

Estrategia metodológica para el desarrollo de actividades físicas dirigidas a niños con TDHA

Methodological strategy for the development of physical activities aimed at children with TDHA

- 1 Isaura del Rocío Tomalá Calero  <https://orcid.org/0009-0004-6030-4791>
Universidad Bolivariana del Ecuador (UBE), Durán, Ecuador. Maestría en Educación Física con Mención en Educación Física Inclusiva
idtomalac@ube.edu.ec
- 2 Heidi Nataly Vallejo Saltos  <https://orcid.org/0009-0002-9690-5244>
Universidad Bolivariana del Ecuador (UBE), Durán, Ecuador. Maestría en Educación Física con Mención en Educación Física Inclusiva
hnvallejos@ube.edu.ec
- 3 Enrique Alexander Brito Taboada  <https://orcid.org/0000-0002-2883-6323>
Universidad Bolivariana del Ecuador (UBE), Durán, Ecuador.
eabritot@ube.edu.ec
- 4 Giceya de la Caridad Maqueira Caraballo  <https://orcid.org/0000-0001-6282-3027>
Universidad Bolivariana del Ecuador (UBE), Durán, Ecuador.
gdmaqueirac@ube.edu.ec

Artículo de Investigación Científica y Tecnológica

Enviado: 14/10/2024

Revisado: 15/11/2024

Aceptado: 19/12/2024

Publicado: 03/04/2025

DOI: <https://doi.org/10.33262/cienciadigital.v9i2.3368>

Cítese:

Tomalá Calero, I. del R., Vallejo Saltos, H. N., Brito Taboada, E. A., & Maqueira Caraballo, G. de la C. (2025). Estrategia metodológica para el desarrollo de actividades físicas dirigidas a niños con TDHA. *Ciencia Digital*, 9(2), 22-39. <https://doi.org/10.33262/cienciadigital.v9i2.3368>



CIENCIA DIGITAL, es una revista multidisciplinaria, 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://cienciadigital.org>

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.

Esta revista está protegida bajo una licencia *Creative Commons Atribución-NoComercial-CompartirIgual 4.0 International*. Copia de la licencia: <https://creativecommons.org/licenses/by-nc-sa/4.0/deed.es>.



Palabras claves: Pedagogía TDAH, educación física, estrategias metodológicas niños.

Resumen: Introducción: El presente artículo se orienta a investigar sobre los procesos pedagógicos que se desarrollan con niños diagnosticados con TDAH en las clases de educación física. Objetivo: El objetivo principal está direccionado en proponer una estrategia metodológica para la inclusión de estudiantes con Trastorno del Espectro Autista en la clase de Educación Física del nivel básico superior de la Unidad Educativa Especializada Fiscal “Carlos Baidal Tircio”. Metodología: La población de estudio son seis niños de 11 a 12 años que padecen del trastorno por déficit de atención e hiperactividad, se implementaron instrumentos de recolección de datos que fueron aplicados a docentes de la institución educativa como a los niños que conforman el grupo de estudio; se propone una guía de estrategias metodológicas como complemento dentro de las clases de educación física y que no afecten las planificaciones académicas existentes para optimizar el desarrollo integral de los alumnos cuando realicen actividades físicas dentro de la institución educativa. Resultados: luego de la aplicación de ellos instrumentos se logró la identificación de estrategias efectivas para mejorar la atención y participación de niños con TDAH en actividades físicas. Conclusión: la adaptación de actividades físicas a las necesidades individuales de los niños con TDAH puede aumentar su motivación para mejorar la atención y la concentración, las actividades que se desarrollen deben de ser atractivas para los alumnos con lo que se conseguirá que se mantenga su atención por más tiempo. Área de estudio general: Educación Física Inclusiva. Área de estudio específica: TDAH. Tipo de artículo: original.

Keywords: Pedagogy ADHD, Physical Education, methodological strategies for children.

Abstract: Introduction: This article aims to investigate the pedagogical processes that are developed with children diagnosed with ADHD in physical education classes. Objective: The main objective is to determine a methodological strategy that optimizes the development of physical activities aimed at children with attention deficit hyperactivity disorder. Methodology: The study population is six children between 11 and 12 years old who suffer from attention deficit hyperactivity disorder, data collection instruments were implemented that were applied to teachers of the educational institution as well as to the children who make up the study group; A guide of methodological strategies is proposed as a complement within the Physical Education classes and that do not affect the existing academic plans to optimize

the integral development of students when they perform physical activities within the educational institution. Results: after the application of these instruments, the identification of effective strategies to improve the attention and participation of children with ADHD in physical activities was achieved. Conclusion: the adaptation of physical activities to the individual needs of children with ADHD can increase their motivation to improve attention and concentration, the activities that are developed should be attractive to the students so that their attention will be maintained for longer. General Area of Study: Inclusive Physical Education. Specific area of study: ADHD. Type of study: original.

1. Introducción

Los procesos pedagógicos en los actuales momentos tienen una gran variedad de características de acuerdo con los distintos contextos en los que se desarrolla el proceso de enseñanza-aprendizaje, de la misma manera las nuevas tendencias en educación han promovido la implementación de nuevos recursos sobre todo tecnológicos para optimizar la transferencia de conocimientos. Por este motivo es que durante el proceso de enseñanza – aprendizaje se pueden presentar muchas causas y/o circunstancias por las cuales los niños presentan ciertas cualidades que indican la existencia de un trastorno y que solo gracias a la intervención oportuna y adecuada del profesional competente se podrá hacer frente a estas situaciones particulares que exigen la utilización de estrategias adecuadas y conlleven a una buena inclusión educativa.

En el presente trabajo de investigación se aborda el Trastorno por Déficit de Atención e Hiperactividad (TDAH), dentro de las cla-

ses de educación física; la intencionalidad en primer momento es el reconocimiento de las principales características de esta patología y las estrategias de intervención como docentes del área. En relación con esto, se debe definir que el Trastorno por Déficit de Atención e Hiperactividad (TDAH) es un estado neuropsiquiátrico que afecta a millones de niños en todo el mundo.

Según datos recientes, aproximadamente el 5 % de los niños a nivel global presentan TDAH (Faraone et al., 2021). En el Ecuador, la prevalencia es alta, con un estimado de 8.6 % de la población infantil afectada por esta patología, este trastorno se caracteriza por una combinación de síntomas de inatención, hiperactividad e impulsividad que interfieren significativamente en el desempeño académico, social y emocional del niño (American Psychiatric Association, 2022). Las causas del TDAH son multifactoriales, incluyendo tanto factores genéticos como ambientales, que en varios casos se deben a la exposición prenatal al tabaco, el

estrés materno, y complicaciones durante el parto (Thapar et al., 2018).

Desde una perspectiva educativa el TDAH es conceptualizado como una patología que afecta la capacidad de los estudiantes para sostener la atención por un tiempo prolongado, seguir instrucciones y regular las conductas en contextos estructurados como el aula de clase, es importante indicar que el TDAH no sólo afecta el rendimiento académico, sino que también las relaciones interpersonales del estudiante, ya que los síntomas interfieren con la participación en actividades escolares y con la formación de relaciones socioemocionales.

La contextualización del TDAH en el ámbito educativo considera las implicaciones que esta perturbación tiene en el proceso de enseñanza-aprendizaje (Millán, 2012). Los estudiantes con TDAH experimentan dificultades para mantener la atención y concentración en actividades académicas, organizar y cumplir con tareas, además de regular su comportamiento en el aula. Por este motivo es fundamental que los educadores conozcan las características del TDAH para implementar estrategias pedagógicas que favorezcan el rendimiento académico y la inclusión de estos estudiantes en el entorno escolar.

Desde el punto de vista de la educación física, el Trastorno por Déficit de Atención e Hiperactividad es entendido como un estado psicológico-conductual alterado que presenta desafíos específicos, pero también oportunidades para el desarrollo de ha-

bilidades motoras y sociales. Dennis et al. (2024) indican en sus estudios que la actividad física estructurada puede ser particularmente beneficiosa para los estudiantes con TDAH, debido a que proporciona un canal positivo para canalizar su energía, fomentando la concentración y el autocontrol, aspectos que son difíciles de manejar en un entorno académico tradicional.

El abordaje del TDAH en la educación física es importante para el desarrollo integral de los niños que padecen esta patología. La actividad física no solo mejora las habilidades motoras y reduce los síntomas esta patología, sino que también facilita la integración social, proporcionando un ambiente estructurado donde los niños aprenden a seguir reglas, trabajar en equipo y direccionar su energía de manera positiva (Dennis et al., 2024). Es por este motivo las clases de educación física se constituyen en una herramienta efectiva para mejorar el bienestar general de los estudiantes diagnosticados con TDAH y su adaptación al entorno escolar y social. Así también las adaptaciones curriculares han cobrado mucha importancia al momento de abordar a estudiantes que presentan diferentes tipos de dificultades motrices, o necesidades educativas especiales; es en este sentido que el presente artículo se enfoca en establecer una estrategia metodológica para el desarrollo de actividades físicas dirigidas a niños con TDHA.

Las adaptaciones curriculares son esenciales para atender los requerimientos educativos de los alumnos con Trastorno por Déficit de Atención e Hiperactividad (TDAH),

debido que permiten ajustar el contexto y los métodos de enseñanza para facilitar su aprendizaje y desarrollo integral. El TDAH, con sus características expuestas en párrafos anteriores, interfieren significativamente con el rendimiento académico y la integración social de los discentes (American Psychiatric Association, 2022). Por lo tanto, es decisivo que los ajustes curriculares se implementen para asegurar que estos estudiantes puedan acceder al currículo de manera equitativa.

Estas modificaciones incluyen cambios en la metodología de enseñanza, el entorno de aprendizaje, y la evaluación de los estudiantes. Estas adaptaciones pueden tomar la forma de instrucciones claras y concisas, el uso de ayudas visuales, la creación de un ambiente estructurado, y la implementación de pausas frecuentes para que los estudiantes liberen energía (DuPaul et al., 2019). Además, la diferenciación en la evaluación facilita que los estudiantes con TDAH demuestren su comprensión de los contenidos de manera que refleje su verdadero potencial, minimizando las barreras que esta patología puede causar.

Para complementar lo anterior es necesario mencionar que las adaptaciones académicas radican en su capacidad para reducir las dificultades que enfrentan los estudiantes con TDAH, permitiéndoles participar de manera plena en el proceso educativo mejorando su autoestima y motivación por aprender (Clarke et al., 2015). Además, estos ajustes favorecen la inclusión y promueven un entorno educativo más equitativo, donde se recono-

cen y se abordan las múltiples necesidades de los educandos (Hart et al., 2021); proporcionando apoyo educativo adecuado, se facilita la integración social y se promueve el éxito a largo plazo de los estudiantes con TDAH.

El objetivo general del presente estudio es proponer una estrategia metodológica para la inclusión de estudiantes con trastorno del espectro autista en la clase de educación física del nivel básico superior de la Unidad Educativa Especializada Fiscal “Carlos Baidal Tircio”; para esto es necesario realizar una búsqueda de bibliografía especializada sobre el TDAH, sus características principales y las formas de abordaje dentro de los contextos educativos. Valorar las principales características comportamentales que presentan los niños que son objeto de estudio en las clases de educación física. Adicional a esto, se debe recopilar información complementaria de los docentes de la institución, quienes brindarán datos sobre las acciones que se están realizando en la institución para el abordaje de los niños diagnosticados con esta patología. Finalmente se propone una estrategia metodológica que optimice la atención de los alumnos al momento de realizar las actividades físicas dentro de la institución educativa.

Para la realización de este artículo se debe dar solución a las siguientes preguntas de investigación científica ¿Cuáles son las características de las estrategias metodológicas actuales utilizadas en las clases de educación física para niños con TDAH y cómo impactan en su regulación emocio-

nal y concentración? ¿Qué tipo de actividades físicas son más efectivas para mejorar la socialización y la atención en niños con TDAH durante las clases de educación física? ¿De qué manera las adaptaciones curriculares en educación física influyen en el rendimiento y la participación de los niños con TDAH? ¿Cómo perciben los docentes de educación física las necesidades específicas de los niños con TDAH y qué barreras enfrentan al implementar estrategias metodológicas adaptadas?

2. Metodología

En el presente estudio se utiliza un enfoque de investigación cualitativo el mismo que facilita la recolección detallada de información a través de instrumentos diseñados específicamente para este artículo Patton (2015), destaca la importancia de este enfoque para captar el contexto y la subjetividad de los participantes, enriqueciendo la validez y la confiabilidad de los hallazgos; además, es el ideal para abordar el fenómeno de estudio teniendo presente que lo que se persigue es obtener información específica para poder proponer acciones que contribuyan al desarrollo integral de los niños con TDAH de la Unidad Educativa Especializada Fiscal “Carlos Baidal Tircio”.

La investigación es exploratoria, debido que facilita examinar un aspecto poco estudiada y establecer nuevas perspectivas de investigación sobre cómo las actividades físicas repercuten en el desarrollo de un grupo humano específico. Este tipo de investigación se constituyen en el ideal para espacios en

los que la bibliografía existente es finita o requiere una comprensión inicial antes de continuar con un análisis profundo de una problemática (Stebbins, 2018). Además, es importante para comprender la complejidad del TDAH en el entorno de la actividad física, facilitando a los investigadores acoplarse a nuevas particularidades y descubrir factores que pueden no haber sido apreciados inicialmente (Gerring et al., 2020). Se implementa un diseño de estudio de campo que permite tanto la observación como la interacción del investigador con el fenómeno de análisis, esto facilita la comprensión de repertorios de conducta en el mismo sitio donde se desarrollan, sin intervenir ni manipular las variables, lo que ofrece una comprensión auténtica del fenómeno (Merriam & Tisdell, 2016).

Se implementa el método analítico-sintético el cual permite descomponer el fenómeno del TDAH en sus partes esenciales para posteriormente vincularlos y tener una perspectiva coherente y holística del desarrollo físico al realizar actividades concretas (Maxwell, 2021). Por otro lado, el método inductivo-deductivo facilita la construcción de hipótesis basadas en observaciones empíricas, que posteriormente se validan o refutan mediante la deducción lógica, constituyendo una estructura sistemática y rigurosa en la elaboración de estrategias metodológicas (Creswell & Creswell, 2021).

El estudio implica una población con selección intencional no probabilística y corresponde a los estudiantes del 8vo curso de la Unidad Educativa Especializada Fiscal

“Carlos Baidal Tircio” y que se encuentran matriculados legalmente; la muestra son seis niños de 11 a 12 años que padecen del trastorno por déficit de atención e hiperactividad; además se interviene a dos docentes que se encuentran actualmente a cargo de todos los alumnos 7mo de básica, grupo en el que se encuentran inmersos los niños objeto de estudio. Se trabaja de esta manera para tener datos más concretos que luego de los respectivos análisis permitan diseñar una propuesta de intervención que se pueda implementar con efectividad, de acuerdo con las respectivas adecuaciones para que se pueda extrapolar a otros grupos humanos con similares diagnósticos.

Para la recolección de datos se emplea a una guía de observación la cual se aplica a los niños de 11 a 12 años diagnosticados con TDAH de la Unidad Educativa Especializada Fiscal “Carlos Baidal Tircio”; durante las clases de educación física; por otra parte, se desarrolla e implementa una entrevista a los docentes que se encuentran a cargo de los niños; luego de analizar estos datos se presenta una breve propuesta de intervención que se pueda aplicar como complemento dentro de las clases de educación física y que no afecte las planificaciones académicas existentes dentro de la institución educativa.

Ambos instrumentos han sido validados por expertos y especialistas en el tema del Trastorno por déficit de atención e hiperactividad, lo cual ofrece una mayor rigurosidad en el proceso investigativo y datos más específicos que contribuyan a una investigación de calidad y rigor científico.

En el caso de la guía de observación, consta de 10 ítems distribuidos en tres dimensiones de estudio regulación emocional; socialización y trabajo en equipo; atención y concentración. El instrumento utiliza una escala de Likert con cinco opciones de respuesta. La herramienta presenta un Alfa de Cronbach de 0,89, sumatoria de varianza 6,37 y varianza total 6,17; para el proceso de datos se utiliza Excel de Microsoft.

Con respecto a la entrevista aplicada a los docentes, el recurso de recolección consta de diez preguntas abiertas las cuales exploran las dimensiones de investigación planificación pedagógica; contexto del aprendizaje; formación docente. La información obtenida está relacionada directamente con las vivencias que tienen los docentes frente a su trabajo con el grupo de alumnos de 7mo de básica en donde se incluyen a los niños con TDAH.

Con los datos recolectados se propone una estrategia metodológica que se pueda aplicar durante el desarrollo de actividades físicas dirigidas a niños con TDHA, en sus clases de educación física; dicha propuesta se valida por expertos especialistas y se pondrá en funcionamiento al momento que sea aprobado por las autoridades de la institución, como se muestra en la figura 1.

3. Resultados

En primer momento se sintetizan las respuestas proporcionadas por los docentes que se encuentran a cargo de los niños diagnosticados con TDAH de 11 a 12 años de la Unidad Educativa Especializada Fiscal “Carlos

Figura 1: Instrumento - Ficha Validada

ESTRATEGIA METODOLÓGICA PARA EL DESARROLLO DE ACTIVIDADES FÍSICAS DIRIGIDAS A NIÑOS CON TDAH
FICHA DE EVALUACIÓN DEL INSTRUMENTO: Guía de observación aplicada a estudiantes diagnosticados con TDAH.

Indicadores	Criterios	Deficiente 9 - 20		Regular 21 - 40				Buena 41 - 60				Muy Buena 61 - 80				Excelente 81 - 100				OBSERVACIONES	
		0	5	10	15	20	25	30	35	40	45	50	55	60	65	70	75	80	85		90
ASPECTOS DE VALIDACIÓN																					
1.Ciudad	Esta formulado con un lenguaje apropiado.																				
2.Objetividad	Esta expresado en conductas observables.																				
3.Actualidad	Adecuado al enfoque teórico abordado en la investigación.																				
4.Organización	Existe una organización lógica entre sus ítems.																				
5.Suficiencia	Comprende los aspectos necesarios en cantidad y calidad.																				
6.Intencionalidad	Adecuado para valorar las dimensiones del tema de la investigación.																				
7.Consistencia	Basado en aspectos teóricos-científicos de la investigación.																				
8.Coherencia	Tiene relación entre las variables e indicadores.																				
9.Metodología	La estrategia responde a la elaboración de la investigación.																				

INSTRUCCIONES: Este instrumento, sirve para que el EXPERTO EVALUADOR evalúe la pertinencia, eficacia del instrumento que se está validando. Deberá colocar la puntuación que considere pertinente a los diferentes enunciados. Obtener la puntuación promedio y la valoración obtenida.

Puntuación: Valoración: **MUY BUENA**

Guayaquil, agosto 2024

Ps.:Tanya Rodríguez Gualle
 CÉDULA: 092124109-7
 Teléfono: 0958722144
 E-mail: tamerogu@outlook.com



Activa
Ve a Cor

Baidal Tircio”, a través de una entrevista.

cidad atencional.

Las facilitadoras abordadas mencionan que el Trastorno por Déficit de Atención e Hiperactividad requiere un enfoque específico en el contexto de las actividades físicas, por lo que es necesario el establecimiento de un entorno organizado y predecible. Las educadoras indican inicialmente que es complejo el trabajo con niños diagnosticados con TDAH, debido a que se debe dar la atención necesaria a estos alumnos sin descuidar al resto del curso, manteniendo siempre presente la inclusión, respeto, tolerancia y participación de todos los estudiantes. Refieren las educadoras que los discentes con TDAH responden favorablemente a instrucciones bien definidas, ya que estas reducen los niveles de ansiedad y mejoran su capa-

Asimismo, indican que es muy importante proporcionar indicaciones claras y concisas para que los niños realicen todas las actividades programadas tanto para las clases de educación física como en las aulas; además es necesario diseñar actividades variadas que mantengan su motivación.

Las docentes exponen que la diversidad en las tareas contribuye a desarrollar múltiples competencias, evitando la saturación cognitiva y optimizando el rendimiento de los niños con este trastorno. La planificación debe también enfocarse en consolidar tanto la estabilidad emocional como la cognitiva; si bien mencionan que con los niños prescritos con TDAH aprenden de una forma

diferente y en unos casos se debe de repetir actividades para consolidar aprendizajes, ellos no deben de percibir esto para evitar el aburrimiento o que su foco atencional se desvíe hacia otros estímulos externos.

Los objetivos de las actividades físicas para niños con TDAH van más allá del desarrollo físico, sino que se prioriza el fortalecimiento de la concentración, autocontrol y relaciones interpersonales. Los ejercicios tienen implícitos el seguimiento de instrucciones detalladas específicas que permiten a estos estudiantes incrementar sus capacidades para adherirse a normas y colaboración con otros. Por esta razón, la actividad física representa un recurso fundamental en la canalización del exceso energético que tienen los estudiantes con este trastorno, lo que aporta en la disminución de su hiperactividad, fomenta un mayor autocontrol y facilita su integración en diversos contextos sociales y educativos.

Para las maestras es necesario que las planificaciones en las clases de educación física sigan directrices actualizadas y adaptadas a las necesidades de los estudiantes, por lo que ellas recomiendan al menos 60 minutos diarios de actividad moderada o intensa para un desarrollo equilibrado. En el caso de los niños con TDAH, resulta esencial incorporar ejercicios que favorezcan la autorregulación y el enfoque. Estos métodos optimizan tanto los beneficios físicos como los cognitivos, garantizando una participación inclusiva en las actividades grupales. Además, es necesario ajustar los entornos de juego, eliminando distracciones visuales y auditi-

vas que puedan afectar la concentración. Un espacio tranquilo y bien gestionado favorece una experiencia educativa más efectiva y una mayor implicación en las actividades.

Se debe de tener en cuenta que la planificación para niños con TDAH enfrenta desafíos específicos, como la dificultad para sostener la atención durante largos periodos, lo cual requiere un enfoque adaptable y estrategias individualizadas. La modificación del entorno físico y la gestión eficaz de las transiciones entre actividades son elementos clave para mejorar su atención. Adicionalmente, los facilitadores en constante actualización sobre las mejores formas de promover actividades prácticas y estrategias relacionadas con el TDAH, por lo que es necesario que recurran a la búsqueda de trabajos investigativos recientes, literatura y recursos tecnológicos especializados; lo que les permitirá utilizar técnicas avanzadas de manejo conductual y motivación interna para asegurar la efectividad de las intervenciones en este contexto.

A continuación, se analizan los resultados de la guía de observación aplicada a los estudiantes de 11 a 12 años que acuden a la Unidad Educativa Especializada Fiscal “Carlos Baidal Tircio” y que están diagnosticados con TDAH.

En la dimensión regulación emocional; los resultados de la tabla 1 indican que los niños con TDAH enfrentan dificultades sustanciales en la regulación emocional durante las actividades físicas, especialmente en el control de la impulsividad y la gestión de la

Tabla 1: Manejo de emociones

Dimensión 1: Regulación Emocional	Siempre	%	Mayoría de veces	%	A veces	%	Pocas veces	%	Nunca	%	Total	%
El niño maneja adecuadamente la frustración cuando no logra realizar una actividad correctamente	0	0%	4	66,6%	1	16,7%	1	16,7%	0	0%	6	100%
El niño logra controlar comportamientos impulsivos durante las actividades físicas	0	0%	0	0,0%	2	33,3%	4	66,7%	0	0%	6	100%
El niño mantiene un comportamiento equilibrado tanto en situaciones de éxito como de fracaso durante las actividades	0	0%	4	66,6%	1	16,7%	1	16,7%	0	0%	6	100%

frustración. La mayoría de los niños muestra cierto grado de habilidad en estas áreas, pero la ausencia de respuestas en la categoría de "siempre" sugiere que se necesita un enfoque más intenso y dirigido para mejorar la consistencia en la regulación emocional. Estos resultados pueden guiar la implementación de estrategias metodológicas específicas en la educación física para ayudar a estos niños a desarrollar mejores mecanismos de regulación emocional.

En la dimensión socialización y trabajo en equipo, de la tabla 2 se registra que los niños con TDAH enfrentan considerables dificultades para integrarse y colaborar en actividades grupales durante las clases de educación física. Las inconsistencias en la colaboración, la participación y la iniciativa para socializar reflejan la necesidad de intervenciones específicas que fomenten habilidades sociales, promuevan la confianza interpersonal y proporcionen un ambiente inclusivo y de apoyo. Estos hallazgos son cruciales para la planificación y adaptación de estrategias pedagógicas que aborden las necesi-

dades específicas de los niños con TDAH en el contexto de la educación física.

Los datos analizados en la dimensión atención y concentración de la tabla 3 demuestran que los niños con TDAH presentan variaciones considerables en su capacidad de atención y concentración durante las actividades físicas. Estas fluctuaciones resaltan la necesidad de desarrollar estrategias pedagógicas especializadas que aborden estas dificultades, como la introducción de instrucciones más estructuradas, la inclusión de actividades más dinámicas que mantengan el interés, y el uso de técnicas que faciliten las transiciones suaves entre tareas. Estas intervenciones son esenciales para mejorar el rendimiento y la participación de los niños con TDAH en el entorno de la educación física.

4. Discusión

Luego del análisis de los resultados sobre los repertorios de conducta que se evidencian en los niños con TDAH durante actividades

Tabla 2: Manejo de emociones

Dimensión 2: Socialización y Trabajo en Equipo	Siempre	%	Mayoría de veces	%	A veces	%	Pocas veces	%	Nunca	%	Total	%
Los niños colaboran con sus compañeros durante actividades en grupo.	0	0%	0	0%	6	100%	0	0%	0	0%	6	100%
El grupo de niños con TDAH participa activamente en actividades que requieren cooperación y coordinación con otros.	0	0%	3	50,0%	2	33,3%	1	16,7%	0	0%	6	100%
El grupo de estudio toma la iniciativa para socializar con sus compañeros durante las actividades físicas.	0	0%	1	16,7%	1	16,7%	4	66,6%	0	0%	6	100%

Tabla 3: Manejo de emociones

Dimensión 3: Atención y Concentración	Siempre	%	Mayoría de veces	%	A veces	%	Pocas veces	%	Nunca	%	Total	%
Los niños mantienen la atención durante la realización de las actividades físicas.	0	0%	3	50,0%	1	16,7%	1	16,7%	1	16,7%	6	100%
Los sujetos siguen las instrucciones dadas por el profesor sin necesidad de repetición constante.	0	0%	0	0%	6	100%	0	0%	0	0%	6	100%
Los alumnos con TDAH son capaces de mantenerse enfocados en una actividad física específica durante un período prolongado.	0	0%	4	66,6%	1	16,7%	0	0%	1	16,7%	6	100%
El grupo de observación puede cambiar de una actividad a otra sin perder la concentración ni la atención en la nueva tarea.	0	0%	0	0%	2	33,3%	4	66,6%	0	0%	6	100%

físicas es notorio que, si bien el 66,6% de ellos logran manejar la frustración de manera adecuada en la mayoría de las ocasiones, ninguno lo hace de manera consistente. Estos datos están relacionados con lo obtenido por Sánchez (2020), el cual menciona acertadamente que los niños con TDAH afrontan retos significativos en su equilibrio emocional, sobre todo en contextos de presión y que

exigen autocontrol. Conjuntamente, el descontrol de sus conductas impulsivas, presentes en el 66,7% de los sujetos investigados, concuerda con los registros de Sotomayor et al. 2019, el mismo que recalca la importancia de implementar estrategias concretas para gestionar la impulsividad en este grupo humano. Estos descubrimientos destacan la necesidad de estructurar nuevas intervencio-

nes metodológicas específicas que incluyan los componentes emocionales en las clases de educación física, adecuando las actividades para fomentar un ambiente de aprendizaje emocional más estructurado.

En lo que respecta a la socialización y el trabajo en equipo, el 100 % de los niños solo participa ^a veces.^{en} actividades grupales, lo que revela un conflicto considerable en su capacidad para la interacción social dentro de entornos colectivos; también se observa que los estudiantes con este trastorno tienden a experimentar complicaciones durante las actividades colaborativas, debido a su impulsividad y baja percepción de autoeficacia social. La escasa participación en actividades grupales expone la necesidad de realizar ajustes en las dinámicas grupales frente a las características particulares de estos niños, en este sentido es fundamental la realización de actividades que motiven la inclusión y la interacción social. De acuerdo con Pazmiño et al. (2021), estas estrategias deben centrarse en fortalecer la confianza interpersonal y minimizar las barreras emocionales que dificultan la colaboración en equipo. La falta de iniciativa para socializar, observada en el 66,6 % de los niños, subraya la importancia de fomentar habilidades sociales a través de programas bien estructurados.

En lo que se refiera a la atención y concentración, la información obtenida refiere que solo el 50 % de los individuos observados logra mantener la atención durante la "mayoría de las veces.^{en} las actividades físicas, lo que indica un patrón inconsistente de con-

centración. Este resultado es consistente con lo expuesto por Sánchez (2020), quien resalta que la variabilidad en la capacidad de atención es característica en los niños con TDAH, particularmente en contextos poco estructurados. Además, la necesidad constante de repetir instrucciones, observada en el 100 % de los casos, coincide con la aplicación de técnicas pedagógicas que incluyen recordatorios frecuentes y adaptaciones en el proceso de enseñanza para mantener la atención. Este dato sugiere que las actividades físicas para niños con TDAH deben ser altamente estructuradas, con intervalos breves de actividad y recordatorios constantes para mejorar el enfoque y reducir las distracciones.

Por su parte en lo referente a la dificultad en la transición entre actividades sin perder la concentración, se registra que el 66,6 % de los niños, señala un desafío importante en la flexibilidad cognitiva. Sotomayor et al. 2019 destaca que los niños con TDAH suelen tener dificultades al cambiar de una tarea a otra, lo que puede afectar su rendimiento y adaptación en actividades físicas que exigen cambios rápidos de enfoque. La falta de preparación para estos cambios puede agravar la desconcentración, tal como lo reflejan los resultados. Según Pazmiño et al. (2021), las estrategias metodológicas deben integrar actividades físicas más dinámicas y estructuradas para minimizar las transiciones abruptas, facilitando una participación continua y efectiva. Estos resultados refuerzan la necesidad de un enfoque metodológico integral que no solo abarque el desarrollo físico, sino también las habilidades emocio-

nales y sociales de los niños con TDAH para optimizar su desempeño global en el ámbito de la educación física.

En función con los datos proporcionados por los docentes se evidencia que la aplicación de estrategias metodológicas específicas para niños con TDAH en el contexto de la actividad física es fundamental para optimizar tanto su rendimiento motor como su autorregulación emocional. Las respuestas de los facilitadores destacan la relevancia de proporcionar un ambiente estructurado y previsible, donde la claridad en las instrucciones y la consistencia de las rutinas contribuyen significativamente a mejorar la atención y reducir los niveles de ansiedad en estos estudiantes. Estas afirmaciones coinciden con lo propuesto por Sánchez (2020), quien resalta el valor de las rutinas bien estructuradas para gestionar la impulsividad y la atención en niños con TDAH. Además, los datos obtenidos sugieren que la variación en las actividades físicas ayuda a prevenir la sobrecarga cognitiva, un factor clave en la enseñanza de niños con este trastorno.

Por otro lado, los datos corroboran la importancia de diseñar actividades físicas que no solo promuevan el desarrollo físico, sino que también fomenten la concentración, el autocontrol y las habilidades sociales, aspectos que los docentes consideraron fundamentales. Estos hallazgos son consistentes con los estudios de Sotomayor et al. 2019 y Pazmiño et al. (2021), quienes enfatizan la necesidad de implementar intervenciones psicoeducativas que favorezcan la regulación emocional y la integración social de los niños con

TDAH.

Se debe destacar la importancia de crear entornos de juego libres de distracciones y manejar de manera efectiva las transiciones entre actividades, factores clave para mantener la atención de estos estudiantes, en línea con los enfoques inclusivos recomendados en la literatura reciente (Sotomayor et al., 2019; Pazmiño et al., 2021). Es por este motivo que los resultados destacan la urgencia de un enfoque integral y ajustado que abarque tanto los componentes físicos como emocionales, garantizando así una participación plena y efectiva en las actividades físicas.

4.1 Propuesta

A continuación, se exponen de manera breve una propuesta que se debe implementar dentro de la Unidad Educativa Especializada Fiscal “Carlos Baidal Tircio” para el abordaje de estudiantes diagnosticados con TDAH durante las clases de educación física. Es importante indicar que el trabajo está pensado para desplegarlo en ocho semanas, tiempo en el cual se ejecutarán ciertas acciones complementarias a las planificaciones que tienen las docentes del área.

Las actividades se realizan una vez por semana, teniendo en cuenta que los cursos sólo trabajan dos veces por semana la asignatura de educación física, por lo que se escoge una de las sesiones para realizar la propuesta, es necesario mencionar que las actividades forman parte de una clase planificada y no constituyen la totalidad de la sesión de trabajo; luego de cumplir el tiempo se deberá realizar una valoración del grupo de

investigación para constatar si existe algún cambio positivo en la población de estudio; adicionalmente se debe mencionar que las actividades propuestas no son sólo para los alumnos con TDAH, sino que están estructuradas para que sean ejecutadas por todos los alumnos del curso; para esta propuesta se utiliza el método de refuerzos positivos inmediatos, que se orienta en las recompensas inmediatas después de la ejecución de una actividad, la intencionalidad es que se refuerce el buen comportamiento y el esfuerzo; esta metodología contribuye en el fomento de la autoestima y el compromiso, los cuales son componentes fundamentales dentro de las clases de educación física; las actividades son las siguientes:

Desafío de Colores

Descripción: los niños deben correr a un cono del color que coincida con la tarjeta que muestra el profesor. Los colores cambian rápidamente para mantener el ritmo de la actividad.

Variable: cambiar la velocidad de las instrucciones o aumentar el número de colores.

Carrera del Bumerán

Objetivo: desarrollar la autorregulación y la planificación. Implementos: boomerangs (de goma o espuma), conos para marcar zonas de lanzamiento. Descripción: los niños deben lanzar un boomerang y correr para atraparlo cuando regresa, planificando el punto de partida y el ángulo del lanzamiento. Variable: cambiar la distancia de lanzamiento o la forma del recorrido.

Zonas de Poder

Objetivo: fomentar la resistencia física y el autocontrol. Implementos: círculos marcados en el suelo con diferentes números, pelotas. Descripción: los niños se desplazan rápidamente entre círculos, pero solo pueden lanzar la pelota a una zona cuando el profesor da una señal. Gana quien llegue más rápido a la zona y lance con mayor precisión. Variable: aumentar el número de zonas o cambiar el patrón de las señales.

Salta y Calcula

Objetivo: estimular el pensamiento lógico y la coordinación motora. Implementos: Cuerdas elásticas, tarjetas con operaciones matemáticas simples. Descripción: los niños deben saltar una cuerda mientras resuelven problemas matemáticos rápidos. Después de cada respuesta correcta, el número de saltos aumenta. Variable: aumentar la dificultad de las operaciones matemáticas o la velocidad de los saltos.

Misiones Secretas

Objetivo: mejorar la atención y la concentración en tareas múltiples. Implementos: Carteles con instrucciones, obstáculos sencillos (conos, cuerdas). Descripción: los niños reciben una misión secreta (tarjeta con varias instrucciones) que deben completar en un circuito de obstáculos. Deben recordar y seguir cada paso correctamente para superar la misión. Variable: aumentar la cantidad de instrucciones por misión o la complejidad de los obstáculos.

La Estación del Relámpago

Objetivo: desarrollar la agilidad y la toma de decisiones rápida. Implementos: cinta adhesiva para marcar estaciones, cronómetro. Descripción: los niños pasan por varias estaciones (correr, saltar, lanzar) en las que tienen un tiempo limitado para completar una tarea. Deben adaptarse rápidamente al tipo de actividad. Variable: reducir el tiempo disponible en cada estación o añadir nuevas estaciones.

Tira y Golpea

Objetivo: mejorar la precisión y la coordinación óculo-manual. Implementos: pelotas de espuma, cajas grandes. Descripción: los niños deben lanzar pelotas a una caja desde diferentes distancias. Cada tiro exitoso cuenta puntos, y las distancias más largas otorgan más puntos. Variable: aumentar la distancia de los lanzamientos o el tamaño de las dianas.

Caminata del Equilibrio en Tiempo Límite

Objetivo: fomentar el control del cuerpo y la concentración. Implementos: Tablas o barras de equilibrio, cronómetro, pelotas pequeñas. Descripción: los niños deben caminar sobre una barra de equilibrio llevando una pelota en las manos, mientras intentan completar el trayecto antes de que el tiempo se agote. Variable: reducir el tiempo límite o agregar obstáculos adicionales para aumentar la dificultad.

5. Conclusiones

- Se debe establecer que las metodologías estructuradas concretamente para niños con Trastorno por Déficit de Atención e Hiperactividad (TDAH) resultan importantes en la promoción de su integración durante las clases de educación física. La utilización de acciones organizadas y flexibles han corroborado ser eficientes en el mejoramiento y autorregulación emocional, las relaciones interpersonales y las capacidades atencionales en estos niños.
- Un dato clave en la presente investigación es la relación positiva entre la participación en actividades físicas y el incremento de las habilidades de socialización en niños con TDAH.
- El éxito de las estrategias metodológicas adaptadas a las necesidades individuales confirma que las intervenciones educativas a través de la actividad física no solo mejoran el rendimiento motriz, sino que también refuerzan las competencias sociales, esenciales para su integración escolar.
- Las actividades físicas más eficaces para promover la socialización y mejorar la atención en niños con TDAH, dentro del contexto de las clases de educación física, son aquellas que cuentan con una estructura clara, un carácter dinámico y un enfoque colaborativo. En la Unidad Educativa Especializada Fiscal “Carlos Baidal Tircio”, las facilitadoras destacan la relevancia de los

ejercicios que implican seguir instrucciones precisas, lo cual es fundamental para que los estudiantes con TDAH desarrollen capacidades de autocontrol y concentración.

- Las adaptaciones en las clases de educación física son muy importantes para el desarrollo integral y la inclusión de los niños con TDAH, es por este motivo que con la presente investigación se contribuya a experiencia académica. En la institución donde se desarrolla el estudio, las facilitadoras destacan que es necesario realizar ajustes y modificaciones como por ejemplo el uso de instrucciones claras, un entorno bien organizado y el mantenimiento de la atención.

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

Acosta-Yela, M. T., American Psychiatric Association. (2022). *DSM-5-TR: Manual Diagnóstico y Estadístico de los Trastornos Mentales: Texto Revisad*. ISBN: 978841106072 <https://psychiatryonline.org/doi/book/10.1176/appi.books.9780890425787>

Creswell, J. W., & Creswell, J. D. (2021). *Research design: Qualitative, quantitative, and mixed methods approaches* (5th ed.). SAGE Publications. https://spada.uns.ac.id/pluginfile.php/510378/mod_resource/content/1/creswell.pdf

DuPaul, G. J., Evans, S. W., Mautone, J. A., Owens, J. S., & Power, T. J. (2019). *ADHD in the schools: Assessment and intervention strategies* (3rd ed.). Guilford Press. <https://www.guilford.com/excerpts/dupaul.pdf?t=1>

Faraone, S. V., Banaschewski, T., Coghill, D., Zheng, Y., Biederman, J., Bellgrove, M. A., ... & Wang, Y. (2021). The World Federation of ADHD International Consensus Statement: 208 Evidence-based conclusions about the disorder. *Neurosci Biobehav Rev.* 2021 Sep; 128:789-818. doi: 10.1016/j.neubiorev.2021.01.022. Epub 2021 Feb 4. PMID: 33549739; PMCID: PMC8328933. <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/33549739/>

Hart, K. C., Massetti, G. M., Fabiano, G. A.,

- Pariseau, M. E., & Pelham, W. E. (2021). Efficacy of a school-based treatment program for elementary school children with ADHD. *Journal of Attention Disorders*, 25(4), 540-552. <https://readylab.fiu.edu/ready-research/>
- Clarke, AT, Marshall, SA, Mautone, JA, Soffer, SL, Jones, HA, Costigan, TE, . . . Power, TJ (2015). La asistencia de los padres y la adherencia a la tarea escolar predicen la respuesta a una intervención familiar-escolar para niños con TDAH. *Journal of Clinical Child & Adolescent Psychology* , 44 (1), 58–67. <https://doi.org/10.1080/15374416.2013.794697>
- Dennis, M., Shoulberg, EK, Hoza, B., Krasner, A., Scott, H. y Smith, AL (2024). ¿La actividad física aeróbica amortigua las asociaciones entre la gravedad de los síntomas del TDAH en niños pequeños y el funcionamiento académico y social? *Journal of Emotional and Behavioral Disorders*, 0 (0). <https://doi.org/10.1177/10634266231223497>
- Gerring, J., Mahoney, J., Elman, C., Swedberg, R. . . . Robertson, C. (2020). La producción de conocimiento que potencia el progreso en las ciencias sociales. Universidad de Cambridge. ISBN: 9781108486774. <https://www.cambridge.org/us/universitypress/subjects/social-science-research-methods/qualitative-methods/production-knowledge-enhancing-progress-social-science?format=HB&isbn=9781108486774>
- Maxwell, J. A. (2021). Por qué los métodos cualitativos son necesarios para la generalización. *Psicología cualitativa*, 8 (1), 111–118. <https://doi.org/10.1037/qup0000173>
- Merriam, S. B., & Tisdell, E. J. (2016). *Investigación cualitativa: una guía para el diseño y la implementación* (4.ª ed.). Jossey-Bass. https://books.google.com.gt/books?id=JFN_BwAAQBAJ&printsec=frontcover&hl=es#v=onepage&q&f=false
- Millán Jurado, M. J. (2012). Propuesta de metodología docente para alumnos con TDAH [Trabajo de pregrado, Universidad Internacional de la Rioja, España]. <https://reunir.unir.net/handle/123456789/625>
- Jama-Zambrano, V. R., & Cornejo-Zambrano, J. K. . (2023). La construcción de las matemáticas a partir de los recursos de gamificación. *Revista Docentes 2.0*, 16(2), 138–142. Patton, M. (2015) *Métodos de investigación y evaluación cualitativos*. 4.ª edición, Sage Publications, Thousand Oaks. <https://books.google.com.ec/books?hl=es&lr=&id=ovAkBQAAQBAJ&oi=fnd&pg=PP1&dq=patton+2015+qualitative+research+and+evaluation+methods%2Bcom+o+citar&ots=ZSZY5wvFA-&sig=8nn0bfUbJydh4ySgEDpfY12gkRY#v=onepage&q&f=false>
- Pazmiño Vaca, J. A., Vinueza Yáñez, E. G., Toapanta Otavalo, M. de J., Valladares Tipán, K. Y., & Calderón Otavalo, M.

M. (2024). Impacto de las intervenciones psicopedagógicas en el rendimiento académico de niños con TDAH: un análisis crítico. *Arandu UTIC*, 11(2), 71–92. <https://doi.org/10.69639/arandu.v11i2.252>

Sotomayor Bricio, D. R., Miranda Salas, C. A., Gutiérrez Mora, M. de F., Contreras Sánchez, L. P., & Arteaga Baque, L. G. (2024). Estrategias de Inclusión en Estudiantes con Déficit de Atención (TDAH) y su Impacto en el Rendimiento Escolar. *Ciencia Latina Revista Científica Multidisciplinar*, 8(3), 37-57. https://doi.org/10.37811/cl_rcm.v8i3.11174

Sánchez-Duméz, L. L. (2020). Estrategias pedagógicas para la inclusión de estudiantes con trastorno por déficit de atención e hiperactividad. *AiBi Revista De Investigación, Administración E Ingeniería*, 8(S1), 234–243.

Thapar A, Cooper M, Rutter M. (2018). Neurodevelopmental disorders. *Lancet Psychiatry*. 2017 Apr;4(4):339-346. doi: 10.1016/S2215-0366(16)30376-5. Epub 2016 Dec 13. PMID: 27979720. <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/27979720/>