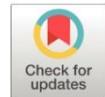


## Ejercicios musicalizados para la inclusión a la clase de educación física de estudiantes con discapacidad intelectual moderada

*Musicalized exercises for the inclusion of students with moderate intellectual disability into the physical education class*

- <sup>1</sup> Rebeca Marilú Jiménez Díaz  <https://orcid.org/0009-0000-7293-7204>  
Maestría en Pedagogía de la Cultura Física con mención en Educación Física Inclusiva, Universidad Bolivariana, Durán, Ecuador.  
[rmjimenezd@ube.edu.ec](mailto:rmjimenezd@ube.edu.ec)
- <sup>2</sup> Jaime Augusto Castro Luzuriaga  <https://orcid.org/0009-0009-1528-3932>  
Maestría en Pedagogía de la Cultura Física con mención en Educación Física Inclusiva, Universidad Bolivariana, Durán, Ecuador.  
[jacastrol@ube.edu.ec](mailto:jacastrol@ube.edu.ec)
- <sup>3</sup> Pabla Vanessa Bermúdez Zea  <https://orcid.org/0000-0001-7946-8607>  
Maestría en Pedagogía de la Cultura Física con mención en Educación Física Inclusiva, Universidad Bolivariana, Durán, Ecuador.  
[pvbermudezz@ube.edu.ec](mailto:pvbermudezz@ube.edu.ec)
- <sup>4</sup> Giceya de la Caridad Maqueira Caraballo  <https://orcid.org/0000-0001-6282-3027>  
Investigador Independiente, Durán, Ecuador.  
[gdmaqueirac@ube.edu.ec](mailto:gdmaqueirac@ube.edu.ec)



### Artículo de Investigación Científica y Tecnológica

Enviado: 17/04/2024

Revisado: 15/05/2024

Aceptado: 04/06/2024

Publicado: 15/08/2024

DOI: <https://doi.org/10.33262/concienciadigital.v7i3.3241>

### Cítese:

Jiménez Díaz, R. M., Castro Luzuriaga, J. A., Bermúdez Zea, P. V., & Maqueira Caraballo, G. de la C. (2024). Ejercicios musicalizados para la inclusión a la clase de educación física de estudiantes con discapacidad intelectual moderada. *ConcienciaDigital*, 7(3), 193-218.  
<https://doi.org/10.33262/concienciadigital.v7i3.3241>



**CONCIENCIA DIGITAL**, es una revista multidisciplinar, **trimestral**, que se publicará en soporte electrónico tiene como **misión** contribuir a la formación de profesionales competentes con visión humanística y crítica que sean capaces de exponer sus resultados investigativos y científicos en la misma medida que se promueva mediante su intervención cambios positivos en la sociedad. <https://concienciadigital.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](http://www.celibro.org.ec)

Esta revista está protegida bajo una licencia *Creative Commons AttributionNonCommercialNoDerivatives 4.0 International*. Copia de la licencia: <http://creativecommons.org/licenses/by-nc-nd/4.0/>

**Palabras claves:**

Ejercicios musicalizados, inclusión, educación física, discapacidad intelectual moderada

**Resumen**

**Introducción:** el presente artículo explora como la integración de ejercicios musicalizados en la Educación Física puede ser una estrategia innovadora y efectiva para superar los desafíos de inclusión de estudiantes con discapacidad intelectual moderada. Al combinar los beneficios de la actividad física y la música, este estudio busca proporcionar comprensión valiosa sobre los métodos inclusivos y adaptativos que puedan ser implementados en el sistema educativo para fomentar una participación más igualitaria y enriquecedora en las clases de Educación Física.

**Objetivos:** el objetivo principal es examinar la eficacia de los ejercicios musicalizados en la mejora de la inclusión de estudiantes con discapacidad intelectual moderada en las clases de educación física. Los objetivos específicos incluyen evaluar el impacto de estos ejercicios en la participación y rendimiento físico de los estudiantes, identificar barreras y facilitadores para su implementación, y proponer recomendaciones basadas en la evidencia para su incorporación efectiva en el sistema educativo.

**Metodología:** esta investigación adopta un enfoque mixto, combinando elementos cualitativos y cuantitativos para analizar la inclusión de estudiantes con discapacidad intelectual moderada en clases de Educación Física mediante ejercicios musicalizados. Se desarrolla en distintas fases, desde una exploratoria inicial para comprender la discapacidad, hasta una fase correlacional que evalúa la efectividad del programa propuesto. Se utilizan herramientas como guías de observación y encuestas para obtener una visión completa de los resultados pre y post intervención, lo que permite identificar necesidades específicas y diseñar estrategias inclusivas eficaces.

**Resultados:** la encuesta aplicada a docentes de Educación Física reveló que las docentes femeninas utilizaron más frecuentemente los ejercicios musicalizados que los docentes masculinos, observando una mayor receptividad y mejoras en la participación y compromiso de los estudiantes con discapacidad intelectual moderada. Ambos grupos coincidieron en los beneficios significativos de estos ejercicios para la inclusión y bienestar emocional de los estudiantes, así como en su contribución al desarrollo integral y la mejora de la coordinación y equilibrio.

**Conclusiones:** la implementación de ejercicios musicalizados en clases de Educación Física ha demostrado ser

una estrategia efectiva para la inclusión de estudiantes con discapacidad intelectual moderada. Los resultados indican mejoras significativas en las capacidades psicomotoras y psicosociales, especialmente en el sujeto 1, quien mostró un incremento notable en los puntajes post-intervención, aunque las capacidades cognitivas presentaron un incremento en ambos sujetos, el mayor porcentaje de influencia positiva se evidenció en los ejercicios musicalizados durante las clases de Educación Física, develando sus beneficios, en estudiantes con discapacidad intelectual, demostrando mejoras en su participación y bienestar emocional, y un entorno colaborativo e inclusivo, más positivo. **Área de estudio general:** Educación. **Área de estudio específica:** Cultura Física. **Tipo de estudio:** original.

**Keywords:**

Musical exercises, inclusion, physical education, moderate intellectual disability

**Abstract**

**Introduction:** this article explores how the integration of musicalized exercises in Physical Education can be an innovative and effective strategy to overcome the challenges of inclusion of students with moderate intellectual disabilities. By combining the benefits of physical activity and music, this study seeks to provide valuable insight into inclusive and adaptive methods that can be implemented in the education system to encourage more equal and enriching participation in PE classes. **Objectives:** the main objective is to examine the efficacy of musicalized exercises in improving the inclusion of students with moderate intellectual disability in physical education classes. Specific objectives include assessing the impact of these exercises on student participation and physical performance, identifying barriers and facilitators for their implementation, and proposing evidence-based recommendations for their effective incorporation into the education system. **Methodology:** this research adopts a mixed approach, combining qualitative and quantitative elements to analyze the inclusion of students with moderate intellectual disability in Physical Education classes through musical exercises. It is developed in distinct phases, from an initial exploratory phase to understand disability, to a correlational phase that evaluates the effectiveness of the proposed program. Tools such as observation guides and surveys are used to obtain a complete view of pre- and post-intervention

---

outcomes, allowing specific needs to be identified and effective inclusive strategies to be designed. **Results:** the survey applied to Physical Education teachers revealed that female teachers used musical exercises more frequently than male teachers, observing greater receptivity and improvements in the participation and commitment of students with moderate intellectual disabilities. Both groups agreed on the significant benefits of these exercises for the inclusion and emotional well-being of students, as well as on their contribution to the integral development and improvement of coordination and balance. **Conclusions:** the implementation of musical exercises in Physical Education classes has proven to be an effective strategy for the inclusion of students with moderate intellectual disabilities. The results indicate significant improvements in psychomotor and psychosocial abilities, especially in subject 1, who showed a notable increase in post-intervention scores, although cognitive abilities presented an increase in both subjects, the highest percentage of positive influence was evidenced in the exercises musicalized during Physical Education classes, revealing their benefits, in students with intellectual disabilities, demonstrating improvements in their participation and emotional well-being, and a more positive collaborative and inclusive environment. **General area of study:** Education. **Specific area of study:** Physical Culture. **Type of study:** original.

---

## 1. Introducción

La actividad física se ha reconocido ampliamente por su impacto positivo en la calidad de vida, reduciendo el riesgo de numerosas enfermedades y mejorando el bienestar mental y cognitivo en individuos con o sin discapacidad (Bize et al., 2007), sin embargo es crucial reconocer que un considerable número de jóvenes con discapacidades, aproximadamente el 15%, enfrentan obstáculos significativos para alcanzar estos niveles de actividad (Boyle et al., 2011; Lobenius-Palmér et al., 2018), entre estas barreras se encuentran la falta de programas adaptados (Kodish et al., 2006), la escasez de equipamiento adecuado (Darrah et al., 1999), y la formación insuficiente del personal (Schreiber et al., 2004).

Los estudiantes con discapacidad intelectual moderada deben tener la oportunidad de participar en la clase de Educación Física de manera inclusiva y recibir el apoyo y las adaptaciones necesarias para garantizar su participación plena y beneficiosa. El desarrollo de habilidades motoras y perceptuales es fundamental en personas con discapacidad intelectual, por lo que la Educación Física, el deporte y la recreación son actividades clave para fomentar su desarrollo. Estas áreas están estrechamente relacionadas y es importante considerar el desarrollo de la psicomotricidad en este grupo de personas.

Durante los últimos años, el énfasis en la inclusión ha ido en aumento, como lo demuestra la Declaración de las Naciones Unidas sobre los Derechos del Niño (Lee-Koo, 2019), sin embargo la inclusión efectiva de estudiantes con discapacidad intelectual moderada en la educación física enfrenta desafíos considerables siendo que uno de los obstáculos más persistentes es el estigma asociado a la discapacidad, aún prevalente en muchas culturas, que lleva a la exclusión de estos niños de actividades comunes (Freer, 2023).

Investigaciones realizadas por Fonseca et al. (2020) junto con Santamaría, Ruiz, Puchalt y Fernández et al. (2016), destacan la falta de estrategias didácticas adecuadas y la carencia de formación especializada para los docentes como los principales impedimentos. Estos factores contribuyen a una participación restringida de estos estudiantes y a la ineficacia de la educación inclusiva.

La formación de una sociedad más inclusiva a nivel regional, continental y global debe comenzar desde la infancia, inculcando la noción de que cualquier actividad física, por mínima que sea, es preferible a la inactividad (Bull et al., 2020). La Constitución de la República del Ecuador enfatiza la importancia de la inclusión y la igualdad en la educación, estableciendo un marco legal para la integración efectiva de todos los estudiantes, incluidos aquellos con discapacidad intelectual moderada como lo menciona (Ávila & Chila, 2022).

Fritz et al. (2013) establece que la integración demostrada por la combinación de música y actividad física tiene efectos positivos en la realización de tareas motrices. En este contexto, el presente estudio examina los ejercicios musicalizados como un recurso prometedor para fomentar la participación de estas personas en la actividad física. La música ha probado ser una herramienta poderosa en la mejora del rendimiento físico, con estudios que resaltan su impacto en aspectos como la resistencia, la motivación y la fuerza. Estos efectos se observan desde una perspectiva psicológica, psicofísica y ergogénica (Karageorghis et al., 2018, 2021).

La sinergia entre la música y el deporte es particularmente notable en aspectos como el tempo, el ritmo y la intensidad siendo que esta interacción ofrece oportunidades únicas para la inclusión de personas con discapacidad intelectual moderada a través de actividades físicas especialmente adaptadas (Isoard-Gauthieu et al., 2015; Karageorghis

et al., 2006), esta relevancia se intensifica en actividades que tienen similitudes con la danza, donde la coreografía y los movimientos se realizan en sincronización con la música (Chiat et al., 2022).

Además, la música se ha utilizado para mejorar la coordinación y el ritmo en poblaciones especiales, como en niños con discapacidades y adultos con enfermedad de Parkinson, demostrando su versatilidad y eficacia en diversas áreas (Fritz et al., 2013), esto subraya el potencial de la música para mejorar la inclusión a clases de educación física en estudiantes con discapacidad intelectual moderada.

No obstante, a pesar de estos avances y conocimientos, persiste una pregunta fundamental en el campo de conocimiento: ¿Cómo pueden los ejercicios musicalizados mejorar significativamente la inclusión de estudiantes con discapacidad intelectual moderada en las clases de educación física? Por lo que esta investigación se propone abordar el desafío desde un enfoque multidisciplinario que integra la música, la educación física, y la pedagogía inclusiva.

El estudio se sitúa en el contexto sociocultural de Ecuador, donde la inclusión educativa ha progresado en términos de legislación y conciencia social, pero aún enfrenta barreras culturales y educativas. Se explora cómo las percepciones y prácticas culturales influyen en la implementación de estrategias de inclusión, y cómo estos factores pueden ser abordados para mejorar la participación efectiva de los estudiantes con discapacidad.

Los objetivos de este estudio son claros y están estrechamente vinculados con la pregunta de investigación. El objetivo principal es examinar la eficacia de los ejercicios musicalizados en la mejora de la inclusión de estudiantes con discapacidad intelectual moderada en las clases de educación física. Los objetivos específicos incluyen evaluar el impacto de estos ejercicios en la participación y rendimiento físico de los estudiantes, identificar barreras y facilitadores para su implementación, y proponer recomendaciones basadas en la evidencia para su incorporación efectiva en el sistema educativo.

Este enfoque integral asegura que la investigación no solo responda a la pregunta planteada, sino que también contribuya significativamente al campo de la educación física inclusiva, proporcionando una base sólida para futuras iniciativas y políticas educativas en Ecuador y más allá. Con este estudio, se espera abrir nuevos caminos para una educación física más inclusiva y accesible para todos los estudiantes, especialmente aquellos con discapacidad intelectual moderada.

### *1.1. Propuesta de solución*

Atendiendo a las características de la muestra, en quienes se evidencia su falta de motivación a las clases de Educación Física, y la infortunada familiarización al sentirse excluidos de las actividades recreo deportivas, este proyecto, se orienta hacia la creación

de un programa sustentado en ejercicios musicalizados, con actividades y juegos específicamente adaptados a las necesidades de los niños con discapacidad intelectual, propendiendo a su participación activa y su interrelación con sus pares.

## 2. Metodología

Esta investigación se enmarca en los diseños de tipo cuasi experimental, debido a la naturaleza de la investigación, ya que si bien es cierto se parte de un enfoque cualitativo, se cuantificaron los datos resultantes de las guías de observación y encuestas, para tener un panorama más exacto de los hallazgos encontrados, tanto en el pre como en el post. Se transitó por distintos alcances, según la etapa por la que transcurría la investigación, inicialmente, se parte con un alcance descriptivo, el cual fundamenta las bases teóricas de la discapacidad intelectual moderada, en el ámbito de la inclusión, en las actividades físicas, recreativas y deportivas y la implementación de ejercicios musicalizados en las clases de Educación Física.

Durante la fase diagnóstica, la investigación se centra en un enfoque exploratorio para comprender mejor la discapacidad intelectual moderada, mediante el desarrollo e implementación de una guía de observación, mediante la cual se examinaron los comportamientos individuales de los 2 sujetos de estudio de la investigación, lo que permite una identificación detallada de sus características y necesidades particulares, además del diseño e implementación de una encuesta estructurada aplicada únicamente a los 3 docentes de Educación Física de la institución.

Para la tercera y cuarta fase los alcances que se ponen de manifiesto son, el exploratorio y el correlacional, puesto que la construcción del programa se derivó de la indagación de programas precedentes con poblaciones similares, los cuales sirvieron de basamento para nuestra propuesta, y finalmente tras la aplicación post - intervención de los instrumentos de encuesta y guías de observación, el alcance correlacional, nos brindó las respuestas a las interrogantes planteadas sobre la efectividad o no, del programa diseñado.

La población de este estudio de caso está conformada por un total de 70 estudiantes de Educación Básica Superior y Bachillerato General Unificado, de la Unidad Educativa Particular Eduardo Kingman, ubicada en la ciudad de Milagro provincia del Guayas, Ecuador.

A través de un muestreo no probabilístico por conveniencia del investigador, se seleccionó una muestra de 2 estudiantes con Discapacidad Intelectual, denominados a lo largo de la investigación como sujeto #1 y sujeto #2 de los grados décimo del subnivel de Educación Básica Superior y del primer año de Bachillerato General Unificado, y 3 docentes del área de Educación Física de la misma institución. Para un muestreo total de 5 integrantes.

### 3. Resultados

Para la fase diagnóstica, se implementó una encuesta a los docentes de la asignatura de Educación Física en la institución, con la finalidad de conocer si han tenido la oportunidad anteriormente de utilizar ejercicios musicalizados durante sus clases. Los resultados de esta encuesta sentaron las bases para la construcción del programa propuesto, el cual se sustentó en los aspectos que caracterizan los comportamientos asociados a la discapacidad intelectual moderada, siendo estos aspectos los responsables en gran medida de la exclusión y auto relego de los estudiantes con esta condición. Este proceso planteó desarrollar ejercicios musicalizados, los mismos que permitirán un progreso de las diferentes capacidades cognitivas, afectivas y motrices, logrando obtener una clase de Educación Física amena, inclusiva y cooperativa. Y finalmente se aplicaron, la guía de observación y la encuesta diseñada, con el fin de comprobar la efectividad o no, del programa propuesto.

Dentro del proceso de enseñanza aprendizaje y a través de la técnica de observación a la clase de Educación Física, pudimos notar diferentes aspectos los cuales dificultan y entorpecen un buen proceso educativo inclusivo, entre las manifestaciones observadas se encuentran: una mínima motivación y participación en las clase de Educación Física, sus comportamientos varían de acuerdo a las actividades desarrolladas en el contexto escolar, es preciso el acompañamiento o guía para la realización de actividades físicas, recreativas y deportivas, con frecuencia ejecutan las actividades con tropiezos constantes y se les dificultan la manipulación de los implementos deportivos por estas razones son sus cambios de ánimo y su deficiencia en la interacción social con los demás estudiantes, por último se aprecia que en cuanto a la inclusión por parte de los estudiantes convencionales hacia los estudiantes con discapacidad intelectual moderada, es muy escasa.

#### 3.1. Estudios de caso

Un estudio de caso es una investigación minuciosa y exhaustiva que se centra en un caso particular o específico, con el objetivo de analizarlo en profundidad y comprenderlo en su contexto real, el mismo que recopila, analiza y organiza una amplia gama de información, que puede incluir datos cuantitativos y cualitativos, testimonios, observaciones, entrevistas, archivos y documentos relevantes, siendo su objetivo principal el estudiar y percibir un fenómeno complejo y multifacético, descubriendo sus causas, consecuencias, interacciones y dinámicas internas.

Chaverra et al. (2019) en su artículo indica que el estudio de caso investiga las complejas interacciones y la evolución de los acontecimientos, las relaciones humanas y otros factores que se presentan en el caso, mientras Soto & Escribano (2019) indican que en el ámbito de la investigación educativa, es común utilizar el método del "estudio de caso",

el cual se considera una herramienta útil para los especialistas en educación que buscan obtener resultados relevantes en situaciones que enfrentan en su trabajo diario.

**Sujeto # 1:** adolescente de sexo masculino, de 15 años, con discapacidad intelectual del 65%, ha enfrentado desafíos significativos desde una edad temprana, lo que ha afectado tanto su capacidad para relacionarse socialmente como su percepción auditiva. Su proceso de aprendizaje se ha visto obstaculizado, mostrando preferencia por estructuras claras para facilitar su comprensión. Aunque posee un déficit de coeficiente intelectual, su falta de desarrollo específico en el entorno escolar limita su aprendizaje futuro. Las dificultades en las relaciones interpersonales son evidentes debido a su discapacidad, lo que repercute en su habilidad lingüística, que se encuentra considerablemente restringida.

En el ámbito académico de Educación Física, el aprendizaje del Sujeto #1 se realiza con la guía del docente, la colaboración de sus compañeros y la asistencia de una maestra asistente, en algunos casos, su madre. Durante las actividades prácticas, recibe instrucciones claras y simples, que aborda tanto de manera independiente como con ayuda adicional cuando las tareas se vuelven más complejas. Este enfoque de apoyo también se extiende a otras materias escolares.

El aprendizaje del Sujeto #1 en la asignatura de Educación Física implica la colaboración de su madre como maestra asistente, especialmente en ejercicios complejos, así como la adquisición de conocimientos a través de la imitación y de indicaciones precisas y concretas. Las tareas están estructuradas de manera interactiva y adaptada a sus necesidades educativas.

El sujeto #1 comparte el 50% de su aprendizaje entre la escuela y el hogar, mostrando una destacada memoria visual. Su actitud en clase está vinculada a su desempeño académico, sintiéndose frustrado cuando no alcanza una calificación de 10, la máxima posible. Sus padres están trabajando para fomentar su comprensión de que cometer errores es parte del proceso de aprendizaje y para ayudarlo a relacionar otras calificaciones con el esfuerzo y la superación. Se emplean estrategias de comunicaciones breves y concretas, así como el modelado de comportamiento, debido a su corta capacidad de atención y su lentitud en el accionar.

En cuanto a Educación Física, el sujeto #1 se siente atraído por los deportes con pelota, particularmente el Baloncesto, y prefiere trabajar con compañeras debido a su mayor comprensión hacia él. Muestra preocupación por su desempeño académico y aplica adaptaciones curriculares para mejorar su discapacidad psicosocial.

**Sujeto # 2:** adolescente de sexo femenino, de 17 años, cursa el grado 10mo de Educación Básica, posee discapacidad intelectual. Esta caracterización no se destaca como la anterior ya que no se pudo obtener mayor información por parte de su representante como

del DECE, sin embargo, en el proceso de observación en las clases se determina los detalles antes mencionados, cuyas observaciones establecen que la sujeto #2 presenta limitaciones de comunicación, se adapta en su entorno teniendo pocas veces contacto con los demás compañeros de su clase, es notable su interacción en la ejecución de las actividades de la asignatura, pero se le dificulta reconocer ciertas denominaciones que le permiten mejorar su rendimiento académico.

### 3.2. Instrumentos de recolección de datos

La encuesta como instrumento es ampliamente empleada como un método de investigación dado que posibilita la adquisición y análisis eficiente de datos de manera rápida y efectiva (Anguita et al., 2003), constituye un procedimiento de investigación que implica la recopilación de datos de individuos mediante una serie de interrogantes predeterminadas (Phillips, 2017).

En este caso, la encuesta consta de diez ítems que abarcan desde la frecuencia de uso de ejercicios musicalizados en clases de Educación Física, hasta percepciones acerca del impacto de estos ejercicios en la inclusión y el bienestar de estudiantes con discapacidad intelectual moderada. Obsérvese la tabla 1.

**Tabla 1**

*Modelo de encuesta*

#	ITEMS	VALORACIÓN			
		Nada (1)	Poco (2)	Frecuente (3)	Siempre (4)
1	¿Ha utilizado alguna vez ejercicios musicalizados en su clase de Educación Física?				
2	¿Cómo percibe la receptividad de los estudiantes con discapacidad intelectual moderada hacia los ejercicios musicalizados?				
3	¿Ha notado mejoras en la participación y el compromiso de los estudiantes al incorporar ejercicios musicalizados?				
4	¿Considera que los ejercicios musicalizados contribuyen a la inclusión de manera efectiva en comparación con métodos convencionales?				
5	¿Ha observado cambios en el bienestar emocional de los estudiantes con discapacidad intelectual moderada, al participar en ejercicios musicalizados?				
6	¿Cree que la implementación de ejercicios musicalizados contribuye al desarrollo integral de los estudiantes, incluyendo aspectos físicos, emocionales y sociales?				
7	¿Cree que los ejercicios musicalizados pueden ser beneficiosos para los estudiantes con discapacidad intelectual moderada?				

**Tabla 1**

*Modelo de encuesta (continuación)*

#	ITEMS	VALORACIÓN			
		Nada (1)	Poco (2)	Frecuente (3)	Siempre (4)
8	¿Cree que los ejercicios musicalizados pueden mejorar la inclusión en la clase de Educación Física?				
9	¿Cree que los ejercicios musicalizados pueden mejorar la coordinación y el equilibrio de los estudiantes con discapacidad intelectual moderada?				
10	¿Ha enfrentado algún desafío al implementar ejercicios musicalizados en la clase de Educación Física para estudiantes con discapacidad intelectual moderada?				

*La guía de observación* es un método que emplea estrategias seleccionadas para estructurar eficazmente y mantener la claridad en las actividades involucradas en la realización de una investigación, todo esto mientras minimiza el gasto de recursos y esfuerzo (Campos & Lule, 2012).

El modelo de guía de observación estructurada integra un total de diez ítems cuidadosamente distribuidos a lo largo de tres dimensiones fundamentales: cognoscitiva (1,5,6), psicomotora (2,4,7) y psicosocial (3,8,9,10). La evaluación de cada ítem se realiza mediante una escala tipo Likert, con opciones de respuesta que oscilan entre "Nada" y "Siempre", proporcionando así un medio cuantitativo para la calificación cualitativa de las observaciones realizadas durante la investigación. Véase la tabla 2.

**Tabla 2**

*Modelo de guía de observación estructura*

Guía de Observación Individual	
Datos Personales:	
Nombre del alumno:	Provincia:
1. Edad: Años: _____ Meses: _____	Cantón:
2. Docente:	Parroquia:
3. Rector:	Zona: Urbana ( ) Rural ( )

**Tabla 2**

*Modelo de guía de observación estructura (continuación)*

4. Personal del DECE:		Dirección:				
Fecha de aplicación:						
Registro						
Mediante la observación es muy valioso considerar en la presente guía, los indicadores fundamentales del desarrollo psicomotor y psicosocial, las cuales darán a conocer la interacción de alumnos que presentan necesidades educativas especiales, asociadas o no a una discapacidad en la clase de Educación Física.						
Marco una (x) los indicadores detectados.						
		VALORACIÓN				
#	INDICADORES	Nada (1)	Poco (2)	A veces (3)	Frecuente (4)	Siempre (5)
1.	Al inicio de las clases de Educación Física se muestra motivado					
2.	Participa activamente en las actividades físicas y recreativas.					
3.	Su comportamiento varía, de acuerdo con las diferentes actividades realizadas en el contexto escolar.					
4.	Precisa del acompañamiento o guía, para la realización de las actividades físicas, recreativas y deportivas.					
5.	Presenta dificultades para transmitir un mensaje con claridad y darse a entender.					
6.	Ejecuta las actividades físicas, recreativas y deportivas, con torpeza o manifiesta tropiezos constantes.					
7.	Enfrenta algún tipo de dificultad al manipular de manera adecuada los implementos deportivos.					

**Tabla 2**

*Modelo de guía de observación estructura (continuación)*

#	INDICADORES	VALORACIÓN				
		Nada (1)	Poco (2)	A veces (3)	Frecuente (4)	Siempre (5)
8.	Frecuentemente cambia el estado de ánimo durante el desarrollo de las clases.					
9.	Se evidencia buena interacción social entre estudiantes con discapacidad intelectual moderada y estudiantes convencionales.					
10.	Se aprecia inclusión en el desarrollo de la clase de Educación Física por parte de los estudiantes convencionales, hacia los estudiantes con discapacidad intelectual moderada.					

El diseño de la propuesta para un programa de ejercicios musicalizados destinado a la inclusión de estudiantes con discapacidad intelectual en la clase de educación física se basó en adaptar las actividades a las capacidades individuales y grupales, utilizando música para mejorar la motivación y el ritmo. Este programa incluyó ejercicios variados que combinaron movimientos básicos con patrones musicales, facilitando la coordinación y la atención. Además, incorporó estrategias pedagógicas diferenciadas y apoyos visuales y auditivos, garantizando que cada estudiante pudiera participar de manera efectiva y disfrutar de una experiencia inclusiva y enriquecedora.

Este programa contiene 6 ejercicios lúdicos con música, los cuales cada uno presentó su propio objetivo y desarrollo los cuales sirvieron para evaluar al término de cada actividad la participación de los estudiantes y el aprendizaje adquirido a través de la ejecución de estos.

### 3.3. *Diseño de la propuesta*

**Tema:** programa de ejercicios musicalizados para la inclusión a la clase de educación física de estudiantes con discapacidad intelectual moderada.

**Título:** jugando, aprendiendo y compartiendo.

**Objetivo general:** examinar la eficacia de los ejercicios musicalizados en la mejora de la inclusión de estudiantes con discapacidad intelectual moderada en las clases de educación física.

**Tabla 3**

*Modelo de la propuesta*

Nombre de la actividad	Objetivo	Caracterización	Dosificación	Recursos	Evaluación
<p><i>Bailando con el Aro</i></p>  <p><b>Ilustración 1</b> (<a href="https://freegtaov.life/product-details/17903451.html">https://freegtaov.life/product-details/17903451.html</a>)</p>	<p>Mejorar la coordinación motriz y la capacidad de reacción de los estudiantes, promoviendo la inclusión a través del trabajo en equipo y la atención auditiva mediante el desplazamiento o ágil entre aros en respuesta a diferentes patrones de sonido.</p>	<p>Habilidad motriz: Saltar Capacidad básica de coordinación: Equilibrio y agilidad. Capacidad cognitiva: Concentración, trabajo en equipo.</p> <p>DESARROLLO</p> <p>Se colocan aros en el suelo, en forma circular. Luego cada integrante estará en el centro, sosteniendo un aro con las manos; al oír la música, los estudiantes saltarán en su propio aro sosteniendo su aro.</p>	<p>Se repite de una a tres veces, con grupos diferentes</p>	<p>Aros Silbato Personas Cancha deportiva o patio</p>	<p>Se evaluará la precisión y rapidez con la que los estudiantes respondan a los diferentes patrones de sonido, determinando su capacidad de coordinación motriz, atención auditiva y el trabajo en equipo.</p>

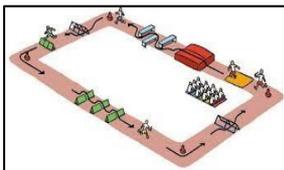
**Tabla 3**

*Modelo de la propuesta (continuación)*

Nombre de la actividad	Objetivo	Caracterización	Dosificación	Recursos	Evaluación
<p><i>Espacio Rítmico</i></p>  <p><b>Ilustración 2</b>  <a href="https://tomi.digital/es/44462/espacio-tiempo-ritmo-y-movimiento?utm_source=google&amp;utm_medium=seo">https://tomi.digital/es/44462/espacio-tiempo-ritmo-y-movimiento?utm_source=google&amp;utm_medium=seo</a></p>	<p>Desarrollar la percepción rítmica y la capacidad de moverse en coordinación con la música, mejorando la motricidad y la cooperación en grupo.</p>	<p>Habilidad motriz: Movimientos rítmicos. Capacidad básica de coordinación: Ritmo y sincronización. Capacidad cognitiva: Atención y memoria auditiva</p> <p>DESARROLLO</p> <p>Se disponen varios puntos en el suelo con diferentes colores. Los estudiantes deben moverse de un punto a otro al ritmo de la música, siguiendo las indicaciones de cambio de color y ritmo.</p>	<p>Tres series de cinco minutos cada una, con variaciones de ritmo y velocidad.</p>	<p>Puntos de colores</p> <p>Equipo de música</p> <p>Canciones seleccionadas</p>	<p>Observación de la capacidad para seguir el ritmo, cambiar de punto de manera correcta y coordinada, y la reacción ante los cambios de velocidad de la música.</p>

**Tabla 3**

*Modelo de la propuesta (continuación)*

<i>Nombre de la actividad</i>	<i>Objetivo</i>	<i>Caracterización</i>	<i>Dosificación</i>	<i>Recursos</i>	<i>Evaluación</i>
<p><i>Carreras con Pelotas Musicales</i></p>  <p>Ilustración3 (<a href="https://www.alamy.com/two-boys-throwing-and-catching-balls-illustration-image223457207.html">https://www.alamy.com/two-boys-throwing-and-catching-balls-illustration-image223457207.html</a>)</p>	<p>Fomentar la coordinación óculo-manual y la capacidad de reacción ante estímulos auditivos.</p>	<p>Habilidad motriz: Lanzar y atrapar. Capacidad básica de coordinación: Mano-ojo.  Capacidad cognitiva: Atención y reacción.</p> <p>DESARROLLO</p> <p>Los estudiantes deben lanzar y atrapar pelotas siguiendo el ritmo de una canción. La actividad se realiza en parejas, promoviendo la cooperación.</p>	<p>Cuatro series de cuatro minutos, alternando parejas.</p>	<p>Pelotas blandas  Equipo de música</p>	<p>Evaluación del éxito en el lanzamiento y atrape de pelotas, y la capacidad de mantener el ritmo durante la actividad.</p>
<p><i>Circuito de Obstáculos Musicalizados</i></p>  <p>Ilustración 4 (<a href="https://arnoldgesell.cl/wp-content/uploads/2020/10/4o-Ed.Fisica_8.pdf">https://arnoldgesell.cl/wp-content/uploads/2020/10/4o-Ed.Fisica_8.pdf</a>)</p>	<p>Mejorar la agilidad, coordinación y capacidad de seguir instrucciones musicales.</p>	<p>Habilidad motriz: Correr, saltar y esquivar.  Capacidad básica de coordinación: Agilidad.  Capacidad cognitiva: Seguimiento de instrucciones.</p>	<p>Tres recorridos por el circuito, con variaciones en los obstáculos.</p>	<p>Conos  Vallas bajas  Aros  Equipo de música</p>	<p>Observación de la capacidad para completar el circuito siguiendo las instrucciones musicales y la precisión en los movimientos.</p>

**Tabla 3**

*Modelo de la propuesta (continuación)*

<i>Nombre de la actividad</i>	<i>Objetivo</i>	<i>Caracterización</i>	<i>Dosificación</i>	<i>Recursos</i>	<i>Evaluación</i>
		<p><b>DESARROLLO</b></p> <p>Se prepara un circuito con diferentes obstáculos. Los estudiantes deben completar el circuito al ritmo de la música, siguiendo las instrucciones de movimiento que cambian según la melodía.</p>			
<p><i>Danza de Sillas</i></p>  <p><b>Ilustración5</b> (<a href="https://infantilesdelcaballero.blogspot.com/2020/03/a-jugar.html">https://infantilesdelcaballero.blogspot.com/2020/03/a-jugar.html</a>)</p>	<p>Promover la interacción social, la rapidez de reacción y la comprensión de reglas básicas de juego.</p>	<p>Habilidad motriz: Desplazamiento rápido.</p> <p>Capacidad básica de coordinación: Reacción y velocidad.</p> <p>Capacidad cognitiva: Comprensión de reglas.</p> <p><b>DESARROLLO</b></p> <p>Se disponen sillas en círculo. Los estudiantes deben caminar alrededor de las sillas al ritmo de la música y sentarse cuando ésta se detenga. Se retira una silla en cada ronda</p>	<p>Cinco rondas de tres minutos.</p>	<p>Sillas Equipo de música</p>	<p>Capacidad de seguir las reglas del juego, reacción rápida y cooperación con los compañeros</p>

**Tabla 3**

*Modelo de la propuesta (continuación)*

<i>Nombre de la actividad</i>	<i>Objetivo</i>	<i>Caracterización</i>	<i>Dosificación</i>	<i>Recursos</i>	<i>Evaluación</i>
<p><i>Coreografía Grupal</i></p>  <p><b>Ilustración6</b> (<a href="https://depositphotos.com/es/photos/ni%C3%B1os-bailando.html">https://depositphotos.com/es/photos/ni%C3%B1os-bailando.html</a>)</p>	<p>Fomentar la creatividad, el trabajo en equipo y la capacidad de seguir secuencias rítmicas.</p>	<p>Habilidad motriz: Movimientos coreográficos.</p> <p>Capacidad básica de coordinación: Ritmo y secuenciación.</p> <p>Capacidad cognitiva: Creatividad y memoria.</p> <p><b>DESARROLLO</b></p> <p>Los estudiantes crearán una coreografía en grupo que deberán presentar al ritmo de una canción seleccionada. Se les da tiempo para practicar y coordinar los movimientos.</p>	<p>Práctica de 15 minutos seguida de una presentación final.</p>	<p>Espacio amplio</p> <p>Equipo de música</p> <p>Canción seleccionada</p>	<p>Observación de la cohesión del grupo, la creatividad de los movimientos y la capacidad de seguir la secuencia rítmica.</p>

**3.4. Análisis de resultados**

La encuesta fue realizada a un grupo de docentes de educación física con el objetivo de evaluar su percepción sobre el uso de ejercicios musicalizados para estudiantes con discapacidad intelectual moderada. La muestra estuvo compuesta por tres docentes: un hombre y dos mujeres, con edades comprendidas entre los 24 y 39 años. Todos los participantes tienen un nivel de formación académica de tercer nivel. En términos de experiencia laboral, dos de los docentes cuentan con más de tres años de experiencia en el campo, mientras que uno tiene entre uno y tres años de experiencia. El número de

estudiantes a cargo de cada docente varía, con una distribución de 90, 114 y 120 estudiantes, respectivamente.

**Tabla 4**

*Descriptivos de encuesta a docentes femeninos*

	P1	P2	P3	P4	P5	P6	P7	P8	P9	P10
N	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2
Media	11	16	21.5	4	3.5	4	4	4	4	3
Mediana	2	2.5	3.5	4	3.5	4	4	4	4	3
Mínimo	2	2	3	4	3	4	4	4	4	2
Máximo	2	3	4	4	4	4	4	4	4	4

**Tabla 5**

*Descriptivos de encuesta a docentes Masculinos*

	P1	P2	P3	P4	P5	P6	P7	P8	P9	P10
N	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1
Media	2	2	3	4	4	4	4	4	4	2
Mediana	2	2	3	4	4	4	4	4	4	2
Mínimo	2	2	3	4	4	4	4	4	4	2
Máximo	2	2	3	4	4	4	4	4	4	2

Los resultados obtenidos de la encuesta aplicada a docentes de Educación Física, tanto femeninos como masculinos, sobre el uso de ejercicios musicalizados en sus clases revelan tendencias y percepciones importantes. En general, los docentes femeninos mostraron una mayor aceptabilidad y uso frecuente de ejercicios musicalizados (P1) en comparación con los docentes masculinos. Esta tendencia se refleja en la percepción positiva sobre la receptividad de los estudiantes con discapacidad intelectual moderada hacia estos ejercicios (P2), con ambos géneros reportando receptividad moderada a alta.

En términos de mejoras en la participación y compromiso de los estudiantes (P3), las docentes femeninas notaron mayores mejoras en comparación con los docentes masculinos, quienes también observaron mejoras, pero en menor medida. Ambos grupos de docentes coincidieron en que los ejercicios musicalizados contribuyen significativamente a la inclusión de los estudiantes en las clases (P4) y al bienestar emocional de los mismos (P5), con las docentes femeninas reportando cambios más notables.

La percepción sobre la contribución de los ejercicios musicalizados al desarrollo integral de los estudiantes, incluyendo aspectos físicos, emocionales y sociales (P6), fue alta y

consistente entre ambos géneros, sin diferencias significativas. Del mismo modo, tanto docentes femeninos como masculinos estuvieron de acuerdo en que estos ejercicios son beneficiosos para los estudiantes con discapacidad intelectual moderada (P7) y mejoran la inclusión en la clase de Educación Física (P8).

En cuanto a la mejora de la coordinación y equilibrio de los estudiantes (P9), ambos grupos de docentes reportaron percepciones positivas similares, indicando que los ejercicios musicalizados son efectivos en estos aspectos. Finalmente, respecto a los desafíos en la implementación de estos ejercicios (P10), las docentes femeninas reportaron enfrentar más desafíos que sus contrapartes masculinas, aunque en general, estos desafíos fueron considerados manejables y superables en vista de los beneficios percibidos.

Los datos obtenidos fueron codificados y analizados utilizando el software SPSS 26. El objetivo principal de esta investigación fue examinar la eficacia de los ejercicios musicalizados en la mejora de la inclusión de estudiantes con discapacidad intelectual moderada en las clases de educación física. Los resultados se centraron en observar si la implementación de ejercicios musicalizados generó cambios en los puntajes pre y post intervención en tres áreas: cognitiva (COG), psicomotora (PSC) y psicosocial (PSI), diferenciados por género.

**Tabla 6***Estadísticos descriptivos PRE y POS del Sujeto 2*

	PRE_COG	POS_COG	PRE_PSC	POS_PSC	PRE_PSI	POS_PSI
Media	12	11	9	12	15	15
Mínimo	12	11	9	12	15	15
Máximo	12	11	9	12	15	15

*Nota: COG (Ámbito Cognoscitivo), PSC (Ámbito Psicomotor) y PSI (Ámbito Psicosocial)*

Para el sujeto 2, en el área cognitiva (COG), la media pre - intervención fue de 12.00, con un valor mínimo y máximo de 12.00, y post - intervención, la media disminuyó a 11.00, con un valor mínimo y máximo de 11.00. En el área psicomotora (PSC), la media pre - intervención fue de 9.00, con un valor mínimo y máximo de 9.00, y post - intervención, la media aumentó a 12.00, con un valor mínimo y máximo de 12.00. En el área psicosocial (PSI), la media pre - intervención fue de 15.00, con un valor mínimo y máximo de 15.00, y post - intervención, la media se mantuvo en 15.00, con un valor mínimo y máximo de 15.00.

**Tabla 7**
*Estadístico descriptivos PRE y POS del Sujeto 1*

	PRE_COG	POS_COG	PRE_PSC	POS_PSC	PRE_PSI	POS_PSI
Media	12	9	11	12	14	18
Mínimo	12	9	11	12	14	18
Máximo	12	9	11	12	14	18

a. Género = Masculino

Para el sujeto 1, en el área cognitiva (COG), la media pre-intervención fue de 12.00, con un valor mínimo y máximo de 12.00, y post-intervención, la media disminuyó a 9.00, con un valor mínimo y máximo de 9.00. En el área psicomotora (PSC), la media pre-intervención fue de 11.00, con un valor mínimo y máximo de 11.00, y post-intervención, la media aumentó a 12.00, con un valor mínimo y máximo de 12.00. En el área psicosocial (PSI), la media pre-intervención fue de 14.00, con un valor mínimo y máximo de 14.00, y post-intervención, la media aumentó a 18.00, con un valor mínimo y máximo de 18.00.

#### 4. Discusión

La implementación de ejercicios musicalizados en clases de educación física ha demostrado ser una estrategia efectiva para la inclusión de estudiantes con discapacidad intelectual moderada. Los resultados indican que los ejercicios musicalizados mejoraron significativamente las capacidades psicomotoras y psicosociales de los estudiantes, especialmente en el sujeto 1, donde se observó un incremento notable en los puntajes post-intervención.

Una estrategia eficaz para la inclusión de alumnos con discapacidad intelectual moderada es la realización de ejercicios musicalizados en educación física. No obstante Marín-Suelves et al. (2023) acota que hace una década la educación física no estaba adecuadamente adaptada en el contexto educativo debido a varios factores. Estos incluían la falta de recursos, formación especializada insuficiente, ausencia de criterios consensuados y actitudes del profesorado hacia la diversidad, influenciadas por su experiencia previa y su percepción de autoeficacia.

Según Pérez (2023), la inclusión en la clase de educación física, no solo se trata de equidad social, sino también de garantizar una educación de calidad, sin importar sus habilidades o antecedentes, teniendo derecho a recibir una educación que les permita desarrollar su máximo potencial. Por lo tanto, los resultados de este estudio indican que la inclusión social también se vio favorecida, ya que los ejercicios con música crearon un ambiente más integrador y colaborativo, mejorando la interacción entre estudiantes con y sin discapacidad.

## 5. Conclusiones

- La definición de fundamentos teóricos para elaborar un programa de ejercicios musicalizados permite desarrollar estrategias inclusivas efectivas en la Educación Física, fomentando la participación y el desarrollo motor de estudiantes con discapacidad intelectual moderada.
- La evaluación del programa de inclusión para estudiantes con discapacidad intelectual moderada en Educación Física revela fortalezas y áreas de mejora, proporcionando una base para desarrollar estrategias más efectivas y adaptadas, promoviendo una inclusión equitativa en la escuela.
- Fundamentar las características de un programa de ejercicios musicalizados para la inclusión de estudiantes con discapacidad intelectual moderada, asegura que las actividades sean accesibles y efectivas lo que facilita la participación y el desarrollo integral de los estudiantes, promoviendo un ambiente inclusivo y equitativo en la Educación Física escolar.
- El análisis de la valoración del programa de ejercicios musicalizados muestra su impacto positivo en la inclusión de estudiantes con discapacidad intelectual moderada en educación física, destacando su efectividad y ofreciendo una guía para futuras mejoras, promoviendo una educación más inclusiva y equitativa.

## 6. Conflicto de intereses

No existe conflicto de intereses.

## 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

Anguita, J. C., Labrador, J. R., & Campos, J. D. (2003). La encuesta como técnica de investigación. Elaboración de cuestionarios y tratamiento estadístico de los datos (I). *Atención Primaria*, 31(8), 527-538. [https://doi.org/10.1016/s0212-6567\(03\)70728-8](https://doi.org/10.1016/s0212-6567(03)70728-8)

Ávila García, K. E., & Chila Velasquez, J. E. (2022). Didactic strategies for the inclusion of students with moderate intellectual disabilities in the physical education class. *Atena Journal of Sports Sciences*, 4, 4. <https://atenajournals.com/index.php/ajss/article/view/63>

- Bize, R., Johnson, J. A., & Plotnikoff, R. C. (2007). Physical activity level and health-related quality of life in the general adult population: A systematic review. *Preventive Medicine, 45*(6), 401-415. <https://doi.org/10.1016/j.ypmed.2007.07.017>
- Boyle, C. A., Boulet, S., Schieve, L. A., Cohen, R. A., Blumberg, S. J., Yeargin-Allsopp, M., Visser, S., & Kogan, M. D. (2011). Trends in the Prevalence of Developmental Disabilities in US Children, 1997–2008. *Pediatrics, 127*(6), 1034-1042. <https://doi.org/10.1542/peds.2010-2989>
- Bull, F. C., Al-Ansari, S. S., Biddle, S., Borodulin, K., Buman, M. P., Cardon, G., Carty, C., Chaput, J.-P., Chastin, S., Chou, R., Dempsey, P. C., DiPietro, L., Ekelund, U., Firth, J., Friedenreich, C. M., Garcia, L., Gichu, M., Jago, R., Katzmarzyk, P. T., ... Willumsen, J. F. (2020). World Health Organization 2020 guidelines on physical activity and sedentary behavior. *British Journal of Sports Medicine, 54*(24), 1451-1462. <https://doi.org/10.1136/bjsports-2020-102955>
- Campos y Covarrubias, G., & Lule Martínez, N. E. (2012). La observación, un método para el estudio de la realidad. *Xihmai, 7*(13), 45-60. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=3979972>
- Chaverra Fernández, B. E., Gaviria Cortés, D. F., & González Palacio, E. V. (2019). El estudio de caso como alternativa metodológica en la investigación en educación física, deporte y actividad física. Conceptualización y aplicación. *Retos: Nuevas Tendencias en Educación Física, Deporte y Recreación, 35*, 428-433. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=6761683>
- Chiat, L. F., Ying, L. F., Piaw, C. Y., & Ismail, M. J. (2022). Enhancing visual perception of sports quality in rhythmic gymnastics routine by increasing congruence between music and movement. *International Journal of Human Movement and Sports Sciences, 10*(3), 404-413. <https://doi.org/10.13189/saj.2022.100306>
- Darrah, J., Wessel, J., Nearingburg, P., & O'Connor, M. (1999). Evaluation of a community fitness program for adolescents with cerebral palsy. *Pediatric Physical Therapy, 11*(1), 18-23. [https://journals.lww.com/pedpt/abstract/1999/01110/evaluation\\_of\\_a\\_community\\_fitness\\_program\\_for.4.aspx](https://journals.lww.com/pedpt/abstract/1999/01110/evaluation_of_a_community_fitness_program_for.4.aspx)
- Fernández, R. S., Sanchis, L. R., Puchalt, J. M., Ros, C. R., & Ruiz, J. M. (2016). Inclusión en las aulas de educación física. Estudio de casos. *Sportis Scientific Journal of School Sport, Physical Education and Psychomotricity, 2*(3), Article 3. <https://doi.org/10.17979/sportis.2016.2.3.1511>

- Fonseca Montoya, S., Requeiro Almeida, R., Valdés Fonseca, A., Fonseca Montoya, S., Requeiro Almeida, R., & Valdés Fonseca, A. (2020). La inclusión de estudiantes con necesidades educativas especiales vista desde el desempeño de los docentes de la educación básica ecuatoriana. *Revista Universidad y Sociedad*, 12(5), 438-444. [http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci\\_abstract&pid=S2218-36202020000500438&lng=es&nrm=iso&tlng=es](http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_abstract&pid=S2218-36202020000500438&lng=es&nrm=iso&tlng=es)
- Freer, J. R. R. (2023). Students' attitudes toward disability: a systematic literature review (2012–2019). *International Journal of Inclusive Education*, 27(5), 652-670. <https://doi.org/10.1080/13603116.2020.1866688>
- Fritz, T. H., Halfpaap, J., Grahl, S., Kirkland, A., & Villringer, A. (2013). Musical feedback during exercise machine workout enhances mood. *Frontiers in Psychology*, 4. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2013.00921>
- Isoard-Gautheu, S., Guillet-Descas, E., Gaudreau, P., & Chanal, J. (2015). Development of burnout perceptions during adolescence among high-level athletes: a developmental and gendered perspective. *Journal of Sport and Exercise Psychology*, 37(4), 436-448. <https://doi.org/10.1123/jsep.2014-0251>
- Karageorghis, C. I., Jones, L., & Low, D. C. (2006). Relationship between exercise heart rate and music tempo preference. *Research Quarterly for Exercise and Sport*, 77(2), 240-250. <https://doi.org/10.1080/02701367.2006.10599357>
- Karageorghis, C. I., Cheek, P., Simpson, S. D., & Bigliassi, M. (2018). Interactive effects of music tempi and intensities on grip strength and subjective affect. *Scandinavian Journal of Medicine & Science in Sports*, 28(3), 1166-1175. <https://doi.org/10.1111/sms.12979>
- Karageorghis, C. I., Jones, L., Howard, L. W., Thomas, R. M., Moulashis, P., & Santich, S. J. (2021). When It HIITs, you feel no pain: psychological and psychophysiological effects of respite–active music in high-intensity interval training. *Journal of Sport and Exercise Psychology*, 43(1), 41-52. <https://doi.org/10.1123/jsep.2019-0335>
- Kodish, S., Kulinna, P. H., Martin, J., Pangrazi, R., & Darst, P. (2006). Determinants of physical activity in an inclusive setting. *Adapted Physical Activity Quarterly*, 23(4), 390-409. <https://doi.org/10.1123/apaq.23.4.390>
- Lee-Koo, K. (2019). The universal declaration of human rights at 70: children's rights. *Australian Journal of International Affairs*, 73(4), 326-330. <https://doi.org/10.1080/10357718.2019.1631251>

- Lobenius-Palmér, K., Sjöqvist, B., Hurtig-Wennlöf, A., & Lundqvist, L.-O. (2018). Accelerometer-assessed physical activity and sedentary time in youth with disabilities. *Adapted Physical Activity Quarterly*, 35(1), 1-19. <https://doi.org/10.1123/apaq.2015-0065>
- Marín-Suelves, D., Ramón-Llin, J., & Tijeras-Iborra, A. (2023). Effects of Physical Education on students with intellectual disabilities. A systematic review. *Cultura, Ciencia y Deporte*, 18(58), 139-161. <https://doi.org/10.12800/ccd.v18i58.2021>
- Pérez Santodomingo, I. (2023). Inclusión en el aula de educación física: superando barreras y fomentando la participación de todos. *Revista Académica Internacional de Educación Física*, 3(3), 01-05. <file:///C:/Users/tcarr/Downloads/Dialnet-InclusionEnElAulaDeEducacionFisica-9143552.pdf>
- Phillips, A. W. (2017). Proper Applications for surveys as a study methodology. *Western Journal of Emergency Medicine*, 18(1), 8-11. <https://doi.org/10.5811/westjem.2016.11.32000>
- Schreiber, J., Marchetti, G., & Crytzer, T. (2004). The implementation of a fitness program for children with disabilities: a clinical case report. *Pediatric Physical Therapy*, 16(3), 173. <https://doi.org/10.1097/01.PEP.0000136007.39269.17>
- Soto Ramírez, E. R., & Escribano Hervis, E. (2019). El método estudio de caso y su significado en la investigación educativa. *Procesos formativos en la investigación educativa: Diálogos, reflexiones, convergencias y divergencias*. Red de Investigadores Educativos Chihuahua A.C <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=7042305>

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



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



Indexaciones

