

La Educación Física como herramienta de inclusión: revisión sistemática en el contexto de la Diversidad Funcional Escolar

Physical Education as a Tool for Inclusion: A Systematic Review in the Context of School Functional Diversity

Laura Olivares Rodríguez

Graduada en Educación Primaria con Mención en Educación Física por la Escuela Universitaria de Osuna (Centro adscrito a Universidad de Sevilla).. mariafperez90@gmail.com

Dra. Macarena Cortés Vázquez

Prof. Escuela Universitaria de Osuna Osuna (Centro adscrito a Universidad de Sevilla)
Prof. Dpto. Educación e Innovación Educativa en Universidad Europea de Madrid.

<https://orcid.org/0000-0002-5074-2198>

Resumen:

Este estudio realiza una revisión sistemática sobre los beneficios de implementar estrategias inclusivas en la educación física para alumnado con diversidad funcional en Educación Primaria. Desde un enfoque teórico, legislativo y pedagógico, se reconoce la educación física como una herramienta clave para el desarrollo motor, cognitivo, emocional y social, favoreciendo la equidad y la participación plena del estudiantado. Se utilizó la guía PRISMA y el modelo PICOT para delimitar la pregunta de investigación, centrándose en niños de 6 a 12 años con diversidad funcional y analizando intervenciones inclusivas implementadas entre 2015 y 2025. Se consultaron bases de datos como Medline, PubMed y Google Scholar, seleccionándose finalmente 20 estudios relevantes. Los resultados muestran que metodologías como el aprendizaje cooperativo, el juego adaptado, la tutoría entre iguales, la narración y el deporte inclusivo favorecen la interacción social, la autoestima, la autonomía y la cohesión grupal. Además, se destaca la importancia de la formación docente, la planificación estructurada y la actitud del profesorado como elementos clave para una inclusión efectiva. Las intervenciones exitosas no solo benefician al alumnado con discapacidad, sino

que también transforman la cultura escolar hacia una más justa y empática. Sin embargo, persisten barreras como la falta de recursos, la escasa preparación inicial de los docentes y la necesidad de una mayor coordinación institucional. Se concluye que una educación física verdaderamente inclusiva es posible si se combina formación continua, estrategias pedagógicas bien fundamentadas y un compromiso ético con la diversidad. Esta área se consolida así como un espacio privilegiado para la justicia social y el desarrollo integral, en el que todos los estudiantes pueden aprender, participar y crecer en igualdad de condiciones.

Palabras clave: inclusión; educación primaria; educación física; diversidad funcional; estrategias pedagógicas.

Abstract:

This study presents a systematic review on the benefits of implementing inclusive strategies in physical education for students with functional diversity in primary education. From theoretical, legislative, and pedagogical perspectives, physical education is recognized as a key tool for motor, cognitive, emotional, and social development, promoting equity and full student participation. The PRISMA guidelines and the PICOT model were used to define the research question, focusing on children aged 6 to 12 with functional diversity and analyzing inclusive interventions implemented between 2015 and 2025. Databases such as Medline, PubMed, and Google Scholar were consulted, resulting in the selection of 20 relevant studies. The findings show that methodologies such as cooperative learning, adapted games, peer tutoring, storytelling, and inclusive sports foster social interaction, self-esteem, autonomy, and group cohesion. Additionally, teacher training, structured planning, and the attitude of the teaching staff are highlighted as key elements for effective inclusion. Successful interventions not only benefit students with disabilities but also help transform school culture into one that is fairer and more empathetic. However, barriers remain, such as the lack of resources, insufficient initial teacher preparation, and the need for greater institutional coordination. The study concludes that truly inclusive physical education is possible when continuous training, well-grounded pedagogical strategies, and an ethical commitment to diversity are combined. This field thus stands out as a privileged space for social justice and holistic development, where all students can learn, participate, and grow on equal terms.

Keywords: inclusion; primary education; physical education; functional diversity; pedagogical strategies.

1. INTRODUCCIÓN

Adoptar un enfoque inclusivo en la educación física dentro de las escuelas primarias es un paso fundamental para promover el desarrollo integral de todo el alumnado. La inclusión activa del estudiantado con diversidad funcional en las

clases de actividad física no solo impulsa su crecimiento físico, emocional y social, sino que también genera beneficios para el conjunto de la comunidad educativa (Echeverría et al., 2023). El uso de estrategias pedagógicas intencionadas favorece la equidad de oportunidades y fortalece la cohesión grupal, reafirmando que la inclusión es un pilar del bienestar infantil.

La educación física representa una herramienta clave para el desarrollo motor, cognitivo y socioemocional de la infancia. En el caso de los estudiantes con diversidad funcional, su participación en contextos físicos adaptados contribuye al bienestar general, mejora sus capacidades físicas y refuerza su autoestima y sentido de pertenencia. Este potencial inclusivo se ve respaldado por el marco legislativo actual, que promueve la implementación de metodologías inclusivas en el ámbito educativo y subraya la necesidad de una formación docente especializada.

Las actividades físicas adaptadas facilitan mejoras significativas en la coordinación motora, reducen las barreras sociales y estimulan la comunicación entre compañeros (García et al., 2023). Estos entornos de aprendizaje también refuerzan competencias fundamentales que impactan de manera positiva en el rendimiento académico y el desarrollo personal del alumnado.

Los avances en neurociencia, educación y ciencias del movimiento revelan que la actividad física incide positivamente en la autonomía, la autoestima y las habilidades socioemocionales del alumnado. Modelos como el aprendizaje cooperativo o la enseñanza comprensiva se muestran eficaces para integrar al alumnado con necesidades educativas especiales en el entorno de la educación física. Asimismo, la investigación ha favorecido el desarrollo de instrumentos de evaluación inclusivos que valoran el progreso desde una perspectiva global, considerando dimensiones físicas, cognitivas, emocionales y sociales.

Investigar en el ámbito de la educación física inclusiva resulta esencial para optimizar la calidad educativa. Este proceso investigativo permite ajustar la práctica docente a las demandas actuales, fortalecer la equidad, fomentar la innovación pedagógica y orientar la toma de decisiones en materia de políticas educativas. La incorporación de evidencia científica actualizada es clave para diseñar contextos educativos más justos, donde cada estudiante pueda alcanzar su máximo potencial.

En este proceso, las actitudes del profesorado y su capacitación continua desempeñan un papel decisivo. Es fundamental que los docentes estén formados para identificar la diversidad en el aula y adaptar sus metodologías a las particularidades del alumnado (Sabando et al., 2024). La formación permanente y

el intercambio de buenas prácticas facilitan el desarrollo de estrategias inclusivas que eliminan prejuicios y promueven un aprendizaje equitativo.

Este artículo aborda la inclusión en la educación física en la etapa de primaria desde una perspectiva teórica, legislativa y pedagógica. Se exploran cinco ejes fundamentales:

- Los beneficios de la educación física para el alumnado con diversidad funcional, destacando su impacto en el desarrollo global.
- La importancia de trabajar la diversidad funcional en primaria mediante el juego y el movimiento, fomentando valores de respeto, empatía e inclusión.
- El marco legislativo vigente, que garantiza el derecho a una educación inclusiva y equitativa para todo el alumnado.
- Las adaptaciones metodológicas, recursos didácticos y estrategias organizativas necesarias para asegurar el acceso efectivo a la educación física.
- La evaluación inclusiva, centrada en el progreso y la participación activa, más allá del rendimiento físico convencional.

Desde esta base, se propone una reflexión crítica y fundamentada que contribuya a consolidar una educación física verdaderamente inclusiva, en sintonía con los principios de equidad, justicia social y calidad educativa.

2. FUNDAMENTACIÓN TEÓRICA

2.1. BENEFICIOS DE LA EDUCACIÓN FÍSICA PARA LA SALUD

La educación física desempeña un papel esencial en el desarrollo integral de los niños y niñas, al incidir de forma directa no solo en su salud corporal, sino también en su bienestar mental y social. Diversas investigaciones respaldan los beneficios físicos, cognitivos y psicosociales derivados de la práctica regular de actividad física en el contexto escolar.

Desde una perspectiva fisiológica, la educación física contribuye a la mejora de los sistemas cardiovascular y muscular. Actividades como correr, nadar o jugar deportes permiten mantener un peso saludable y reducir el riesgo de enfermedades crónicas como diabetes tipo 2, hipertensión y obesidad (OMS, 2020). La OMS recomienda un mínimo de 60 minutos diarios de ejercicio moderado o intenso para niños y adolescentes, enfatizando su impacto preventivo en la salud pública.

En el ámbito cognitivo, el ejercicio físico ha demostrado potenciar funciones ejecutivas como la memoria, la atención y el procesamiento de la información. Estudios como los de Hillman et al. (2008) y Pediatrics (2014) han evidenciado una correlación positiva

entre actividad física regular y rendimiento académico, lo que posiciona a la educación física como una herramienta pedagógica integral.

Además, la actividad física regula aspectos emocionales y conductuales, ayudando a reducir los niveles de ansiedad, depresión y estrés. La liberación de endorfinas durante el ejercicio produce sensaciones de bienestar y mejora del estado de ánimo (Biddle y Asare, 2011).

Desde una dimensión social, la educación física promueve la interacción entre iguales, el trabajo en equipo y el desarrollo de habilidades comunicativas. Bailey (2006) señala que las actividades deportivas favorecen valores como el respeto y la cooperación, mientras que la UNESCO (2015) destaca su capacidad para reducir actitudes antisociales y fomentar la inclusión.

En el contexto actual de aumento del sedentarismo infantil, la educación física se configura como un eje preventivo de enfermedades y como promotor de hábitos de vida activos. Según The Lancet (2016), el sedentarismo causa más de cinco millones de muertes prematuras anuales, lo que enfatiza la urgencia de implementar programas de actividad física en edad escolar.

2.2. ESTRATEGIAS DE INTERVENCIÓN EN EDUCACIÓN FÍSICA

Para maximizar el impacto de la educación física en el alumnado, es indispensable la aplicación de estrategias pedagógicas inclusivas, fundamentadas en la evidencia y adaptadas a la diversidad del alumnado.

Una estrategia prioritaria es el diseño de actividades accesibles y motivadoras, ajustadas a las habilidades e intereses de todo el alumnado. Esto implica aplicar un enfoque pedagógico basado en la equidad, tal como plantean Block y Obrusnikova (2007), quienes defienden la participación de todos los estudiantes, con independencia de sus capacidades.

La incorporación de tecnología en las clases de educación física potencia la motivación y permite una evaluación más personalizada (Casey & Jones, 2011). Herramientas digitales permiten adaptar el ejercicio a las necesidades específicas del alumnado, facilitando una mayor inclusión.

Las intervenciones deben extenderse al ámbito familiar y comunitario. Iniciativas que promueven la actividad física fuera del horario lectivo, y que involucran a familias, tienen mayor probabilidad de consolidar hábitos saludables (Pate et al., 2006).

El juego se revela como una estrategia didáctica esencial. Además de fomentar el disfrute y la motivación, potencia habilidades sociales y emocionales (Griffin & Butler, 2005).

Juegos cooperativos y adaptados permiten una participación equitativa, especialmente entre alumnado con necesidades educativas especiales.

La retroalimentación constante y significativa mejora la autopercepción, la regulación emocional y el compromiso con la actividad (Silverman, 2017).

El desarrollo profesional docente es clave para garantizar prácticas inclusivas y efectivas (Armour & Yelling, 2007). La formación continua permite que el profesorado adquiera herramientas metodológicas adaptadas al contexto real de sus aulas.

Un enfoque integral de la educación física, que incluya componentes de salud mental y nutrición, tiene un mayor impacto en el bienestar general (Wechsler et al., 2004). Actividades como el yoga o la meditación ayudan a la gestión emocional, mientras que la educación alimentaria mejora el rendimiento y los hábitos saludables (Contento, 2011).

Este conjunto de estrategias consolida a la educación física como un espacio privilegiado para la promoción de la salud, la inclusión y el desarrollo integral del alumnado en el marco de una educación de calidad y equitativa.

2.3. CONCEPTO Y CARACTERÍSTICAS DE DIVERSIDAD FUNCIONAL

El concepto de diversidad funcional surge como una alternativa inclusiva al modelo tradicional de discapacidad, con el objetivo de poner en valor las diferencias en lugar de enfocarse en las limitaciones. Este paradigma, en sintonía con el modelo social de la discapacidad, sostiene que las barreras no residen en la persona, sino en un entorno que no ha sido diseñado para todos (Palacios, 2008, p. 45).

Desde esta perspectiva, se promueve una transformación en el lenguaje, rechazando términos como "minusvalía" o "discapacidad" por su carga peyorativa, y apostando por un vocabulario que empodere y dignifique. La diversidad funcional reconoce que cada persona posee un repertorio único de capacidades, y que estas deben ser entendidas como expresión de la diversidad humana (Romñach y Lobato, 2005, p. 12).

La Convención Internacional sobre los Derechos de las Personas con Discapacidad (ONU, 2006) establece la obligación de los Estados de garantizar la participación plena y en igualdad de condiciones, enfatizando el principio de accesibilidad universal (art. 4 y 3). Esta accesibilidad no solo debe ser física, sino también comunicativa, cognitiva y digital (OMS, 2011, p. 15).

El enfoque interdisciplinario resulta clave para una atención integral, incluyendo a profesionales de la educación, salud, trabajo social y arquitectura, entre otros (Verdugo, 2009, p. 34). Además, el empoderamiento personal y la toma de decisiones por parte de las

personas con diversidad funcional son considerados pilares fundamentales para el ejercicio de una ciudadanía plena (ONU, 2006, art. 3).

Los estudiantes con diversidad funcional pueden presentar necesidades educativas especiales (NEE) que requieren apoyos específicos para acceder al currículo en condiciones de equidad. Estas necesidades pueden ser permanentes o transitorias, y derivar de condiciones físicas, sensoriales, intelectuales o del espectro autista (LOE, 2006, art. 71).

Para responder a esta diversidad, se plantean tres líneas de intervención esenciales:

- Adaptaciones curriculares: ajustes en contenidos, metodologías y evaluación que garanticen el acceso equitativo al aprendizaje (Verdugo, 2009, p. 34).
- Diseño Universal para el Aprendizaje (DUA): un enfoque que propone múltiples formas de representación, acción y participación (Rose et al., 2002, p. 8).
- Apoyos personalizados: recursos humanos y materiales como docentes de refuerzo, tecnología de asistencia o adaptaciones físicas.

La inclusión de alumnado con diversidad funcional aporta beneficios a toda la comunidad educativa. Mejora la empatía, fomenta valores de respeto y favorece el aprendizaje cooperativo (Stainton, 2008, p. 78). Sin embargo, persisten barreras como la insuficiencia de recursos, la escasa formación docente y actitudes excluyentes, que deben ser abordadas desde una perspectiva estructural y formativa.

2.4. LA EDUCACIÓN INCLUSIVA EN EDUCACIÓN PRIMARIA

La educación inclusiva constituye un principio fundamental de justicia social que exige transformar el sistema educativo para que atienda de manera eficaz a la diversidad. No se trata de incorporar a los estudiantes con discapacidad a un sistema estático, sino de reconfigurar el propio sistema para que sea receptivo, equitativo y flexible (Echeita, 2013, p. 23).

El profesorado desempeña un papel esencial en esta transformación. Es imprescindible dotarlo de formación inicial y continua que integre conocimientos sobre diversidad funcional, estrategias inclusivas y habilidades socioemocionales (Echeita, 2013, p. 27).

La colaboración con las familias y la comunidad es también una condición necesaria para la inclusión educativa. Las familias no solo apoyan el aprendizaje, sino que ofrecen una visión singular del alumno que enriquece la intervención escolar (Booth et al., 2011, p. 45).

Desde una perspectiva global, la inclusión educativa está alineada con el Objetivo de Desarrollo Sostenible n.º 4 de la Agenda 2030 de las Naciones Unidas, que propone garantizar una educación inclusiva, equitativa y de calidad para todos (ONU, 2015). La

UNESCO (2017) señala que la inclusión escolar es clave para reducir desigualdades y fomentar sociedades más justas (p. 12).

Para que la inclusión sea efectiva, los entornos educativos deben ser accesibles en todas sus dimensiones: física, comunicativa y pedagógica (OMS, 2011, p. 15). Solo a través de estos ajustes estructurales y actitudinales puede garantizarse la participación plena de todos los estudiantes.

2.5. INFLUENCIA DE LA EDUCACIÓN FÍSICA EN EL ALUMNADO CON DIVERSIDAD FUNCIONAL

La educación física ofrece un marco único para fomentar la inclusión, dado su carácter experiencial, socializador y transformador. Mediante el diseño de actividades adaptadas y significativas, es posible garantizar que el alumnado con diversidad funcional participe activamente en las clases, obteniendo beneficios físicos, cognitivos y sociales.

La educación física adaptada mejora la salud general, incrementa la autoestima y fomenta la autonomía (Block, 2016, p. 78). Programas específicos como el PEFA (Ríos, 2003, p. 45), la Psicomotricidad Adaptada (Linares, 2010, p. 78) y el PAFDI (Verdugo, 2009, p. 34) demuestran que, con apoyos adecuados, los estudiantes con discapacidad pueden disfrutar y beneficiarse plenamente de la actividad física.

El uso de materiales accesibles, como balones sonoros o rampas, y la aplicación del DUA, permiten diseñar clases más equitativas y motivadoras. Sin embargo, la formación docente en pedagogías inclusivas sigue siendo una condición ineludible.

La colaboración interdisciplinaria con profesionales del ámbito terapéutico y la implicación de las familias fortalecen el proceso de inclusión. La educación física se configura así como un vehículo pedagógico que contribuye a la equidad educativa y a la construcción de una escuela más humana y participativa.

3. METODOLOGÍA

El presente estudio adopta un enfoque de revisión sistemática con el propósito de identificar, analizar y sintetizar la evidencia científica existente sobre los beneficios de la educación física inclusiva en el alumnado con diversidad funcional en la etapa de Educación Primaria.

Para asegurar la transparencia y rigurosidad metodológica del proceso de revisión, se siguió la guía PRISMA (*Preferred Reporting Items for Systematic Reviews and Meta-Analyses*). PRISMA es una herramienta internacionalmente reconocida que proporciona un conjunto de elementos esenciales para garantizar una presentación clara, completa y

estandarizada de revisiones sistemáticas y metaanálisis. Incluye un diagrama de flujo que permite describir el proceso de selección de los estudios, desde la identificación inicial hasta la inclusión final, facilitando la reproducibilidad del estudio y la evaluación crítica por parte de otros investigadores.

Para estructurar la revisión, se utilizó el modelo PICOT, que permite delimitar con precisión la pregunta de investigación:

- **P (Población):** Alumnado de Educación Primaria (6 a 12 años) con diversidad funcional.
- **I (Intervención):** Programas y estrategias inclusivas implementadas en clases de educación física.
- **C (Comparación):** Alumnado que no participa en programas inclusivos o que se educa en contextos segregados (cuando aplica).
- **O (Resultados):** Mejora en el desarrollo físico, cognitivo, emocional, social y en la inclusión escolar.
- **T (Tiempo):** Publicaciones entre enero de 2015 y enero de 2025.

La pregunta de investigación formulada fue: ¿Cuáles son los beneficios de implementar estrategias inclusivas en la educación física para el alumnado con diversidad funcional en la etapa de Educación Primaria?

Los objetivos de esta revisión son los siguientes:

- Conocer las estrategias de integración del alumnado con diversidad funcional a través de la educación física y comprender el enfoque inclusivo de esta área.
- Analizar el impacto de la educación física inclusiva en el desarrollo y habilidades del alumnado con diversidad funcional.
- Identificar los estudios científicos más relevantes publicados en los últimos diez años sobre esta temática.

La búsqueda bibliográfica se llevó a cabo entre marzo y abril de 2025. Se utilizaron como palabras clave los siguientes descriptores: "inclusive education", "primary school", "children with disabilities", "strategies", y "interventions". Estas se combinaron mediante operadores booleanos: ("inclusive education" AND "primary school" AND "children with disabilities") AND (strategies OR interventions).

Se consultaron las siguientes bases de datos: Medline Complete, Academic Search Ultimate, PubMed with Full Text y Google Scholar.

Los criterios de inclusión fueron:

- Artículos publicados entre enero de 2015 y enero de 2025.

- Estudios realizados en niños y niñas de 6 a 12 años.
- Investigaciones centradas en seres humanos.
- Publicaciones en inglés o castellano.

Los criterios de exclusión fueron:

- Artículos anteriores a enero de 2015.
- Estudios realizados con personas mayores de 12 años.
- Publicaciones en idiomas distintos del inglés o castellano.
- Estudios realizados en animales.

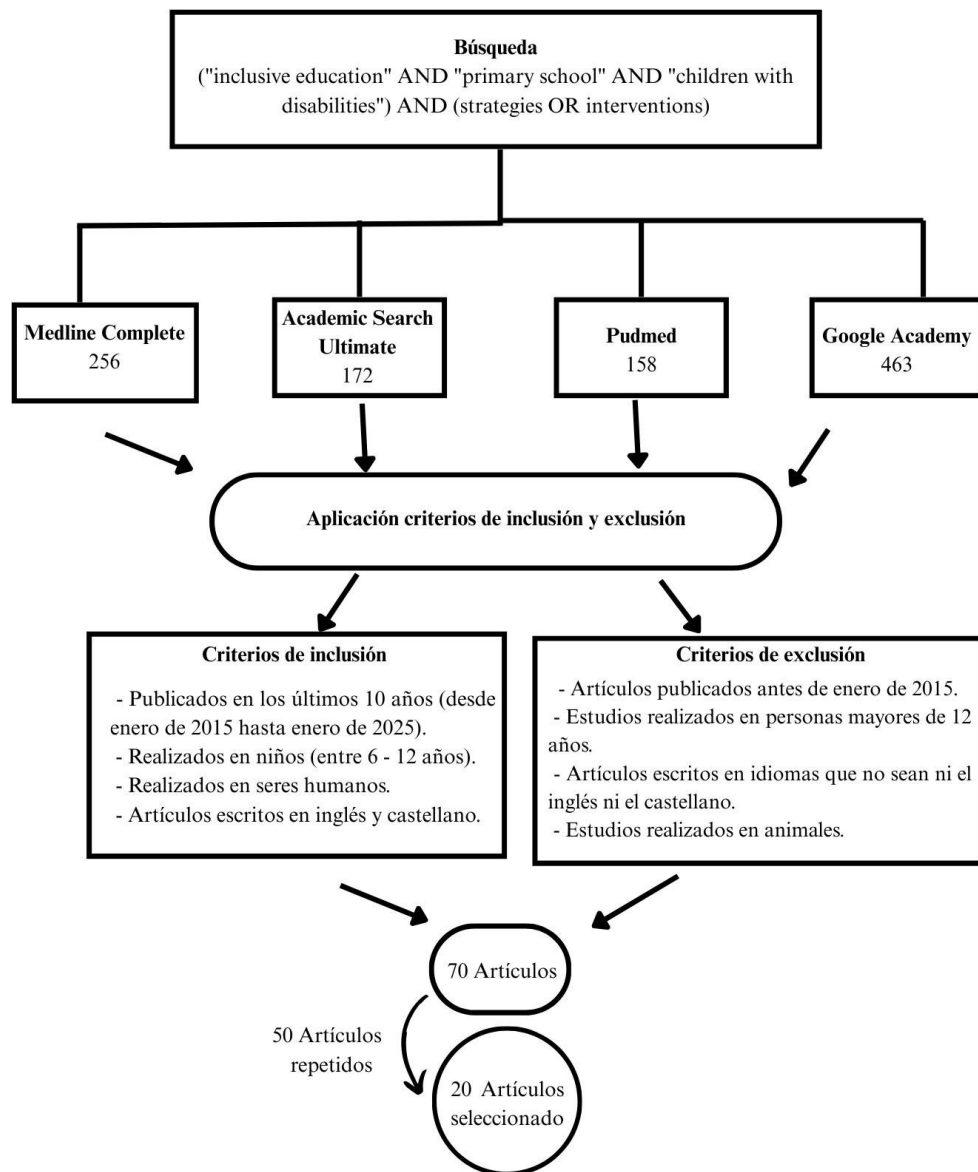
Resultados preliminares de la búsqueda fueron:

- En Medline Complete se identificaron 256 artículos, de los cuales 24 cumplieron los criterios establecidos.
- En Academic Search Ultimate se localizaron 172 artículos, de los que se seleccionaron 12.
- En PubMed with Full Text se encontraron 158 artículos, de los que 9 cumplieron los criterios.
- En Google Scholar se hallaron 463 artículos, de los que 25 fueron pertinentes.

Tras la eliminación de duplicados, el total de artículos incluidos en la revisión final fue de 20. Estos estudios sirvieron como base para la síntesis de la evidencia disponible sobre el impacto de la educación física inclusiva en alumnado con diversidad funcional.

Figura 1

Diagrama de flujo tras el análisis PRISMA



Fuente: Elaboración propia.

4. RESULTADOS

Tabla 1. Resultados obtenidos tras la revisión PRISMA

Título	Autores	Año	Objetivo del estudio	Resultados	Conclusiones
Cooperative oriented learning in inclusive physical education [18]	Aija Klavina et al.	2015	Evaluar el impacto de la tutoría entre pares en los comportamientos de interacción entre estudiantes con y sin discapacidad dentro de clases de educación física inclusiva en escuelas primarias. Promover un entorno de aprendizaje cooperativo y fomentar la participación equitativa.	Aumentos significativos en las interacciones entre estudiantes con y sin discapacidad. Los estudiantes con discapacidades mantuvieron un alto porcentaje de participación activa. Los tutores pares mostraron más comportamientos sociales positivos hacia sus compañeros con discapacidad.	La tutoría entre pares en educación física inclusiva fomenta la participación activa y mejora la interacción social entre estudiantes con y sin discapacidad. Esta estrategia contribuye a un ambiente escolar más inclusivo y empático. Además, fortalece el clima del aula y la cultura de colaboración entre compañeros.
Estrategias lúdicas para desarrollar la corporeidad de los niños del primer grado del nivel primaria en las sesiones de educación física [18]	Israel Olivar Arellano y Bertha Alcaraz Núñez	2016	Desarrollar la corporeidad (conciencia del cuerpo vivido) en niños de primer grado de primaria mediante estrategias lúdicas dentro de las sesiones de educación física, fomentando al mismo tiempo la convivencia pacífica, la motricidad y el esquema corporal.	Se logró que los niños reconocieran su cuerpo, sus movimientos y aceptaran su propia imagen corporal. Se observó una mejora en la convivencia escolar. Las actividades lúdicas promovieron el desarrollo de habilidades motrices, cognitivas y afectivas.	El uso del juego como estrategia metodológica en educación física favorece el desarrollo integral del niño, estimulando sus capacidades motrices, afectivas y sociales. Se comprobó que las actividades lúdicas bien planificadas son eficaces para fortalecer la corporeidad, al tiempo que promueven un ambiente de aprendizaje inclusivo, significativo y participativo.

Título	Autores	Año	Objetivo del estudio	Resultados	Conclusiones
La educación física adaptada para la población escolar con discapacidad física y parálisis cerebral [154]	Nelly Esperanza Rojas	2016	Adaptar el plan de Educación Física para estudiantes con discapacidad física y parálisis cerebral en colegios oficiales. Se buscó identificar sus necesidades educativas y proponer estrategias curriculares inclusivas. Esto con el fin de mejorar su participación y desarrollo integral en el área.	Alta necesidad de formación docente en inclusión y adaptación curricular en Educación Física. Escasa inclusión real en las clases de Educación Física para estudiantes con discapacidad física o parálisis cerebral. Plan de Educación Física Adaptada, incluyendo elementos lúdicos y recreativos.	La educación física adaptada es clave para garantizar la inclusión y el desarrollo integral de estudiantes con discapacidad física y parálisis cerebral. Su implementación mejora la autonomía, autoestima y participación social de esta población. Es esencial capacitar a los docentes y adaptar el currículo para una enseñanza verdaderamente inclusiva.
‘Huesos de cristal’ y Educación Física. Una experiencia de simulación e imaginación hacia la inclusión [10]	Daniel Martos-García et al.	2016	Generar una reflexión crítica en futuros docentes sobre la inclusión de estudiantes con Osteogénesis Imperfecta (OI) mediante una experiencia de simulación en clases de formación. Se buscó cambiar actitudes, sensibilizar y evaluar la utilidad pedagógica.	Provocó una reflexión profunda en el alumnado sobre la discapacidad. La mayoría de los participantes valoró positivamente la actividad, considerándola útil y necesaria para su formación como docentes inclusivos. Surgieron también críticas sobre los límites de la simulación, como su falta de realismo.	La experiencia de simulación fomentó la reflexión crítica y la empatía del futuro profesorado hacia la inclusión de estudiantes con discapacidad. Aunque útil como punto de partida, se recomienda complementar con experiencias reales y enfoque cuidadoso. Es clave formar docentes comprometidos con la justicia social en educación física.

Título	Autores	Año	Objetivo del estudio	Resultados	Conclusiones
Building inclusion and resilience in students with and without sen through the implementatio n of narrative speech, role play and creative writing in the mainstream class-room of primary educa-tion. [15]	Elena Vitalaki et al.	2018	Promover la inclusión y la resilien-cia en estudiantes con y sin nece-sidades educativas especiales (NEE) en aulas convencionales de primaria, mediante la implemen-tación de narración de historias, juego de roles y escritura creativa.	Los estudiantes desarrollaron ha-bilidades como empatía, expre-sión emocional y trabajo en equipo. Los docentes notaron una trans-formación en la dinámica del aula, con una mayor cohesión, respeto por la diversidad y partici-pación equitativa.	La narración, el juego de roles y la escri-tura creativa fomentan la inclusión y el desarrollo socioemocional en el aula. Estas herramientas fortalecen la empa-tía, la colaboración y el respeto por la di-versidad. Además, promueven un ambiente más justo y participativo para todos los estu-diantes.
Working towards inclu-sive physical education in a primary school: 'some days I just don't get it right' [14]	Kirsten Petrie et al.	2018	Explorar cómo un docente de pri-maria transformó su práctica para hacer la educación física más inclu-siva. A través de la reflexión y la colaboración con sus estudian-tes, buscó crear experiencias sig-nificativas para todos. Se enfocó en superar enfoques tradicionales y centrarse en el aprendizaje y la participación equitativa.	El docente modificó su enfoque pedagógico hacia una enseñanza centrada en el aprendizaje, no en la actividad deportiva. Se implementaron adaptaciones reales que permitieron la partici-pación activa de todos los estu-diantes, incluyendo aquellos con discapacidades.	La inclusión en educación física re-quiere más que adaptar actividades; im-plica repensar el currículo junto a los estudiantes. Es un proceso continuo que demanda reflexión, creatividad y compromiso. No siempre se logra a la perfección, pero cada intento cuenta.
La formación perma-nente como herramienta para mejorar la interven-ción del maestro de edu-cación física con alumnado con discapaci-dad [5]	Ignacio Gonzá-lez López y Da-vid Macías García	2018	Identificar las dificultades, nece-sidades y demandas formativas del profesorado para diseñar pro-puestas que mejoren su interven-ción docente e impulsen la inclusión educativa y social de es-tos alumnos.	Carencias formativas en conoci-mientos curriculares específicos y en el uso de herramientas adap-tadas. El profesorado novel es más abierto a la diversidad, mientras que el experto muestra mayores necesidades formativas en cier-tos aspectos.	La formación permanente es clave para mejorar la intervención docente en edu-cación física con alumnado con disca-pacidad. Es necesario adaptar los planes forma-tivos a las nuevas demandas inclusivas. Así se garantiza una enseñanza más equitativa, actualizada y de calidad.

Título	Autores	Año	Objetivo del estudio	Resultados	Conclusiones
El juego como recurso didáctico para el alumnado con necesidades educativas especiales [12]	José M. Bautista Vallejo et al.	2018	Analizar el uso del juego como recurso didáctico en Educación Física para favorecer la integración, el desarrollo afectivo-social y el aprendizaje del alumnado con necesidades educativas especiales. Se busca resaltar el papel del profesorado en la planificación de actividades adaptadas que atiendan a la diversidad funcional del alumnado.	El juego facilita el desarrollo motor, cognitivo y emocional del alumnado con discapacidad, además de promover su inclusión social y participación activa en clase. Múltiples beneficios de la actividad física adaptada, como la mejora de la autoestima, la salud y las habilidades sociales. Persisten barreras como la falta de formación docente, materiales inadecuados, prejuicios y falta de accesibilidad.	El juego es una herramienta clave para lograr una educación física inclusiva y equitativa. Para que el alumnado con discapacidad participe de forma efectiva, es necesario adaptar las actividades, eliminar barreras y formar al profesorado. Así se favorece el desarrollo integral de todos los estudiantes en un entorno de respeto, solidaridad y aprendizaje compartido.
Work with children with disabilities - the teacher's attitudes towards inclusion [8]	Branka Proti Gava et al.	2018	Analizar las actitudes de los profesores de educación física y de primaria en hacia la educación física inclusiva, considerando factores como su experiencia previa, competencias, necesidades de apoyo y formación adicional. Se buscó también identificar diferencias según género, entorno geográfico y orientación profesional.	No hubo diferencias significativas según el género. Los profesores de primaria tenían más experiencia previa con alumnado con discapacidad que los de educación física. Se identificaron necesidades comunes de formación y apoyo adicional para trabajar en contextos inclusivos.	Aunque los docentes tienen actitudes positivas hacia la inclusión, los profesores de educación física poseen menos experiencia y requieren mayor formación específica. La educación inclusiva exige adaptar las escuelas, formar a los docentes y modificar valores, actitudes y prácticas. Es fundamental comenzar esta preparación desde la formación inicial del profesorado y reforzar con programas de desarrollo profesional continuo.

Título	Autores	Año	Objetivo del estudio	Resultados	Conclusiones
Parents' attitudes towards inclusive education and their perceptions of inclusive teaching practices and resources [20]	Angelika Paseska & Susanne Schwab	2019	Explorar las actitudes de los padres hacia la educación inclusiva, así como sus percepciones sobre las prácticas docentes inclusivas y los recursos disponibles, comparando diferencias entre padres cuyos hijos asisten a clases inclusivas y aquellos en clases regulares.	Los padres tienen actitudes más positivas hacia la inclusión de estudiantes con discapacidades físicas y de aprendizaje, pero más neutrales o negativas hacia estudiantes con discapacidades mentales o trastornos de conducta. Factores como el nivel educativo de los padres, el tipo de discapacidad y la experiencia previa con inclusión influyen en su actitud.	La actitud de los padres hacia la inclusión varía según el tipo de discapacidad y su experiencia con entornos inclusivos. Para implementar una educación inclusiva efectiva, es clave involucrar a las familias como aliados, mejorar las prácticas docentes inclusivas y visibilizar los beneficios para todos los estudiantes.
Propuesta de Unidad Didáctica para Educación Física: "Conociendo los deportes para personas con discapacidad visual" [25]	Víctor Hernández Beltrán et al.	2020	Sensibilizar sobre la discapacidad visual mediante el conocimiento y la práctica de deportes adaptados. Se busca fomentar actitudes de respeto, inclusión y empatía, así como promover la igualdad de oportunidades en las clases de Educación Física.	Permitió que los alumnos experimentaran situaciones propias de personas con discapacidad visual, favoreciendo la empatía, la inclusión y la reflexión crítica. Se aplicaron metodologías activas y juegos adaptados que motivaron al alumnado y facilitaron la participación de todos.	La implementación de esta UD demuestra que la Educación Física puede ser una herramienta poderosa para la inclusión. Promueve el respeto a la diversidad, el aprendizaje significativo y la participación activa de todo el alumnado. Además, se destaca el papel clave del docente como agente de cambio para lograr una educación verdaderamente inclusiva.
Barriers and facilitators to inclusion in integrated physical education: Adapted physical educators' perspectives [15]	Justin A Haegele et al.	2020	Explorar las perspectivas de educadores físicos adaptados certificados sobre las barreras y facilitadores que afectan la experiencia de inclusión de estudiantes con discapacidad en clases de educación física integrada. Identificar factores que influyen en que estos estudiantes se sientan aceptados, valorados y con sentido de pertenencia.	Se identificaron 460 barreras y 473 facilitadores, agrupados en siete categorías: docente, social, personal, ambiental, programática, política y equipamiento. Las barreras y facilitadores más mencionados estuvieron relacionados con el profesor (actitud, selección de actividades, calidad de instrucción, colaboración).	La inclusión en educación física integrada no depende únicamente del acceso físico al aula, sino de experiencias significativas de pertenencia y aceptación. El rol del docente es central para lograr una inclusión efectiva, a través de una enseñanza reflexiva, colaborativa y sensible a las necesidades del alumnado.

Título	Autores	Año	Objetivo del estudio	Resultados	Conclusiones
The effects of modifying contact, duration, and teaching strategies in awareness interventions on attitudes towards inclusion in physical education [18]	Raul Reina et al.	2020	Analizar cómo diferentes factores de intervención educativa (contacto con para-atletas, duración del programa y uso de estrategias y materiales didácticos) influyen en las actitudes de estudiantes de educación física hacia la inclusión de compañeros con discapacidad.	Las intervenciones que incluían contacto con para-atletas mejoraron significativamente las actitudes hacia la inclusión. La duración más larga del programa (6-7 sesiones) generó mayores mejoras en comparación con programas más cortos. El uso de materiales educativos y estrategias didácticas también contribuyó positivamente	El contacto directo con personas con discapacidad, especialmente si es frecuente y acompañado de una intervención bien estructurada, es el factor más eficaz para mejorar las actitudes hacia la inclusión en educación física. No existe una única solución, pero una combinación de acciones sostenidas, reflexivas y bien planificadas puede generar un entorno más inclusivo y empático.
Spanish Physical Education Teachers' Perceptions about Their Preparation for Inclusive Education [11]	Jorge Rojo Ramos et al.	2022	Analizar la percepción de los profesores de Educación Física en España sobre su preparación para afrontar la diversidad en el aula y su actitud hacia la educación inclusiva.	El 76.5% de los docentes considera que no recibió una preparación inicial adecuada para atender a la diversidad. El 71.5% cree que la formación continua sí ha ayudado, y un 88.8% estaría dispuesto a recibir más formación sobre inclusión.	Los docentes de Educación Física valoran la inclusión, pero no se sienten suficientemente preparados para abordarla. Es necesario reforzar la formación inicial y continua, e involucrar a toda la comunidad educativa para avanzar hacia una educación física más inclusiva y equitativa.
El deporte adaptado, inclusivo y paralímpico: una ruptura de estereotipos discriminatorios contra la diversidad funcional [11]	Leonardo Eliecer Tarqui Silva et al.	2022	Exponer las capacidades del deporte adaptado, inclusivo y paralímpico como herramienta para romper estereotipos discriminatorios hacia personas con diversidad funcional.	Se evidenció la necesidad de incluir activamente a personas con discapacidad en actividades culturales, deportivas y recreativas. El deporte facilita la ruptura de estigmas, promueve la integración familiar y el desarrollo personal.	El deporte es una vía eficaz para la inclusión educativa y social de personas con discapacidad. Aunque ha habido avances, aún persisten barreras estructurales y políticas. Es necesario fortalecer las políticas públicas, generar entornos accesibles y promover el deporte inclusivo desde edades tempranas para lograr una verdadera transformación social.

Título	Autores	Año	Objetivo del estudio	Resultados	Conclusiones
Inclusive physical activity games at school: the role of teachers' attitude toward inclusion [8]	Ambra Gentile et al.	2023	Investigar cómo la actitud del profesorado hacia la inclusión, la deseabilidad social, la autoeficacia y la familiaridad con estrategias inclusivas influyen en el uso de juegos de actividad física inclusiva en diferentes niveles escolares.	La autoeficacia y la familiaridad con estrategias inclusivas fueron los principales predictores del uso real de juegos inclusivos. La actitud hacia la inclusión tuvo un efecto indirecto y leve sobre su implementación.	Tener una actitud positiva no garantiza el uso de estrategias inclusivas; en cambio, la formación, la experiencia y la confianza del docente son clave. Es fundamental reforzar la formación inicial y continua en inclusión, especialmente en el uso de juegos físicos adaptados, para que la inclusión sea efectiva en todos los niveles escolares.
Estrategia metodológica para la inclusión de educandos con discapacidad en la Educación Física [10]	Annia Gómez Valdés y Bárbara del Carmen Roba Lazo	2023	Valorar la factibilidad teórica de una estrategia metodológica para facilitar la inclusión de estudiantes con discapacidad en clases de Educación Física en escuelas primarias del municipio Pinar del Río, promoviendo su participación en igualdad de oportunidades.	Se elaboró una estrategia objetiva, dinámica, flexible y sistémica, validada por 17 expertos con alta competencia profesional. La estrategia fue valorada como adecuada y pertinente por el 94,12% de los expertos, destacando su estructura, coherencia interna y aplicabilidad.	La estrategia metodológica propuesta es viable teóricamente y puede aplicarse en la práctica educativa. Su implementación puede favorecer la planificación de clases inclusivas, permitiendo la participación de estudiantes con discapacidad en condiciones equitativas, a través de ajustes curriculares bien fundamentados.
Pautas inclusivas para el alumnado con trastorno del espectro autista en educación física [28]	Jesús Murillo Martín et al.	2023	Elaborar pautas inclusivas para el alumnado con TEA en Educación Física de Primaria. El objetivo fue mejorar su participación e inclusión efectiva en el aula, atendiendo a su desarrollo motor, social y emocional, y en consonancia con la normativa educativa vigente.	Se identificaron estrategias efectivas como el feedback positivo, el uso de recursos humanos de apoyo, y la coordinación con las familias. Se evidenció que con una planificación adecuada, no son necesarias adaptaciones curriculares significativas para este alumnado.	La Educación Física puede ser un entorno altamente inclusivo si se emplean estrategias estructuradas, cooperativas y adaptadas. El conocimiento del profesorado sobre el TEA y la correcta implementación de estas pautas permiten favorecer el desarrollo integral, la participación activa y la socialización del alumnado con autismo en igualdad de condiciones.

Título	Autores	Año	Objetivo del estudio	Resultados	Conclusiones
Estrategias para fomentar la inclusión de estudiantes con diversidades funcionales en clases de educación física [14]	Juan José Morales Feijoo et al.	2024	Analizar y proponer estrategias inclusivas que promuevan la participación activa de estudiantes con diversidades funcionales en clases de Educación Física. El estudio se basa en una revisión sistemática y aborda cinco ejes: adaptaciones curriculares, innovaciones metodológicas, uso de tecnología, formación docente e impacto psicosocial.	Se identificaron estrategias eficaces como la flexibilización de contenidos, aprendizaje cooperativo, uso de recursos tecnológicos adaptados y formación continua del profesorado. Se evidenció que estas estrategias mejoran la participación, autoestima, relaciones sociales y el aprendizaje de los estudiantes.	Las estrategias pedagógicas, tecnológicas y psicosociales bien integradas son esenciales para una Educación Física verdaderamente inclusiva. Su implementación mejora el rendimiento, la convivencia y fomenta una cultura escolar que valora la diversidad. Es necesario fortalecer la formación docente, garantizar el acceso a recursos adaptados y diseñar programas educativos que respondan a las necesidades reales del alumnado.
La educación física como recurso pedagógico para la inclusión de estudiantes con problemas de conducta [18]	Vanessa Elizabeth Villavicencio García et al.	2025	Diseñar e implementar una estrategia educativa inclusiva en clases de Educación Física para reducir comportamientos poco asertivos (como la agresividad) en estudiantes con problemas de conducta, dentro de un entorno escolar que promueva la participación, la empatía y el respeto mutuo.	Se fomenta la interacción, empatía y trabajo en equipo entre todos los alumnos. Docentes y estudiantes mostraron alta motivación y disposición hacia el cambio. Sin embargo, se evidenció la necesidad de formación docente y de materiales didácticos adecuados.	estrategias inclusivas bien estructuradas, puede ser una herramienta efectiva para mejorar el comportamiento y la integración social de estudiantes con problemas de conducta. La propuesta contribuye a crear un ambiente más armónico, participativo y respetuoso, beneficiando a todo el grupo y destacando la necesidad de diagnóstico previo, formación docente y seguimiento continuo.

Fuente: Elaboración propia.

Esta síntesis presenta de forma académica los resultados de diversos estudios empíricos centrados en la inclusión en la Educación Física (EF) en el contexto de la Educación Primaria, abordando diferentes dimensiones metodológicas, enfoques pedagógicos y resultados observados en alumnado con diversidad funcional. A continuación, los hallazgos se organizan en función de los objetivos de esta revisión sistemática.

4.1. ESTRATEGIAS DE INTEGRACIÓN Y COMPRENSIÓN DEL ENFOQUE INCLUSIVO EN EF (OBJETIVO 1)

Diversos estudios coinciden en la eficacia de enfoques metodológicos activos y colaborativos para integrar al alumnado con diversidad funcional en las clases de Educación Física. Klavina et al. (2015) destacan la tutoría entre compañeros como herramienta para incrementar la interacción social y reducir la necesidad de apoyo adulto. Este estudio, basado en 43 sesiones de observación, evidenció un aumento significativo de las conductas sociales positivas entre alumnos y una mayor implicación de los estudiantes con discapacidad en la dinámica grupal, posicionando a la tutoría entre iguales como una estrategia central de la inclusión en EF.

De forma complementaria, Olivar Arellano y Alcaraz Núñez (2016) enfatizan el papel del juego simbólico y colaborativo en la construcción de la corporeidad desde el primer grado. Su enfoque lúdico generó espacios donde el alumnado reconocía su cuerpo, manifestaba emociones y desarrollaba confianza, revelando que el juego es mucho más que un medio recreativo: es una vía pedagógica para el desarrollo integral.

En el plano curricular, Rojas (2016) propuso un rediseño específico del plan de EF adaptado a estudiantes con parálisis cerebral, centrado en el juego y la recreación como ejes didácticos. Su investigación evidenció las profundas carencias formativas del profesorado en cuanto a inclusión, pero también propuso un modelo aplicable que responde a las necesidades reales del alumnado con discapacidad física.

Vitalaki et al. (2018) exploraron metodologías expresivas como la narración, el teatro y la escritura, integrándolas como herramientas eficaces para fomentar la inclusión de estudiantes con necesidades educativas especiales. Sus resultados muestran cómo estas actividades no solo modifican la dinámica del aula, sino que fortalecen la resiliencia, el respeto y el sentimiento de pertenencia entre todos los participantes.

Petrie et al. (2018), a través de un estudio de caso, documentaron el proceso de transformación de un docente que, desde una actitud reflexiva y colaborativa, rediseñó su práctica mediante el modelo STEPS. Este enfoque permitió flexibilizar el espacio, las tareas y los recursos, logrando una inclusión progresiva, práctica y coherente con los intereses de su grupo.

González López y Macías García (2018) analizaron las carencias formativas del profesorado de EF, concluyendo que la formación continua debe centrarse en temas clave como la evaluación inclusiva, el uso de TIC y las adaptaciones curriculares. Aportan así un diagnóstico preciso de las necesidades docentes.

Bautista Vallejo et al. (2018) profundizan en el potencial inclusivo del juego, argumentando que cuando este se adapta y se planifica con sensibilidad a la diversidad, potencia tanto la autoestima como las capacidades sociales, psicomotrices y afectivas del alumnado con discapacidad.

Martos-García et al. (2016), mediante una experiencia de simulación sobre Osteogénesis Imperfecta, generaron una reflexión profunda en futuros docentes, provocando un cambio en sus actitudes hacia la inclusión. Esta pedagogía encarnada resultó ser un recurso formativo valioso para cuestionar prejuicios y humanizar la enseñanza.

Por su parte, Haegele et al. (2020) desarrollaron un estudio con 99 docentes de EF Adaptada, identificando 460 barreras y 473 facilitadores para la inclusión. Su análisis enfatizó el papel del docente como agente transformador y la necesidad de ajustes contextuales y trabajo colaborativo para garantizar el sentido de pertenencia del alumnado con discapacidad.

Murillo Martín et al. (2023) ofrecieron una propuesta metodológica detallada para la inclusión del alumnado con TEA, basada en la estructuración de las clases, el uso de apoyos visuales y la cooperación entre pares. Esta investigación destaca que no son necesarias grandes modificaciones curriculares, sino estrategias accesibles y comprensivas para alcanzar una participación real.

4.2. IMPACTO DE LA EDUCACIÓN FÍSICA INCLUSIVA EN EL DESARROLLO Y HABILIDADES DEL ALUMNADO (OBJETIVO 2)

Los beneficios de la inclusión en EF se manifiestan en múltiples dimensiones del desarrollo del alumnado. Klavina et al. (2015) no solo observaron un aumento en la participación de los estudiantes con discapacidad, sino que evidenciaron una disminución de la dependencia del adulto y una mejora en las

relaciones entre iguales, factores esenciales para una educación centrada en la autonomía y la equidad.

Olivar Arellano y Alcaraz Núñez (2016) destacan cómo los juegos diseñados con enfoque inclusivo promueven la autoexpresión, la seguridad corporal y la comunicación emocional, cualidades indispensables en el desarrollo integral del niño. En este contexto, el cuerpo se convierte en vehículo de identidad y pertenencia.

Vitalaki et al. (2018) muestran que la implementación de actividades narrativas y teatrales genera entornos donde la empatía, la colaboración y la gestión emocional se desarrollan de forma natural y significativa, impactando positivamente tanto a estudiantes con como sin discapacidad.

El estudio de Bautista Vallejo et al. (2018) amplía este panorama, evidenciando que el juego motor no solo mejora las habilidades psicomotrices, sino también la autoestima y la integración social del alumnado con necesidades educativas especiales, siempre que las condiciones docentes y estructurales lo permitan.

Desde el punto de vista de las percepciones familiares, Paseka y Schwab (2019) concluyen que los padres valoran más positivamente el desarrollo emocional de sus hijos cuando estos participan en aulas inclusivas, aunque también identifican mayores reservas frente a trastornos de conducta o discapacidad mental.

En el ámbito del deporte adaptado, Hernández Beltrán et al. (2020) observaron cómo la práctica de actividades como el goalball y el atletismo adaptado fomenta la empatía, el respeto y la comunicación no verbal entre estudiantes, consolidando una educación física más humana e igualitaria.

Murillo Martín et al. (2023) aportan evidencias sobre cómo los entornos estructurados, junto con estrategias como la gamificación o el uso de TIC, facilitan la expresión emocional y la participación activa del alumnado con TEA. Estos resultados refuerzan la importancia de la planificación empática.

Tarqui Silva et al. (2022) amplían la mirada desde un enfoque social, subrayando que el deporte paralímpico no solo favorece el desarrollo físico, sino que también rompe estereotipos, promueve la autoestima y fortalece los vínculos sociales.

Finalmente, Villavicencio García et al. (2025) demuestran que una EF bien estructurada puede reducir significativamente conductas agresivas,

fortaleciendo el respeto, la empatía y la cooperación en el grupo. Su intervención pone en evidencia que la inclusión también transforma el clima escolar.

4.3. ESTUDIOS CIENTÍFICOS MÁS RELEVANTES DE LOS ÚLTIMOS DIEZ AÑOS (OBJETIVO 3)

La presente revisión también identificó los estudios más significativos del periodo analizado, destacando aquellos con mayor validez metodológica y aplicabilidad educativa. Hernández Beltrán et al. (2020) ofrecieron una experiencia educativa centrada en la práctica de deportes adaptados para sensibilizar sobre la discapacidad visual. Esta unidad didáctica fue muy valorada por su capacidad para despertar empatía y propiciar aprendizajes significativos.

González López y Macías García (2018), desde un enfoque diagnóstico, sistematizaron las principales debilidades formativas del profesorado en relación con la inclusión, identificando líneas prioritarias para futuras políticas educativas.

Rojo Ramos et al. (2022) complementaron esta línea al analizar las percepciones de 260 docentes de EF en España, concluyendo que existe una actitud favorable hacia la inclusión, pero una baja percepción de preparación, especialmente en la etapa de formación inicial.

Haeghele et al. (2020) aportaron un mapeo detallado de los factores que inciden en el éxito o fracaso de las prácticas inclusivas. Su análisis, basado en la voz del profesorado especializado, ofrece herramientas valiosas para la toma de decisiones institucionales.

Desde el diseño pedagógico, Gómez Valdés y Roba Lazo (2023) propusieron una estrategia metodológica flexible, coherente y participativa, validada por expertos, que constituye un modelo aplicable para contextos diversos.

Murillo Martín et al. (2023) consolidaron su enfoque con propuestas claras, prácticas y accesibles para la inclusión del alumnado con TEA, convirtiéndose en una guía metodológica clave.

Proti Gava et al. (2018) exploraron las actitudes del profesorado hacia la inclusión, revelando diferencias según la experiencia previa y subrayando la necesidad de formación específica.

Por último, Paseka y Schwab (2019) ofrecieron una mirada desde el entorno familiar, destacando cómo las actitudes de los padres hacia la inclusión mejoran con el contacto directo con prácticas inclusivas efectivas.

En conjunto, los estudios analizados ofrecen una base empírica robusta que respalda la efectividad de enfoques inclusivos en EF, siempre que se combinen con formación docente, trabajo colaborativo y estrategias pedagógicas centradas en la diversidad y el bienestar del alumnado. La revisión permite concluir que las estrategias inclusivas en Educación Física no solo mejoran la participación del alumnado con diversidad funcional, sino que también transforman la cultura escolar hacia una educación más equitativa, colaborativa y humana.

5. DISCUSIÓN

Los estudios analizados en esta revisión sistemática coinciden en destacar la evolución de la Educación Física (EF) hacia un enfoque más inclusivo, en el que la diversidad funcional no se percibe como un obstáculo, sino como una oportunidad para enriquecer la práctica pedagógica. Esta transformación, lejos de ser meramente normativa, requiere una concepción activa de la inclusión como proceso dinámico, que exige reflexión docente, flexibilidad curricular y compromiso institucional (Petrie et al., 2018; Haegele et al., 2020).

Uno de los hallazgos más reiterados es la eficacia del aprendizaje cooperativo como herramienta integradora. En el estudio de Klavina et al. (2015), la implementación de tutores entre iguales produjo un aumento significativo en las interacciones sociales entre estudiantes con y sin discapacidad, además de reducir la necesidad de apoyo adulto. Este efecto se complementa con el trabajo de Olivar Arellano y Alcaraz Núñez (2016), que muestra cómo el juego simbólico y colaborativo en etapas iniciales promueve el desarrollo de la corporeidad y fortalece los vínculos sociales. Estas metodologías lúdicas se afianzan como elementos centrales en la construcción de contextos inclusivos y emocionales seguros (Bautista Vallejo et al., 2018; Tarqui Silva et al., 2022).

No obstante, la formación docente emerge como una condición indispensable para que estas estrategias se implementen con éxito. Rojo Ramos et al. (2022) identifican una percepción generalizada de insuficiencia en la preparación inicial de los docentes para atender a la diversidad. A su vez, González López y Macías García (2018) confirman que, aunque los profesionales muestran actitudes favorables hacia la inclusión, muchos carecen de herramientas específicas para aplicarla en sus clases. Esta brecha formativa repercute directamente en la calidad de las experiencias inclusivas, generando, en algunos casos, prácticas excluyentes involuntarias (Proti Gava et al., 2018).

La cooperación interdisciplinar también se perfila como un elemento potenciador. Vitalaki et al. (2018) demuestran que la colaboración entre docentes

de diferentes áreas y niveles promueve comunidades de práctica inclusivas, en las que se comparten recursos y experiencias que enriquecen la intervención educativa. En este sentido, la inclusión no debe ser una tarea individual, sino colectiva y coordinada, donde cada agente educativo asuma una responsabilidad activa.

Un aspecto especialmente significativo en esta revisión es el valor de las metodologías vivenciales para provocar una transformación ética y crítica en la comunidad educativa. Martos-García et al. (2016) ilustran cómo una experiencia de simulación relacionada con la osteogénesis imperfecta propició una profunda reflexión sobre la discapacidad entre los futuros docentes. De forma similar, Hernández Beltrán et al. (2020) demuestran que vivenciar deportes adaptados como el goalball no solo sensibiliza, sino que genera aprendizajes perdurables y afectivos. Estas prácticas no buscan únicamente transmitir contenidos, sino modificar actitudes y fomentar una cultura de respeto y empatía.

Por último, se confirma que la inclusión efectiva en EF no se reduce a realizar adaptaciones puntuales, sino que requiere una visión integral. Gómez Valdés y Roba Lazo (2023) proponen una estrategia metodológica con base teórica sólida y validación empírica, que permite una planificación coherente para la participación equitativa. Murillo Martín et al. (2023), por su parte, sostienen que con ajustes metodológicos apropiados y conocimiento del TEA, se puede lograr una inclusión real sin necesidad de cambios drásticos en el currículo. La clave está en la actitud del profesorado y en la aplicación consistente de pautas estructuradas.

En síntesis, la discusión revela que la inclusión en Educación Física no depende exclusivamente de recursos, sino de una visión pedagógica comprometida con la equidad. Para lograrla, se requiere una formación sólida, una cultura escolar participativa, estrategias activas y una disposición ética para transformar la realidad de todos los estudiantes, especialmente aquellos con mayores desafíos.

6. CONCLUSIONES

Este artículo ha abordado la inclusión de alumnado con diversidad funcional en el área de Educación Física en la etapa de Educación Primaria, desde una perspectiva educativa, metodológica y científica. A través de una revisión sistemática de estudios empíricos publicados entre 2015 y 2025, se ha dado respuesta a la pregunta de investigación planteada: ¿Cuáles son los beneficios de

implementar estrategias inclusivas en la educación física para el alumnado con diversidad funcional en la etapa de Educación Primaria?

Los resultados permiten afirmar que la aplicación de estrategias metodológicas inclusivas genera beneficios significativos tanto en el alumnado con diversidad funcional como en sus compañeros sin discapacidad. La inclusión, entendida como proceso pedagógico y ético, produce mejoras en el desarrollo motor, emocional, cognitivo y social, además de fomentar un entorno de respeto, empatía y cooperación en el grupo-clase.

Respecto al primer objetivo —conocer las estrategias de integración y comprender el enfoque inclusivo en EF—, los estudios analizados muestran que metodologías como el aprendizaje cooperativo, el juego simbólico y motriz, las simulaciones, la adaptación curricular, o la práctica de deportes adaptados, constituyen propuestas sólidas y eficaces. Todas ellas permiten no solo la participación del alumnado con discapacidad, sino también una mejora en la dinámica del aula y la calidad del aprendizaje.

En relación con el segundo objetivo —analizar el impacto de la EF inclusiva en el desarrollo del alumnado—, los estudios revisados demuestran mejoras sustanciales en la autoestima, la comunicación y la socialización. Además, se evidencia que estas mejoras no son exclusivas del alumnado con diversidad funcional, sino que benefician al conjunto del grupo, generando un entorno de aprendizaje más justo, empático y colaborativo.

En cuanto al tercer objetivo —identificar los estudios científicos más relevantes sobre esta temática—, se han destacado investigaciones con alto rigor metodológico y valor aplicado que ofrecen guías prácticas, modelos estratégicos validados y análisis exhaustivos sobre las barreras y facilitadores de la inclusión en EF.

Asimismo, esta investigación confirma que la inclusión no puede depender exclusivamente de la voluntad individual del docente. Es necesario avanzar hacia una transformación estructural que contemple formación inicial y continua en pedagogía inclusiva, cooperación entre profesionales, implicación de las familias y revisión del currículo y los espacios de aprendizaje.

Finalmente, la EF adaptada y las actividades inclusivas se revelan como recursos con alto potencial para el desarrollo integral del alumnado con diversidad funcional, al tiempo que modifican las percepciones sociales de la discapacidad. No se trata solo de garantizar el acceso a la actividad física, sino de asegurar que dicha participación sea significativa, justa y transformadora. En

este sentido, la Educación Física debe consolidarse como una herramienta de justicia educativa y social, capaz de promover aprendizajes equitativos y formar ciudadanos empáticos, reflexivos y comprometidos con el bienestar colectivo.

Por todo lo expuesto, se concluye que una Educación Física verdaderamente inclusiva es posible, necesaria y urgente. Solo mediante políticas educativas coherentes, formación docente específica y estrategias pedagógicas adaptadas se podrá garantizar el derecho de todos los niños y niñas a participar, aprender y desarrollarse plenamente en condiciones de equidad, respeto y pertenencia.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Ainscow, M. (2005). *Understanding the development of inclusive schools*. Falmer Press.
- Armour, K., & Yelling, M. (2007). Effective professional development for physical education teachers: The role of informal, collaborative learning. *Journal of Teaching in Physical Education*, 26, 177–200.
- Bailey, R. (2006). Physical education and sport in schools: A review of benefits and outcomes. *Journal of School Health*, 76(8), 397–401. <https://doi.org/10.1111/j.1746-1561.2006.00132.x>
- Biddle, S. J., & Asare, M. (2011). Physical activity and mental health in children and adolescents: A review of reviews. *British Journal of Sports Medicine*, 45(11), 886–895. <https://doi.org/10.1136/bjsports-2011-090185>
- Block, M. E. (2016). *A teacher's guide to adapted physical education*. Brookes Publishing.
- Booth, T., & Ainscow, M. (2011). *Index for inclusion: Developing learning and participation in schools*. CSIE.
- Byra, S. (2022). Evaluación multidimensional de la autoestima y las actitudes de los estudiantes de magisterio hacia la educación inclusiva y las personas con discapacidad. *Teaching Education*. <https://doi.org/10.1080/10476210.2022.2133945>
- Casey, A., & Jones, B. (2011). Using digital technology to enhance student engagement in physical education. *Asia-Pacific Journal of Health, Sport and Physical Education*, 2(1), 51–66. <https://doi.org/10.1080/18377122.2011.9730351>
- Contento, I. R. (2011). *Nutrition education: Linking research, theory, and practice*. Jones & Bartlett Learning.
- Echeita, G. (2013). Educación inclusiva: sueños posibles para hacerlos realidad. *Revista Latinoamericana de Educación Inclusiva*, 7(2), 21–35.
- Gentile, A., Giustino, V., Rodríguez-Ferrán, O., La Marca, A., Compagno, G., Bianco, A., Battaglia, G., & Alesi, M. (2023). Inclusive physical activity games at school: The role of teachers' attitude toward inclusion. *Frontiers in Psychology*, 14, 1158082. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2023.1158082>
- Gómez Valdés, A., & Roba Lazo, B. del C. (2023). Estrategia metodológica para la inclusión de educandos con discapacidad en la Educación Física. *Revista Académica Internacional de Educación Física*, 3(5), 57–66. <https://doi.org/10.59614/acief32023110>
- Griffin, L. L., & Butler, J. I. (2005). *Teaching games for understanding: Theory, research, and practice*. Human Kinetics.
- Guaillas García, J. C., Retete Ochoa, M. del C., Castillo Gordillo, S. M., Cajilima Vega, V. A., & Cueva Jiménez, A. O. V. (2023). Estudio de la condición física durante el deporte asociado a estudiantes con necesidades educativas especiales (motricidad gruesa): Reporte de caso. *Ciencia Latina Revista Científica Multidisciplinar*, 7(6), 2077–2089. https://doi.org/10.37811/cl_rcm.v7i6.8834
- Hernández-Beltrán, V., Gámez-Calvo, L., & Gamonales, J. M. (2021). Propuesta de unidad didáctica para Educación Física: “Conociendo los deportes para personas con discapacidad visual”. *e-Motion: Revista de Educación, Motricidad e Investigación*, (15), 77–101. <https://doi.org/10.33776/remo.v0i15.5031>
- Hillman, C. H., Erickson, K. I., & Kramer, A. F. (2008). Be smart, exercise your heart: Exercise affects the brain and cognition. *Nature Reviews Neuroscience*, 9(1), 58–65.

- Ley Orgánica 2/2006, de 3 de mayo, de Educación (LOE). *Boletín Oficial del Estado*, núm. 106, de 4 de mayo de 2006.
- Linares, P. (2010). *Psicomotricidad y educación física adaptada*. Editorial Síntesis.
- Martos-García, D., Pereira-García, S., Felis i Anaya, M., & Espí Monzó, B. (2016). 'Huesos de cristal' y Educación Física. Una experiencia de simulación e imaginación hacia la inclusión. *Cultura, Ciencia y Deporte*, 11(33), 225–234. <https://doi.org/10.12800/ccd.v11i33.767>
- Morales Feijoo, J. J., Lapo Moreno, R. G., Lavanda Bejarano, L. F., & Sánchez Ramírez, L. del C. (2024). Estrategias para fomentar la inclusión de estudiantes con diversidades funcionales en clases de Educación Física. *Revista Científica Multidisciplinar*, 1(4), 188–201. <https://doi.org/10.63415/saga.v1i4.23>
- Murrieta Ortega, R. (2023). Enseñar el deporte en la escuela mediante juegos modificados: una enseñanza para la comprensión. *RIDE Revista Iberoamericana para la Investigación y el Desarrollo Educativo*, 13(26). <https://doi.org/10.23913/ride.v13i26.1415>
- Naciones Unidas. (2006). *Convención Internacional sobre los Derechos de las Personas con Discapacidad*.
- Organización Mundial de la Salud. (2011). *Informe mundial sobre la discapacidad*. https://www.who.int/disabilities/world_report/2011/es/
- Organización Mundial de la Salud. (2020). *Actividad física*. <https://www.who.int>
- Palacios, A. (2008). *El modelo social de la discapacidad: Orígenes, caracterización y plasmación en la Convención Internacional sobre los Derechos de las Personas con Discapacidad*. Ediciones Cinca.
- Paseka, A., & Schwab, S. (2019). Parents' attitudes towards inclusive education and their perceptions of inclusive teaching practices and resources. *European Journal of Special Needs Education*. <https://doi.org/10.1080/08856257.2019.1665232>
- Petrie, K., Devcich, J., & Fitzgerald, H. (2018). Trabajando hacia la educación física inclusiva en una escuela primaria: «Hay días en que simplemente no lo logro». *Pedagogía de la Educación Física y el Deporte*, 23(4), 345–357. <https://doi.org/10.1080/17408989.2018.1441391>
- Pinargote, B., Romero, M., Muñoz, M., Mendieta, J., Reyna, D., & Verduga, J. (2024). Actitudes de los docentes hacia los estudiantes con capacidades diferentes. *Revista Científica Multidisciplinaria*, 5(2), 1660–1680.
- Reina, R., Íñiguez-Santiago, M. C., Ferriz-Morell, R., Martínez-Galindo, C., Cebrián-Sánchez, M., & Roldán, A. (2020). Efectos de la modificación del contacto, la duración y las estrategias docentes en intervenciones de sensibilización sobre las actitudes hacia la inclusión en educación física. *Revista Europea de Educación Especial*, 37(1), 57–73. <https://doi.org/10.1080/08856257.2020.1842973>
- Ríos, M. (2003). *La actividad física adaptada: El deporte para personas con discapacidad*. INDE Publicaciones.
- Rojo-Ramos, J., Manzano-Redondo, F., Adsuar, J. C., Acevedo-Duque, Á., Gomez-Paniagua, S., & Barrios-Fernández, S. (2022). Spanish Physical Education Teachers' Perceptions about Their Preparation for Inclusive Education. *Children*, 9(1), 108. <https://doi.org/10.3390/children9010108>
- Romañach, J., & Lobato, M. (2005). Diversidad funcional: un nuevo paradigma para la comprensión de la discapacidad. *Revista Española de Discapacidad*, 3(1), 10–20.
- Rose, D. H., & Meyer, A. (2002). *Teaching every student in the digital age: Universal design for learning*. ASCD.
- Silverman, S. (2017). Teaching for student learning in physical education. *Journal of Physical Education, Recreation & Dance*, 88(5), 3–4.
- Stainton, T. (2008). Diversity and disability: A human rights approach. *Journal of Social Work*, 8(2), 75–89.
- UNESCO. (2015). *Quality physical education: Guidelines for policy-makers*.
- UNESCO. (2017). *A guide for ensuring inclusion and equity in education*.
- Verdugo, M. A. (2009). El cambio en la concepción de la discapacidad: De la visión clínica al modelo social. *Siglo Cero*, 40(2), 30–44.
- Vitalaki, E., Kourkoutas, E., & Hart, A. (2018). Building inclusion and resilience in students with and without SEN through the implementation of narrative speech, role play and creative writing in the mainstream classroom of primary education. *International Journal of Inclusive Education*. <https://doi.org/10.1080/13603116.2018.1427150>
- Wechsler, H., Devereaux, R. S., Davis, M., & Collins, J. (2004). Using the school environment to promote physical activity and healthy eating. *Preventive Medicine*, 39(2), 108–117.