

## Actividades físico-recreativas para la inclusión de estudiantes con trastorno por déficit de atención e hiperactividad a la educación física

*Physical-recreational activities for the inclusion of students with attention deficit and hyperactivity disorder in physical education*

- <sup>1</sup> Glenda Elizabeth Aguilar Morocho  <https://orcid.org/0009-0006-3336-7054>  
Maestría en Pedagogía de la Cultura Física mención Educación Física inclusiva Duran, Universidad Bolivariana del Ecuador, Guayaquil, Ecuador.  
[geaguilarm@ube.edu.ec](mailto:geaguilarm@ube.edu.ec)
- <sup>2</sup> Marco Fabián Acosta Carrasco  <https://orcid.org/0009-0004-5280-5318>  
Maestría en Pedagogía de la Cultura Física mención Educación Física inclusiva Duran, Universidad Bolivariana del Ecuador, Guayaquil, Ecuador  
[mfacostac@ube.edu.ec](mailto:mfacostac@ube.edu.ec)
- <sup>3</sup> Giceya de la Caridad Maqueira Caraballo  <https://orcid.org/0000-0001-6282-3027>  
Maestría en Pedagogía de la Cultura Física mención Educación Física inclusiva Duran, Universidad Bolivariana del Ecuador, Guayaquil, Ecuador  
[gdmaqueirac@ube.edu.ec](mailto:gdmaqueirac@ube.edu.ec)



### Artículo de Investigación Científica y Tecnológica

Enviado: 20/08/2024

Revisado: 15/09/2024

Aceptado: 26/10/2024

Publicado: 14/11/2024

DOI: <https://doi.org/10.33262/ap.v6i4.560>

### Cítese:

Aguilar Morocho, G. E., Acosta Carrasco, M. F., & Maqueira Caraballo, G. de la C. (2024). Actividades físico-recreativas para la inclusión de estudiantes con trastorno por déficit de atención e hiperactividad a la educación física. AlfaPublicaciones, 6(4), 101–124. <https://doi.org/10.33262/ap.v6i4.560>



ALFA PUBLICACIONES, es una revista multidisciplinar, **trimestral**, que se publicará en soporte electrónico tiene como **misión** contribuir a la formación de profesionales competentes con visión humanística y crítica que sean capaces de exponer sus resultados investigativos y científicos en la misma medida que se promueva mediante su intervención cambios positivos en la sociedad. <https://alfapublicaciones.com>

La revista es editada por la Editorial Ciencia Digital (Editorial de prestigio registrada en la Cámara Ecuatoriana de Libro con No de Afiliación 663) [www.celibro.org.ec](http://www.celibro.org.ec)

Esta revista está protegida bajo una licencia Creative Commons Attribution Non Commercial No Derivatives 4.0 International. Copia de la licencia: <http://creativecommons.org/licenses/by-nc-nd/4.0/>

**Palabras claves:**

Actividades físico-recreativas,  
inclusión,  
Trastorno por Déficit de Atención e Hiperactividad,  
Educación Física

**Resumen**

**Introducción.** La inclusión educativa constituye un proceso mediante el cual se garantiza que todos los estudiantes, tengan acceso a una educación de calidad en un ambiente de aprendizaje seguro. Con regularidad en los contextos educativos, los estudiantes con Trastorno por déficit de atención e hiperactividad no son aceptados, a partir de identificar dificultades en la adaptación a las clases de educación física, para estudiantes que presentan este trastorno.

**Objetivo.** Diseñar actividades físico-recreativas para la inclusión de estudiantes con trastorno por déficit de atención e hiperactividad a la educación física de la escuela “José Ingenieros”. **Metodología.** Se empleó una metodología con un enfoque cualitativo, no experimental de tipo descriptiva - explicativa y corte transversal, acompañada de métodos teóricos y empíricos; los métodos empleados fueron: histórico-lógico, analítico-sintético, inductivo-deductivo y la modelación, dentro de los métodos empíricos se utilizaron la observación y el análisis documental, acompañados de técnicas como la guía de observación y la entrevista. **Resultados.** 1. Se pudo comprobar que los docentes no siempre emplean actividades físicas adaptadas para trabajar la inclusión en las clases de educación física 2. Se logra diseñar 7 actividades físico-recreativas, cuya estructura está conformada por objetivos, materiales, desarrollo, formas de evaluación y adaptaciones; 3. Quedó demostrada su validez desde el punto de vista teórico por criterio de especialistas y desde la práctica a partir de una experiencia pedagógica la cual tuvo una duración de seis clases.

**Conclusiones.** El sistema de actividades físico-recreativas propuesto resulta de gran utilidad en el contexto de la clase de Educación Física; contribuyendo favorablemente al proceso de inclusión de los estudiantes que presentan trastorno por déficit de atención e hiperactividad. **Área de estudio general:** Educación. **Área de estudio específica:** Educación Física Inclusiva. **Tipo de estudio:** Artículo original.

**Keywords:**

Physical-recreational activities,

**Abstract**

**Introduction.** Educational inclusion constitutes a process through which it is guaranteed that all students have access to quality education in a safe learning environment. Regularly in

inclusion,  
Attention Deficit  
Hyperactivity  
Disorder Physical  
Education.

educational contexts, students with attention deficit hyperactivity disorder are not accepted, based on identifying difficulties in adapting to physical education classes, for students who have this disorder. **Aim.** Design physical-recreational activities for the inclusion of students with attention deficit and hyperactivity disorder in the Physical Education of the “José Ingenieros” school. **Methodology.** A methodology was used with a qualitative, non-experimental, descriptive-explanatory and cross-sectional approach, accompanied by theoretical and empirical methods; the methods used were historical-logical, analytical-synthetic, inductive-deductive and modeling, within the empirical methods observation and documentary analysis were used, accompanied by techniques such as the observation guide and the interview. **Results.** 1. It was found that teachers do not always use physical activities adapted to work on inclusion in physical education classes 2. It was possible to design 7 physical-recreational activities, whose structure is made up of objectives, materials, development, forms of evaluation and adaptations; 3. Its validity was demonstrated from a theoretical point of view by the criteria of specialists and from practice based on a pedagogical experience which lasted six classes. **Conclusions.** The proposed system of physical-recreational activities is especially useful in the context of the Physical Education class; contributing favorably to the inclusion process of students who have attention deficit hyperactivity disorder. **General area of study:** Education. **Specific area of study:** Inclusive Physical Education. **Study type:** Original.

## 1. Introducción

Los estudiantes con Trastorno por Déficit de Atención e Hiperactividad (TDAH), no son aceptados con regularidad en los contextos educativos. Uno de los retos de los sistemas educativos radica en el trabajo con estudiantes diagnosticados con TDAH, que presentan problemas de aprendizaje y dificultades en las funciones coordinativas.

A lo largo de los años se ha estado profundizado desde el punto de vista teórico en el carácter heterogéneo del TDAH:

El Trastorno por Déficit de Atención con Hiperactividad (TDAH) es una condición del neurodesarrollo caracterizada por inatención, hiperactividad e impulsividad. Este trastorno presenta una diversidad fisiopatológica que afecta funciones ejecutivas, dificultando la respuesta a estímulos, la planificación, la organización de acciones y la inhibición de respuestas automáticas (Rusca-Jordán & Cortez-Vergara, 2020, p. 148).

Para Molina-Torres et al. (2022), el Trastorno por Déficit de Atención e Hiperactividad, es un trastorno altamente prevalente en población infanto-juvenil y se caracteriza principalmente por un patrón persistente de inatención y/o hiperactividad-impulsividad; habitualmente sigue un curso crónico que se mantiene hasta la adolescencia y la edad adulta.

Como se alude, el TDAH presenta cambios físicos, fisiológicos, psicosociales y culturales, todo lo cual produce un deterioro social y escolar. Los estudios realizados evidencian que el TDAH lleva a los estudiantes a constantes experiencias de frustración y fracaso, lo que incide de manera negativa en su calidad de vida.

Según Secanell & Núñez (2019), la inatención, la hiperactividad y la impulsividad se presentan como las principales características de este trastorno junto a la baja tolerancia a la frustración, la irritabilidad y la variabilidad del estado de ánimo.

Los estudiantes con este trastorno se caracterizan por ser impulsivos, realizar actos sin medir sus consecuencias, por lo que requieren de una prolongada atención por parte de los agentes sociales que se relacionan con ellos, situándolos en desventaja en las actividades personales y sociales.

El estar durante mucho tiempo sentado en un aula suscita un estado de impaciencia en los estudiantes hiperactivos. Estos tienden a manifestar movimientos constantes dentro del aula lo que provoca cierto desorden al levantarse del asiento a cada rato. En la clase de Educación Física sucede todo lo contrario, pues esta exige un nivel de actividad motora, lo que demanda de los estudiantes un esfuerzo constante en la ejecución de las actividades físicas. Se ha demostrado que la realización de actividades físicas con carácter recreativo y los deportes, produce mejoras en la atención selectiva y actividad motora en niños y adolescentes con TDAH.

Charchabal et al. (2020), consideran que las actividades físico-recreativas son tarea que involucra de forma activa a un amplio espectro de participantes; genera cambios en lo subjetivo y en lo social; y realiza aportes para el crecimiento individual en la promoción de la autonomía y el autoconocimiento. En ese orden Gerlero (2021), fundamenta que la actividad recreativa es un medio para el desarrollo del hombre.

En consecuencia, Ruano-Anoceto et al. (2023), explicita la importancia de crear actividades que garanticen la inclusión de los adolescentes con necesidades educativas especiales.

Según Bustamante et al. (2019), los niños con TDAH a menudo no dominan adecuadamente ciertas habilidades motoras fundamentales. Más de la mitad de estos niños presentan dificultades en la coordinación motora y en la integración de diferentes patrones de movimiento. Se señala que los programas de actividad física bien estructurados pueden ser de gran beneficio para ellos, ya que refuerzan las reglas que deben seguir y establecen rutinas que les permiten exhibir conductas prosociales.

En la actualidad, la búsqueda de una educación de calidad se alinea con la Agenda 2030, especialmente con el Objetivo 4 de los Objetivos de Desarrollo Sostenible, que insta a los sistemas educativos a "garantizar una educación inclusiva y equitativa de calidad y promover oportunidades de aprendizaje permanentes para todos (Organización de las Naciones Unidas [ONU], 2015).

En este sentido, se impone entender la educación inclusiva como un proceso cuyo centro de atención se encuentra en aquellos grupos vulnerables y marginados, que contribuye a vencer las dificultades que restringen la participación y los resultados de los estudiantes, de manera que se fortalezcan los sistemas educativos.

En busca de una profundización teórica de la inclusión, la Organización de las Naciones Unidas para la Educación, la Ciencia y la Cultura (UNESCO, 2016) la define como:

El proceso de reconocer y atender las diversas necesidades de los estudiantes busca aumentar su participación en el aprendizaje y las comunidades, minimizando la exclusión educativa. Esto requiere ajustes en contenidos, enfoques y estrategias, con el compromiso de que el sistema regular debe educar a todos los niños en edad apropiada (p. 14).

La definición anterior reconoce la educación inclusiva como un proceso, por tanto, constituye un conjunto de acciones secuenciales que se ejecutan no de forma aislada, sino contextualizadas, que involucran a todos los sujetos que intervienen en el sistema educativo.

No se centra en un estudiante en concreto, sino que responde a la diversidad de las necesidades de todos, en función de una mayor participación en el aprendizaje desde diferentes contextos: escuela, familia y comunidad.

La educación inclusiva tiene como objetivo ofrecer una enseñanza de calidad a todos los niños, sin importar su contexto social, género o discapacidad, en un entorno escolar

adaptado y preparado para satisfacer las necesidades de cada uno, sin discriminación alguna (Ciuffetelli & Conversano, 2021).

Un elemento que enriquece este tema radica no solo en la comprensión de la aceptación de todos los estudiantes independientemente de su raza, credo o procedencia, sin distinción o discriminación, sino lo constituye el tipo de política asumida por los sistemas educativos, de manera que el currículo y la enseñanza no sean excluyentes. Lo anterior demanda responsabilidad, compromiso y preparación por parte de los docentes y otros agentes sociales que interactúan con los estudiantes, en función de lograr que no quede ninguna persona que requiera este tipo de educación sin ser atendida.

La educación inclusiva transita por un escenario amplio y complejo; donde la responsabilidad ética y social implica que no exista ningún tipo de discriminación por parte de los docentes y profesionales que en esta área se desempeñan; por el contrario, exige de una formación amplia, humanista, que permita crear un estado superior en la práctica pedagógica y didáctica; misma que debe estar centrada en los estudiantes que aprenden.

Lo anterior implica adaptar las diferentes modalidades de estudio, metodologías, recursos, formas de evaluación en función del logro de habilidades y competencias en correspondencia con las posibilidades reales de cada estudiante, independientemente a su condición (Maqueira et al., 2023, p. 214).

La Educación Física (EF) emerge como un espacio propicio para abordar los desafíos asociados con el TDAH. Castillo-Paredes et al. (2021), sugieren que el ejercicio físico tiene un impacto positivo en la función cognitiva, la regulación emocional y la atención. La implementación de actividades físico-recreativas adaptadas a las necesidades de los estudiantes con TDAH puede proporcionar beneficios sustanciales.

En consecuencia, Díaz (2020), asevera que la educación física en una institución educativa es una materia que no conoce límites en el aula, sino que los trasciende al patio de la escuela, a los niños en juegos diversos y destaca que se debe aprovechar el alcance en esta disciplina para la promoción de la salud de estos.

Las singularidades de la educación física la convierten en un vehículo idóneo para estimular la inclusión educativa. Sin lugar a duda, es un reto para los profesionales enfocar contenidos, como las habilidades deportivas en una clase inclusiva, donde exista una diversidad de educandos como argumentan en su publicación (Miño-Navas et al., 2024, p. 1593).

La inclusión de juegos en la (EF) fomenta la cooperación, la toma de decisiones y la resolución de problemas no solo mejora la función ejecutiva, sino que también promueve la interacción social positiva (Smith et al., 2013).

El sistema educativo ecuatoriano, se caracteriza por ser un sistema accesible para todas y todos los ciudadanos, sin embargo, la educación pública ha presentado problemas que van desde la infraestructura hasta la poca preparación de los docentes en temas de inclusión y específicamente en el proceso didáctico para poder trabajar desde la asignatura de Educación Física con los estudiantes que presentan TDAH, en función de disminuir sus síntomas.

*Relacionado con este particular:*

El Ministerio de Educación de Ecuador estima que entre el 3 y 5% de los estudiantes en edad escolar enfrenta este problema, siendo seis veces más común en varones. Aproximadamente el 40% de estos niños con este trastorno presentan dificultades de aprendizaje, lo que puede llevar al abandono escolar en la adolescencia (Castro-Cedeño et al., 2022, p. 396).

Fue necesario continuar profundizando en el estudio exploratorio para diagnosticar preliminarmente, como el desarrollo de las actividades físico-recreativas para la inclusión de estudiantes con trastorno por déficit de atención e hiperactividad en el paralelo A de Quinto año de la escuela “José Ingenieros” del curso escolar 2023-2024.

Como resultado de las indagaciones teóricas y empíricas y a partir de la experiencia profesional y observaciones realizadas a las clases de (EF) en la Unidad Educativa “José Ingenieros” se pudo constatar las insuficiencias siguientes:

- Las dificultades que enfrentan los docentes para adaptar las actividades físicas recreativas, lo cual limita la inclusión efectiva de los estudiantes con TDAH en los entornos de aprendizaje dentro de la clase de educación Física.
- Las estrategias de enseñanza utilizadas no favorecen el desarrollo de la inclusión de los estudiantes diagnosticados con TDAH.
- Se muestra un manejo inadecuado en el tratamiento a los estudiantes con TDHA durante las clases.
- Existen limitaciones en el desarrollo del proceso de la inclusión

Derivado de lo anterior cabe preguntarse ¿Cómo mejorar el proceso de inclusión de los estudiantes con TDAH a la clase de EF?

Estas insuficiencias permiten declarar **objetivo** de esta investigación: diseñar actividades físico-recreativas para el perfeccionamiento del proceso de inclusión de estudiantes con trastorno por déficit de atención e hiperactividad en la educación física.

## 2. Metodología

La investigación siguió un enfoque cualitativo, no experimental de corte transversal, de naturaleza descriptiva- explicativa; para su desarrollo se utilizaron métodos teóricos y empíricos; dentro de los métodos teóricos se empleó: el análisis -síntesis, inductivo – deductivo y la modelación. Los métodos empíricos utilizados fueron la observación y la revisión documental. Dentro de las técnicas se utilizó la guía de observación y la entrevista.

La población estuvo compuesta por 28 estudiantes del paralelo A de Quinto año, de la Unidad Educativa “José Ingenieros”, del cantón Loja, provincia de Loja, seleccionándose a partir de un muestreo no probabilístico intencional, bajo los criterios de selección e inclusión: estar diagnosticados con TDAH, pertenecer al Quinto año como muestra unidad de análisis dos estudiantes diagnosticados con TDAH, mientras que como muestra informante se tomaron a los 26 estudiantes restantes y tres docentes que imparten la asignatura de educación física.

El desarrollo investigativo se llevó a cabo desde el mes de septiembre del 2023 hasta abril del 2024, precisándose cuatro etapas (estudio teórico, diagnóstico inicial, diseño, ejecución -validación), resultando como punto de partida la Etapa I, referida del estudio teórico; el objetivo de esta etapa fue sistematizar de manera exhaustiva la literatura y fuentes relacionadas con el tema de investigación.

En la Etapa II se realizó el diagnóstico inicial, aquí el objetivo se centró en caracterizar la situación del proceso de inclusión a la Educación Física de los estudiantes con TDAH, de la escuela “José Ingenieros”, esta etapa permitió identificar las necesidades, oportunidades y potencialidades de los estudiantes, valorándose las formas que utilizaban los docentes para el desarrollo del proceso de inclusión; de igual manera se indagó en las posibles adaptaciones a realizar.

La Etapa III el objetivo fue diseñar la propuesta, determinándose la estructura y componentes a considerar para el diseño de las actividades físico-recreativas dirigido a perfeccionar la inclusión de estudiantes con (TDAH), a la educación física.

En la Etapa IV, se realizó la ejecución y validación de la propuesta; en ella ocurrieron dos momentos importantes, en un primer momento antes de aplicar las actividades físico-recreativas se procedió a validar la pertinencia y utilidad de la propuesta a partir de la valoración teórica por criterios de especialistas recogido en un taller de socialización y un segundo momento que comprendió la aplicación a través de una experiencia pedagógica en seis clases de la propuesta, finalmente se procedió a aplicar una entrevistas al resto de los estudiantes para obtener retroalimentación directa sobre la aceptación de las actividades y del proceso de inclusión.

### 3. Resultados

1. *Revisión documental.* La revisión realizada de los expedientes del DECE de los estudiantes facilitó corroborar el diagnóstico de los casos unidad de análisis, determinándose dentro de las principales características y generalidades las siguientes:

- Edad: 10 años
- Sexo: Masculino
- Diagnóstico: Trastorno por Déficit de Atención e Hiperactividad TDAH-I
- Presencia en ambos casos de dificultades para mantener la atención y concentración, requiriendo de niveles de apoyo, se distraen con facilidad y abandonan las actividades si estas no les motivan, la capacidad de análisis no es sostenida y muestran de manera constante comportamientos hiperactivos.
- **El caso 1.** Presenta ausencia en el control de los impulsos e inquietud constante. Este trastorno lo lleva a manifestar una conducta oposicional desafiante, así como problemas en el aprendizaje.
- **El caso 2.** Se caracteriza por presentar dificultades para dirigir su atención hacia un estímulo determinado. Se enajena fácilmente y se le dificulta la gestión de sus emociones.

Cabe destacar que, ambos casos, desde que fueron diagnosticados con TDAH se han mantenido estables, sin evolución aparente. Lo anterior revela la necesidad de transformar esta realidad a partir de potenciar la participación e inclusión en actividades físicas-recreativas que permitan mejorar su desempeño físico y a su vez incentivar un mejor comportamiento y atención.

2. *Observación a estudiantes con TDAH en la clase de educación física.*

*Objetivo:* Determinar el nivel de inclusión que tenían los estudiantes con TDAH a la clase de Educación Física. Se constató durante las 9 clases observadas que los estudiantes unidad de análisis, (con presencia de TDAH), tenían limitaciones para participar e incluirse dentro de la clase de Educación Física. Lo anterior se pudo determinar mediante los criterios establecidos para la observación: (relación con el grupo, participación en las actividades, control de impulsos, respuesta ante los estímulos, motivación). Derivado de esto se logra comprobar que los dos estudiantes presentaban dificultades para establecer relaciones con el resto del grupo, de igual manera su participación en las actividades era limitada debido a su poca motivación y al bajo control de los impulsos y comportamientos desajustados. Quedando demostrado la necesidad de desarrollar otras actividades dentro de la clase para motivar la participación e inclusión de los dos estudiantes con TDAH.

3. *Observaciones a clases.* Las observaciones fueron realizadas en nueve clases de Educación Física para determinar a través de la percepción directa las competencias y habilidades de los docentes para estimular el proceso de inclusión y participación de los estudiantes con TDAH. Los indicadores de observación que se tuvieron en cuenta contemplaron: los tipos de actividades que se realizaban en las clases, las adaptaciones curriculares, niveles de apoyo, materiales y recursos adaptados, la metodología empleada, así como las formas de evaluación y el desarrollo del proceso de inclusión.

Determinándose en las nueve clases observadas como generalidad los siguientes aspectos:

- Limitaciones en el desarrollo de las adaptaciones curriculares para atender los casos que presentan TDAH.
  - No se realizan ajustes o flexibilizaciones en los elementos del currículo que le permitan desarrollar apoyos tanto en las metodologías, como en las formas de evaluación que se desarrollaron.
  - Los estudiantes con TDAH se apreciaron desmotivados en la mayor parte de las clases observadas.
  - El proceso de inclusión de estos a las clases fue muy limitado debido a sus desajustes en el comportamiento y la atención.
  - Las metodologías utilizadas resultaron poco inclusivas, no fomentaban la colaboración y el trabajo en equipo, lo que generaba un ambiente en el que los estudiantes se sentían aislados.
  - Los materiales y recursos utilizados en las clases no promovían la participación e inclusión de los estudiantes con TDAH a la clase de Educación Física.
  - Las evaluaciones realizadas no estuvieron adaptadas a las necesidades de todos los estudiantes.
  - Se pudo comprobar que los docentes no siempre emplean actividades físicas adaptadas para trabajar la inclusión en las clases de Educación Física
  - En general, se evidenció en totalidad de las clases observadas un débil proceso de inclusión, debido a la falta de un enfoque claro en este aspecto, relacionado con las limitaciones en los docentes, lo que le hace presentar falencias en el desarrollo de estrategias inclusivas, provocando que los estudiantes con TDAH no se sientan incluidos o parte del grupo.
4. *Entrevista a Docentes.* La entrevista fue aplicada a los tres docentes de Educación Física que laboran en la unidad educativa; la misma tuvo como objetivo indagar sobre la percepción y conocimientos de los docentes sobre el TDAH y sus competencias para hacer frente al proceso de inclusión y tratamiento a estos estudiantes dentro de la clase. Comprobándose en sus

respuestas que existe desconocimiento en los docentes entrevistados sobre el TDAH; recalcan tener interés en aprender sobre esto y están dispuestos a capacitarse, sin embargo, señalan que no siempre encuentran respuestas oportunas a los desafíos que se presentan en la clase para poder atender la diversidad de estudiantes y a su vez promover la inclusión de los casos con presencia de TDAH. Ante la pregunta de si consideran que la práctica de actividades físicas adaptadas ayuda a controlar el comportamiento y atención de estos casos; todos coinciden en considerar de muy positivo para los estudiantes poder realizar actividades físicas, coincidiendo en la necesidad de adaptar las mismas para provocar la corrección de la conducta y motivar un mejor desarrollo de la atención y de su desempeño en general. Los resultados de la entrevista demuestran la necesidad de profundizar en el tema y de buscar una solución lo más acertada posible.

Una vez analizados los resultados obtenidos en el diagnóstico, se procedió en la tercera etapa a diseñar actividades físico-recreativas para facilitar la inclusión de los estudiantes con TDAH a la clase de (EF).

### Propuesta

**Título:** Actividades físico-recreativas para la inclusión de estudiantes con trastorno por déficit de atención e hiperactividad a la educación física.

*Objetivo general:* facilitar la inclusión de los estudiantes con (TDAH) a la clase de EF

*Objetivos específicos:*

- Socializar las actividades físico-recreativas a desarrollar en la clase de educación física como herramienta para el desarrollo de los procesos de inclusión de estudiantes con (TDAH).
- Aprovechar las acciones de las actividades físico-recreativas en la clase de educación física para la ampliación participativa, comunicación y relaciones sociales afables entre todos los estudiantes del grupo, durante la clase de (EF).
- Mejorar la conducta, la atención de los estudiantes con (TDAH), así como la integración social con sus compañeros
- Facilitar la inclusión entre todos los estudiantes unidos los que presentan (TDAH).

### Fundamentación

Las actividades físicas -recreativas son un conjunto de acciones utilizadas para la diversión y su finalidad principal consiste en lograr disfrute de quienes la practican” (Alomoto et al., 2018).

Teniendo en cuenta la definición anterior sobre actividades físico-recreativas, los autores de este artículo consideran que: las actividades físicas-recreativas es el conjunto de acciones corporales interrelacionadas entre sí que poseen una estructura determinada, empleadas para la diversión, cuyo propósito fundamental consiste en lograr el disfrute de quienes lo practican.

En este caso está diseñado para la inclusión de estudiantes con trastorno por déficit de atención e hiperactividad y tiene como objetivo potenciar la inclusión de estudiantes con TDAH, en la educación física de la escuela “José Ingenieros”.

Entre sus características se distinguen su carácter dialéctico, cooperativo, sistémico, práctico al promover el trabajo en pequeños grupos heterogéneos; con propuestas de aprendizaje colaborativo para trabajar conjuntamente; fomentando el aprendizaje, así como el carácter flexible de la propuesta que permite trabajar en equipo, hablar y dialogar, pero, sobre todo, adaptarse a las necesidades y características de los estudiantes con TDAH.

Se diseñaron 7 actividades físico-recreativas que cumplen con la estructura siguiente: título, objetivo, materiales, desarrollo de la actividad, formas de evaluación y adaptaciones.

Es importante destacar que estas deben ser programadas, planificadas y ejecutadas por el profesor atendiendo a las necesidades, posibilidades y preferencias de los estudiantes con TDAH.

De igual manera previo al desarrollo de las actividades se debe organizar los materiales necesarios para cada actividad tales como aros de diferentes colores, pirámides, conos, cubos, esferas, entre otros), la descripción de la actividad. La forma de evaluación debe ser formativa que estimule el desarrollo de los logros cognitivos, procedimentales y actitudinales de los participantes.

Para la implementación de las actividades propuestas es importante tener en cuenta los siguientes aspectos:

- Realizar actividades metodológicas con el colectivo docente de educación física para la inclusión de los estudiantes con TDAH, de manera que se contribuya a la adaptación didáctica de la asignatura.
- Rediseñar las actividades físicas-recreativas teniendo en cuenta limitaciones y fortalezas identificadas en el diagnóstico con los docentes de la asignatura educación física.
- Introducir en el proceso de enseñanza-aprendizaje de la asignatura educación física las actividades físico-recreativas elaboradas y monitorear su perfeccionamiento.

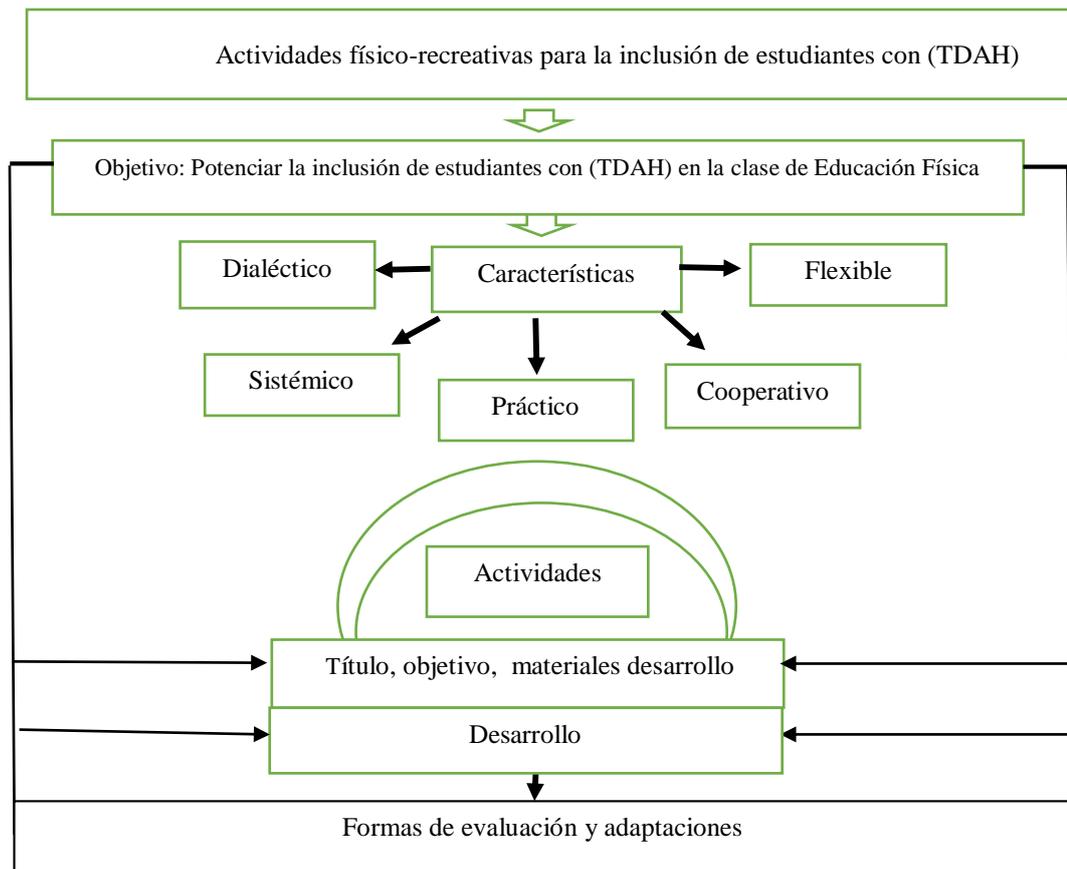
También se sugiere las siguientes indicaciones metodológicas:

- Los objetivos deben estar enfocados a la inclusión de los estudiantes con Trastorno por déficit de atención e hiperactividad desde las clases de educación física.
- Los contenidos están insertados a la inclusión de manera que la participación de todos en las actividades físico-recreativas transcurra de manera natural.
- La utilización de métodos activos, que permita captar la atención del estudiante y su participación protagónica en la apropiación de los contenidos.
- El uso del sistema de evaluación debe constituir una excelente herramienta de diagnóstico desde una perspectiva continua, al permitir comprobar la evolución de los estudiantes con TDAH.

A continuación, se expone en la figura 1, la representación gráfica de la propuesta.

**Figura 1**

*Actividades físico-recreativas para la inclusión de estudiantes con (TDAH)*



**Nota:** Elaborado por Aguilar y Acosta

*Ejemplo de actividades físico-recreativas para la inclusión de los estudiantes con TDAH que integran la propuesta*

### **Actividad 1:** Atención al detalle

**Objetivo:** Mantener la atención activa y concentrada en los detalles de una ilustración mediante la observación de modo que eleva el nivel cognitivo e intelectual de los estudiantes con TDAH.

**Materiales:** Láminas y conos.

**Desarrollo:** El docente de Educación Física inicia la actividad formando 2 equipos, sentados en el piso espalda con espalda en parejas. Al estudiante 1 se le da la ilustración con una composición compleja de varios objetos y se le orienta que la observe por 60 segundos. Terminado el tiempo, se le retira la ilustración y se le da al estudiante 2, que está sentado de espaldas. El estudiante 1 deberá mencionar los objetos que recuerde, los que serán rectificadas por el estudiante 2. Terminada esta acción, el estudiante 1 sale corriendo hasta el cono que se encuentra a 20 metros. Continúa el juego hasta que pasen todos los integrantes. El estudiante que recuerde mayor cantidad de objetos suma puntos para su equipo. Forma de evaluación: Debe ser formativa que estimule el desarrollo de los logros cognitivos, procedimentales y actitudinales de los participantes, considerando el trabajo en equipo.

### **Adaptación a los estudiantes con TDAH:**

A los estudiantes con TDAH se le presenta una ilustración de menor complejidad en la cantidad de figuras y se le incrementa el tiempo de observación, Se considera otra adaptación el disminuir la distancia del recorrido.

### **Actividad 2:** Grupos por colores o formas

**Objetivo:** Incidir en la atención activa y concentrada, de manera que se mejore el coeficiente cognoscitivo y la identificación de los objetos clasificados por los estudiantes con TDAH.

**Materiales:** Aros, objetos con formas geométricas de diferentes colores (pirámides, conos, cubos, esferas, entre otros)

**Desarrollo:** El profesor de Educación Física divide el grupo de estudiantes del paralelo A de quinto año, en dos equipos formados en columna. Coloca en el suelo a 20 metros de cada columna un aro, en cuyo interior deposita objetos con formas geométricas de diferentes colores (pirámides, conos, cubos, esferas, entre otros). A la cuenta de tres, los primeros estudiantes de cada equipo salen corriendo hasta el aro para sacar uno por uno

los objetos para conformar grupos: o bien por colores afines o por formas geométricas. Al terminar, regresan corriendo y palmean la mano del estudiante que le corresponde seguir la rutina, y se coloca al final de la columna. Se repite sucesivamente la actividad hasta que la realicen todos. La actividad desarrolla la atención, el trabajo en equipo y la participación.

**Formas de evaluación:** Formativa que estimule el desarrollo de los logros cognitivos, procedimentales y actitudinales de los participantes.

### **Adaptación a los estudiantes con TDAH**

A los estudiantes con TDAH se le permitirá clasificar las figuras geométricas por colores, y la distancia a recorrer será de 15 metros. Para clasificar a las figuras geométricas por sus lados o características los estudiantes TDAH contarán con un compañero de apoyo.

**Actividad 3:** Lento como una babosa

**Objetivo:** Incidir en la mejora del estado de hiperactividad e impulsividad, sosteniendo un estable control del nivel de concentración de la atención.

**Materiales:** El profesor de Educación Física forma 5 equipos formados en columnas. Al frente de cada equipo se coloca a 30 metros un cubo, caja de cartón o aro, en cuyo interior aparecen juguetes de diferentes colores, (implementos de EF). A los primeros competidores, el profesor les indica que seleccionen dentro del cubo (caja de cartón o aro) un juguete de color específico (por ejemplo, amarillo). A la cuenta de tres, los primeros estudiantes de cada equipo salen corriendo hasta el cubo con la intención de seleccionar el juguete, en este caso amarillo y el regreso es a paso de una babosa, o sea a pisadas, saltos en un pie, dos pies, etc. Se coloca dónde termina la anterior y así poco a poco se llega a la meta. Gana el equipo que ejecute la rutina correctamente. Con esta actividad se trabaja la hiperactividad y se incentiva la participación y al trabajo en equipo.

**Formas de evaluación:** Debe considerarse el trabajo en equipo y la participación como vía para alcanzar los resultados.

### **Adaptación a los estudiantes con TDAH**

Se considera la adaptación disminuir la distancia del recorrido para los estudiantes con TDAH.

**Actividad 4:** Relevos con conos.

**Objetivo:** Fomentar la inclusión, las habilidades motrices, la concentración y el trabajo en equipo en estudiantes convencionales y con TDAH promoviendo la participación y solidaria en el grupo clase.

**Materiales:** Conos y platos

**Desarrollo:** Los estudiantes se colocan en 2 grupos en columna detrás de una línea de partida, se ubican 20 conos de manera circular, en la mitad se ubican 2 conos de diferente color y en el cono 1 10 platos. A la orden del docente el primer estudiante de cada columna coge un plato y corre siguiendo la dirección de los conos y coloca el plato que llevó en el cono que corresponde a su equipo, regresa y da el relevo para que continúe el segundo estudiante, durante el recorrido podemos transmitir mensajes positivos como “Lo estás haciendo muy bien, tú puedes no te detengas, recuerda no desconcentrarte”

Esta actividad le podemos hacer variantes como: colocar cada plato en un cono y devolverlos a su lugar favoreciendo la concentración de los estudiantes.

**Formas de evaluación:** La evaluación debe ser formativa que estimule el logro y desarrollo de habilidades en correspondencia con las posibilidades reales de cada estudiante, así como las necesidades de apoyo para lograr el objetivo.

**Adaptación a los estudiantes con TDAH**

Los estudiantes con TDAH realizan la misma actividad favoreciendo en la concentración y como apoyo tendrá la guía de un compañero.

**Actividad 5:** fútbol académico

**Objetivo:** Mantener la atención activa y concentrada mediante la ejecución de ejercicios sencillos para el desarrollo del nivel cognitivo e intelectual de los estudiantes con TDAH.

**Materiales:** tarjetas con contenidos de matemática y literatura, balón de fútbol.

**Desarrollo:** El docente divide al grupo de Quinto A en dos equipos formados en columna, seguidamente se entrega una tarjeta a los primeros integrantes de cada equipo. En ella aparecen o bien operaciones sencillas de matemáticas o pequeños fragmentos de lectura con indicaciones que una vez resultas salen corriendo a golpear un balón de fútbol (utilizando los bordes de conducción) que se encuentra a 15 metros con la intención de marcar un gol en la portería que les queda al frente. La actividad debe

responder a las necesidades de los estudiantes con TDAH, debe promover la participación, así como el trabajo en equipo.

**Forma de evaluación:** Debe estar en función del logro de habilidades y competencias en correspondencia con las posibilidades reales de cada estudiante, independientemente a su condición.

### **Adaptación para los estudiantes con TDAH**

A los estudiantes con TDAH se le permitirá en primera instancia llevar el balón con la mano, luego o hará con el pie solo con el borde interno.

Las distancias de la portería serán menores a la de los estudiantes convencionales es decir se le permitirá avanzar unos metros más con el balón.

**Actividad 6:** No te pierdas (laberinto motriz, concentración)

**Objetivo:** Incidir en el estado de hiperactividad, favorecer el estado de concentración y, la atención para no distraerse estimulando la acción motriz y la actividad de la conducta.

**Materiales:** Una bolsa, cuerda fina, conos, vallas caramelos, chocolates.

**Desarrollo:** La actividad física y recreativa consiste en recorrer el laberinto trazado en la cancha con una cuerda entre los conos, palos de escoba o vallas, que avancen en forma circular desde un extremo a otro, procurando cada vez ir aumentando la dificultad de los caminos, con la utilización de obstáculos y otros objetos que conduzcan a una bolsa de caramelos o chocolates. El niño o niña al salirse del recorrido trazado por la cuerda o distraerse, será penalizado con un caramelo o chocolate menos.

**Forma de evaluación:** La evaluación debe considerar el logro de concentración y desarrollo de habilidades en correspondencia con las posibilidades reales de cada estudiante, así como las necesidades de apoyo para los estudiantes con TDAH para lograr el objetivo.

### **Adaptación a los estudiantes con TDAH:**

A los estudiantes con TDAH se les permitirá en primera instancia recorrer el laberinto en línea recta y solo por encima de las cuerdas. Otra adaptación será identificar los caminos del laberinto con un estudiante como apoyo.

**Actividad 7:** Escondite Segoviano

**Objetivo:** Participar de forma activa en actividades grupales y, ser capaz de controlar la impulsividad, mejorando su autoestima, el equilibrio y la confianza en sí mismo.

**Materiales:** Sin materiales en específico.

**Desarrollo:** Un alumno/a tendrá el rol de líder y se pondrá en un extremo de la cancha de espaldas a sus compañeros, los demás estudiantes en el otro extremo. El alumno/a líder, deberá decir “Al escondite segoviano sin mover ninguna mano” mientras los demás se desplazan hacia la meta. Cuando el líder se da la vuelta, todos deben ser estatuas, si alguno de ellos se mueve, será eliminado. Ganará el primero que consiga llegar a la meta sin haberse movido cuando no debía.

**Formas de evaluación:** La evaluación que realizaremos será continua y formativa, observaremos y analizaremos el comportamiento y la participación del estudiante en las actividades logrando controlar el grado de impulsividad, equilibrio y la confianza en sí mismos.

### **Adaptación a los estudiantes con TDAH**

Los estudiantes con TDAH trabajarán con apoyos para lograr el objetivo.

Seguidamente con el propósito de validar la pertinencia, actualidad y eficacia de la propuesta, se desarrolló la cuarta etapa de la investigación, en la misma se llevó a cabo una valoración inicial en un primer momento mediante un taller de socialización. Para ello se diseñó un instrumento de validación compuesto por 5 indicadores, aplicado a un total de siete participantes; tres Licenciado en Cultura Física, dos son Magister en Educación y dos Magister en Educación Inclusiva con experiencia en la atención a estudiantes con Necesidades Educativas Especiales, los cuales garantizaron su experiencia como validadores especializados.

En los resultados obtenidos por los especialistas, sugieren como positiva la propuesta con un fuerte consenso en varios aspectos donde se desataca, el alto porcentaje de respuestas que está "Muy de Acuerdo" 6 (85.7%) en que la propuesta es vista como una alternativa viable y funcional para la inclusión de estudiantes con (TDAH).

Para la validación práctica, se procedió con la implementación de la propuesta en diez clases de (EF), para ello se utilizó una experiencia pedagógica dirigida por los investigadores. Se seleccionó el bloque curricular No 1, “Prácticas lúdicas,” del nivel de EGB. Media, aunque la propuesta puede ser aplicada en cualquiera de los bloques curriculares por el carácter flexible que posee.

Entre los resultados se puede destacar que fueron clases motivadoras e interesantes, donde tanto el estudiante con TDAH, como sus compañeros participaron activamente en las actividades de la clase de Educación Física, demostrando de manera positiva el proceso de inclusión educativa.

Finalmente, se procedió a realizar una valoración final de la propuesta mediante la aplicación de unas entrevistas a los estudiantes de Quinto año de Básica paralelo “A”. El objetivo fue obtener la opinión de los estudiantes acerca del proceso de inclusión de compañeros con TDAH en la clase de Educación Física. La entrevista permitió agrupar los criterios relacionados sobre nivel de inclusión en el grupo, participación en las actividades, importancia de las actividades físicas recreativas, entre otros aspectos.

Las respuestas emitidas por los 26 estudiantes destacan que los estudiantes entrevistados

- Perciben las actividades físicas- recreativas como súper divertidas durante las clases de (EF)
- Se siente muy cómodos al participar en las actividades programadas con los compañeros que presentan TDAH.
- Las actividades físicas- recreativas definitivamente permiten que todos los estudiantes se sientan incluidos en las clases de (EF).

Estos hallazgos refuerzan la idea de que las actividades físicas- recreativas engrandece de manera efectiva el proceso de inclusión de estudiantes con TDAH en la clase de Educación Física. En este contexto, las actividades físicas- recreativas desarrolladas brindan una alternativa valiosa y oportuna para facilitar los procesos de inclusión de los estudiantes con TDAH en el contexto educativo.

Resultando interesante considerar los criterios, experiencias y estados de ánimo de los estudiantes participantes los cuales mostraron sentirse motivados y empáticos hacia los que presenta TDAH. De igual manera se percibió que los estudiantes con TDAH mejoraron su comportamiento, respeto e inclusión.

Los estudiantes con TDAH expresaron sentirse muy a gusto con las actividades realizadas, destacando la variedad, la estructura, el apoyo recibido y el ambiente inclusivo que se promueve, lo que asegura su participación. Además, las adaptaciones individuales y la interacción con sus compañeros son fundamentales para su disfrute.

#### 4. Discusión

La educación inclusiva es transformadora de la vida de los sujetos, ofrece la posibilidad a todos de desarrollar al máximo sus capacidades. No se centra en un estudiante en específico, sino que atiende las necesidades de aprendizajes de todos por igual.

En este sentido, la educación inclusiva debe incidir en los factores prosociales como un procedimiento permanente que reconoce, valora y responde de forma pertinente a la diversidad de características, intereses, posibilidades y expectativas de las niñas, los niños y los adolescentes; cuyo objetivo es promover su desarrollo, aprendizaje y participación en un ambiente de aprendizaje común (Hurtado et al., 2022); de ahí que la

inclusión de estudiantes con TDAH dentro de las clases de Educación Física se convierte en un imperativo en la escuela “José Ingenieros” de la ciudad de Loja, lo cual coincide con Contreras (2022), al referir los beneficios de la práctica de actividades físicas en los estudiantes con TDAH en la edad escolar.

Por su parte González (2022) señala que se requieren del empleo de técnicas y propuestas educativas adecuadas (actividades físico-recreativas) por parte de los docentes coincidiéndose en que la práctica deportiva produce multitud de beneficios psicológicos en las personas y se considera una buena opción analizar los beneficios psicológicos que producen en las personas con TDAH. Del mismo modo, el deporte implica también ganancias a nivel social, emocional, y personal (Barrachina, 2021, p. 11).

El estudio permitió considerar que la actividad física, ayuda a controlar el TDAH, en los estudiantes, sobre todo cuando se trata de la práctica tanto del deporte como el ejercicio físico, considerando la actividad física-recreativa un concepto bastante amplio e inclusivo. Por tanto, las personas pueden decantarse por el tipo de actividad física que prefieran y que más beneficios saludables genere en ellos.

Los aportes bibliográficos citados a lo largo del artículo reflejan los beneficios que reporta para estudiantes diagnosticados con TDAH, la práctica de actividades físicas. Esta idea refuerza el hecho de que, la actividad física debe ser dosificada, que transite de una intensidad suave a moderada buscando que el organismo responda positivamente a la sintomatología del TDAH, potenciando la atención y disminuyendo la hiperactividad.

## 5. Conclusiones

- El estudio realizado señala la necesidad de una transformación pedagógica en el proceso decente educativo que se lleva a cabo para la inclusión de estudiantes del paralelo A de Quinto año que presentan trastorno por déficit de atención e hiperactividad, en la clase de educación física de la escuela “José Ingenieros”. Por lo que se diseñan actividades físicas-recreativas para la inclusión de estudiantes con TDAH, cuya validez quedó demostrada desde el punto de vista teórico por criterio de especialistas y desde la práctica a partir de una experiencia pedagógica la cual permitió evidenciar la factibilidad y pertinencia del sistema de actividades en el proceso de inclusión de los estudiantes con TDHA valorándose de muy positivos los criterios de los estudiantes que conforman la muestra informante y los dos casos que constituyeron unidad de análisis.

## 6. Conflicto de intereses

Los autores declaran que no existe conflicto de intereses en relación con el artículo presentado.

## 7. Declaración de contribución de los autores

Todos autores contribuyeron significativamente en la elaboración del artículo.

## 8. Costos de financiamiento

La presente investigación fue financiada en su totalidad con fondos propios de los autores.

## 9. Referencias bibliográficas

Alomoto Mera, M., Calero Morales, S., & Vaca García, M. R. (2018). Intervención con actividad físico-recreativa para la ansiedad y la depresión en el adulto mayor. *Revista Cubana de Investigaciones Biomédicas*, 37(1), 43-56.  
<https://revibiomedica.sld.cu/index.php/ibi/article/view/95>

Barrachina Leal, I. (2021). *Revisión de los efectos de la actividad física y de la influencia de distintos deportes en el alumnado con TDAH* [Tesis de maestría, Universidad Católica de Valencia, España].  
<https://riucv.ucv.es/handle/20.500.12466/1989>

Bustamante, E. E., Santiago-Rodríguez, M. E., Ramer, J. D., Balbim, G. M., Mehta, T. G., & Frazier, S. L. (2019). Actividad física y TDAH: evidencia sobre el desarrollo, efectos neurocognitivos a corto y largo plazo y sus aplicaciones. *Pensar en Movimiento Revista de Ciencias del Ejercicio y la Salud*, 17(1), e37863. <https://doi.org/10.15517/pensarmov.v17i1.37863>

Charchabal Pérez, D., Apolo Eguez, D., Yépez Herrera, E., Alzola Tamayo, A., & Espinosa Ordoñez, W. A. (2020). Los potenciales efectos de la práctica regular de la actividad físico-recreativa en adultos mayores en la comunidad Época, Loja, Ecuador. *Correo Científico Médico*, 24(2), 667-682.  
[http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1560-43812020000200667&lng=es&tlng=es](http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1560-43812020000200667&lng=es&tlng=es).

Castillo-Paredes, A., Montalva Valenzuela, F., & Nanjarí Miranda, R. (2021). Actividad física, ejercicio físico y calidad de vida en niños y adolescentes con trastorno por déficit de atención y/o hiperactividad. *Revista Habanera de Ciencias Médicas*, 20(5).

[http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1729-519X2021000500017](http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1729-519X2021000500017)

Castro-Cedeño, V., Moreira-Arteaga, E., Alcívar-Intriago, M., & Vera-Ormaza, B. (2022). Actividad física como optimización en la calidad de vida de jóvenes con trastornos de atención. *593 Digital Publisher CEIT*, 7(1-1), 393-406. <https://doi.org/10.33386/593dp.2022.1-1.936>

Ciuffetelli Parker, D., & Conversano, P. (2021). Narratives of systemic barriers and accessibility: poverty, equity, diversity, inclusion, and the call for a post-pandemic new normal. *Frontiers in Education*, 6, 704663. <https://doi.org/10.3389/educ.2021.704663>

Contreras Prados, S. (2022). Mindfulness: Una alternativa para afrontar el trastorno por déficit de atención con hiperactividad. *Aula de Encuentro*, 24(1), 213-242. <https://doi.org/10.17561/ae.v24n1.7039>

Díaz de Ríos, M. E. (2020). Incidencias de la educación física y el deporte en la conducta psicológica de escolares. *Ciencia Latina Revista Científica Multidisciplinar*, 4(2), 1366-1388. [https://doi.org/10.37811/cl\\_rcm.v4i2.161](https://doi.org/10.37811/cl_rcm.v4i2.161)

Gerlero, J. C. (2021). La recreación entre “necesidad” y “capacidad. actividad física y ciencias. *Actividad Física y Ciencias*, 13(1), 89-106. <https://revistas.upel.edu.ve/index.php/actividadfisicayciencias/article/view/1450>

González Diezhandino, C. (2022). Diversidad y atención educativa en el alumnado con TDAH [Tesis de pregrado, Universidad de Valladolid, España]. <https://uvadoc.uva.es/handle/10324/56775>

Hurtado Maya, A., Montoya Martínez, M. D., Valencia López, Á. M., & Calzada Londoño, G. A. (2022). La educación inclusiva en la prosocialidad desde una perspectiva de la diversidad. *Revista Guillermo de Ockham*, 21(1), 79-96. <https://doi.org/10.21500/22563202.5467>. [http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1794-192X2023000100079](http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1794-192X2023000100079)

Maqueira Caraballo, G. de la C., Iglesias, S. G., Martínez, R. I., & López, E. V. (2023). La educación inclusiva: Desafíos y oportunidades para las instituciones escolares. *Zenodo*, 8(3), 210-228. <https://doi.org/10.5281/ZENODO.8212998>

Miño-Navas, N. del P., Jijón-Paredes, J. C., Castillejo-Olán, R., & Maqueira-Caraballo, G. de la C. (2024). Estrategia pedagógica inclusiva para el desarrollo de habilidades deportivas en estudiantes con necesidades educativas intelectuales.

*PODIUM - Revista de Ciencia y Tecnología en la Cultura Física*, 19(1), e1593.  
<https://podium.upr.edu.cu/index.php/podium/article/view/1593>

Molina-Torres, J., Orgilés, M., & Servera, M. (2022). El TDAH en la etapa preescolar: una revisión narrativa. *Revista de Psicología Clínica con Niños y Adolescentes*, 9(3), 58-66. <https://doi.org/10.21134/rpcna.2022.09.3.5>

Organización de las Naciones Unidas [ONU]. (2015, septiembre 25). La Asamblea General adopta la Agenda 2030 para el Desarrollo Sostenible. Desarrollo Sostenible. <https://www.un.org/sustainabledevelopment/es/2015/09/la-asamblea-general-adopta-la-agenda-2030-para-el-desarrollo-sostenible/>

Organización de las Naciones Unidas para la Educación, la Ciencia y la Cultura [UNESCO]. (2016). Educación 2030: Declaración de Incheon y Marco de Acción para la realización del Objetivo de Desarrollo Sostenible 4: Garantizar una educación inclusiva y equitativa de calidad y promover oportunidades de aprendizaje permanente para todos—UNESCO Biblioteca Digital. [https://unesdoc.unesco.org/ark:/48223/pf0000245656\\_spa](https://unesdoc.unesco.org/ark:/48223/pf0000245656_spa)

Ruano-Anoceto, A. O., Palacio-González, D. M., & Zamora-Castillo, D. (2023). Actividades físico-recreativas para la inclusión de adolescentes con necesidades educativas especiales auditivas. *Arrancada*, 23(45), 59-85. <https://revistarrancada.cujae.edu.cu/index.php/arrancada/article/view/600>

Rusca-Jordán, F., & Cortez-Vergara, C. (2020). Trastorno por déficit de atención con hiperactividad (TDAH) en niños y adolescentes. Una revisión clínica. *Revista de Neuro-Psiquiatría*, 83(3), 148–156. <https://doi.org/10.20453/rnp.v83i3.3794>

Secanell, I. L., & Núñez, S. P. (2019). Mindfulness y el abordaje del TDAH en el contexto educativo. *Revista Brasileira de Educação Especial*, 25(1), 175-188. <https://doi.org/10.1590/s1413-65382519000100011>

Smith, A. L., Hoza, B., Linnea, K., McQuade, J. D., Tomb, M., Vaughn, A. J., Shoulberg, E. K., & Hook, H. (2013). Pilot Physical Activity Intervention Reduces Severity of ADHD symptoms in young Children. *Journal of Attention Disorders*, 17(1), 70-82. <https://doi.org/10.1177/1087054711417395>

El artículo que se publica es de exclusiva responsabilidad de los autores y no necesariamente reflejan el pensamiento de la **Revista Alfa Publicaciones**.



El artículo queda en propiedad de la revista y, por tanto, su publicación parcial y/o total en otro medio tiene que ser autorizado por el director de la **Revista Alfa Publicaciones**.



#### Indexaciones

