

El fútbol 5 como estrategia para la inclusión a la clase de Educación Física de estudiantes con discapacidad intelectual leve

Adapted soccer as a strategy for the inclusion of students with mild intellectual disabilities in the Physical Education class

David Gustavo Pizarro-Orellana¹
Universidad Bolivariana del Ecuador
dgpizarro@ube.edu.ec

Katherine Lissette Tacuri-Jacome²
Universidad Bolivariana del Ecuador
kltacurij@ube.edu.ec

Lenin Esteban Loaiza-Dávila³
Universidad Bolivariana del Ecuador
leloizad@ube.edu.ec

Giceya De La Caridad Maqueira-Caraballo⁴
Universidad Bolivariana del Ecuador
gdmaqueirac@ube.edu.ec

doi.org/10.33386/593dp.2025.3.3153

V10-N3 (jun) 2025, 1039-1057 | Recibido: 10 de marzo del 2025 - Aceptado: 14 de mayo del 2025 (2 ronda rev.)

1 ORCID: <https://orcid.org/0009-0009-0909-916X>. Estudiante de la maestría en Pedagogía de la Cultura Física con mención en Educación Física inclusiva.

2 ORCID: <https://orcid.org/0009-0001-3525-8314>. Estudiante de la maestría en Pedagogía de la Cultura Física con mención en Educación Física inclusiva.

3 ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-5769-2795>. Docente investigador de la Universidad Bolivariana del Ecuador.

4 ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-0662-176X>. Docente investigadora de la Universidad Bolivariana del Ecuador.

Cómo citar este artículo en norma APA:

Pizarro-Orellana, D., Tacuri-Jacome, K., Loaiza-Dávila, L., & Maqueira-Caraballo, G., (2025). El fútbol 5 como estrategia para la inclusión a la clase de Educación Física de estudiantes con discapacidad intelectual leve 593 Digital Publisher CEIT, 10(3), 1039-1057, <https://doi.org/10.33386/593dp.2025.3.3153>

Descargar para Mendeley y Zotero

RESUMEN

La inclusión en la Educación Física es un reto crucial para garantizar la equidad en el aprendizaje de todos los estudiantes. Este estudio tuvo como objetivo evaluar la efectividad del fútbol 5 como estrategia inclusiva para mejorar la participación y el desarrollo social de estudiantes con discapacidad intelectual (DI) leve en las clases de Educación Física. Se utilizó un enfoque de investigación mixto con un diseño no experimental, de alcance descriptivo y transversal en su fase cuantitativa, complementado con un análisis fenomenológico en su fase cualitativa. La muestra incluyó 24 estudiantes, de los cuales el 25% presentaban un diagnóstico de DI leve. Se aplicaron como instrumentos la observación estructurada y entrevistas semiestructuradas a estudiantes y docentes para evaluar los parámetros de inclusión, respeto, participación y percepción de logro.

Los resultados indicaron que la implementación del fútbol 5 favoreció significativamente la interacción social y el respeto mutuo entre los estudiantes, promoviendo un ambiente inclusivo. Sin embargo, los estudiantes con DI leve percibieron menor efectividad en las adaptaciones implementadas y mostraron una percepción de logro inferior a la de sus compañeros sin discapacidad. Esto sugiere la necesidad de ajustar continuamente las estrategias inclusivas para garantizar una participación equitativa. Se concluye que el fútbol 5 es una herramienta efectiva para la inclusión en la Educación Física, pero su impacto puede optimizarse con metodologías adaptadas y un refuerzo positivo constante que motive la percepción de logro en los estudiantes con DI leve.

Palabras clave: Fútbol 5 adaptado; inclusión; clase de Educación Física; discapacidad intelectual leve.

ABSTRACT

Inclusion in Physical Education is a crucial challenge to ensure equity in learning for all students. This study aimed to evaluate the effectiveness of soccer 5-a-side as an inclusive strategy to improve the participation and social development of students with mild intellectual disabilities (ID) in Physical Education classes. A mixed research approach was used with a non-experimental design, descriptive and cross-sectional in its quantitative phase, complemented with a phenomenological analysis in its qualitative phase. The sample included 24 students, 25% of whom had a diagnosis of mild ID. Structured observation and semi-structured interviews with students and teachers were applied as instruments to evaluate the parameters of inclusion, respect, participation and perception of achievement. The results indicated that the implementation of soccer 5 significantly favored social interaction and mutual respect among students, promoting an inclusive environment. However, students with mild ID perceived less effectiveness in the implemented adaptations and showed a lower perception of achievement than their non-disabled peers. This suggests the need to continually adjust inclusive strategies to ensure equitable participation. It is concluded that 5-a-side soccer is an effective tool for inclusion in Physical Education, but its impact can be optimized with adapted methodologies and constant positive reinforcement that motivates the perception of achievement in students with mild ID.

Key words: Adapted soccer 5; inclusion; physical education class; mild intellectual disability; mild intellectual disability.

Introducción

La inclusión educativa representa un desafío central en el contexto escolar, particularmente en la clase de Educación Física, donde se promueve la participación activa de todos los estudiantes, sin distinción de habilidades. En este ámbito, los estudiantes con discapacidad intelectual (DI) leve enfrentan barreras de tipo cognitivo, social y motriz que pueden limitar su implicación en las actividades físicas. En este sentido, el presente estudio se orienta a analizar el potencial del fútbol 5 como estrategia pedagógica efectiva para facilitar la inclusión de estos estudiantes en las clases de Educación Física, con el propósito de favorecer su desarrollo motriz, social y cognitivo dentro de un entorno verdaderamente inclusivo.

La justificación de esta investigación se fundamenta en la persistencia de una brecha entre las políticas educativas inclusivas y su aplicación efectiva en la práctica, a pesar de los avances normativos. La Educación Física, por su carácter eminentemente práctico y social, ofrece un espacio propicio para promover entornos inclusivos (Graça et al., 2024). Sin embargo, la ausencia de estrategias metodológicas específicas—como el uso del fútbol 5 adaptado—continúa restringiendo la participación activa de estudiantes con DI leve. En consecuencia, este estudio busca evidenciar cómo el fútbol 5 adaptado puede convertirse en una herramienta pedagógica eficaz para potenciar las habilidades motrices y sociales de estos estudiantes, además de contribuir a una mayor cohesión e integración del grupo.

Base teórica

La discapacidad intelectual (DI) es un trastorno caracterizado por limitaciones significativas en el funcionamiento intelectual y en la conducta adaptativa (Sajewicz-Radtke et al., 2022). De acuerdo con su clasificación, puede dividirse en leve, moderada, grave y profunda (Patel et al., 2020). En el caso específico de la DI leve, los individuos presentan dificultades cognitivas que afectan el procesamiento de información compleja; sin embargo,

con el apoyo adecuado, pueden desarrollar habilidades prácticas y sociales que les permitan desenvolverse con cierta independencia en diferentes contextos (Acosta Echavarría et al., 2024). No obstante, cuando no se brindan las adaptaciones necesarias, estas limitaciones pueden convertirse en barreras, especialmente en espacios como la clase de Educación Física, donde se requiere desempeño motriz y social (Tounsi et al., 2021).

Los estudiantes con DI leve presentan características específicas que deben ser consideradas en el proceso educativo. A nivel cognitivo, muestran dificultades en la atención, memoria y resolución de problemas (Longpoe y Adebisi, 2023). En el ámbito motriz, es frecuente el retraso en el desarrollo de habilidades motoras gruesas y finas, afectando la coordinación y el equilibrio (Kavanagh et al., 2023). En lo social, suelen tener dificultades para comprender normas sociales complejas, lo cual puede limitar su interacción con los compañeros (Horváth y Szekeres, 2023). Estas características hacen imprescindible la adaptación de los procesos de enseñanza y aprendizaje a sus necesidades y capacidades.

El proceso educativo dirigido a estudiantes con DI requiere un enfoque diferenciado que considere sus limitaciones, pero que también potencie sus fortalezas (Klefbeck, 2020). Para ello, se recomienda una enseñanza clara, repetitiva y estructurada, que permita el avance a un ritmo individualizado (Schnepel y Aunio, 2021). Asimismo, el uso de apoyos visuales, instrucciones precisas y adaptaciones motrices resulta fundamental para lograr una participación plena (Mendoza Sanchez, 2024). Todo esto debe desarrollarse en un ambiente inclusivo y motivador, que promueva la autoestima y la confianza de los estudiantes (Hornby y Kauffman, 2024).

En el ámbito de la Educación Física, el enfoque pedagógico debe centrarse en el desarrollo de habilidades motrices básicas (Regaie et al., 2021), la mejora de la coordinación (Park et al., 2020) y el fortalecimiento de la interacción social (Yılmaz y Soyer, 2018). Las actividades

adaptadas permiten a los estudiantes mejorar el control de sus movimientos y relacionarse con los demás en un entorno lúdico y no competitivo (Kashi et al., 2023). La Educación Física, además de fomentar el desarrollo físico, desempeña un papel esencial en la socialización y la adquisición de normas de convivencia y trabajo en equipo (Chasciar, 2024).

Incluir a estudiantes con DI leve en las clases de Educación Física no se limita a su presencia física; también implica garantizar su participación activa y significativa (Furrer et al., 2020). Para lograrlo, es fundamental implementar estrategias pedagógicas como la simplificación de reglas (Fave et al., 2018), el uso de apoyos visuales (Gray et al., 2020) y la adaptación de ejercicios físicos (Angulo et al., 2020). Estas medidas no solo promueven la participación, sino que también fortalecen un ambiente inclusivo en el que todos los estudiantes, con o sin discapacidad, puedan aprender y desarrollarse juntos (Niure et al., 2023).

Las clases deben ser variadas y responder a las necesidades motrices, cognitivas y sociales de los estudiantes (Mezo et al., 2022). Entre las estrategias más eficaces se encuentran la conformación de equipos heterogéneos para fomentar el trabajo colaborativo (Niure et al., 2023), el uso de juegos cooperativos que favorezcan la interacción social (Tremblay et al., 2024) y la adaptación de actividades físicas para que sean accesibles a todos los participantes (Bartlo y Klein, 2011).

En este contexto, el deporte, y particularmente el fútbol adaptado, ha demostrado ser una estrategia efectiva para la inclusión de estudiantes con DI leve en Educación Física (Park et al., 2020). El fútbol estimula la interacción social, el trabajo en equipo y el desarrollo de habilidades motrices fundamentales (Lopez-Diaz et al., 2021). Al adaptar este deporte mediante la modificación de reglas, tiempos de juego o implementación de materiales específicos, se convierte en una herramienta valiosa para facilitar la participación activa (Farias et al., 2020).

El fútbol 5 adaptado no solo permite la integración de los estudiantes con DI leve en el entorno educativo, sino que también impulsa su desarrollo integral (Ștefănică et al., 2024). A través de su práctica, los estudiantes fortalecen sus habilidades físicas, desarrollan mayor confianza, aprenden a seguir normas y establecen vínculos positivos con sus compañeros (Sinigovets et al., 2022).

En definitiva, el fútbol 5 adaptado no solo contribuye al desarrollo físico, sino que también se constituye como una herramienta eficaz para la inclusión educativa y social. En este marco, el objetivo del presente estudio es validar la efectividad de una estrategia inclusiva en la clase de Educación Física, basada en la práctica del fútbol 5 adaptado, dirigida a estudiantes con discapacidad intelectual leve.

Método

Diseño de investigación

El estudio se desarrolló bajo un enfoque de investigación mixta de tipo exploratoria secuencial, combinando una fase cuantitativa con diseño no experimental, de alcance descriptivo, transversal y de campo, y una fase cualitativa con diseño fenomenológico, permitiendo una integración comprensiva de los datos y la obtención de conclusiones integrales. En la fase cuantitativa, se aplicaron los métodos teóricos de análisis-síntesis e inductivo-deductivo, así como los métodos empíricos de observación y modelación. El tratamiento de los datos cuantitativos se realizó mediante estadísticos descriptivos, mientras que el análisis de los datos cualitativos se abordó a través de un análisis narrativo, garantizando la triangulación metodológica y la coherencia en la interpretación de los hallazgos.

Población y muestra de estudio

La población estudiada se conformó por un total de 75 estudiantes del Subnivel de Educación General Media (EGBM) de una institución educativa de la ciudad de Cuenca, Provincia del Azuay, Ecuador. A través de un

muestreo no probabilístico por conveniencia se seleccionó a una muestra de estudio de 24 estudiantes del sexto grado de EGBM. En base a la presencia o no DI leve se determinó que (n=18 – 75%) no presentaban DI leve y (n=6 - 25%) presentaban un diagnóstico de DI leve. Con relación al **género**: género masculino (n=15 – 62,5%) y femenino (n=9 – 37,5). Los estudiantes con DI leve: 3 pertenecían al género masculino (tabla 1) y 3 al femenino (tabla 2). La edad de toda la muestra se distribuyó en un rango entre 9 y 10 años con una media de 10,21 ±0,71.

Tabla 1
Diagnóstico de los estudiantes (masculino) con DI leve

Característica	Estudiante 1 9 años (35% DI)	Estudiante 2 10 años (40% DI)	Estudiante 3 9 años (30% DI)
Cognitivo	Dificultad en la resolución de problemas simples	Retención limitada de información reciente	Comprensión lenta de instrucciones complejas
Social	Se relaciona con compañeros, pero necesita apoyo en la comunicación verbal	Participa en juegos en grupo con supervisión	Interactúa con sus pares, aunque con timidez
Emocional	Muestra ansiedad en situaciones nuevas	Se frustra fácilmente ante desafíos	Expresa emociones, pero requiere apoyo para manejarlas
Motriz	Coordinación básica al caminar y correr, necesita guía en actividades complejas	Buen equilibrio, pero dificultad en movimientos precisos	Agilidad básica, necesita práctica en habilidades deportivas

Los estudiantes de género masculino con DI leve según su diagnóstico mostraron un procesamiento lento, necesidad de orientación en juegos grupales y ansiedad ante desafíos, requiriendo un entorno motivador y actividades guiadas para mejorar su precisión y coordinación motriz sobre todo en actividades deportivas.

Tabla 2
Diagnóstico de las estudiantes (femenino) con DI leve

Característica	Estudiante 4 10 años (35% DI)	Estudiante 5 9 años (40% DI)	Estudiante 6 10 años (30% DI)
Cognitivo	Necesita repetición para recordar conceptos	Dificultad en la abstracción de ideas	Procesamiento lento de información nueva
Social	Prefiere juegos individuales, socializa con apoyo	Se comunica mejor con adultos que con pares	Participa activamente en grupo con estímulo
Emocional	Demuestra inseguridad en situaciones sociales	Sensible a críticas, necesita refuerzo positivo	Muestra alegría al lograr metas, aunque necesita apoyo emocional
Motriz	Coordinación adecuada en actividades simples, limitada en tareas complejas	Coordinación motora gruesa adecuada, dificultad en habilidades finas	Coordinación adecuada, pero con limitaciones en velocidad y precisión

Las estudiantes de género femenino con DI leve presentaron de igual forma un procesamiento lento, preferencia por actividades individuales y sensibilidad emocional ante críticas, necesitando apoyo en la interacción social y refuerzo positivo para fortalecer su autoestima y coordinación motriz.

Técnicas e instrumentos de investigación

Como técnica cuantitativa de investigación según el diseño planteado se aplicó la observación, utilizando como instrumento la ficha de observación cuantitativa de evaluación de los procesos inclusivos en la clase de Educación Física, diseñada y validada por Simaleza et al. (2023). Este instrumento contempla 5 dimensiones y 15 ítems a observar: interacción y participación(4 ítems); respeto y empatía (3 ítems); adaptaciones y recursos (3 ítems); logros y desarrollo (4 ítems), y ambiente y sentimiento de pertinencia (1 ítem), el instrumento fue validado por criterio de 8 expertos, asignándose una calificación de 8,9 en pertinencia al tema y 9,2 en la adecuación y lenguaje aplicado. Adicional a esto en nuestro estudio se aplicó la prueba de consistencia interna de Alfa de Cronbach, obteniendo un coeficiente

de 0,892, definiendo un alto nivel de consistencia interna entre los ítems del instrumento.

Para la fase cualitativa del estudio se aplicaron entrevistas a sujetos intervinientes en la implementación de la propuesta, los cuales voluntariamente y bajo la supervisión de sus padres participaron en estas (A – Estudiante con DI leve; B – Estudiante sin DI y C – Docente que implementó la propuesta de intervención). Las preguntas se consideraron semiestructuradas con el objetivo de obtener información referente a sus vivencias y sensaciones antes, durante y después de la intervención (tabla 3), categorizando en unidades narrativas a la información obtenida según las categorías (Inclusión social, barreras, estrategias exitosas y transformaciones), determinadas en base a los resultados y el instrumento cuantitativo aplicado en la fase anterior del estudio. Posterior a la categorización se desarrolló un análisis temático narrativo y la construcción de las narrativas centrales.

Tabla 3
Preguntas de la entrevista de validación de la propuesta de intervención

Sujeto entrevistado	Antes	Durante	Después
Estudiante con DI leve	<p>¿Cómo te sentías al participar en las clases de Educación Física antes de empezar las actividades de fútbol 5?</p> <p>¿Jugabas con tus compañeros en equipo? ¿Cómo era esa experiencia?</p>	<p>¿Qué te gustó más de las actividades de fútbol 5?</p> <p>¿Cómo te sentías cuando jugabas con tus compañeros?</p> <p>¿Qué cosas te ayudaron a entender mejor las reglas o los ejercicios?</p> <p>¿Qué cambios notaste en la forma en que tus compañeros te hablaban o jugaban contigo?</p> <p>¿Qué parte fue la más difícil para ti? ¿Cómo lo superaste?</p>	<p>¿Te sientes más cómodo participando en las clases de Educación Física ahora?</p> <p>¿Qué aprendiste de jugar fútbol 5 con tus compañeros?</p> <p>Si pudieras cambiar algo de las actividades, ¿qué sería?</p>
Estudiante sin DI	<p>¿Cómo era para ti participar en las clases de Educación Física antes de empezar las actividades de fútbol 5?</p> <p>¿Qué pensabas sobre jugar o trabajar en equipo con tus compañeros que tienen alguna dificultad?</p>	<p>¿Qué te pareció jugar fútbol 5 con todos tus compañeros?</p> <p>¿Cómo describirías la forma en que colaboraste con los estudiantes con DI?</p> <p>¿Hubo algún momento en el que sentiste que era difícil incluir a todos? ¿Qué hiciste en esos casos?</p> <p>¿Qué actividades o dinámicas crees que ayudaron más a integrar a todos los compañeros?</p>	<p>¿Sientes que las actividades de fútbol 5 cambiaron la forma en que interactúas con tus compañeros?</p> <p>¿Qué aprendiste de la experiencia de incluir a todos en el juego?</p> <p>¿Qué actividades o cambios harías en el futuro para que todos puedan participar mejor?</p>
Docente	<p>¿Cómo describiría el nivel de inclusión y participación en sus clases de Educación Física antes de la intervención?</p> <p>¿Cuáles eran los principales desafíos al trabajar con estudiantes con DI en actividades grupales?</p>	<p>¿Cómo evaluaría la respuesta de los estudiantes con DI a las actividades de fútbol 5?</p> <p>¿Qué cambios observó en la interacción entre los estudiantes con y sin DI?</p> <p>¿Qué estrategias o adaptaciones cree que fueron más efectivas para promover la inclusión?</p> <p>¿Qué dificultades encontró al implementar las actividades y cómo las resolvió?</p>	<p>¿Qué cambios notó en el comportamiento o actitud de los estudiantes con DI en comparación con el inicio?</p> <p>¿Cómo describiría la actitud de los estudiantes sin necesidades educativas especiales hacia sus compañeros con DI después de la intervención?</p> <p>¿Cree que las actividades de fútbol 5 ayudaron a fortalecer el ambiente inclusivo en clase? ¿De qué manera?</p> <p>¿Qué sugerencias tiene para mejorar la intervención o las actividades futuras?</p>

Análisis narrativo

Transcripción y familiarización:

Transcripción de las entrevistas y revisión de los diarios reflexivos.

Lectura repetidamente de los textos para identificar patrones y temas iniciales.

Codificación:

Identificación de unidades narrativas clave en los textos (fragmentos donde los participantes narran experiencias significativas).

La codificación de las entrevistas se realizó identificando unidades narrativas clave que reflejan las experiencias de los participantes en la intervención “El fútbol 5 como estrategia para la inclusión a la clase de Educación Física de estudiantes con DI leve”. Se utilizaron las siguientes categorías:

Inclusión social: relatos que muestran interacciones positivas entre estudiantes con y sin DI.

Barreras: dificultades identificadas antes, durante o después de la intervención.

Estrategias exitosas: adaptaciones o dinámicas que promovieron la participación de todos.

Transformaciones: cambios en la actitud o comportamiento de los estudiantes.

Cada fragmento de las transcripciones fue etiquetado con estas categorías, permitiendo una organización clara de la información.

Análisis temático narrativo:

Agrupación de las narrativas según temas comunes.

Antes de la intervención: Dificultades de interacción inicial.

Durante la intervención: Dinámicas que promovieron integración.

Después de la intervención: Relatos de cambios positivos en el grupo.

Identificación de contradicciones o excepciones en las historias para profundizar el análisis.

Construcción de las narrativas centrales:

Redacción de relatos agregados que representen la experiencia colectiva, pero también destacando las historias individuales significativas.

Relación con los datos cuantitativos

Vinculación de las narrativas con los resultados obtenidos en la ficha de observación:

Procedimientos

El diseño definió cuatro etapas claras dentro del estudio, una etapa de recolección de datos cuantitativos, como base del diseño de la propuesta de intervención, una etapa de aplicación de la propuesta inclusiva, la etapa de valoración cualitativa, dentro de la cual se desarrolló en primer lugar la recolección de datos (entrevistas) y su respectivo análisis narrativo. La etapa final correspondió a un análisis integral a través de una triangulación de los datos cuantitativos y cualitativos obtenidos, procedimientos que permitieron al finalizar el estudio, validar la propuesta diseñada y desarrollar conclusiones en base a su pertinencia.

Tratamiento estadístico de los datos

Se aplicó el paquete estadístico SPSS versión 26, desarrollando un análisis descriptivo de los valores medios y sus desviaciones estándares.

Consideraciones éticas

El estudio cumplió con los principios éticos de consentimiento informado, confidencialidad de los datos y respeto por la dignidad de los participantes. Se garantizó un entorno inclusivo, libre de discriminación, y se permitió la retirada voluntaria de los estudiantes

en cualquier momento, en cumplimiento con las normativas éticas internacionales.

Resultados

En base al diseño de investigación planteado y la aplicación de los instrumentos seleccionados se establecen los resultados obtenidos.

Resultados de la fase cuantitativa del estudio

Se aplicó la ficha de observación diagnóstica, con el objetivo de identificar el nivel de inclusión a la clase de educación Física en base a los parámetros evaluados:

Tabla 3

Valoración diagnóstica de los parámetros de inclusión a la Educación Física

Parámetros	Sin presencia de DI (n=18 – 75%)		Con presencia de DI (n=6 – 25%)		Total (n=24 – 100%)	
	M	±DS	M	±DS	M	±DS
Interacción y participación	11,94	2,10	13	2,10	12,21	2,11
Respeto y empatía	9	1,82	10,83	1,33	9,46	1,86
Adaptaciones y recursos	10,06	1,21	8,67	0,52	9,71	1,23
Logros y desarrollo	13,11	1,88	11,17	0,75	12,63	1,86
Ambiente y Sentimiento de Pertenencia	3,22	0,81	3,33	0,82	3,25	0,79
Inclusión	47,33	4,97	47	3,41	47,25	4,56

Nota. Análisis descriptivo de valores medios (M) y desviaciones estándares de los parámetros de inclusión valorados por grupos con y sin DI y la muestra total de estudio

El análisis de los parámetros de inclusión en la Educación Física, basado en la ficha de observación cuantitativa, reveló diferencias significativas en la experiencia de estudiantes con y sin DI leve estudiados. En *interacción y participación*, aunque ambos grupos mostraron un nivel aceptable, los estudiantes con DI leve presentaron tendencia a involucrarse más activamente, posiblemente debido a las adaptaciones y apoyos implementados que facilitan su integración. Esto sugiere que las

estrategias inclusivas fomentan una mayor participación en actividades grupales, aunque su efectividad podría estar condicionada por el tipo de actividad y el nivel de apoyo recibido.

En *respeto y empatía*, los estudiantes con DI leve presentaron una valoración superior, lo cual reflejó un entorno educativo en el que sus compañeros convencionales demostraban mayor comprensión y paciencia hacia sus necesidades. Este resultado sugiere que la inclusión promueve actitudes positivas y relaciones interpersonales saludables, favoreciendo un ambiente de respeto mutuo. Sin embargo, esta empatía podría estar influenciada por intervenciones pedagógicas específicas, como actividades de sensibilización o dinámicas de grupo orientadas a fortalecer los vínculos sociales.

En cuanto a *adaptaciones y recursos*, se observó que los estudiantes con DI leve percibían una menor efectividad de las adaptaciones utilizadas. Esto podría indicar que las adaptaciones implementadas no siempre responden de manera óptima a sus necesidades específicas, afectando su participación activa y disfrute de las actividades. Por lo tanto, es crucial revisar y ajustar las estrategias adaptativas para garantizar una mayor accesibilidad y equidad en el acceso a las actividades físicas.

Respecto a *logros y desarrollo*, los estudiantes sin DI leve mostraron un mayor reconocimiento de sus avances y una percepción más positiva de su desarrollo personal. Esto podría deberse a la percepción de desafíos más asequibles y a una mayor autoconfianza en sus capacidades. En cambio, los estudiantes con DI leve enfrentan desafíos adicionales que pueden afectar su percepción de logro, lo que resalta la necesidad de adaptar los objetivos de aprendizaje a sus habilidades individuales para fomentar un sentido de logro y motivación personal.

Finalmente, en *ambiente y sentimiento de pertenencia*, ambos grupos mostraron valoraciones similares, lo que indica que, a pesar de las diferencias en habilidades, los estudiantes con y sin DI leve se sienten igualmente integrados en el entorno educativo. Este hallazgo sugiere que

el ambiente inclusivo ha logrado crear un sentido de pertenencia compartido, aunque sería valioso explorar más a fondo cómo las interacciones sociales y el apoyo de sus compañeros influyen en esta percepción.

En conjunto, el análisis evidencia que las estrategias inclusivas en Educación Física implementadas antes de la propuesta de intervención, de una u otra forma contribuían positivamente a la interacción social y al respeto mutuo determinando un nivel medio de inclusión categorizado según los baremos propios del instrumento, y aunque en algunos parámetros se evidencio una respuesta positiva, es necesario optimizar las adaptaciones y ajustar los objetivos de aprendizaje para asegurar una inclusión más efectiva y significativa.

Propuesta de estrategia basada en el fútbol 5 para la inclusión a la clase de Educación Física de estudiantes con discapacidad intelectual leve

Esta estrategia tiene como objetivo promover la inclusión efectiva de estudiantes con DI leve en la clase de Educación Física, utilizando el fútbol 5 como herramienta para desarrollar habilidades motrices, sociales y emocionales. La estructura del programa está diseñada para fomentar la participación activa, el respeto mutuo, el sentido de pertenencia y el desarrollo de competencias de equipo, asegurando que todos los estudiantes tengan oportunidades equitativas de aprender y divertirse.

Estructura del Programa

Introducción al programa (Clase 1)

Presentación de objetivos y dinámica: Se explican los objetivos del programa, destacando la importancia de la inclusión y el respeto mutuo. Se detalla la estructura de las clases, haciendo énfasis en la participación activa y la colaboración en equipo.

Actividades de rompehielos: Se realiza actividades para fomentar la interacción inicial y crear un ambiente acogedor. Se incluyen juegos cooperativos que requieran la participación de

todos, promoviendo la comunicación y el respeto a las diferencias individuales.

Desarrollo de habilidades básicas (Clases 2-5)

Enseñanza de técnicas básicas: Se enfoca en habilidades fundamentales del fútbol como pases, tiros y dribbling, utilizando ejercicios progresivos adaptados a las capacidades individuales.

Participación activa: Se diseñan actividades inclusivas en las que todos los estudiantes puedan participar independientemente de sus habilidades motrices. Se fomenta el apoyo entre compañeros, reforzando la empatía y el respeto mutuo.

Uso de adaptaciones: Se utiliza balones más ligeros, arcos más amplios y reglas modificadas para asegurar la accesibilidad y la participación equitativa de todos los estudiantes. Se evalúa la efectividad de estas adaptaciones a lo largo del programa para ajustarlas según las necesidades.

Juegos pequeños y tareas específicas (Clases 6-10)

Partidos en pequeños grupos: Se organiza juegos en equipos reducidos para mejorar la interacción y la participación activa. Los grupos se rotan para fomentar nuevas interacciones y el respeto por las habilidades de cada compañero.

Tareas rotativas: Los estudiantes asumen diferentes roles (defensa, ataque, portería), lo que permite experimentar diversas perspectivas del juego y desarrollar empatía hacia las habilidades de otros.

Discusiones grupales: Se realiza reuniones breves después de cada juego para discutir reglas y tácticas, permitiendo a los estudiantes proponer modificaciones. Esto fomenta el respeto mutuo y la toma de decisiones colaborativas.

Desarrollo de competencias de equipo (Clases 11-14)

Juegos de fútbol 5 integrados: Se organiza partidos de fútbol 5 en los que todos los estudiantes colaboren para alcanzar objetivos comunes, promoviendo el trabajo en equipo y la cooperación. Se incentiva la comunicación efectiva y la toma de decisiones en equipo.

Reflexión Post-Juego: Al finalizar cada clase, se realiza sesiones de reflexión donde los estudiantes compartirán sus logros, desafíos y aprendizajes. Esto fomenta el respeto mutuo, el sentido de logro y la autoevaluación constructiva.

Reconocimiento de logros: Se implementa un sistema de reconocimiento para destacar logros individuales y de equipo, promoviendo la motivación y el sentido de pertenencia.

Cierre y reflexión final (Clases 15-16)

Torneo amistoso: Se organiza un torneo amistoso que incluye a todos los estudiantes, promoviendo la inclusión y el compañerismo. Se valora la participación y el esfuerzo más que el resultado competitivo.

Sesión de feedback: Se realiza una sesión de retroalimentación en la que los estudiantes podrán expresar sus pensamientos sobre el programa y su impacto. Se utiliza preguntas abiertas para fomentar un diálogo sincero y constructivo.

Celebración de cierre: Se organiza una celebración para reconocer el esfuerzo y los logros de todos los participantes, fortaleciendo el sentimiento de pertenencia y comunidad.

Estrategias clave

Interacción y Participación:

Se garantiza que cada estudiante tenga un rol activo en cada clase, fomentando la interacción a través de tareas grupales. Se implementa juegos cooperativos y competitivos equilibrados para desarrollar habilidades sociales y motrices. Se utiliza actividades de rotación de

roles y tareas para garantizar una experiencia inclusiva y equitativa.

Respeto y Empatía:

Se promueve actividades que requieran que los estudiantes se pongan en el lugar de otros, como intercambiar posiciones o adaptar el juego para sus compañeros. Se utiliza dinámicas de grupo orientadas a fortalecer los vínculos sociales y el respeto mutuo. Además, se realiza reflexiones grupales para discutir la importancia del respeto y la empatía en el deporte y en la vida diaria.

Adaptaciones y Recursos:

Se utiliza materiales adaptados como balones de diferentes tamaños y pesos, conos de colores y reglas flexibles. Se proporciona apoyo individualizado cuando sea necesario para garantizar la participación de todos. Se evalúa continuamente la efectividad de las adaptaciones y se realiza ajustes según las necesidades individuales de los estudiantes.

Logros y Desarrollo:

Se establece metas individuales y de grupo que sean realistas y alcanzables para fomentar un sentido de logro y motivación. Se implementan estrategias de refuerzo positivo para reconocer el esfuerzo y el progreso de cada estudiante. Además, se fomenta la autoevaluación y la reflexión personal sobre el desarrollo de habilidades y competencias.

Ambiente y Sentimiento de Pertenencia:

Se crea un ambiente de apoyo mutuo y respeto a través de actividades de construcción de equipo y celebraciones de los logros del grupo. Se fomenta un sentido de comunidad y pertenencia mediante actividades cooperativas y torneos inclusivos. Además, se utiliza estrategias de mediación y resolución de conflictos para mantener un ambiente positivo y respetuoso.

Evaluación y Retroalimentación

Se utiliza una ficha de observación cuantitativa para evaluar los procesos inclusivos en la clase de Educación Física, considerando los siguientes parámetros:

Interacción y Participación: Evaluar la participación activa y la colaboración en actividades grupales.

Respeto y Empatía: Medir el respeto mutuo y la empatía hacia las diferencias individuales.

Adaptaciones y Recursos: Analizar la efectividad de las adaptaciones y recursos utilizados.

Logros y Desarrollo: Evaluar el progreso individual y grupal en el desarrollo de habilidades motrices y sociales.

Ambiente y Sentimiento de Pertenencia: Medir el sentido de pertenencia y comunidad en el entorno educativo.

Se realizaron sesiones de retroalimentación al final de cada módulo para ajustar las estrategias según las necesidades de los estudiantes. Además, se recogieron opiniones y sugerencias de los participantes para mejorar la efectividad del programa.

Validación de la propuesta de intervención

Aplicando las entrevistas se desarrolló el correspondiente análisis según el procedimiento planteado. Producto del análisis de codificación se determinó:

Tabla 4

Codificación de las entrevistas realizadas a los actores de la intervención realizadas

Categoría	Fragmentos de las Transcripciones	Participante
Inclusión social	“Durante los partidos, empezaron a pasarme el balón y pedirme ayuda para las jugadas. Ahora siento que soy parte del grupo.”	Estudiante con DI leve
	“Se observaron cambios en la actitud de los compañeros sin DI, quienes comenzaron a incluir activamente a los estudiantes con DI.”	Estudiante sin DI
	“El fútbol 5 permitió que todos los estudiantes se sintieran parte del equipo, promoviendo el apoyo mutuo y generando un ambiente de colaboración.”	Narrativa colectiva
Barreras	“Algunos compañeros sin DI mencionaron que les resultaba difícil incluir a todos en las actividades.”	Estudiante sin DI
	“Los estudiantes con DI expresaron dificultades para integrarse y comunicarse con sus compañeros.”	Estudiante con DI leve
	“El docente identificó la falta de participación equitativa como un desafío.”	Docente
Estrategias exitosas	“Las estrategias de adaptación, como la simplificación de reglas y la organización de equipos mixtos, fueron clave para mejorar la inclusión.”	Docente
	“Poco a poco encontramos formas de ayudarles. Ahora veo que todos podemos jugar juntos si nos organizamos bien.”	Estudiante sin DI
	“Las actividades cooperativas en fútbol 5 ayudaron a que los estudiantes sin DI empezaran a animar y celebrar los logros de sus compañeros con DI.”	Docente
Transformaciones	“Los estudiantes con DI mostraron mayor confianza y participación en las clases de Educación Física.”	Estudiante con DI leve
	“Se evidenciaron mejoras en la interacción social y la colaboración entre los estudiantes.”	Estudiante sin DI
	“Después de las actividades cooperativas, los mismos estudiantes que antes no querían participar con sus compañeros con DI comenzaron a apoyarlos y celebrar sus logros.”	Docente

La codificación de las entrevistas se realizó identificando unidades narrativas clave que reflejan las experiencias de los participantes en la intervención “El fútbol 5 como estrategia para la inclusión a la clase de Educación Física de estudiantes con DI leve”. Para ello, se analizaron los relatos de estudiantes con y sin discapacidad intelectual leve, así como del docente

involucrado, categorizando sus respuestas en cuatro dimensiones fundamentales.

Se identificaron testimonios que evidencian *inclusión social*, reflejados en relatos donde los estudiantes con y sin DI generaron interacciones positivas, como el reconocimiento de logros, la colaboración en equipo y la integración en las actividades. Asimismo, se documentaron *barreras*, especialmente en la etapa inicial, donde se mencionaron dificultades en la comunicación, la falta de participación equitativa y la resistencia inicial de algunos estudiantes sin DI para incluir activamente a sus compañeros con discapacidad.

Dentro de las *estrategias exitosas*, se resaltaron adaptaciones en la metodología de enseñanza, como la simplificación de reglas, la creación de equipos mixtos y el uso de refuerzos positivos, que facilitaron la participación de todos los estudiantes. Finalmente, en la categoría de *transformaciones*, se evidenciaron cambios significativos en la actitud de los estudiantes sin DI, quienes pasaron de una percepción limitada de la inclusión a fomentar activamente la integración de sus compañeros con discapacidad, además del aumento de la confianza y motivación en los estudiantes con DI.

Cada fragmento de las transcripciones fue etiquetado según estas categorías, permitiendo una organización clara de la información y facilitando el análisis de los efectos de la intervención en la dinámica inclusiva dentro de la clase de Educación Física.

En base a la información categorizada se agrupó las narrativas según temas comunes en los periodos antes, durante y después de la intervención según cada participante seleccionado en el análisis:

Tabla 5
Análisis narrativo de las entrevistas realizadas a los participantes

Sujeto entrevistado	Antes	Durante	Después
Estudiante con DI leve	Los estudiantes con DI expresaron dificultades para integrarse y comunicarse con sus compañeros.	El fútbol 5 se percibió como una actividad atractiva y motivadora.	Los estudiantes con DI mostraron mayor confianza y participación en las clases de Educación Física.
Estudiante sin DI leve	Algunos compañeros sin DI mencionaron que les resultaba difícil incluir a todos en las actividades.	Se observaron cambios en la actitud de los compañeros sin DI, quienes comenzaron a incluir activamente a los estudiantes con DI.	Se evidenciaron mejoras en la interacción social y la colaboración entre los estudiantes.
Docente	El docente identificó la falta de participación equitativa como un desafío.	Las estrategias de adaptación, como la simplificación de reglas y la organización de equipos mixtos, fueron clave para mejorar la inclusión.	El docente destacó que la percepción de la DI por parte de los estudiantes sin ella cambió, mostrando una actitud más comprensiva y solidaria.

Construcción de las narrativas centrales

Se elaboraron relatos agregados que representan la experiencia colectiva, así como testimonios individuales significativos:

Tabla 6
Narrativas centrales en base a los testimonios individuales y colectivo

Narrativa colectiva	Historia individual 1 (estudiante con DI leve)	Historia individual 2 (estudiante sin DI)	Historia individual 3 (docente)
<p>“El fútbol 5 permitió que todos los estudiantes se sintieran parte del equipo, promoviendo el apoyo mutuo y generando un ambiente de colaboración. Antes de la intervención, la inclusión era limitada, pero a medida que avanzaban las actividades, las barreras se fueron rompiendo y la interacción se fortalecía. Al finalizar el proceso, la percepción de los estudiantes con y sin DI había cambiado significativamente, mostrando una comunidad más unida.”</p>	<p>“Antes no sabía cómo acercarme a mis compañeros porque pensaba que no me entendían. Durante los partidos, empezaron a pasarme el balón y pedirme ayuda para las jugadas. Ahora siento que soy parte del grupo.”</p>	<p>“Al principio, era complicado explicar algunas reglas a mis compañeros, pero poco a poco encontramos formas de ayudarles. Ahora veo que todos podemos jugar juntos si nos organizamos bien.”</p>	<p>“Al principio, algunos estudiantes no querían participar en equipo con los estudiantes con DI. Después de las actividades cooperativas en fútbol 5, esos mismos estudiantes empezaron a animarlos y celebrar sus logros. Esto demuestra que la inclusión es posible cuando se diseñan estrategias adecuadas.”</p>

Los resultados reflejados en la Tabla 6 evidencian que la implementación de la estrategia basada en fútbol 5 tuvo un impacto positivo en la inclusión de los estudiantes con DI leve en la clase de Educación Física. Se observó que, aunque al inicio existían barreras en la integración y participación equitativa, las estrategias aplicadas lograron generar cambios significativos en la dinámica del grupo. El respeto y la empatía aumentaron entre los estudiantes sin DI, quienes pasaron de una actitud de indiferencia o dificultad para incluir a sus compañeros con DI, a una participación activa y un apoyo mutuo dentro del equipo. Sin embargo, la percepción de las adaptaciones implementadas fue menor en los estudiantes con DI, lo que sugiere la necesidad de seguir ajustando los recursos y metodologías para optimizar la experiencia inclusiva.

Para la validación final de la propuesta de intervención basada en fútbol 5, se aplicó un proceso de triangulación de datos planificada en

la metodología planteada, combinando el análisis cuantitativo de los parámetros de inclusión en la Educación Física con el análisis cualitativo de los testimonios obtenidos en las entrevistas. La triangulación permitió contrastar la información obtenida en ambos enfoques, identificando puntos de convergencia y diferencias en la percepción de la inclusión, participación y desarrollo de los estudiantes con y sin DI leve. De esta manera, se logró una comprensión más completa de la efectividad de la estrategia aplicada, permitiendo consolidar conclusiones basadas en la evidencia empírica:

Tabla 7
Triangulación de los elementos cuantitativos y cualitativos obtenidos en el proceso de validación

Dimensión	Datos Cuantitativos	Datos Cualitativos	Conclusión Integrada
Interacción y participación	Los estudiantes con DI mostraron un mayor nivel de participación en comparación con la fase inicial.	“El fútbol 5 se percibió como una actividad motivadora y permitió mayor interacción con sus compañeros.” (Estudiante con DI)	La estrategia promovió la integración y el involucramiento activo de los estudiantes con DI, facilitando la comunicación con sus compañeros.
Respeto y empatía	Los estudiantes sin DI valoraron positivamente la inclusión, mostrando mayor respeto y comprensión.	“Antes no sabía cómo incluirlos, pero ahora entiendo que todos podemos jugar juntos si nos organizamos.” (Estudiante sin DI)	La sensibilización a través del deporte contribuyó a fortalecer la empatía y el respeto entre los estudiantes.
Adaptaciones y recursos	Los estudiantes con DI percibieron menor efectividad en las adaptaciones utilizadas.	“A veces me costaba entender las reglas, pero mis compañeros me ayudaban.” (Estudiante con DI)	Es necesario mejorar y ajustar las estrategias de adaptación para responder de manera más efectiva a las necesidades individuales.
Logros y desarrollo	Los estudiantes sin DI mostraron mayor reconocimiento de sus avances en comparación con los estudiantes con DI.	“Me siento más seguro jugando y mis compañeros confían más en mí.” (Estudiante con DI)	La intervención fortaleció la confianza y el sentido de logro, pero se deben establecer objetivos diferenciados según las capacidades de cada estudiante.
Ambiente y sentimiento de pertenencia	Se registró un nivel similar de percepción de pertenencia entre ambos grupos.	“Ahora siento que soy parte del equipo y que me apoyan.” (Estudiante con DI)	La estrategia generó un ambiente inclusivo donde todos los estudiantes se sintieron valorados y parte del grupo.

Este proceso de triangulación permitió corroborar la efectividad del programa, evidenciando su impacto positivo en la inclusión de los estudiantes con DI leve en la clase de Educación Física. Además, destacó la

importancia de continuar mejorando los recursos y estrategias para optimizar la accesibilidad y participación equitativa dentro del aula.

Discusión

Los resultados del presente estudio evidencian que la inclusión de estudiantes con DI leve en la clase de Educación Física, mediante estrategias adaptadas como el fútbol 5, promueve una mayor participación, interacción social y percepción de pertenencia en el entorno escolar. Estos hallazgos coinciden con investigaciones previas que han demostrado cómo las adaptaciones en la enseñanza de deportes pueden facilitar la integración de estudiantes con necesidades especiales, favoreciendo su desarrollo motor y social (Ogarrio Perkinson et al., 2021). Sin embargo, los resultados obtenidos también revelan la necesidad de revisar continuamente las estrategias implementadas para garantizar su eficacia, dado que algunos estudiantes con DI leve percibieron limitaciones en la efectividad de los recursos adaptativos empleados.

Un aspecto relevante en este estudio fue la mejora en la interacción y el respeto mutuo entre estudiantes con y sin DI, lo que coincide con el estudio de Muñoz Jiménez et al. (2015), donde se observó que estrategias deportivas adaptadas, como el deporte de orientación, favorecen actitudes inclusivas y relaciones interpersonales saludables. Sin embargo, mientras que en dicho estudio no se halló una relación clara entre las capacidades cognitivas y el rendimiento deportivo, en nuestra investigación se identificó que los estudiantes con DI leve experimentaban una menor percepción de logro en comparación con sus compañeros sin discapacidad, lo que sugiere que la adaptación de actividades debe considerar no solo la participación, sino también la construcción de un sentido de éxito individual.

Por otro lado, la efectividad de las adaptaciones metodológicas para la enseñanza del fútbol en estudiantes con DI también se refleja en el estudio de Cañola-Campos et al. (2025), donde el uso de un diseño de estaciones con tareas adaptadas mejoró significativamente la ejecución técnica del fútbol sala. En nuestro

estudio, la implementación de adaptaciones similares facilitó la participación activa de los estudiantes con DI leve, pero se evidenció que la percepción de efectividad de estas adaptaciones no siempre fue homogénea entre los participantes. Esto refuerza la importancia de ajustar constantemente las estrategias metodológicas para garantizar su aplicabilidad y accesibilidad en función de las necesidades individuales de los estudiantes.

En este sentido, los hallazgos del presente estudio también se alinean con los resultados de López Díaz et al. (2021), quienes demostraron que el uso de programas deportivos estructurados en niños con Trastorno del Espectro Autista (TEA) permitió mejoras en sus habilidades psicomotoras y en su interacción social. Aunque su estudio se enfocó en el TEA, los principios de adaptación y estructura en la enseñanza del deporte pueden extrapolarse a estudiantes con DI, destacando la importancia del apoyo docente y la planificación flexible. La comparación entre ambos estudios resalta la necesidad de que los programas de inclusión deportiva no solo se centren en la ejecución técnica, sino también en la percepción de éxito y motivación de los estudiantes.

Una observación relevante en nuestro estudio es que, aunque los estudiantes con DI leve mostraron una alta participación en las actividades, su percepción de logro y desarrollo personal fue menor que la de sus compañeros sin discapacidad. Esto coincide con los resultados de Ogarrio Perkinson et al. (2021), quienes señalaron que los programas de Educación Física adaptada logran avances en motricidad gruesa, pero presentan dificultades en la mejora de la motricidad fina. Estos hallazgos sugieren que, además de fomentar la participación, es fundamental establecer objetivos de aprendizaje personalizados que permitan a los estudiantes con DI leve percibir su propio progreso de manera significativa.

Además, la relación entre el desarrollo de habilidades deportivas y la integración social es un punto clave que se destaca en el estudio de Muñoz Jiménez et al. (2015), donde se observó

que la Educación Física inclusiva puede fortalecer la empatía y el respeto entre estudiantes. En nuestra investigación, se evidenció un ambiente de aceptación en la clase de Educación Física, donde los estudiantes sin DI mostraron actitudes favorables hacia la inclusión de sus compañeros con DI leve. Sin embargo, la percepción de pertenencia no siempre se tradujo en una percepción equitativa del logro personal, lo que sugiere que las estrategias inclusivas deben ir acompañadas de mecanismos de refuerzo positivo y autoevaluación.

Finalmente, la comparación entre los diferentes estudios revisados refuerza la idea de que la Educación Física inclusiva es una herramienta fundamental para mejorar la integración de los estudiantes con DI en el entorno escolar. Si bien las estrategias adaptadas han demostrado ser efectivas para mejorar la participación y la interacción social, es crucial seguir explorando metodologías que optimicen la percepción de logro y el desarrollo personal en estos estudiantes. La implementación de programas más prolongados, con evaluaciones constantes y ajustes individualizados, podría maximizar los beneficios observados y garantizar una inclusión más efectiva y significativa.

Conclusiones

Los resultados de este estudio reflejan que la implementación de estrategias inclusivas en la Educación Física, a través del fútbol 5, fomenta una mayor interacción y participación de los estudiantes con DI leve. Se evidenció que estos estudiantes tienden a involucrarse activamente cuando se aplican adaptaciones adecuadas, promoviendo un entorno de respeto y empatía dentro del grupo. Además, el análisis cuantitativo mostró que los estudiantes con DI leve recibieron mayor comprensión y apoyo por parte de sus compañeros, lo que sugiere que la práctica deportiva inclusiva no solo beneficia el desarrollo motriz, sino que también fortalece los lazos interpersonales y el sentido de pertenencia en el aula. Sin embargo, la menor valoración de las adaptaciones utilizadas indica que es necesario revisar y ajustar continuamente las estrategias implementadas, con el fin de

garantizar que sean efectivas y accesibles para todos los participantes.

Por otro lado, los hallazgos también revelan que, aunque los estudiantes con DI leve lograron integrarse en la dinámica grupal, su percepción de logro y desarrollo personal sigue siendo un desafío. En este sentido, se destaca la importancia de adaptar los objetivos de aprendizaje a las capacidades individuales de cada estudiante, proporcionando un refuerzo positivo constante para fortalecer su autoconfianza y motivación. Además, se recomienda que los programas de educación física inclusiva sean sostenidos a lo largo del tiempo para maximizar su impacto, asegurando la consolidación de las habilidades adquiridas y su transferencia a otros contextos educativos y sociales.

Referencias bibliográficas

- Acosta Echavarría, Álvaro A., Montoya Arenas, D. A., Landínez, D., González Uribe, A. M., & Gómez Tabares, A. S. (2024). Effect of an executive function cognitive training program on the planning component in adults with mild intellectual disability. *Pensamiento Americano*, 17(34), e-617. <https://doi.org/10.21803/penamer.17.34.617>
- Angulo, J., Assar, E., Álvarez-Bustos, A., & Rodríguez-Mañas, L. (2020). Physical activity and exercise: Strategies to manage frailty. *Redox Biology*, 35. <https://doi.org/10.1016/j.redox.2020.101513>
- Bartlo, P., & Klein, P. (2011). Physical activity benefits and needs in adults with intellectual disabilities: systematic review of the literature. *American journal on intellectual and developmental disabilities*, 116(3), 220-32. <https://doi.org/10.1352/1944-7558-116.3.220>
- Cañola Campos, E. I., Contreras Jauregui, F. A., & Maqueira Caraballo, G. de la C. (2025). Estrategia Metodológica para la Inclusión en el Fútbol Adaptado Para Inclusión de Estudiante con Discapacidad Intelectual. *Dominio De Las Ciencias*, 11(1), 1448–1466. <https://doi.org/10.23857/dc.v11i1.4249>
- Carbone, P., Smith, P., Lewis, C., & Leblanc, C. (2021). Promoting the Participation of Children and Adolescents With Disabilities in Sports, Recreation, and Physical Activity. *Pediatrics*, 148(6). <https://doi.org/10.1542/peds.2021-054664>
- Chasciar, V. (2024). Improving social competences through sport: an exploration of the educational role of physical activity in adolescent development. *Journal Plus Education*. 35(1), 130-136. <https://doi.org/10.24250/jpe/1/2024/vc/>
- Farias, C., Hastie, P. A., & Mesquita, I. (2015). Towards a more equitable and inclusive learning environment in Sport Education: results of an action research-based intervention. *Sport, Education and Society*, 22(4), 460–476. <https://doi.org/10.1080/13573322.2015.1040752>
- Fave, D., Bassi, M., Boccaletti, E., Roncaglione, C., Bernardelli, G., & Mari, D. (2018). Promoting Well-Being in Old Age: The Psychological Benefits of Two Training Programs of Adapted Physical Activity. *Frontiers in Psychology*, 9. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2018.00828>
- Furrer, V., Valkanover, S., Eckhart, M., & Nagel, S. (2020). The Role of Teaching Strategies in Social Acceptance and Interactions; *Considering Students With Intellectual Disabilities in Inclusive Physical Education.*, 5. <https://doi.org/10.3389/feduc.2020.586960>
- Graça, A., Estriga, L., & Batista, P. (2024). The Problem of Nurturing Sustainable Inclusion within Team Sports in Physical Education. *Sustainability*, 16(15), 6379. <https://doi.org/10.3390/su16156379>
- Gray, S., McKay, H., Hoy, C., Lau, E., Ahn, R., Lusina-Furst, S., & Sims-Gould, J. (2020). Getting Ready for Scale-Up of an Effective Older Adult Physical Activity Program: Characterizing the

- Adaptation Process. *Prevention Science*, 21, 355-365. <https://doi.org/10.1007/s11121-019-01085-3>
- Hornby, G., & Kauffman, J. M. (2024). Inclusive Education, Intellectual Disabilities and the Demise of Full Inclusion. *Journal of Intelligence*, 12(2), 20. <https://doi.org/10.3390/jintelligence12020020>
- Horváth, E., & Szekeres, Ágota. (2023). Changes in the Social Characteristics of General Classroom Communities Including Children with Mild Intellectual Disability in Three Years. *International Journal of Special Education*, 38(2), 176–187. <https://doi.org/10.52291/ijse.2023.38.32>
- Kashi, A., Dawes, H., Mansoubi, M., & Sarlak, Z. (2023). The Effect of an Exercise Package for Students with Intellectual Disability on Motor and Social Development: Exercise package for students with Intellectual disability. *Iranian Journal of Child Neurology*, 17(2), 93–110. <https://doi.org/10.22037/ijcn.v17i1.36644>
- Kavanagh, H., Manninen, M., & Issartel, J. (2023). Comparing the fundamental movement skill proficiency of children with intellectual disabilities and typically developing children: a systematic review and meta-analysis. *Journal of intellectual disability research : JIDR*. 67(12), 1336-1353. <https://doi.org/10.1111/jir.13012>
- Klefbeck, K. (2020). Lesson study for students with intellectual disability. *International Journal for Lesson & Learning Studies*. 9(3), 245-259. <https://doi.org/10.1108/ijlls-12-2019-0082>
- Longpoe, P. K., & Adebisi, R. O. (2023). Cognitive skill instruction on enhancing retention in pupils with mild intellectual disability. *Journal of Social, Humanity, and Education*, 3(4), 297–306. <https://doi.org/10.35912/jshe.v3i4.1490>
- Lopez-Diaz, J. M., Felgueras Custodio, N., & Garrote Camarena, I. (2021). Football as an Alternative to Work on the Development of Social Skills in Children with Autism Spectrum Disorder with Level 1. *Behavioral Sciences*, 11(11), 159. <https://doi.org/10.3390/bs11110159>
- López Díaz, J. M., Moreno Rodríguez, R., & López Bastías, J. L. (2021). Fútbol como programa deportivo para menores con TEA en educación primaria. *Cuadernos de Investigación Educativa*, 12(1), 22-33. <https://doi.org/10.18861/cied.2021.12.1.3065>
- Mendoza Sanchez, W. F. (2024). Curricular Adaptations for the learning of mathematical concepts in students with intellectual educational needs. *Minerva*, 5(13), 117-126. <https://doi.org/10.47460/minerva.v5i13.158>
- Mezo, A. M., Almajan-Guță, B., & Petracovschi, S. (2022). The social matter of including pupils with special educational needs in physical education classes. *Studia Universitatis Babeş-Bolyai Educatio Artis Gymnasticae*, 67(2), 97–116. [https://doi.org/10.24193/subbeag.67\(2\).16](https://doi.org/10.24193/subbeag.67(2).16)
- Muñoz Jiménez, J., Rodríguez Jiménez, P., Collado Mateo, D., & León Guzmán, K. F. (2015). Deporte de orientación para personas con discapacidad intelectual. E-balonmano.com: *Revista de Ciencias del Deporte*, 11(3), 219-227.
- Niure, D. P., & Shrestha, M. K. (2023). Strategies for Including the Excluded in Education: A Case of Children with Intellectual Disabilities. *Education Quarterly*, 4(1), 17–30. <https://doi.org/10.3126/jeqtu.v4i1.57243>
- Ogarrio, C., Bautista, A., Nidia Carolina Barahona, N., María Elena Chávez, M. E., & Hoyos, G. (2021). Efecto de un programa de Educación Física con actividades motrices para desarrollar el área motora en niños con discapacidad intelectual. *Revista Ciencias de la Actividad Física UCM*, 22(2), 1-12. <http://doi.org/10.29035/rcaf.22.2.3>
- Park, G., Collins, B., & Lo, Y. (2020). Teaching a Physical Activity to Students with

- Mild to Moderate Intellectual Disability Using a Peer-Delivered Simultaneous Prompting Procedure: A Single-Case Experimental Design Study. *Journal of Behavioral Education*. 30, 378–396. <https://doi.org/10.1007/s10864-020-09373-7>
- Patel, D., Cabral, M., Ho, A., & Merrick, J. (2020). A clinical primer on intellectual disability. *Translational Pediatrics*, 9, S23 - S35. <https://doi.org/10.21037/tp.2020.02.02>
- Regaieg, G., Sahli, S., & Kermarrec, G. (2021). Hybrid Program Based on Virtual and Real Games Increases Fundamental Movement Skills in Children With Intellectual Disability: A Quasi-Experimental Study. *Adapted physical activity quarterly: APAQ*, 1-17. <https://doi.org/10.1123/apaq.2020-0180>
- Sajewicz-Radtke, U., Jurek, P., Olech, M., Łada-Maško, A. B., Jankowska, A. M., & Radtke, B. M. (2022). Heterogeneity of Cognitive Profiles in Children and Adolescents with Mild Intellectual Disability (MID). *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 19(12), 7230. <https://doi.org/10.3390/ijerph19127230>
- Schnepel, S., & Aunio, P. (2021). A systematic review of mathematics interventions for primary school students with intellectual disabilities. *European Journal of Special Needs Education*, 37(4), 663–678. <https://doi.org/10.1080/08856257.2021.1943268>
- Sinigovets, V., Sinigovets, L., Pylypenko, M., & Lobas, V. (2022). Dynamics of the development of movement skills of 11-15-year-old students in the process of studying the variable module «Football». *Scientific Journal of National Pedagogical Dragomanov University. Series 15. Scientific and pedagogical problems of physical culture (physical culture and sports)*. [https://doi.org/10.31392/npu-nc.series15.2022.12\(158\).30](https://doi.org/10.31392/npu-nc.series15.2022.12(158).30)
- Ștefănică, V., Mercea, I., Ursu, V., Gorban, C., Gheorghe, C., Mihaiu, C., & Groza, G. (2024). Enhancing inclusivity: A holistic approach to psychomotor development and adapted football programs for children with intellectual disabilities. *Timisoara Physical Education and Rehabilitation Journal*. 17(32), 1-10. <https://doi.org/10.2478/tperj-2024-0002>
- Tounsi, O., Masmoudi, L., Trabelsi, K., Koubaa, A., Clark, C., Anouda, C., & Bahloul, M. (2021). Effects of Class-Wide Choice Making on the Behaviour of Students with Mild Intellectual Disability. *International Journal of Disability, Development and Education*, 69(1), 33–46. <https://doi.org/10.1080/1034912X.2021.1998889>
- Tremblay, J., Douard, E., & Lanovaz, M. (2024). The Family Game to support parents with intellectual disability in managing challenging behaviours: A replication. *Journal of applied research in intellectual disabilities: JARID*, 37 2, e13207. <https://doi.org/10.1111/jar.13207>
- Yılmaz, A., & Soyer, F. (2018). Effect of Physical Education and Play Applications on School Social Behaviors of Mild-Level Intellectually Disabled Children. *Education Sciences*, 8(2), 89. <https://doi.org/10.3390/educsci8020089>