los aprendizajes requeridos.

Los resultados obtenidos en el post-test son observados de manera positiva, ya que, la mayoría de estudiantes lograron un alcance de aprendizaje en esta habilidad, en la aplicación de pre-test se observa que solo el 8% equivalente a 2 estudiantes domina la habilidad y en la aplicación del post-test el 41% domina este criterio. Correr y jugar al aire libre proporciona a los niños la oportunidad de interactuar con otros niños, ayuda a desarrollar la fuerza muscular, la coordinación, el equilibrio y la resistencia cardiovascular, es una habilidad esencial en las edades tempranas para el desarrollo integral de los niños. Promueve su salud física y emocional, mejora su capacidad cognitiva, fomenta habilidades sociales y fortalece su autoestima. Por lo tanto, es importante proporcionar a los niños oportunidades para correr y jugar activamente desde una edad temprana, en un ambiente seguro y adecuado para su desarrollo, esencial para ejecutar futuras acciones más complejas.

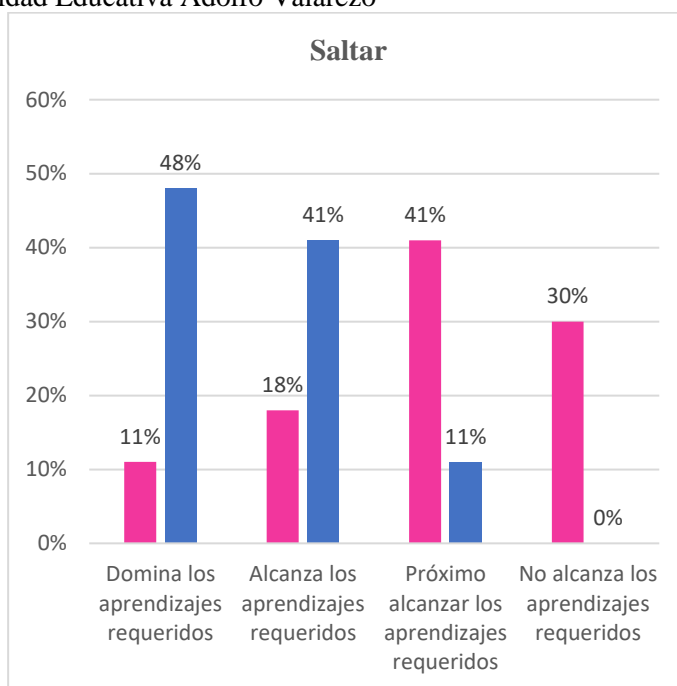
**Tabla 17.** Test Físico realizado a los estudiantes de la Unidad Educativa Adolfo Valarezo, 2023

Saltar							
Pre-test				Post-test			
Escala			F	%	Escala	F	%
Domina los aprendizajes requeridos			3	11%	Domina los aprendizajes requeridos	13	48%
Alcanza los aprendizajes requeridos			5	18%	Alcanza los aprendizajes requeridos	11	41%
Próximo alcanzar los aprendizajes requeridos			11	41%	Próximo alcanzar los aprendizajes requeridos	3	11%
No alcanza los aprendizajes requeridos			8	30%	No alcanza los aprendizajes requeridos	0	0%
<b>Total</b>			<b>27</b>	<b>100%</b>		<b>27</b>	<b>100%</b>

Nota. Datos obtenidos del pre-test y post-test aplicado a los estudiantes del octavo año paralelo "A"

Elaborado por: Morocho, C. (2023)

**Figura 15.** Muestra los datos obtenidos del indicador 3 correspondientes al pre-test y post-test aplicado a los estudiantes de la Unidad Educativa Adolfo Valarezo



**Figura 15:** Datos obtenidos del pre-test y post-test aplicado a los estudiantes del octavo año paralelo “A”

**Elaborado por:** Morocho, C. (2023)

### **Análisis e interpretación**

En el tercer criterio evaluado correspondiente a una habilidad motriz básica (saltar) en los resultados referentes al pre-test se obtuvieron los siguientes datos: en un 41% están próximos a alcanzar los aprendizajes requeridos, en un 30% no alcanzan los aprendizajes requeridos, en un 18% alcanzan los aprendizajes requeridos, y finalmente, en un 11% dominan los aprendizajes requeridos.

De otra manera, luego de la ejecución de la propuesta pedagógica se obtuvieron los siguientes resultados en la aplicación del pos-test: en un 48% dominan los aprendizajes requeridos, en un 41% alcanzan los aprendizajes requeridos, y en un 11% están próximos a alcanzar los aprendizajes requeridos.

Los datos obtenidos en el post-test son indicados de manera positiva en la búsqueda por optimizar esta habilidad, ya que, la mayoría de estudiantes lograron un dominio de aprendizaje, en la aplicación de pre-test se observa que solo el 11% equivalente a 3 estudiantes dominaban la habilidad y en la aplicación del post-test el 48% dominan este criterio.

Saltar es una actividad divertida que lleva una serie de beneficios esenciales para el crecimiento y el bienestar de los estudiantes, transporta a una serie de atenciones esenciales para el crecimiento y el bienestar de los alumnos. Donde permite saltar juntos, lo que fomenta la interacción social, la cooperación y la comunicación entre ellos, es crucial para el desarrollo físico, cardiovascular, óseo y cognitivo, esta habilidad es entretenida, por lo cual es sustancial aprovechar su utilidad, para ello se sugiera relevante la correcta enseñanza de su técnica para evitar futuras complicaciones.

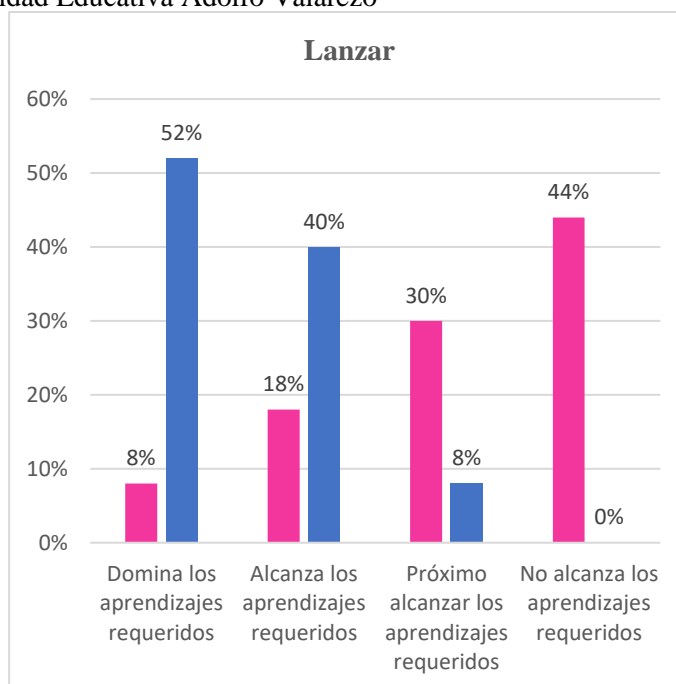
**Tabla 18.** Test Físico realizado a los estudiantes de la Unidad Educativa Adolfo Valarezo.

Lanzar							
Pre-test				Post-test			
Escala			F	%	Escala	F	%
Domina los aprendizajes requeridos			2	8%	Domina los aprendizajes requeridos	14	52%
Alcanza los aprendizajes requeridos			5	18%	Alcanza los aprendizajes requeridos	11	40%
Próximo alcanzar los aprendizajes requeridos			8	30%	Próximo alcanzar los aprendizajes requeridos	2	8%
No alcanza los aprendizajes requeridos			12	44%	No alcanza los aprendizajes requeridos	0	0%
<b>Total</b>			<b>27</b>	<b>100%</b>		<b>27</b>	<b>100%</b>

Nota. Datos obtenidos del pre-test y post-test aplicado a los estudiantes del octavo año paralelo "A"

Elaborado por: Morocho, C. (2023)

**Figura 16.** Muestra los datos obtenidos del indicador 4 correspondientes al pre-test y post-test aplicado a los estudiantes de la Unidad Educativa Adolfo Valarezo



**Figura 16:** Datos obtenidos del pre-test y post-test aplicado a los estudiantes del octavo año paralelo "A"

Elaborado por: Morocho, C. (2023)

## Análisis e interpretación

En el cuarto criterio, la habilidad motriz básica evaluada fue (lanzar) en los resultados referentes al pre-test se obtuvieron los siguientes datos: en un 44% no alcanzan los aprendizajes requeridos, en un 30% están próximos a alcanzar los aprendizajes requeridos, en un 18% alcanzan los aprendizajes requeridos y en un porcentaje del 8% dominan los aprendizajes requeridos.

Después de esto, luego de aplicado la propuesta pedagógica que tuvo como objetivo obtener una mejora en esta habilidad motriz, se obtuvieron los siguientes resultados referentes en el cumplimiento del post-test: en un 52% dominan los aprendizajes requeridos, en un 40% alcanzan los aprendizajes requeridos y en un 8% están próximos a alcanzar los aprendizajes requeridos.

Los datos obtenidos en el post-test son demostrados de manera positiva en la búsqueda por perfeccionar esta habilidad, dado que, la mayoría de estudiantes lograron dominio de aprendizajes requeridos, en la aplicación de pre-test se vislumbra que solo el 8% equivalente a 2 estudiantes dominan la habilidad y en la aplicación del post-test el 52% dominan este criterio sustancial.

Lanzar es una habilidad motriz básica que implica el movimiento coordinado de diferentes partes del cuerpo, al practicar esta habilidad, los niños mejoran su coordinación, desarrollan fuerza muscular y habilidades cognitivas, y aprenden a interactuar con otros en un ambiente lúdico y cooperativo. Es fundamental proporcionar a los niños oportunidades para explorar y desarrollar esta habilidad de manera segura y divertida para su desarrollo integral en los escolares.

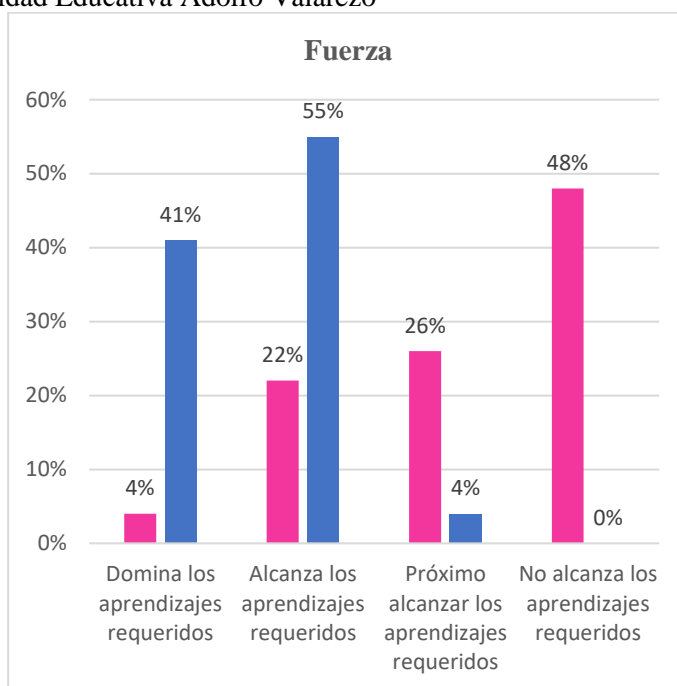
**Tabla 19.** Test Físico realizado a los estudiantes de la Unidad Educativa Adolfo Valarezo, 2023.

Fuerza											
Pre-test					Post-test						
Escala				F	%	Escala				F	%
Domina los aprendizajes requeridos				1	4%	Domina los aprendizajes requeridos				11	41%
Alcanza los aprendizajes requeridos				6	22%	Alcanza los aprendizajes requeridos				15	55%
Próximo alcanzar los aprendizajes requeridos				7	26%	Próximo alcanzar los aprendizajes requeridos				1	4%
No alcanza los aprendizajes requeridos				13	48%	No alcanza los aprendizajes requeridos				0	0%
<b>Total</b>				<b>27</b>	<b>100%</b>					<b>27</b>	<b>100%</b>

Nota. Datos obtenidos del pre-test y post-test aplicado a los estudiantes del octavo año paralelo "A"

Elaborado por: Morocho, C. (2023)

**Figura 17.** Muestra los datos obtenidos del indicador 5 correspondientes al pre-test y post-test aplicado a los estudiantes de la Unidad Educativa Adolfo Valarezo



**Figura 17:** Datos obtenidos del pre-test y post-test aplicado a los estudiantes del octavo año paralelo “A”

**Elaborado por:** Morocho, C. (2023)

### **Análisis e interpretación**

En el quinto criterio, la capacidad motriz evaluada fue la fuerza, en los resultados referentes al pre-test se obtuvieron los siguientes datos: en un 48% no alcanzan los aprendizajes requeridos, en un 26% próximos a alcanzar los aprendizajes requeridos, en un 22% alcanzan los aprendizajes requeridos y en un porcentaje menor del 4% dominan los aprendizajes requeridos.

Después de esto, luego de la aplicación de la propuesta pedagógica que tuvo como objetivo obtener una mejora en esta capacidad condicionante, se obtuvieron los siguientes resultados referentes en el post-test: en un 55% alcanzan los aprendizajes requeridos, en un 41% dominan los aprendizajes requeridos y en un 4% están próximos a alcanzar los aprendizajes requeridos.

Los resultados obtenidos en el post-test son confirmados de manera positiva en la búsqueda de desarrollar esta capacidad, ya que, la mayoría de estudiantes lograron un alcance de aprendizajes requeridos, mientras tanto, en la aplicación de pre-test se aprecia que solo el 4% equivalente a un estudiante domina esta capacidad y en la aplicación del post-test el 41% domina este criterio.

La fuerza es una capacidad condicional, la importancia de fomentar en edades tempranas es esencial para promover un estilo de vida activo y saludable mediante el acondicionamiento físico y para el rendimiento deportivo, en afinidad, González (2014) manifiesta que: «Las capacidades condicionales son las fundamentales en la eficiencia de los procesos energéticos y en las condiciones orgánicas musculares del ser humano. Se llaman condicionales porque: Se desarrollan con el acondicionamiento físico y condicionan el rendimiento deportivo» (p.15). Son esenciales para la mejora física y el bienestar general de los niños en edades tempranas, se desarrollan a través del juego y actividades físicas adecuadas, esencial para un crecimiento saludable y para sentar las bases de un estilo de vida activo y saludable a lo largo de su vida, beneficiando a evitar posibles lesiones, esto imposibilita la ejecución de las demás acciones, por esto, es necesario instruir en esta práctica considerada por muchos autores como la principal acción motriz.

Igualmente, La fuerza es una capacidad condicional de gran importancia en las edades tempranas, ya que desempeña un papel fundamental en el desarrollo físico y en el cumplimiento de una serie de funciones esenciales para el crecimiento y el bienestar de los niños, en afinidad, González (2014), representa la superación de algunas resistencias externas mediante el uso de una gran fuerza muscular y se considera la más importante para el ser humano, ya que es un requisito previo para el desarrollo de otras habilidades. Además, la fuerza es esencial para desarrollar habilidades motoras básicas. Al tener suficiente fuerza en los músculos, los niños pueden realizar movimientos más controlados y precisos, como caminar, correr, saltar y lanzar, lo que mejora su coordinación motora y su capacidad para participar en actividades físicas y deportivas de manera efectiva.

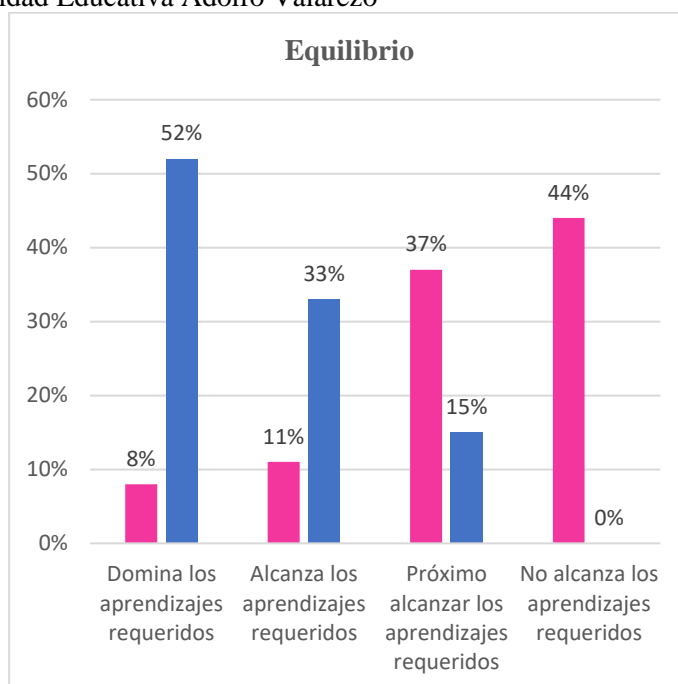
**Tabla 20.** Test Físico realizado a los estudiantes de la Unidad Educativa Adolfo Valarezo, 2023

<b>Equilibrio</b>									
<b>Pre-test</b>					<b>Post-test</b>				
<b>Escala</b>			<b>F</b>	<b>%</b>	<b>Escala</b>			<b>F</b>	<b>%</b>
<b>Domina</b>	<b>los</b>	<b>aprendizajes</b>	2	8%	<b>Domina</b>	<b>los</b>	<b>aprendizajes</b>	14	52%
<b>requeridos</b>					<b>requeridos</b>				
<b>Alcanza</b>	<b>los</b>	<b>aprendizajes</b>	3	11%	<b>Alcanza</b>	<b>los</b>	<b>aprendizajes</b>	9	33%
<b>requeridos</b>					<b>requeridos</b>				
<b>Próximo</b>	<b>alcanzar</b>	<b>los</b>	10	37%	<b>Próximo</b>	<b>alcanzar</b>	<b>los</b>	4	15%
<b>aprendizajes</b>	<b>requeridos</b>				<b>aprendizajes</b>	<b>requeridos</b>			
<b>No alcanza</b>	<b>los</b>	<b>aprendizajes</b>	12	44%	<b>No alcanza</b>	<b>los</b>	<b>aprendizajes</b>	0	0%
<b>requeridos</b>					<b>requeridos</b>				
<b>Total</b>			<b>27</b>	<b>100%</b>				<b>27</b>	<b>100%</b>

Nota. Datos obtenidos del pre-test y post-test aplicado a los estudiantes del octavo año paralelo "A"

**Elaborado por:** Morocho, C. (2023)

**Figura 18.** Muestra los datos obtenidos del indicador 6 correspondientes al pre-test y post-test aplicado a los estudiantes de la Unidad Educativa Adolfo Valarezo



**Figura 18:** Datos obtenidos del pre-test y post-test aplicado a los estudiantes del octavo año paralelo “A”

**Elaborado por:** Morocho, C. (2023)

### **Análisis e interpretación**

En el sexto criterio la capacidad motriz evaluada fue el equilibrio, en los resultados referentes al pre-test se obtuvieron los siguientes datos: en un 44% no alcanzan los aprendizajes requeridos, en un 37% próximos a alcanzar los aprendizajes requeridos, en un 11% alcanzan los aprendizajes requeridos y en un porcentaje de 8% dominan los aprendizajes requeridos.

Por otra parte, luego de aplicado la propuesta pedagógica que tuvo como objetivo obtener una mejora en esta capacidad, se obtuvieron los siguientes resultados referentes en el post-test: en un 52% dominan los aprendizajes requeridos, en un 33% alcanzan los aprendizajes requeridos y en un 15% están próximos a alcanzar los aprendizajes requeridos.

Los resultados obtenidos en el post-test son demostrados de manera efectiva en la búsqueda de desarrollar esta capacidad, ya que, la mayoría de estudiantes lograron un dominio de aprendizajes requeridos, mientras tanto, en la aplicación de pre-test se aprecia que solo el 8% equivalente a 2 estudiantes domina esta capacidad y en la aplicación del post-test el 52% domina este criterio, evidenciando resultados positivos en esta actividad motora.

El equilibrio se describe a la capacidad de conservar el eje de gravedad del cuerpo sobre la base de sustentación, es esencial para el desarrollo de habilidades, desde aprender a caminar

y mantenerse de pie hasta dominar actividades más complejas, un desarrollo del equilibrio ayuda a evitar caídas y a mantener una postura adecuada favorece a una mayor conciencia espacial y corporal, lo que les permite entender mejor su entorno y su relación con él, aprenden a manejar el miedo y la frustración asociados con enfrentar desafíos físicos, esto fomenta la resiliencia y la capacidad para superar obstáculos.

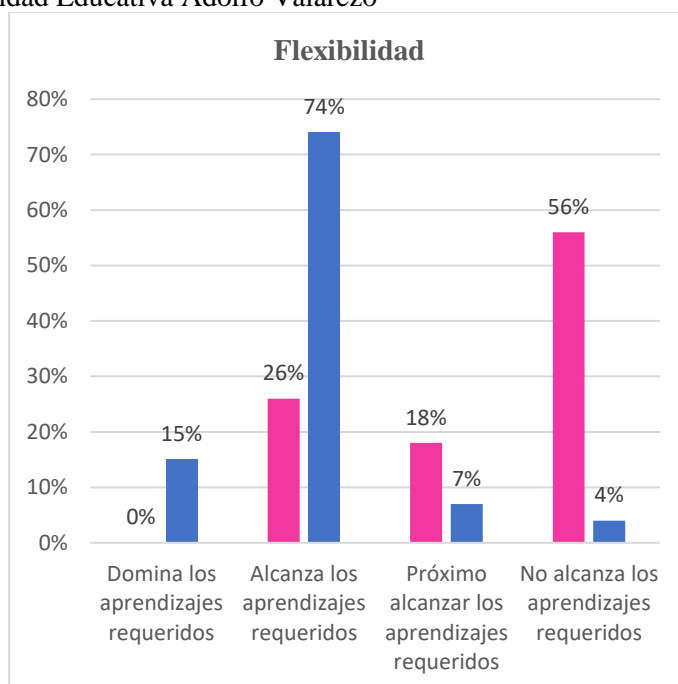
**Tabla 21.** Test Físico realizado a los estudiantes de la Unidad Educativa Adolfo Valarezo, 2023

Flexibilidad											
Pre-test				Post-test							
Escala				F	%	Escala				F	%
Domina los aprendizajes requeridos				0	0%	Domina los aprendizajes requeridos				4	15%
Alcanza los aprendizajes requeridos				7	26%	Alcanza los aprendizajes requeridos				20	74%
Próximo alcanzar los aprendizajes requeridos				5	18%	Próximo alcanzar los aprendizajes requeridos				2	7%
No alcanza los aprendizajes requeridos				15	56%	No alcanza los aprendizajes requeridos				1	4%
<b>Total</b>				<b>27</b>	<b>100%</b>					<b>27</b>	<b>100%</b>

Nota. Datos obtenidos del pre-test y post-test aplicado a los estudiantes del octavo año paralelo "A"

Elaborado por: Morocho, C. (2023)

**Figura 19.** Muestra los datos obtenidos del indicador 7 correspondientes al pre-test y post-test aplicado a los estudiantes de la Unidad Educativa Adolfo Valarezo



**Figura 19:** Datos obtenidos del pre-test y post-test aplicado a los estudiantes del octavo año paralelo "A"

Elaborado por: Morocho, C. (2023)

### Análisis e interpretación

En el séptimo y último criterio evaluado fue la capacidad motriz, la flexibilidad, en los resultados referentes al pre-test se obtuvieron los siguientes datos: en un 56% no alcanzan los



aprendizajes requeridos, en un 18% están próximos a alcanzar los aprendizajes requeridos, en un 26% alcanzan los aprendizajes requeridos.

Por otra parte, luego de aplicado la propuesta pedagógica que tuvo como objetivo obtener una mejora en esta capacidad, se obtuvieron los siguientes resultados referentes en el post-test: en un 74% alcanzan los aprendizajes requeridos, en un 15% dominan los aprendizajes requeridos, en un 7% están próximos a alcanzar los aprendizajes requeridos y en un 4% no alcanzan los aprendizajes requeridos.

Los resultados obtenidos en el post-test son demostrados de manera efectiva en la búsqueda de desarrollar esta capacidad, ya que, la mayoría de estudiantes lograron un alcance de aprendizajes requeridos, mientras tanto, en la aplicación de pre-test se aprecia que un 56% no alcanzaba los aprendizajes requeridos y en la aplicación del post-test se disminuyó al 4% los estudiantes que no alcanzan los aprendizajes requeridos, evidenciando un porcentaje mínimo, siendo un resultado positivo en esta práctica.

La flexibilidad es una capacidad motriz crucial en edades tempranas y desempeña un papel fundamental en el desarrollo físico y el bienestar general de los niños, se relata a la capacidad de los músculos y articulaciones para moverse a través de un rango completo de movimiento, es esencial para mantener una buena salud musculoesquelética, mejora la postura y la alineación corporal, los estudiantes pueden adoptar posiciones y movimientos adecuados en sus actividades diarias y al practicar deportes, contribuye a mejorar el rendimiento en actividades físicas y deportivas, desenvuelven una mayor conciencia corporal y espacial, lo que les permite comprender mejor sus límites y posibilidades físicas.

## 7. Discusión

En el presente trabajo de integración curricular denominado: Incidencia de la educación física en la inclusión educativa y salud en estudiantes de la Unidad Educativa Adolfo Valarezo, Loja 2023. Se realizó a 27 estudiantes del octavo año de educación general básica paralelo “A”, de los cuales 14 eran del sexo masculino y 13 del sexo femenino, mismos que se encuentran en una edad de 12, 13 y 14 años, de acuerdo a los datos obtenidos en la aplicación de encuesta y test a los estudiantes, de igual forma la entrevista dirigida al docente de educación física se pudo realizar la discusión de resultados de acuerdo a cada objetivo específico.

Para dar contestación al primer objetivo específico planteado de la siguiente manera: Examinar los principales problemas que presentan los estudiantes del octavo año de Educación General Básica paralelo “A” de la Unidad Educativa Adolfo Valarezo, de la Ciudad de Loja, periodo 2023, para ser excluidos de las clases de educación física, se recurrió a la utilización de la encuesta y test dirigido a los estudiantes para conocer estas deficiencias.

En la encuesta realizada se obtuvieron datos de conocimiento a cerca de la inclusión educativa y salud en las clases de educación física, para lo cual se detallará los puntos más importantes de la información recibida, en la pregunta 2 que expresaba lo siguiente: ¿Tienes dificultades para realizar las actividades académicas y físicas?, Si bien es cierto, se comprobó que en su mayoría el 74% no tenía dificultades para realizar estas actividades, al contrario, en un 26% manifestó que si tienen dificultades para efectuar estas acciones, en esta interrogante se pudo evidenciar ciertas dificultades que eran propósito de este objetivo, que posteriormente se tomaron en cuenta para diseñar la propuesta pedagógica, en busca de disminuir o eliminar estos problemas.

Entre tanto, en la pregunta 3 que decía lo siguiente: ¿En las clases de educación física, qué tipo de actividades te gusta realizar? En un porcentaje igualitario expresaron que les gusta jugar y practicar deportes, con el 48% respectivamente, y el 4% prefiere efectuar otro tipo de actividades. Por lo que se certeza que los estudiantes prefieren realizar actividades como jugar y practicar deportes, ya que estas actividades suelen ser más dinámicas y entretenidas, para este contexto se corrobora a González-Coto et al. (2022):

Los constantes cambios en educación, así como la integración de diversos elementos curriculares, ha llevado a la inclusión de los deportes alternativos en las sesiones de Educación Física. Los juegos y deportes alternativos permiten aumentar la motivación y participación del alumnado en las clases de Educación Física. (p. 119)

Por otro lado, en la aplicación del pre-test, en cuanto en la valoración de las habilidades motrices básicas, en los datos obtenidos se encontró la falta de coordinación, confianza, motivación y práctica en la mayoría de estudiantes, además de déficit de equilibrio y barreras emocionales. En la habilidad de caminar fue donde mayor porcentaje de dificultades tuvieron los estudiantes para ejecutarla, con el 59% no alcanzan los aprendizajes requeridos, con el 26% próximos a alcanzar los aprendizajes requeridos y con el 15% alcanzan los aprendizajes requeridos.

Es sustancial considerar que cada estudiante por naturaleza es diferente y están expuestos a enfrentar ciertas dificultades en el día a día, para esto, es importante reconocer los problemas en cuanto a la ejecución de habilidades motrices básicas, mismas que son evidentes en la comunidad educativa, similar a, Ortín et al. (2008), en cuanto a la investigación sobre la evaluación de este conjunto de habilidades básicas, hay poca. Documentos nacionales e internacionales tienen vacíos en todo lo que corresponde a la motricidad básica. Las habilidades son consideradas como bases para la correcta realización de actividades físicas futuras, por tanto, es indispensable proporcionar apoyos y la correcta enseñanza de estas acciones que les permita mejorar su habilidad motora, principalmente en las clases de educación física.

En cuanto a las capacidades físicas, en la capacidad condicionante, la flexibilidad fue en la que mayor porcentaje de dificultades se encontró en la aplicación del pre-test, con el 56% no alcanzan los aprendizajes requeridos, con el 26% alcanzan los aprendizajes requeridos y con el 18% próximos a alcanzar los aprendizajes requeridos, esto se puede dar por lo siguiente:

Limitaciones en la amplitud de movimiento, algunos estudiantes pueden tener una movilidad limitada en sus articulaciones, lo que dificulta la ejecución de movimientos flexibles, falta de elasticidad muscular, afecta su capacidad para estirarse y mantener una buena flexibilidad. Esto puede deberse a la falta de práctica regular de ejercicios de estiramiento, a un estilo de vida sedentario y por el docente de educación física al no incluir ejercicios que permita mejorar esta capacidad que es considerada para prevenir futuras lesiones, con el fin de no perjudicar la colaboración activa de los participantes.

En las deficiencias encontradas en el desarrollo de las capacidades condicionantes y coordinativas se encuentran las siguientes: falta de conciencia corporal, baja motivación y compromiso por los docentes y estudiantes, desequilibrios musculares, falta de práctica, coordinación motora y la falta de instrucción adecuada. Identificar los desafíos que enfrentan los estudiantes en el desarrollo de las capacidades condicionantes y coordinativas es esencial

para que se brinde el apoyo y la creación de estrategias adecuadas que les permitan desarrollar de manera progresiva y segura.

Por otra parte, para dar contestación al segundo objetivo específico planteado de la siguiente manera: Diseñar una propuesta pedagógica para que los estudiantes del octavo año de Educación General Básica paralelo “A” de la Unidad Educativa Adolfo Valarezo de la Ciudad de Loja, periodo 2023, lleven una educación inclusiva y una vida saludable.

Se consideró la información obtenida anteriormente para la creación de una propuesta alternativa para fomentar la inclusión educativa y salud a través de actividades didácticas en las clases de educación física.

Tomando en cuenta que el 48% prefieren ejecutar juegos, con el 48% optan por practicar deportes, en un porcentaje mínimo del 4% seleccionaron otras actividades y considerando los problemas que describieron en la encuesta y las deficiencias físicas evidenciadas en la aplicación del test físico, se diseñó esta propuesta pedagógica a través de actividades didácticas (juegos, deportes, ejercicios), con el propósito de conseguir una participación de todos los estudiantes en las clases de educación física. De igual manera, en el diseño de la propuesta incluía charlas motivadoras, presentación de diapositivas para conocer la importancia de la educación física para conseguir una educación inclusiva y una vida saludable.

Los estudiantes prefieren jugar y practicar deportes por varias razones, en las cuales se incluyen diversión y entretenimiento, socialización, de desarrollo físico y saludable, desafío y superación personal, liberación de energía, manejo de estrés y desarrollo en el aprendizaje de valores. Cabe recalcar que, en la práctica de deportes, se adaptó estas acciones para que no exista reglas, puesto que, estas son impedimento para que los estudiantes participen y con esto no llegar a una exclusión, para esto se corrobora con el siguiente estudio, Tolano et al. (2015), su principal objetivo es estimular el interés y la motivación de los niños por las actividades físicas y deportivas. El resultado es que, desde los inicios del deporte en las escuelas, el juego ha sido muy importante para ellos como medio para movilizar a los niños, ya que es una forma de lograr un desarrollo positivo, activo e integral del deporte, pero también una forma de transmitir los valores. Es necesario que una formación multifacética tenga un impacto positivo.

Para dar contestación al tercer objetivo específico planteado de la siguiente manera: Aplicar la propuesta pedagógica para que los estudiantes del octavo año de Educación General Básica paralelo “A” de la Unidad Educativa Adolfo Valarezo de la Ciudad de Loja, periodo 2023, lleven una educación inclusiva y una vida saludable.

En sucesión de los resultados obtenidos culminados la propuesta pedagogía, se presentan los siguientes resultados basándose en la habilidad motriz básica de caminar, en el post-test: en un 70% dominan los aprendizajes requeridos, y en un 30 % alcanzan los aprendizajes requeridos. Por otro lado, en los datos conseguidos en la capacidad condicionante la flexibilidad se obtuvo que el 74% alcanzan los aprendizajes requeridos, en un 15% dominan los aprendizajes requeridos, en un 7% están próximos a alcanzar los aprendizajes requeridos y en un 4% no alcanzan los aprendizajes requeridos

En la aplicación de la propuesta pedagógica y posteriormente con la aplicación del post test, en los resultados obtenidos se pudo evidenciar que la educación física contribuye de manera esencial a impulsar la inclusión educativa, donde además se pudo comprobar el mejoramiento en el desarrollo y ejecución de habilidades y capacidades.

Absolutamente, la educación física desempeña un papel crucial en la promoción de la inclusión educativa, brinda un espacio en el que los estudiantes pueden interactuar y colaborar con sus compañeros, sin importar sus diferencias, se fomenta la aceptación, el respeto y la comprensión mutua. Así mismo, fomenta un estilo de vida saludable en lo físico y mental, esto a través de la participación en actividades físicas, mejoran su condición física, fortalecen sus habilidades motoras y adquieren conocimientos sobre la importancia de la nutrición y la higiene personal.

## 8. Conclusiones

Con base en los resultados obtenidos de los instrumentos aplicados y para dar cumplimiento a los objetivos planteados, se puede concluir que:

- Mediante la aplicación del test y encuesta a los estudiantes del octavo año paralelo “A” de la Unidad Educativa Adolfo Valarezo, Se logró conocer las principales deficiencias que presentan los alumnos para ser excluidos de las clases de educación física, entre las principales fueron físicas e intelectuales, como la falta de interés, motivación y limitaciones físicas.
- Con base en la información obtenida, se consideró esencial el diseño de una propuesta pedagógica en las clases de educación física, con el fin de crear un entorno educativo inclusivo que valore y respete la diversidad, así como la necesidad de fomentar una cultura de bienestar y vida saludable en la comunidad formativa.
- Se concluye que, en esta intervención se ha innovado a un ambiente educativo inclusivo, inspirador y respetuoso, donde los estudiantes han mejorado su participación activa, sus hábitos saludables y su bienestar general, la implementación de estrategias inclusivas ha permitido que todos los estudiantes se sientan valorados y motivados para aprender, generando un ambiente de respeto y colaboración en el proceso de enseñanza aprendizaje.

## **9. Recomendaciones**

Como recomendaciones del presente trabajo de investigación se puede mencionar las siguientes:

- A todos los miembros de la Unidad Educativa Adolfo Valarezo, capacitarse en la comprensión y atención de las necesidades educativas que presentan los estudiantes, de manera que, se cree un entorno armonioso donde todos tengan la capacidad de resolver y apoyar la diversidad estudiantil.
- A los docentes de educación física de la Unida Educativa Adolfo Valarezo realizar adaptaciones curriculares en las estrategias de enseñanza y evaluación para atender las necesidades individuales de los estudiantes, fomentando así su participación activa y su desarrollo integral, creando actividades inclusivas, al mismo tiempo, contribuir a una mejora significativa en su salud física y mental, instruyendo hábitos saludables, a través de la práctica de las clases de educación física
- Una comunicación constante y abierta entre padres de familia y profesionales educativos con los estudiantes, permitirá una mayor comprensión de las necesidades de los estudiantes fuera del entorno escolar, producirá un apoyo coherente tanto en casa como en la escuela, consintiendo adecuar las estrategias de manera efectiva.

## 10. Bibliográfica

- Alonso, N. (2005). Educación Física: Ruta de reconocimiento. *Revista Varela*, 5(11), 1–8  
<http://revistavarela.uclv.edu.cu/index.php/rv/article/view/258/526>
- Ardila, J., Cante, S., Cruz, D. Y González, D. (2021). Estrategias de Inclusión Educativa en el Colegio Gimnasio Campestre de Guilford. [Presentación Proyecto de Grado, Pontificia Universidad Javeriana, Bogotá]  
<https://repository.javeriana.edu.co/bitstream/handle/10554/54383/Estrategias%20de%20Inclusi%C3%B3n%20Educativa%20en%20el%20Colegio%20Gimnasio%20Campestre%20de%20Guilford.pdf?sequence=1>
- Arteaga, A., Proaño, E., Reyes, N. Y Reinoso, A. (octubre 2019). La inclusión educativa en números. Imprenta Digital.  
<https://publicaciones.uazuay.edu.ec/index.php/ceazuay/catalog/view/63/59/1178>
- Calero, S y González, S. (2014). Teoría y metodología de la educación física. Universidad de las Fuerzas Armadas ESPE. Sangolquí, Ecuador. <https://acortar.link/3qkPy1>
- Cambizaca, G., Abascal, I., Sanabria, G. Y Morocho, A. (2016). Factores que predisponen al sobrepeso y obesidad en estudiantes de colegios fiscales del Cantón Loja-Ecuador. *Revista Habanera de Ciencias Médicas*, 15(2), 163-176.  
<https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=7000587>
- Cano, E y Athanasios, S. (2013). ACTITUDES DE LOS PROFESIONALES DE LA EDUCACIÓN HACIA LA EDUCACIÓN FÍSICA INCLUSIVA: UNA REVISIÓN BIBLIOGRÁFICA. *Revista Digital de Investigación Educativa*.  
<https://acortar.link/tuy42U>
- Castañeda-Vázquez, C., Campos-Mesa, M. Y Castillo, O. (2015). Actividad física y percepción de salud de los estudiantes universitarios. *Revista Facultad de Medicina*, 64 (2), 277-84. <http://www.scielo.org.co/pdf/rfmun/v64n2/v64n2a13.pdf>
- Del Val Martín, P., Sebastiani, E., Blázquez, D. (2021). Educación Física en Ecuador: análisis de la percepción de alumnos. *Revista Iberoamericana de Psicología del Ejercicio y el Deporte*, 15 (4), 180-183. <https://dialnet.unirioja.es/descarga/articulo/7941252.pdf>
- Fernández, C. Fiuza, M., Zabalza, M. (2013). A propósito de cómo analizar las barreras a la inclusión desde la comunidad educativa. *Revista de Investigación en Educación*, 11 (3), 172-191. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=4736001>



- Gamonales, J. (25 de abril del 2016). La Educación Física como herramienta de inclusión. Universidad de Extremadura. <https://acortar.link/hgW9Xa>
- García, S. (2019). EDUCACIÓN FÍSICA INCLUSIVA A TRAVÉS DEL APRENDIZAJE COOPERATIVO: ANÁLISIS Y VALORACIÓN DE UN CASO EN PRIMER CURSO DE EDUCACIÓN PRIMARIA. [TRABAJO DE FIN DE GRADO 2018/2019 Universidad de Valladolid]. [https://core.ac.uk/download/pdf/250407189.pdf?fbclid=IwAR1NsUHjK\\_E5\\_WiIXudhEMkKGwkdZe9qMvffURPVXg26Q2O80IZ1VWVdqYI#page15](https://core.ac.uk/download/pdf/250407189.pdf?fbclid=IwAR1NsUHjK_E5_WiIXudhEMkKGwkdZe9qMvffURPVXg26Q2O80IZ1VWVdqYI#page15)
- González, C. (2014). LA PRÁCTICA DEL VOLEIBOL Y EL DESARROLLO DE LAS CAPACIDADES CONDICIONALES Y COORDINATIVAS EN LOS ALUMNOS DE OCTAVO, NOVENO Y DÉCIMO AÑO DE EDUCACIÓN BÁSICA DE LOS COLEGIOS EMILIANO ABENDAÑO GONZÁLEZ Y MONSEÑOR LEÓNIDAS PROAÑO DEL CANTÓN CATAMAYO, PERIODO LECTIVO 2012 – 2013, PROPUESTA PRÁCTICA METODOLÓGICA. [Tesis de Licenciatura, Universidad Nacional de Loja]. <https://dspace.unl.edu.ec/jspui/bitstream/123456789/21311/1/TESIS%20Claudio%20Emanuel%20Gonz%C3%A1lez%20Cano.pdf>
- González-Coto, V., Gámez-Calvo, L., Hernández-Beltrán, V. Y Gamonales, J. (2022). RinGol: deporte alternativo e inclusivo en el ámbito educativo. *Revista de Educación Física*, 11 (4), 119-131. [https://www.researchgate.net/publication/365904165\\_RinGol\\_deporte\\_alternativo\\_e\\_inclusivo\\_en\\_elambito\\_educativo](https://www.researchgate.net/publication/365904165_RinGol_deporte_alternativo_e_inclusivo_en_elambito_educativo)
- González-Gil, F., Martín-Pastor, E. Y Poy, R. (2019). Educación inclusiva: barreras y facilitadores para su desarrollo. Análisis de la percepción del profesorado. Profesorado. *Revista de Currículum y Formación de Profesorado*, 23(1), 243- 263. <https://recyt.fecyt.es/index.php/profesorado/article/view/71921>
- Gutiérrez, Y., San Martín, M. (2020). ACCIONES PARA LA IMPLEMENTACIÓN DE PROCESOS INCLUSIVOS EN INSTITUCIONES DE EDUCACIÓN SUPERIOR. *CALIDAD EN LA EDUCACIÓN*, (53), 284-320. <https://www.scielo.cl/pdf/caledu/n53/0718-4565-caledu-53-284.pdf>

- Hernández, A., Fernández, J., Álvarez, P. Y López, D. (2019). REVISIÓN DE ESTUDIOS SOBRE INCLUSIÓN EN EDUCACIÓN FÍSICA. *Tu revista científica digital acción motriz*, (23), 22-29. <https://dialnet.unirioja.es/descarga/articulo/7112431.pdf>
- Lleixa, T. (1983). LA EDUCACIÓN FÍSICA EN LA ESCUELA: HACIA UN PROYECTO CURRICULAR. *Apunts. Educación Física y Deportes*, 16 (170), 48-51. <https://revista-apunts.com/la-educacion-fisica-en-la-escuela-hacia-un-proyecto-curricular/>
- Luna-Rojas, H., Moscoso-García, R., Ávila-Mediavilla, C. Y Jarrín-Navas, S. (2020). Las habilidades motrices básicas como base para la educación física en primaria, *Polo del Conocimiento*, 5 (52), 110-115. <https://dialnet.unirioja.es/descarga/articulo/7659468.pdf>
- Ministerio de Educación. (noviembre de 2011). EDUCACIÓN INCLUSIVA Y ESPECIAL. [https://educacion.gob.ec/wp-content/uploads/downloads/2013/07/Modulo\\_Trabajo\\_EI.pdf](https://educacion.gob.ec/wp-content/uploads/downloads/2013/07/Modulo_Trabajo_EI.pdf)
- Ministerio de Educación. (2013). GUÍA DE TRABAJO ESTRATEGIAS PEDAGÓGICAS PARA ATENDER NECESIDADES EDUCATIVAS ESPECIALES. <https://educacion.gob.ec/wp-content/uploads/downloads/2019/05/Guia-de-estrategias-pedagogicas-para-atender-necesidades-educativas-especiales-en-el-aula.pdf>
- Ministerio de Educación. (2016). EDUCACIÓN FÍSICA. Currículo de EGB y BGU. <https://educacion.gob.ec/wp-content/uploads/downloads/2016/08/EF-completo.pdf>
- Ministerio de Educación. (2019). Currículo de los Niveles de Educación Obligatoria. <https://educacion.gob.ec/wp-content/uploads/downloads/2019/09/EGB-Superior.pdf>
- Ministro de Educación, Cultura, Ciencia y Tecnología de la Nación. (2019). Educación inclusiva: Fundamentos y prácticas para la inclusión. <http://www.bnm.me.gov.ar/giga1/documentos/EL006578.pdf>
- Moreira, G. (2012). DISEÑO DE POLÍTICA PÚBLICA DE CULTURA Y EDUCACIÓN PARA LA PAZ, CANTÓN LOJA (ECUADOR) [Tesis doctoral, Universidad de Granada]. <https://digibug.ugr.es/bitstream/handle/10481/29804/21618227.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Muntaner, J., Rosselló, M., Iglesia, B. (2016). Buenas prácticas en educación inclusiva. *Copyright*. 34 (1), 31-50. <https://revistas.um.es/educatio/article/view/252521/191611>

- Muros, B. (2013). Cuerpo y Educación Física. *VIREF REVISTA DE EDUCACIÓN FÍSICA*, 2 (1), 120-128. <https://revistas.udea.edu.co/index.php/viref/article/view/15367/13905>
- Organización de las Naciones Unidas Para La Educación, La Ciencia Y La Cultura. (18 de julio de 2008). LA EDUCACIÓN INCLUSIVA: EL CAMINO HACIA EL FUTURO. [https://unesdoc.unesco.org/ark:/48223/pf0000162787\\_spa](https://unesdoc.unesco.org/ark:/48223/pf0000162787_spa)
- Organización Mundial de la Salud. (31 de diciembre de 2014). Documentos básicos. <https://apps.who.int/gb/bd/PDF/bd48/basic-documents-48th-edition-sp.pdf>
- Ortín, N., Villanueva, F. Y López, F. (2008). Una propuesta de evaluación para las habilidades motrices básicas en Educación Primaria a través de un juego popular. *Retos. Nuevas tendencias en Educación Física. Deporte y recreación*, (14), 35-42. <https://dialnet.unirioja.es/descarga/articulo/2722252.pdf>
- Pajarón, R. (2001). LA EDUCACIÓN FÍSICA ESCOLAR EN ESPAÑA EN LA PRIMERA MITAD DEL SIGLO XX. [MEMORIA PARA OPTAR AL GRADO DE DOCTOR, UNIVERSIDAD COMPLUTENSE DE MADRID]. <https://eprints.ucm.es/id/eprint/7323/1/T25296.pdf>
- Peñañiel, J., Sarmiento, M. Y Ochoa, S. (2017). 3er Congreso Internacional de Ciencias Pedagógicas. Dialnet, 1975–1985. <https://dialnet.unirioja.es/descarga/libro/742774.pdf>
- Ramírez, W. (2017). La inclusión: una historia de exclusión en el proceso de enseñanza-aprendizaje. *Cuadernos de Lingüística Hispánica*, (30), 211-230. <http://www.scielo.org.co/pdf/clin/n30/0121-053X-clin-30-00211.pdf>
- Rico, N. (2021). Nuevas estrategias de promoción y educación en alimentación y nutrición a escolares [Tesis de doctorado, Universidad de Alicante]. [http://rua.ua.es/dspace/bitstream/10045/124900/1/tesis\\_doctoral\\_nuria\\_rico\\_sapena.pdf](http://rua.ua.es/dspace/bitstream/10045/124900/1/tesis_doctoral_nuria_rico_sapena.pdf)
- Sailema, M., Ruiz, P., Pérez, M., Cosquillo, J., Sailema, A. Y Vaca, M. (2017). EL AUTOCONCEPTO Y LA EDUCACIÓN FÍSICA EN ESTUDIANTES DE SECUNDARIA. *Revista Cubana de Investigaciones Biomédicas*, 36 (3), 1-16. <https://revibiomedica.sld.cu/index.php/ibi/article/download/9/18>
- Santos, M. (2016). La Educación Física como oportunidad para una Educación Inclusiva. [TRABAJO FIN DE GRADO]. Universidad de Valladolid.

- [https://uvadoc.uva.es/bitstream/handle/10324/21101/TFG-L1444.pdf;jsessionid=04FBEA899C7F9246173610C00B55D85F?sequence=1&fbclid=IwAR1KRaj-dceYyT9krsNZWf3hpnpGGL6FFgOFGqzqSBjnt0XVfdJ9Fbk44\\_o](https://uvadoc.uva.es/bitstream/handle/10324/21101/TFG-L1444.pdf;jsessionid=04FBEA899C7F9246173610C00B55D85F?sequence=1&fbclid=IwAR1KRaj-dceYyT9krsNZWf3hpnpGGL6FFgOFGqzqSBjnt0XVfdJ9Fbk44_o)
- Seva, C., Rodríguez-Salazar, M.C., Robledo-Ramón, P. Y Carrero, B. (2016). Relaciones padres-hijos en alumnado con y sin dificultades del desarrollo. Castejón, J. (Coords). *Psicología y Educación: Presente y Futuro*. ACIPE. [https://rua.ua.es/dspace/bitstream/10045/64551/1/Psicologia-y-educacion\\_349.pdf](https://rua.ua.es/dspace/bitstream/10045/64551/1/Psicologia-y-educacion_349.pdf)
- Tolano, E., Dórame, Z., Preciado, M., Toledo, I., Serna, A. & Gavotto. O. (2015). EFECTO DE UN PROGRAMA DE INICIACIÓN DEPORTIVA ESCOLAR EN LAS CAPACIDADES FÍSICAS CONDICIONALES. *E-balonmano.com: Revista de Ciencias del Deporte*, 11 (2), 177-183. <https://dialnet.unirioja.es/descarga/articulo/7329061.pdf>
- Torres Gómez, M. S., Monserrate Cajamarca, G. M., Sigüencia Maldonado, D. S., Noboa Erazo, S. P. (2023). Historia de la educación en Ecuador: de la educación especial a la educación inclusiva. *Ciencia Latina Revista Científica Multidisciplinar*, 7(1), 1715-1727. <https://ciencialatina.org/index.php/cienciala/article/view/4517/6910>
- Ullaguari, S. (2018). LA EDUCACIÓN FÍSICA INCLUSIVA Y CURRÍCULO. *Revista de divulgación de experiencias*, (9), 28-37 <http://201.159.222.12/bitstream/56000/320/1/3%20art%20Mamakuna%20wambra.pdf?fbclid=IwAR2wvNNPEnOPG-LXBDE11N1gwrYYeiv77QehfBEQDhrevfIUe6FWNhjBmZg>
- Vidarte, J., Vélez, C., Sandoval, C. & Alfonso, M. (2011). ACTIVIDAD FÍSICA: ESTRATEGIA DE PROMOCIÓN DE LA SALUD. *Hacia la Promoción de la Salud*, 16 (1), 202-218. <http://www.scielo.org.co/pdf/hpsal/v16n1/v16n1a14.pdf>

## 11. Anexos

### Anexo 1. Oficio para la apertura a la institución



**UNL**

Universidad  
Nacional  
de Loja

Facultad  
de la Educación,  
el Arte y la Comunicación

Loja, 22 de marzo de 2023

Magister.

Juan Luis Imaicela Rosillo

**DIRECTOR DE LA UNIDAD EDUCATIVA "ADOLFO VALAREZO" DE LA CIUDAD DE LOJA.**  
Ciudad.

De mi consideración:

Por medio de la presente le hago llegar un cordial y atento saludo junto con los mejores deseos de éxito en las labores que usted desempeña.

Me dirijo a usted de la manera más comedida para solicitarle se autorice al sr. estudiante **CRISTIAN ANDRES MOROCHO ROMERO** con CI: 0107472052, que actualmente cursa el 8° ciclo de la **Carrera: Pedagogía de la Actividad Física y Deporte**, en la **Universidad Nacional de Loja**, para que realice su trabajo de investigación en el octavo año paralelo "A" de Educación General Básica, subnivel básica superior en la Unidad Educativa que usted acertadamente dirige, el mismo que según la planificación prevista en el presente ciclo se realizará el proyecto y el trabajo de integración curricular o de titulación denominado. **Incidencia de la educación física en la inclusión educativa y salud en estudiantes de la Unidad Educativa Adolfo Valarezo, Loja 2023.**

De acuerdo a la naturaleza de la investigación será necesario establecer contacto con los docentes y niños de manera presencial.

Seguro de contar con su colaboración, desde ya le anticipo mis sinceros agradecimientos, no sin antes expresarle mis sentimientos de alta consideración y estima.

Atentamente.

Mg. Sc. Ramiro Andrés Correa Contento  
**RESPONSABLE DE PROYECTOS DE INTEGRACIÓN CURRICULAR.**  
**DOCENTE DE LA CARRERA DE PEDAGOGÍA DE LA ACTIVIDAD FÍSICA Y DEPORTE**

UNIDAD EDUCATIVA  
"ADOLFO VALAREZO"  
**RECTORADO**  
LOJA - ECUADOR

*Justo B.*  
Autorizado.  
24/03/2023

Ciudadela Universitaria "Pío Jaramillo Alvarado",  
Sector La Argelia · Loja - Ecuador  
072-547234



**Anexo 2. Solicitud designación de asesor para la revisión del proyecto de Integración Curricular**



**unl**

Universidad  
Nacional  
de Loja

Facultad  
de la Educación,  
el Arte y la Comunicación

Loja, 21 de marzo de 2023

Mg. Sc.

José Gregorio Picoita Quezada.

**DIRECTOR DE LA CARRERA: PEDAGOGÍA DE LA ACTIVIDAD FÍSICA Y DEPORTE DE LA UNIVERSIDAD NACIONAL DE LOJA.**

Ciudad.

De mi consideración:

Por medio de la presente le hago llegar un cordial y atento saludo junto con los mejores deseos de éxito en las labores que usted desempeña.

Yo, **CRISTIAN ANDRES MOROCHO ROMERO**, con CI; 0107472052, estudiante de la carrera de **Pedagogía de la Actividad Física y Deporte**, en la **Universidad Nacional de Loja**; me dirijo a usted de la manera más comedida para solicitarle se designe un asesor para la revisión de mi proyecto de integración curricular denominado: **Incidencia de la educación física en la inclusión educativa y salud en estudiantes de la Unidad Educativa Adolfo Valarezo, Loja 2023**. Y en lo posterior se emita el informe de coherencia y pertinencia correspondiente.

Seguro de contar con su colaboración, desde ya le anticipo mis sinceros agradecimientos, no sin antes expresarle mis sentimientos de alta consideración y estima.

Atentamente.

*Cristian Andres Morocho Romero*

**ESTUDIANTE DE LA CARRERA DE PEDAGOGÍA DE LA ACTIVIDAD FÍSICA Y DEPORTE**

**Anexo 3.** Solicitud de estructura, coherencia y pertinencia del Trabajo de Integración Curricular



**UNL**

Universidad  
Nacional  
de Loja

Carrera de  
Cultura Física  
y Deportes

**Memorando Nro.: UNL-FEAC-C.CFD y PAFD-2023-000133M.**  
Loja, 5 de abril del 2023

Doctor.  
Luis Benigno Montesinos Guarnizo.  
**DOCENTE DE LAS CARRERAS. CULTURA FÍSICA Y DEPORTES y PEDAGOGÍA DE LA ACTIVIDAD FÍSICA Y DEPORTE.**  
Ciudad.

De mi consideración.

**Asunto. Informe de Estructura, Coherencia y Pertinencia.**

Es grato dirigirme a usted y desearle éxitos en sus funciones en beneficio de nuestra Carrera.

El presente tiene la finalidad de poner en su conocimiento el Proyecto de Investigación de trabajo de Integración Curricular o de Titulación denominado: **Incidencia de la educación física en la inclusión educativa y salud en estudiantes de la Unidad Educativa Adolfo Valarezo, Loja 2023.**, del aspirante **Sr. Cristian Andres Morocho Romero**, alumno de la Carrera. Pedagogía de la Actividad Física y Deporte.

Por lo antes expuesto, me permito solicitarle de la manera más comedida se digne **emitir el informe de Estructura, Coherencia y Pertinencia del mismo**, pedido que lo formulo en basándome en el Art. 225 del Reglamento de Régimen Académico de la Universidad Nacional de Loja. Para lo cual transcribo. La presentación del proyecto de investigación se realizará por escrito, acompañado de una solicitud dirigida al Director de carrera o programa, quien designará un docente con conocimiento y/o experiencia sobre el tema, que podrá ser el que asesoró su elaboración, para que emita el informe de estructura, coherencia y pertinencia del proyecto. El informe será remitido al Director de carrera o programa dentro de los ocho días laborables, contados a partir de la recepción del proyecto”

Por la favorable atención que se digne dar al presente, le antelo mis sinceros agradecimientos de consideración y estima personal

Atentamente.

Mag. José Gregorio Picoita Quezada

**DIRECTOR DE LA CARRERAS. CULTURA FISICA Y DEPORTES.**  
**PEDAGOGÍA DE LA ACTIVIDAD FISICA Y DEPORTE.**

Aut.JP./Elb. Mcy.

C/C.-Archivo.

C/c. Estudiante Cristian Andrés Morocho Romero.

Facultad de la Educación, el Arte y la Comunicación  
072 -54 5997  
Ciudad Universitaria "Guillermo Falconi Espinosa",  
Casilla letra "S", Sector La Argelia - Loja - Ecuador



#### Anexo 4. Informe de estructura, coherencia y pertinencia del Trabajo de Integración Curricular



**unl**

Universidad  
Nacional  
de Loja

Facultad  
de la Educación,  
el Arte y la Comunicación

Loja, 17 de abril de 2023

Mg. Sc.

José Gregorio Picoita Quezada.

**DIRECTOR DE LA CARRERA: PEDAGOGÍA DE LA ACTIVIDAD FÍSICA Y DEPORTE DE LA UNIVERSIDAD NACIONAL DE LOJA.**

Ciudad.

De mi consideración:

En correspondencia con el artículo 225 del Reglamento de Régimen Académico me dirijo a usted para presentar el informe de revisión del proyecto del trabajo de integración curricular o de titulación presentado por el estudiante: **Cristian Andres Morocho Romero**, bajo el tema:

**Incidencia de la educación física en la inclusión educativa y salud en estudiantes de la Unidad Educativa Adolfo Valarezo, Loja 2023.**

Luego de haber analizado la estructura, coherencia y pertinencia de los elementos del mencionado proyecto y confirmado la incorporación de correcciones y sugerencias por parte del estudiante, me permito emitir el informe favorable y la rúbrica de revisión de proyecto de integración curricular a fin de que se continúe con el trámite respectivo.

Sin otro particular me suscribo a usted.

Atentamente.

*DR. Luis Benigno Montesinos Guarnizo Mg.Sc.*  
**DOCENTE ASESOR DEL PROYECTO DE INTEGRACIÓN CURRICULAR**



## Anexo 5. Oficio de Aprobación y designación de director del Trabajo de Integración Curricular



**UNL**

Universidad  
Nacional  
de Loja

Carrera de  
Cultura Física  
y Deportes

**Memorando Nro.: UNL-FEAC-C.CFD y PAFD-2023-00218M.**

Loja, 22 de junio del 2023

Doctor.

Luis Benigno Montesinos Guarnizo.

**DOCENTE DE LA CARRERA PEDAGOGÍA DE LA ACTIVIDAD FÍSICA Y DEPORTE – FEAC UNL.**

Ciudad.

De mi consideración.

**Asunto.** Designación como Director del Trabajo de Integración Curricular. CPAFD.

Es grato dirigirme a usted y desearle éxitos en sus funciones en beneficio de nuestra Carrera.

En calidad de Director de la Carrera de Pedagogía de la Actividad Física y Deporte y de conformidad al Reglamento de Régimen Académico de la Universidad Nacional de Loja, en vigencia, **en lo referente Art. 225**, que expresa: "Si el informe fuera favorable, el/la aspirante presentará el proyecto de investigación al Coordinador de la Carrera, quién designará al Director del Trabajo de Integración Curricular o de titulación y autorizará su ejecución." y el **Art. 228**, que expresa: "El Director del trabajo de integración curricular o de titulación tiene la obligación de asesorar y monitorear con pertinencia y rigurosidad científica la ejecución del proyecto de investigación, así como revisar oportunamente los informes de avance de la investigación, devolviéndolo al aspirante con las observaciones, sugerencias y recomendaciones necesarias para asegurar la calidad de la misma.

Luego de receiptar el informe favorablemente presentado por usted en calidad de Docente designado para analizar la estructura y coherencia del proyecto de investigación denominado: **Incidencia de la educación física en la inclusión educativa y salud en estudiantes de la Unidad Educativa Adolfo Valarezo, Loja 2023.**, de la autoría del Señor. **Cristian Andres Morocho Romero**, estudiante del **Ciclo Octavo** y aspirante a Licenciado en Pedagogía de la Actividad Física y Deporte; y, de conformidad al cuerpo legal referido, me permito designarle **DIRECTOR DEL TRABAJO DE INTEGRACIÓN CURRICULAR**, del mencionado proyecto investigativo que se describe y se adjunta. Para lo cual le solicito brindar la orientación correspondiente al estudiante, se desarrolle el trabajo bajo su asesoría y responsabilidad, de acuerdo al cronograma establecido dando estricto cumplimiento a la parte reglamentaria a fin de proceder con los trámites de graduación.

Particular que pongo en su conocimiento para los fines legales pertinentes.

Atentamente.



Mag. José Gregorio Picoita Quezada  
**DIRECTOR DE LA CARRERAS. CULTURA FISICA Y DEPORTES.  
PEDAGOGÍA DE LA ACTIVIDAD FISICA Y DEPORTE.**

Aut.JP./Elb. Mcy.

C/c. Estudiante. **Cristian Andres Morocho Romero.**

C/C.-Archivo.

Facultad de la Educación, el Arte y la Comunicación  
072 -54 5997  
Ciudad Universitaria "Guillermo Falconi Espinosa",  
Casilla letra "S", Sector La Argelia - Loja - Ecuador

**Anexo 6.** Encuesta dirigida a los estudiantes



UNIVERSIDAD NACIONAL DE LOJA  
LICENCIATURA EN PEDAGOGÍA DE LA ACTIVIDAD FÍSICA Y  
DEPORTE.

**Estimado (a) estudiante.**

Se está realizando la presente investigación con el objetivo de conocer cómo se realiza la metodología en el proceso de enseñanza aprendizaje, a cerca de la educación inclusiva en la institución donde estudias. Por lo que te solicitamos muy encarecidamente, contestes con franqueza las preguntas que aparecen a continuación.

Datos generales. (marca con una X)      Sexo: Femenino.....    Masculino.....

¿Cuántos años tienes? ..... año que cursas.....

**1. ¿Recibes algún tipo de tratamiento médico?**

si    indique cual \_\_\_\_\_

no

**2. ¿Tienes dificultades para realizar las actividades académicas y físicas?**

si    indique cual \_\_\_\_\_

no

**3. ¿En las clases de educación física que tipo actividades te gusta realizar?**

jugar

practicar deportes

no realizar ninguna actividad

otras actividades

**4. Al desarrollar actividades, ¿Te gusta realizarlas con tus compañeros?**

Si.

No.

A veces.

**5. ¿Consideras que todos tus compañeros deben realizar las actividades sin importar si lo hace bien o mal?**

\_\_\_Si.

\_\_\_No.

**6. ¿Crees que todos los niños y niñas de Ecuador tengan derecho a la educación sin importar su cultura y problemas que presenten?**

\_\_\_Si.

\_\_\_No.

**7. El docente al realizar cualquier actividad. ¿Se asegura que todos los estudiantes participen?**

\_\_\_Siempre.

\_\_\_De vez en cuando.

\_\_\_Nunca

**8. De la convivencia en la escuela, ¿El docente se asegura que todos comprendan y ejecuten las clases planificadas?**

\_\_\_Si.

\_\_\_No.

\_\_\_A veces.

**9. ¿Qué acciones realiza tu profesor con los estudiantes que presentan dificultades para realizar clases de educación física?**

\_\_\_Nada.

\_\_\_Crea estrategias para que todos participen.

\_\_\_Los hace realizar otras actividades.

\_\_\_Los hace sentar para que solo sean observadores.

\_\_\_Otras acciones.

**10. ¿conoces los beneficios al realizar actividad física para la salud?**

\_\_\_Si. Indique cual\_\_\_\_\_

\_\_\_No.

Gracias por tu colaboración

## Anexo 7. Guía de entrevista dirigida al docente



### UNIVERSIDAD NACIONAL DE LOJA

#### LICENCIATURA EN PEDAGOGÍA DE LA ACTIVIDAD FÍSICA Y DEPORTE

Guía de entrevista para el docente; Estimado docente, debido a la problemática existente en las instituciones educativas de nuestro país, a cerca de la inclusión educativa, estamos realizando una investigación en relación con las estrategias que utiliza durante las clases, que lleven a una educación inclusiva para todos. La misma constituirá la tesis para la obtención del título de Licenciado en Pedagogía de la actividad física y deporte.

1. ¿Qué significa para usted una educación inclusiva?
2. ¿planifica de acuerdo al currículo nacional para estudiantes con necesidades educativas especiales?
3. ¿Considera usted que en los últimos años en nuestro país ha habido cambios significativos que promuevan una educación inclusiva? Si la respuesta es sí, ¿puede nombrar algunos de ellos?
4. ¿Cree usted que los profesores están preparados para llevar una educación inclusiva?
5. ¿Cree usted que existen barreras para llevar a cabo una educación inclusiva en nuestra sociedad? ¿Puede nombrar alguna de ellas?
6. ¿Cómo considera usted que se deben modificar los planes de estudio para mejorar el aprendizaje, he impulsar la inclusión de todos los estudiantes?
7. ¿Durante su experiencia docente se encontró con estudiantes que presenten necesidades educativas? Si la respuesta es sí, ¿Qué tipo de adaptaciones realizó en sus planificaciones para cubrir las necesidades de estos estudiantes?
8. ¿Promueve usted prácticas inclusivas en el proceso de aprendizaje de sus estudiantes? Si respuesta es sí, ¿Qué tipo de práctica lleva a cabo?
9. ¿Considera a la educación física como una herramienta para llevar una inclusión educativa y saludable?
10. ¿Qué sugiere para que existan mejores resultados en el proceso educativo y así obtener una educación de calidad?

**Anexo 8.** Test físico dirigido a los estudiantes



La batería se estructuró a partir de 7 indicadores entre habilidades y capacidades, distribuidas en componentes: de locomoción, equilibrio, flexibilidad, fuerza, coordinación. La principal conclusión que se deriva del estudio es ofrecer una batería válida y confiable para la valoración y diagnóstico de los estudiantes.

Por todo lo mencionado anteriormente es que se genera esta batería a partir de criterios de validez y fiabilidad propios del contexto local y como un instrumento de medición. Los resultados permitirán establecer patrones motores útiles en la valoración y evaluación de estudiantes, convirtiéndose en una herramienta útil para entrenadores, instructores y docentes de la educación física, la recreación, el deporte y la educación infantil.

Test para su aplicación en los estudiantes del octavo “A” de la Unidad educativa Adolfo Valarezo

Habilidad	Descripción	Ítems a tener en cuenta	valoración
Caminar	El estudiante deberá caminar libremente, desplazarse hacia adelante caminando, con calzado, tocar el cono que se encuentra al frente y devolverse hasta el cono de inicio caminando, distancia entre conos 20 metros. Cada ítem bien ejecutado tendrá un valor de 2 puntos (10 en total)	-Balanceo libre de los brazos en el plano sagital y en oposición a las piernas. -La posición del tronco es erguida. -Transfiere el peso de talón a punta. -Fase de doble apoyo, en el desplazamiento, ambos pies tocan el piso. -Los pies siguen una línea en dirección al cono.	

<p>Correr</p>	<p>El estudiante deberá desplazarse hacia adelante corriendo, estando calzado, tocar el cono que se encuentra al frente y devolverse hasta el cono de inicio, distancia entre conos 30 metros.</p> <p>Cada ítem bien ejecutado tendrá un valor de 2 puntos (10 en total)</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>-Los brazos se mueven adelante atrás, describiendo un arco desde los hombros y están flexionados cerca de 90° y en oposición a las piernas.</li> <li>-El tronco está levemente inclinado hacia adelante.</li> <li>-La pierna de apoyo se flexiona en un movimiento de amortiguación, se corta el tiempo de apoyo y se produce una mayor impulsión.</li> <li>-La pierna que retorna es más flexionada y el pie se aproxima a los glúteos.</li> <li>-Breve periodo en el que ambos pies no tocan el suelo, fase de vuelo.</li> </ul>	
<p>Saltar</p>	<p>Detrás de una línea demarcada en el piso, el estudiante estará ubicado con los pies separados a la anchura de los hombros, y a la indicación saltará hacia adelante, sobrepasándola.</p> <p>Cada ítem bien ejecutado tendrá un valor de 2 puntos (10 en total)</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>-Genera impulso flexionando las rodillas y llevando al mismo tiempo los brazos hacia atrás.</li> <li>-Extiende las rodillas, ambos pies, y lleva al mismo tiempo los brazos hacia adelante.</li> <li>-Existe una fase de vuelo, en la cual el niño o la niña se desplaza hacia adelante.</li> <li>-Despega y cae apoyando ambas piernas simultáneamente y amortigua flexionando las rodillas.</li> <li>-Logra mantener el equilibrio cuando aterriza.</li> </ul>	
	<p>El estudiante con los pies a la anchura de los hombros debe situarse a 5 metros de un arco, o punto de referencia, a un metro y medio en</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>-El lanzamiento se realiza por encima de la cabeza.</li> <li>-Hay transferencia de movimiento desde los pies hacia el tronco.</li> </ul>	

Lanzar	relación del piso, deberá lanzar con ambas manos sobre el nivel de sus hombros y por encima de su cabeza, con una pelota de plástico deberá intentar golpear el centro o encestar. Cada ítem bien ejecutado tendrá un valor de 2 puntos (10 en total)	-Adelanta una pierna en relación a la otra cuando inicia el gesto. -Existe control de pelota. -La pelota avanza hacia el frente, aro o punto de referencia.	
Fuerza	-Tren superior, el estudiante deberá realizar 10 flexiones de brazos, un punto por cada repetición. -Tren inferior, el estudiante deberá realizar 10 sentadillas, un punto por cada repetición.	-El cuerpo baja hasta que los codos alcancen 90 grados, regresando a la posición inicial con los brazos totalmente extendidos. -La alineación de la rodilla durante el movimiento, ya que requieren movilidad y estabilidad en el tobillo, la rodilla, la cadera y el tronco.	
Equilibrio	-Dinámico, en una línea de 5 cm de ancho por 10 m de largo tendrá que caminar sobre ella. Un punto por cada ítem bien ejecutado. -Estático, el estudiante deberá pararse descalzo sobre una colchoneta en el pie izquierdo, y con la otra pierna mantendrá la rodilla hacia el frente y el talón orientado hacia atrás (duración 10 segundos). Un punto por cada ítem bien ejecutado. (Total de puntos 10)	-Mirada al frente, postura erguida, sin inclinarse a los lados, pies en la línea de trayectoria, brazos coordinados con los pies  -Brazos relajados a lado del cuerpo, posición erguida evitando inclinarse hacia adelante atrás, igualmente evitando inclinarse derecha izquierda, pierna izquierda extendida, pierna derecha mantiene la rodilla delante del cuerpo.	

Flexibilidad	Se ubica al estudiante sobre un cajón en posición de pie, donde deberá inclinar su tronco hacia adelante en dirección de la punta de los pies, el valor se tendrá en cuenta de acuerdo a la tabla de referencia en centímetros, (total 10 puntos)	Brazos extendidos, sin flexionar las rodillas, mantener la posición unos segundos, amplitud de movimiento en centímetros.	
--------------	---	---	--

**Fuente:** Diseño y validación de una batería de habilidades motrices básicas para niños entre 5 y 11 años <https://drive.google.com/file/d/1AZtJnqso4vduoO21PXZX3AhUNZSe4LN9/view>

**Autor:** González, et al. (2020)



Anexo 9. Evidencia fotográfica











## Universidad Nacional de Loja

Facultad de la Educación, el Arte y la Comunicación

Carrera de Pedagogía de la Actividad Física y Deporte

### **Propuesta alternativa**

Propuesta alternativa para fomentar la inclusión educativa y salud a través de actividades didácticas en las clases de educación física en estudiantes del octavo año paralelo “A” de la Unidad Educativa Adolfo Valarezo, Loja 2023.

### **PROPONENTE EJECUTOR**

Cristian Andres Morocho Romero

### **DIRECTOR**

Dr. Luis Benigno Montesinos Guarnizo Mg.Sc.

Loja – Ecuador

2023

<https://drive.google.com/file/d/1vdODL0BzIL1V3rOdd5bumkpdo4FnEkBf/view?usp=sharin>

**Anexo 11.** Certificación de traducción del resumen o abstract

Loja, 3 de agosto de 2023

A quien corresponda. –

**De mi consideración,**

La presente traducción de español a inglés del resumen del Trabajo de Integración Curricular denominado **“Incidencia de la educación física en la inclusión educativa y salud en estudiantes de la Unidad Educativa Adolfo Valarezo, Loja 2023.”** De autoría de Cristian Andres Morocho Romero, portador de la cédula de identidad número 0107472052, estudiante de la Carrera de Pedagogía de la Actividad Física y Deporte, de la Facultad de la Educación, el Arte y la Comunicación de la Universidad Nacional de Loja, fue realizada y revisada por Franco Abrigo con título En Ciencias de la Educación Mención Inglés, con número de registro en Senescyt 1008-2021-2368808, en consecuencia, se da validez a la presentación del mismo.

Es todo cuanto puedo certificar en honor a la verdad, facultando al interesado hacer uso del presente en lo que considere conveniente.

Atentamente,

Firmado electrónicamente por:

FRANCO GUILLERMO  
ABRIGO GUARNIZO



.....  
Franco Guillermo Abrigo Guarnizo

Lcdo. En Ciencias de la Educación Mención Idioma Inglés

Número de Registro Senescyt: 1008-2021-2368808

email: franco.abrigo@hotmail.com

celular: 0990447198