

Artículo de reflexión / propuesta teórica

Art. 33, Educación Física, Inclusión y Contexto Educativo

Physical Education, Inclusion, and Educational Context

Autor(es): Carrillo Ruíz, Francisco

Correo: *profecarrillo4@gmail.com*

Afiliación: *Universidad de los Lagos*

DOI 10.5281/zenodo.21521823

Resumen

El presente artículo de reflexión aborda el papel fundamental de la Educación Física en la promoción de la inclusión en el ámbito escolar. Se argumenta que esta asignatura trasciende el desarrollo de habilidades motoras, convirtiéndose en un espacio para fomentar valores como la cooperación, el respeto y la empatía. El texto analiza la inclusión de estudiantes con discapacidad como un reto y una oportunidad para construir una sociedad más equitativa, destacando los beneficios psicosociales como la mejora de la autoestima y la interacción social. Basándose en autores como Buitrón-Jácome et al. (2023) y Abellán et al. (2021), se proponen estrategias pedagógicas concretas que incluyen la formación continua docente, la colaboración interdisciplinaria y la diferenciación de tareas. Finalmente, se concluye sobre la necesidad de superar barreras actitudinales y de recursos para consolidar una verdadera cultura de inclusión y justicia social dentro de la comunidad educativa.

Palabras clave: *educación física, inclusión escolar, discapacidad, estrategias pedagógicas, desarrollo integral.*

Abstract

This reflection article addresses the fundamental role of Physical Education in promoting inclusion in the school environment. It argues that this subject transcends the development of motor skills, becoming a space to foster values such as cooperation, respect, and empathy. The text analyzes the inclusion of students with disabilities as a challenge and an opportunity to build a more equitable

society, highlighting psychosocial benefits such as improved self-esteem and social interaction. Based on authors such as Buitrón-Jácome et al. (2023) and Abellán et al. (2021), concrete pedagogical strategies are proposed that include continuous teacher training, interdisciplinary collaboration, and task differentiation. Finally, it concludes on the need to overcome attitudinal and resource barriers to consolidate a true culture of inclusion and social justice within the educational community.

Keywords: *physical education, school inclusion, disability, pedagogical strategies, integral development.*

1. Introducción

La Educación Física juega un papel fundamental en la promoción de la inclusión en el aula. Esta asignatura no solo busca desarrollar habilidades motoras y físicas en los estudiantes, sino también fomentar valores como la cooperación, el respeto y la empatía. Diversas investigaciones han explorado cómo se pueden implementar estrategias de sensibilización en la Educación Física para promover una mayor inclusión de todos los estudiantes, independientemente de sus habilidades o discapacidades.

En este contexto, la inclusión de estudiantes con discapacidad en las clases de Educación Física es un reto significativo, pero también una oportunidad invaluable para fomentar una sociedad más equitativa y comprensiva.

2. Marco teórico y fundamentación

2.1. El potencial transformador de la Educación Física

La Educación Física tiene un potencial transformador en la vida de todos los estudiantes, particularmente aquellos con discapacidad. A través de actividades físicas adaptadas, los estudiantes pueden mejorar su salud, desarrollar habilidades motoras y experimentar la alegría del movimiento. Más allá de los beneficios físicos, la Educación Física inclusiva puede mejorar la autoestima, la independencia y la interacción social de los estudiantes con discapacidad.

2.2. Estrategias de sensibilización e inclusión

Las estrategias de sensibilización e inclusión en la Educación Física llevan a determinar diversas estrategias que los docentes deben implementar para fomentar la inclusión en sus clases.

Según Buitrón-Jácome et al. (2023), las estrategias incluyen actividades que promueven competencias comunicacionales, digitales y socioemocionales. Estas están alineadas con el Currículo Priorizado por Competencias vigente en Ecuador, y se integran en enfoques como la construcción de la corporeidad, el enfoque lúdico y el enfoque inclusivo en la Educación Física.

Por otro lado, se integra la importancia de adaptar las actividades y metodologías para atender las necesidades diversas de los estudiantes. En este caso, para lograr una Educación Física inclusiva es esencial la formación continua de los docentes en estrategias inclusivas, así como la colaboración entre docentes de Educación Física y otros profesionales de la educación (Abellán et al., 2021). Esta necesidad de formación es consistente con hallazgos recientes en el contexto chileno: Castillo-Retamal et al. (2024), en un estudio sobre las limitaciones y posibilidades de la clase de Educación Física y Salud para el desarrollo social de estudiantes con necesidades educativas especiales, destacan que los docentes no cuentan, en general, con una preparación adecuada para abordar la inclusión.

En este sentido, radica la necesidad de un cambio en la percepción y actitudes de los docentes hacia la inclusión. Diversos estudios en el contexto español confirman que, si bien las actitudes del profesorado de Educación Física hacia la inclusión tienden a ser moderadamente positivas, persiste la necesidad de optimizar su formación específica y de generar mayores instancias de contacto directo con estudiantes con discapacidad durante la formación inicial docente (Solís-García & Borja-González, 2021; Reina, Hemmelmayer, & Sierra-Marroquín, 2016). Esta relación entre actitud docente y formación previa también ha sido documentada en muestras de futuros profesores desde una perspectiva de género (Novo-Corti, Muñoz-Cantero, & Calvo-Babío, 2015) y en estudios comparados a nivel internacional (Rakap, Parlak-Rakap, & Aydin, 2016). A su vez, las estrategias que profundizan en la inclusión en las clases de Educación Física van en relación con la diferenciación de tareas y la implementación de programas específicos de inclusión dentro de las clases (Carrizo Pérez, 2015).

3. Desarrollo de la propuesta

3.1. Propuestas de estrategias para la inclusión

A partir de los estudios mencionados, se pueden proponer diversas estrategias para fomentar la inclusión en las clases de Educación Física:

- Formación continua: capacitar a los docentes en metodologías inclusivas y sensibilización hacia la diversidad, en línea con lo propuesto por González López y Macías García (2017) sobre

la formación permanente como herramienta para mejorar la intervención del profesorado de Educación Física con alumnado con discapacidad.

- Colaboración interdisciplinaria: fomentar la cooperación entre docentes de Educación Física y otros profesionales de los establecimientos educacionales para diseñar e implementar estrategias inclusivas que promuevan involucrar a todos los estudiantes en actividades deportivas y recreativas, promoviendo el liderazgo inclusivo entre los estudiantes.
- Diferenciación de tareas: adaptar las actividades físicas a las capacidades y necesidades individuales de los estudiantes, lo que conlleva incluir en las actividades a los estudiantes sin derivarlos a roles secundarios durante la clase.

3.2. Superación de barreras

A pesar de los beneficios potenciales, la inclusión de estudiantes con discapacidad en las clases de Educación Física enfrenta varias barreras. A menudo, las actitudes y percepciones de los docentes y estudiantes pueden ser un obstáculo significativo (Cansino, 2016). La falta de sensibilización y formación específica en inclusión puede llevar a la subestimación de las capacidades de los estudiantes con discapacidad, un fenómeno también documentado en revisiones de literatura sobre actitudes y creencias docentes hacia la discapacidad (Solís-García & Borja-González, 2020) y en revisiones más amplias sobre actitudes docentes frente al estudiantado con discapacidad (Tello, 2022).

Además, la falta de recursos adecuados, como equipos adaptativos y espacios accesibles, puede dificultar la plena participación de estos estudiantes dentro de las clases, lo que incluye no considerar los aspectos funcionales del espacio y materiales a utilizar. Esta tensión entre integración física e inclusión efectiva ha sido señalada en la literatura latinoamericana como un desafío educativo persistente (Cruz Vadillo, 2014).

De forma importante, la capacitación y constante trabajo por parte de los docentes requiere formación necesaria para adaptar las actividades y enseñar eficazmente a estudiantes con diversos tipos de discapacidades, acaparando la adaptación didáctica y lúdica de las actividades para todos y todas. Es en la formación inicial docente donde se ha identificado un déficit particular, tanto en la cantidad de contenidos específicos sobre atención a la diversidad incluidos en los planes de estudio como en las instancias prácticas de contacto con estudiantado con discapacidad (Jiménez-Monteagudo & Hernández-Álvarez, 2013).

Para superar estas barreras, es crucial implementar estrategias que promuevan una verdadera inclusión:

- **Formación y sensibilización:** es fundamental que los docentes reciban formación continua sobre educación inclusiva. Esto incluye estrategias para adaptar las actividades físicas y comprender mejor las necesidades específicas de los estudiantes con discapacidad.
- **Adaptación de actividades:** las actividades físicas deben ser adaptadas para ser accesibles a todos los estudiantes. Esto puede incluir el uso de equipos adaptativos, la modificación de reglas y la creación de ejercicios específicos que permitan la participación de todos.
- **Colaboración y apoyo:** la inclusión efectiva requiere la colaboración entre docentes de Educación Física y otros profesionales, como terapeutas ocupacionales y fisioterapeutas. Además, el apoyo de los padres y la comunidad es esencial para crear un entorno inclusivo.
- **Cultura de inclusión:** fomentar una cultura escolar que valore la diversidad y la inclusión es clave. Esto implica promover el respeto y la empatía entre todos los estudiantes, y asegurar que las políticas escolares reflejen un compromiso con la inclusión, en línea con los hallazgos sobre variables organizacionales y de profesorado que inciden en las actitudes hacia la inclusión educativa (Sisto, Pérez-Fuentes, Gázquez-Linares, & Molero-Jurado, 2021).

4. Discusión

4.1. Beneficios de una Educación Física inclusiva

Una Educación Física verdaderamente inclusiva beneficia a todos los miembros de la comunidad educativa: ofrece oportunidades para desarrollar habilidades físicas, mejorar la salud y bienestar emocional, y participar activamente en la vida escolar (Castillo Retamal et al., 2024). Para los estudiantes sin discapacidad implica el fomento del desarrollo de valores como la empatía, la cooperación y el respeto por la diversidad, en donde la participación de estos lleva a considerar aspectos importantes para la inclusión como el trabajo colaborativo y solidario dentro de las clases. A la misma vez, dentro de la comunidad educativa se promueve un ambiente inclusivo y equitativo, donde todos los estudiantes pueden prosperar y aprender juntos en igualdad de condiciones, desarrollándose de forma integral en todos los aspectos que lleva la escolaridad.

La inclusión en la Educación Física no es solo una cuestión de cumplir con las normativas educativas, sino un compromiso con la justicia social y el derecho de todos los estudiantes a una educación equitativa.

5. Conclusiones

La implementación de estrategias inclusivas y la promoción de una cultura de aceptación y respeto son esenciales para asegurar que todos los estudiantes, independientemente de sus habilidades, puedan disfrutar y beneficiarse de la Educación Física. En última instancia, una Educación Física inclusiva no solo mejora la calidad de vida de los estudiantes con discapacidad, sino que enriquece la experiencia educativa a través de la práctica de actividad física y deporte, involucrando a toda la comunidad escolar.

Referencias

- Abellán, J., Segovia, Y., Gutiérrez, D., & García López, L. M. (2021). Sensibilización hacia la discapacidad a través de un programa integrado de Educación Deportiva y Aprendizaje-Servicio. *Retos*, 43, 477-487. <https://doi.org/10.47197/retos.v43i0.86625>
- Buitrón-Jácome, P., Rivadeneira, J.-E., Suasti Velasco, W. F., Garrido Rocha, O. V., Álvarez Ramos, S. E., & Meneses Salazar, E. (2023). Estrategias de sensibilización que fomentan inclusión en la asignatura de Educación Física en las Unidades Educativas Públicas de la ciudad de Ibarra. *Revista Ecos de la Academia*, 9(17), 35-54. <https://doi.org/10.53358/ecosacademia.v9i17.746>
- Cansino, J. Á. (2016). Un nuevo paradigma para un futuro más saludable y con valores. Deporte Inclusivo, Actividad Física Inclusiva y Educación Física Inclusiva. *Revista de Educación Inclusiva*, 9(2), 69-86.
- Carrizo Páez, M. (2015). Inclusión educativa y educación física: estrategias para favorecer actitudes positivas e interacción. *Revista Digital Prospectiva en Psicología*, 2(1), 13-20.
- Castillo Retamal, F., Albornoz-Pavez, C., González-Arellano, D., Flores-Cáceres, C., Becerra-Castro, K., Flores-Ferro, E., & Cordero-Tapia, F. (2024). Limitaciones y posibilidades de la clase de Educación Física y Salud en el desarrollo social de estudiantes con necesidades educativas especiales. *Retos*, 53, 216-223. <https://doi.org/10.47197/retos.v53.101617>
- Cruz Vadillo, R. (2014). Integración e inclusión educativa vs. integración e inclusión excluyente: un desafío educativo. *Revista Mexicana de Investigación Educativa*, 19(63), 1285-1290.
- González López, I., & Macías García, D. (2017). La formación permanente como herramienta para mejorar la intervención del maestro de educación física con alumnado con discapacidad.
- Jiménez-Monteagudo, M. L., & Hernández-Álvarez, J. L. (2013). La formación inicial para una Educación Física inclusiva: situación, prospectiva y competencias. *Revista Internacional de Medicina y Ciencias de la Actividad Física y el Deporte*, 13(51), 471-494.

- Novo-Corti, I., Muñoz-Cantero, J. M., & Calvo-Babío, N. (2015). Los futuros docentes y su actitud hacia la inclusión de personas con discapacidad. Una perspectiva de género. *Anales de Psicología*, 31(1), 155-171. <https://doi.org/10.6018/analesps.31.1.163631>
- Rakap, S., Parlak-Rakap, A., & Aydin, B. (2016). Investigation and comparison of Turkish and American preschool teacher candidates' attitudes towards inclusion of young children with disabilities. *International Journal of Inclusive Education*, 20(11), 1223-1237. <https://doi.org/10.1080/13603116.2016.1159254>
- Reina, R., Hemmelmayr, I., & Sierra-Marroquín, B. (2016). Autoeficacia de profesores de educación física para la inclusión de alumnos con discapacidad y su relación con la formación y el contacto previo. *Psychology, Society, & Education*, 8(2), 93. <https://doi.org/10.25115/psye.v8i2.455>
- Sisto, M., Pérez-Fuentes, M. C., Gázquez-Linares, J. J., & Molero-Jurado, M. d. M. (2021). Actitudes hacia la inclusión educativa de alumnos con discapacidad: variables relativas al profesorado y a la organización escolar en Educación Primaria. *Revista Electrónica Interuniversitaria de Formación del Profesorado*, 24(1). <https://doi.org/10.6018/reifop.397841>
- Solís-García, P., & Borja-González, V. (2020). Profesorado de educación física: sus actitudes y creencias hacia la discapacidad. *Revisión de la literatura como punto de partida. Viref. Revista de Educación Física*, 9(3), 87-103.
- Solís-García, P., & Borja-González, V. (2021). Actitudes del profesorado de Educación Física hacia la inclusión de alumnos con discapacidad. *Retos*, 39, 7-12. <https://doi.org/10.47197/retos.v0i39.77841>
- Tello, J. (2022). Actitudes docentes frente al estudiantado con discapacidad: una revisión de literatura. *Ciencia y Educación*, 6(1), 83-94.

Nota sobre fuentes y licencia. Los artículos de la Revista Especializada AFAMS citados en este trabajo están publicados por la revista bajo licencia Creative Commons Atribución 4.0 Internacional (CC BY 4.0), que permite su consulta, distribución, adaptación y cita, incluso con fines comerciales, siempre que se otorgue la debida atribución.

This work is licensed under CC BY 4.0. <https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/>

