



**UNIVERSIDAD LAICA ELOY ALFARO DE MANABÍ**

*Creada mediante Ley No. 010 Reg. Of 313 del 13 de noviembre de 1985*

**FACULTAD CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN**

**CARRERA DE PEDAGOGÍA DE LA ACTIVIDAD FÍSICA Y DEPORTE**

**Trabajo de Integración Curricular**

**ACTIVIDAD FÍSICA E INTEGRACIÓN SOCIAL PARA NIÑOS EN SITUACIÓN  
DE VULNERABILIDAD DEL CDC BARRIOS UNIDOS MANTA.**

**Autor:**

Chinga Hernández Dagner Daniel

**Docente tutor:**

Lcda. Lady Vanessa Mendoza Mg.

**Manta - Manabí - Ecuador**

**2025**

## CERTIFICO

En calidad de docente tutor(a) de la Facultad de Educación, Turismo, Artes y Humanidades de la Universidad Laica “Eloy Alfaro” de Manabí, CERTIFICO:

Haber dirigido, revisado y aprobado preliminarmente el Trabajo de Integración Curricular – “ACTIVIDAD FÍSICA E INTEGRACIÓN SOCIAL PARA NIÑOS EN SITUACIÓN DE VULNERABILIDAD DEL CDC BARRIOS UNIDOS MANTA..”, bajo la autoría del estudiante Chinga Hernández Dagner Daniel, legalmente matriculado en la carrera de PEDAGOGÍA DE LA ACTIVIDAD FÍSICA Y DEPORTE, período académico 2025-2026(2), cumpliendo el total de **384 horas**, cuyo tema del proyecto o núcleo problémico es “ACTIVIDAD FÍSICA E INTEGRACIÓN SOCIAL PARA NIÑOS EN SITUACIÓN DE VULNERABILIDAD DEL CDC BARRIOS UNIDOS MANTA.”

La presente investigación ha sido desarrollada en apego al cumplimiento de los requisitos académicos exigidos por el Reglamento de Régimen Académico y en concordancia con los lineamientos internos de la opción de titulación en mención, reuniendo y cumpliendo con los méritos académicos, científicos y formales, y la originalidad del mismo, requisitos suficientes para ser sometida a la evaluación del tribunal de titulación que designe la autoridad competente.

Particular que certifico para los fines consiguientes, salvo disposición de Ley en contrario.

Manta, febrero de 2026.

Lo certifico,

  
Lcda. Lady Vanessa Mendoza Mg  
**Docente Tutor**

## **CERTIFICADO DE DERECHO DE AUTOR**

### **PROPIEDAD INTELECTUAL**

Título del Trabajo de Investigación: “ACTIVIDAD FÍSICA E INTEGRACIÓN SOCIAL PARA NIÑOS EN SITUACIÓN DE VULNERABILIDAD DEL CDC BARRIOS UNIDOS MANTA.”

Autor: Chinga Hernández Dagner Daniel

Fecha de Finalización: Enero del 2026

Descripción del Trabajo:

El presente trabajo de investigación tiene como objetivo principal Evaluar el efecto de un programa de actividad física en la integración social de niños en situación de vulnerabilidad.

Declaración de Autoría:

Yo, Chinga Hernández Dagner Daniel, con número de identificación 1314060318 , declaro que soy el autor original y Lcda. Lady Vanessa Mendoza Mg, con número de identificación 1309881439, declaro que soy el coautor, en calidad de tutor del trabajo de investigación: “ACTIVIDAD FÍSICA E INTEGRACIÓN SOCIAL PARA NIÑOS EN SITUACIÓN DE VULNERABILIDAD DEL CDC BARRIOS UNIDOS MANTA.”. Este trabajo es resultado del esfuerzo intelectual y no ha sido copiado ni plagiado en ninguna de sus partes.

Derechos de Propiedad Intelectual:

El presente trabajo de investigación está reconocido y protegido por la normativa vigente, art. 8, 10, de la Ley de Propiedad Intelectual del Ecuador. Todos los derechos sobre este trabajo, incluidos los derechos de reproducción, distribución, comunicación pública y transformación, pertenecen a los autores y a la Institución a la que represento, Universidad Laica Eloy Alfaro de Manabí.

  
Firma del Autor:

Chinga Hernández Dagner Daniel  
C.I. 1314060318

  
Firma del coautor:

Lcda. Lady Vanessa Mendoza Mg  
C.I. 1309881439

Manta, enero de 2026

## AGRADECIMIENTO

Durante este proyecto sobre la actividad física e integración social para niños en situación de vulnerabilidad del CDC Barrios Unidos de Manta, así como en mis etapas de formación académica, aprendí que con dedicación, constancia y esfuerzo, se pueden alcanzar los objetivos.

Cada paso que di estuvo acompañado por personas que, de forma directa o indirecta, aportaron mucho y merecen un reconocimiento sincero.

Quiero expresar mi profundo agradecimiento a mi madre, por su apoyo incondicional y motivación constante; a mis docentes, por sus enseñanzas, orientación y exigencia académica; y a mis amigos, quienes con sus preguntas, críticas constructivas y diferentes puntos de vista me impulsaron a reflexionar, mejorar y crecer, tanto personal como académicamente.

Agradezco especialmente a todas las personas que dedicaron su tiempo, compromiso y colaboración para que este proyecto fuera posible, así como a los niños y a la comunidad del CDC Barrios Unidos, que le dieron sentido y valor humano a esta investigación. Sin su participación y apoyo, este trabajo no habría sido posible.

Este proyecto no es solo el resultado de libros y teorías, sino también de experiencias compartidas, diálogos, silencios y actos de generosidad que dejaron una huella importante en mi formación.

## DEDICATORIA

Quiero dedicar este trabajo, primero que nada, a mi madre, esposa y a mi hijo, mi hermana quienes han sido mi mayor fuente de amor, paciencia y motivación constante. Su apoyo incondicional, su comprensión en los momentos difíciles y su presencia firme en cada etapa de este proceso me dieron la fuerza necesaria para seguir adelante y no rendirme. Ustedes son el motor que impulsa mis sueños y la razón principal por la que cada sacrificio ha valido la pena.

De manera muy especial, también dedico este trabajo a los niños del CDC Barrios Unidos de Manta, quienes con su alegría, energía y resiliencia le dieron un sentido humano a esta investigación. Cada sonrisa, cada esfuerzo y cada experiencia compartida reafirmaron la importancia de la actividad física como una herramienta de integración social, aprendizaje y esperanza. Ustedes fueron la inspiración que convirtió este proyecto en una experiencia significativa y transformadora.

Extiendo esta dedicatoria a mis profesores, por su guía académica, su exigencia y compromiso con mi formación. Sus conocimientos, orientaciones y enseñanzas fueron clave para el desarrollo de este trabajo y para mi crecimiento profesional. También quiero dedicar este logro a mis compañeros, quienes con su apoyo, colaboración y compañerismo hicieron de este proceso un camino de aprendizaje compartido, superando juntos los retos y celebrando cada avance.

Este trabajo refleja el esfuerzo colectivo, el apoyo familiar, académico y social que me acompañó en todo momento. A todos ustedes que formaron parte de este proceso, les dedico este logro con profundo respeto y gratitud.

## RESUMEN

Esta investigación explora cómo la actividad física cooperativa puede ayudar a mejorar la integración social de niños, niñas y adolescentes en situación de vulnerabilidad que participan en los programas comunitarios del CDC Barrios Unidos de Manta. La vulnerabilidad social durante la infancia limita el desarrollo socio emocional y reduce las oportunidades para interactuar de manera positiva, por eso se propone la actividad física como una herramienta inclusiva, accesible y adaptada a la diversidad. El estudio utilizó un enfoque mixto, lo que permitió tanto medir los cambios en la integración social como entender las percepciones de los participantes y educadores. Se trabajó con una muestra de 45 niños y adolescentes, aplicando cuestionarios, observación estructurada y entrevistas para recoger la información.

Los resultados muestran que la actividad física con un enfoque cooperativo fomenta la participación, la comunicación, la cooperación y el desarrollo de valores inclusivos, aunque todavía existen desafíos para consolidar una cultura inclusiva en todos los espacios comunitarios. También se identificó la necesidad de mejorar el diseño de las actividades para que se adapten mejor a las características, intereses y condiciones de los participantes, especialmente aquellos con discapacidad. En conclusión, la actividad física, cuando se planifica desde una perspectiva inclusiva y socioeducativa, es una herramienta efectiva para promover la integración social, el bienestar emocional y la convivencia, contribuyendo así a crear entornos comunitarios más justos y participativos.

## **ABSTRACT**

This research explores how cooperative physical activity can help improve the social integration of children and adolescents in vulnerable situations who participate in the community programs of the CDC Barrios Unidos in Manta. Social vulnerability during childhood limits socio-emotional development and reduces opportunities for positive interaction, which is why physical activity is proposed as an inclusive, accessible tool adapted to diversity. The study used a mixed-methods approach, allowing for both the measurement of changes in social integration and the understanding of participants' and educators' perceptions. The study involved a sample of 45 children and adolescents, using questionnaires, structured observation, and interviews to gather information.

The results show that physical activity with a cooperative approach promotes participation, communication, cooperation, and the development of inclusive values, although there are still challenges in consolidating an inclusive culture in all community spaces. The need to improve the design of activities to better suit the characteristics, interests, and conditions of participants, especially those with disabilities, was also identified. In conclusion, physical activity, when planned from an inclusive and socio-educational perspective, is an effective tool for promoting social integration, emotional well-being, and coexistence, thus contributing to creating more just and participatory community environments.

## ÍNDICE

### Contenido

|                                                                                       |                                      |
|---------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------|
| <b>CERTIFICADO .....</b>                                                              | <b>¡Error! Marcador no definido.</b> |
| <b>CERTIFICADO DE DERECHO DE AUTOR .....</b>                                          | <b>¡Error! Marcador no definido.</b> |
| <b>AGRADECIMIENTO .....</b>                                                           | <b>4</b>                             |
| <b>DEDICATORIA .....</b>                                                              | <b>5</b>                             |
| <b>RESUMEN .....</b>                                                                  | <b>6</b>                             |
| <b>ABSTRACT .....</b>                                                                 | <b>7</b>                             |
| <b>INTRODUCCIÓN .....</b>                                                             | <b>10</b>                            |
| <b>Planteamiento del problema .....</b>                                               | <b>13</b>                            |
| <b>Problema científico .....</b>                                                      | <b>13</b>                            |
| <b>Objeto de estudio .....</b>                                                        | <b>13</b>                            |
| <b>OBJETIVOS .....</b>                                                                | <b>14</b>                            |
| <b>Objetivo general.....</b>                                                          | <b>14</b>                            |
| <b>Objetivos específicos .....</b>                                                    | <b>14</b>                            |
| <b>Caracterización centro de estudio. ....</b>                                        | <b>14</b>                            |
| <b>Contexto sociocultural.....</b>                                                    | <b>15</b>                            |
| <b>JUSTIFICACIÓN.....</b>                                                             | <b>15</b>                            |
| <b>CAPITULO II.....</b>                                                               | <b>17</b>                            |
| <b>MARCO TEÓRICO .....</b>                                                            | <b>17</b>                            |
| <b>1. Vulnerabilidad social en la infancia.....</b>                                   | <b>17</b>                            |
| <b>La vulnerabilidad como criterio de inclusión. ....</b>                             | <b>18</b>                            |
| <b>2. Integración social en la infancia.....</b>                                      | <b>19</b>                            |
| <b>3. Actividad física y desarrollo socioemocional.....</b>                           | <b>20</b>                            |
| <b>4. Actividad física e inclusión educativa.....</b>                                 | <b>22</b>                            |
| <b>5. Actividad física como estrategia de intervención psicosocial.....</b>           | <b>24</b>                            |
| <b>6. La actividad física y el deporte como ámbito ideal para la prevención .....</b> | <b>25</b>                            |
| <b>Las políticas de inclusión social desde el Sistema Deportivo .....</b>             | <b>26</b>                            |
| <b>CAPITULO III.....</b>                                                              | <b>26</b>                            |
| <b>METODOLOGÍA.....</b>                                                               | <b>26</b>                            |
| <b>3.1. Enfoque de investigación .....</b>                                            | <b>26</b>                            |

|                                                                                                           |    |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------|----|
| <b>3.2. TIPO Y DISEÑO DE INVESTIGACIÓN</b> .....                                                          | 27 |
| <b>3.3. Contexto y población del estudio</b> .....                                                        | 27 |
| <b>3.4. Muestra</b> .....                                                                                 | 28 |
| <b>3.6. Técnicas e instrumentos de recolección de datos</b> .....                                         | 28 |
| <b>3.6.1. Cuestionario de Integración Social (cuantitativo)</b> .....                                     | 28 |
| <b>3.6.2. Observación estructurada (cualitativa-cuantitativa)</b> .....                                   | 29 |
| <b>3.6.3. Entrevistas semiestructuradas (cualitativo)</b> .....                                           | 29 |
| <b>3.9. Consideraciones éticas</b> .....                                                                  | 30 |
| <b>3.10. Validez y confiabilidad</b> .....                                                                | 30 |
| <b>Procedimiento de recogida y análisis de datos</b> .....                                                | 33 |
| <b>CAPITULO IV</b> .....                                                                                  | 33 |
| <b>ANÁLISIS Y DISCUSIÓN DE RESULTADOS</b> .....                                                           | 33 |
| <b>Análisis de los resultados de la aplicación del cuestionario a los practicantes vulnerables.</b> ..... | 33 |
| <b>Resultado del cuestionario. Indicador 1 dimensión Cultura inclusiva. Proceso Actividad Física.</b> ... | 36 |
| <b>Resultados en cuanto al proceso Recreación Física</b> .....                                            | 36 |
| <b>DISCUSIÓN O TRIANGULACIÓN DE RESULTADOS</b> .....                                                      | 40 |
| <b>CONCLUSIONES</b> .....                                                                                 | 41 |
| <b>BIBLIOGRAFÍA</b> .....                                                                                 | 42 |
| <b>ANEXO</b> .....                                                                                        | 45 |
| <b>Cuestionario sobre Inclusión en la Actividad Física y Recreación Física</b> .....                      | 45 |

## INTRODUCCIÓN

La situación de vulnerabilidad social en la que viven algunos niños es un problema grande que impide su desarrollo. Esto afecta cómo se sienten, cómo les va en la escuela y cómo se relacionan con otros. Hay estudios que dicen que estos niños tienen más problemas para adaptarse, convivir y jugar con otros (UNESCO, 2017).

Por eso, hacer ejercicio, sobre todo juegos en grupo donde todos participan, es bueno para que aprendan habilidades sociales, se sientan mejor consigo mismos y no se sientan solos (Eime et al., 2013). Pero muchas escuelas y lugares donde se juntan los niños no organizan actividades físicas pensando en que todos puedan participar o que tengan un objetivo de enseñarles algo. Esto hace que sea más difícil usarlas para que los niños se integren.

Cuando son pequeños, los niños aprenden quiénes son y cómo deben comportarse. Si crecen en un ambiente difícil, no tienen tantas oportunidades para esto, lo que puede hacer que se sientan excluidos, tengan baja autoestima y les cueste relacionarse. Según Bronfenbrenner (1994), el lugar donde viven los niños influye mucho en cómo crecen. Por eso, es clave crear lugares seguros donde puedan interactuar de forma buena.

Entonces, habría que averiguar si el ejercicio ayuda a que los niños que están en riesgo social se integren mejor, y cómo deberían ser los programas para que esto de verdad funcione. La educación ahora necesita formas de enseñar que tengan en cuenta que no todos los niños son iguales y que ayuden a que todos participen. El ejercicio es algo que está al alcance de todos, que es divertido y que se puede adaptar para que ayude a los niños a integrarse, pensando en ellos como personas y en sus derechos.

La inclusión significa que todos somos diferentes y que eso es bueno, y también que hay que quitar las cosas que impiden que los niños participen en la escuela y en la sociedad. Según la UNESCO (2020), cuando la educación es inclusiva, no solo ayuda a los niños más vulnerables, sino que hace que la sociedad sea más unida y que haya más justicia. El ejercicio es un buen lugar para esto, porque todos pueden participar sin importar de dónde vengan o cómo sean.

Algunas investigaciones muestran que los programas de ejercicio donde hay que cooperar ayudan a que los niños se lleven mejor, resuelvan problemas y se sientan parte de un grupo (Cecchini et al., 2014). Esto es muy útil para los niños vulnerables, porque les da la oportunidad de mostrar sus emociones, trabajar en equipo y aprender a relacionarse.

Además, el juego es muy importante en el ejercicio porque ayuda a los niños a aprender y a crecer emocionalmente. Jugando, aprenden a seguir reglas, a hacer diferentes roles, a respetar a los demás y a expresar lo que sienten. Piaget (1962) y Vygotsky (1979) dicen que el juego es una herramienta clave para que los niños aprendan a estar con otros, sobre todo si necesitan ayuda para mejorar sus habilidades sociales.

Cuando se promueve que las personas acudan a espacios como parques o centros comunitarios, es un lugar seguro para que los niños se queden, hagan amigos y aprendan a respetarse y trabajar en equipo. Estos lugares son muy importantes para los niños que han crecido en lugares donde no se les deja. o sus familias no son estables, o no tienen un montón de amigos en los que apoyarse. Les dan a estos niños la oportunidad de pasar el rato y jugar de una buena manera.

Los lugares donde se reúne la comunidad son importantes para evitar problemas sociales, porque son lugares seguros donde los niños pueden estar y recibir apoyo. Si se organizan programas de ejercicio en estos lugares, se ayuda a los niños a estar en forma, a hacer amigos y a tener una red social que los apoye. Según UNICEF (2019), cuando la comunidad ayuda a que los niños participen, se sienten parte de ella y es menos probable que se sientan excluidos.

El trabajo en equipo a través del ejercicio puede impulsar nuestra sensación de ser parte de un grupo y ayudarnos a hacer amistades fuertes y duraderas cuando los niños trabajan juntos en sueños compartidos y recogen diferentes trabajos en el equipo, empiezan a ver en qué son buenos y qué otros pueden hacer, que les ayuda a abrazar las diferencias de todos y dar la bienvenida a todos en estas experiencias ayudan a reducir las peleas y fomentar la convivencia a través de hablar y trabajar en equipo

En la comunidad, hay lugares como los CDC Barrios Unidos de Manta que son clave para hacer programas que mezclan ejercicio con crecimiento social. Poner en práctica ideas inclusivas en estos lugares nos permite ayudar a los niños que están en riesgo, mejorar su salud y unir más a la comunidad.

En lugares como Manta es muy importante hacer programas de ejercicio que incluyan a todos, porque muchas familias tienen problemas económicos. Estas iniciativas ayudan a los niños tener una vida sana y aprender valores como el respeto, la solidaridad y la cooperación.

Además, hacen que las escuelas, las organizaciones de la comunidad y las familias trabajen juntos para proteger y ayudar a los niños a crecer. El estudio se justifica por su relevancia social, educativa y científica. Además, permitirá generar evidencia que apoye la construcción de programas escolares o comunitarios basados en la actividad física como medio para la integración.

### **Planteamiento del problema**

En el CDC Barrios Unidos de Manta, los niños en situación de vulnerabilidad social presentan dificultades en su integración social, evidenciadas en problemas de convivencia, participación limitada y escasas habilidades de interacción.

A pesar de contar con actividades físicas, estas no siempre se desarrollan con un enfoque cooperativo e inclusivo que favorezca la socialización. Por ello, resulta necesario analizar el aporte de la actividad física como estrategia para mejorar la integración social de esta población.

### **Problema científico**

¿De qué manera un programa de actividad física orientado a la cooperación influye en la integración social de niños en situación de vulnerabilidad?

### **Objeto de estudio**

Actividad física como medio para la integración social

## **OBJETIVOS**

### **Objetivo general**

Evaluar el efecto de un programa de actividad física en la integración social de niños en situación de vulnerabilidad.

### **Objetivos específicos**

Diagnosticar el nivel inicial de integración social de los niños participantes.

Identificar percepciones de los docentes y participantes sobre los cambios observados.

### **Caracterización centro de estudio.**

El Centro de Desarrollo Comunitario (CDC) Barrios Unidos, ubicado en Manta, en el barrio 4 de noviembre como a un área geográfica que incluye sectores como el barrio 15 de septiembre, 4 de noviembre y 5 de junio, 8 de enero con una historia de necesidades en niños y niñas y mejoras urbanas, siendo foco de atención para la mejora de la convivencia y servicios.

No es una fundación independiente, sino una infraestructura de servicios integrales gestionada por la Alcaldía de Manta a través de su eje de desarrollo social.

El CDC funciona como fortalecimiento de aprendizaje social diseñado para mejorar la calidad de vida de las familias del sector este centro cumple con diferentes funciones como capacitaciones, bienestar social, servicios integrales. Participaciones comunitarias

Este mismo opera bajo una gestión colaborativa con la ULEAM(MANTA) el mismo que beneficia y ayuda a niños, niñas, jóvenes, adultos y adultos mayores y personas en situación de movilidad.

### **Contexto sociocultural**

El centro se caracteriza por estar en el barrio 4 de noviembre siendo su población ajustada a las normas estatales, se realizan celebraciones de aniversario de creación del barrio el 4 de noviembre de cada año, conmemorando su creación con actividades culturales y deportivas con la presencia de autoridades del cantón e invitados especiales.

Asimismo, se realizan actividades deportivas como en deportes como el fútbol y baloncesto, en donde se invitan a equipos de diferentes barrios o asociaciones para participar en dicho evento.

Por otro lado, las actividades mayores de navidad y fin de año se realizan reuniones sociales dentro del parque y el CDI para celebrar a los niños y familia del barrio 4 de noviembre y aledaños, para conmemorar dicha fecha.

### **JUSTIFICACIÓN**

La presente investigación se justifica por su relevancia social, educativa y científica. Desde el ámbito social, responde a la necesidad de atender a niños en situación de vulnerabilidad, quienes enfrentan dificultades en su integración social y en su desarrollo socioemocional. La actividad física cooperativa se presenta como una alternativa accesible y significativa para promover la convivencia, la participación y el fortalecimiento de valores inclusivos en contextos comunitarios como el CDC Barrios Unidos de Manta.

Desde la perspectiva educativa, el estudio aporta al diseño de estrategias pedagógicas inclusivas que utilizan la actividad física como medio para favorecer la interacción social, el trabajo en equipo y el sentido de pertenencia. Asimismo, brinda orientaciones para que docentes y educadores comunitarios planifiquen actividades físicas con un enfoque socioeducativo, superando prácticas centradas únicamente en el rendimiento físico.

En el ámbito científico, la investigación contribuye a la generación de evidencia empírica sobre la relación entre la actividad física cooperativa y la integración social en niños en situación de vulnerabilidad, fortaleciendo el marco teórico existente y sirviendo como referencia para futuras investigaciones e intervenciones comunitarias orientadas a la inclusión y al desarrollo integral de la infancia.

## **CAPITULO II**

### **MARCO TEÓRICO**

#### **1. Vulnerabilidad social en la infancia**

La vulnerabilidad infantil constituye un constructo multidimensional que integra factores económicos, sociales, culturales, afectivos y educativos que limitan el adecuado desarrollo integral de los niños. Según la Comisión Económica para América Latina y el Caribe (CEPAL, 2021), la vulnerabilidad se refiere a la probabilidad de que ciertos grupos poblacionales experimenten situaciones de riesgo o exclusión debido a condiciones estructurales, tales como pobreza, desigualdad, violencia, falta de acceso a servicios y discriminación. En el caso de la infancia, la vulnerabilidad adquiere una dimensión crítica debido a la dependencia de los niños respecto de los adultos y las instituciones, lo cual amplifica los efectos de cualquier tipo de carencia o riesgo.

UNICEF (2022) sostiene que los niños en situación de vulnerabilidad suelen presentar desventajas acumuladas que afectan su bienestar físico, emocional y social. Estas condiciones incluyen inseguridad alimentaria, baja estimulación cognitiva, dificultades en el acceso a la educación, barreras para la participación social y exposición a entornos violentos. Las repercusiones se reflejan en limitaciones en la autoestima, dificultades en la regulación emocional, problemas de conducta y una menor capacidad para establecer vínculos sociales positivos.

Un aspecto central en el análisis de la vulnerabilidad infantil es su relación con la exclusión educativa. Diversos autores destacan que las desigualdades sociales se reflejan en la escuela a través de brechas en el rendimiento académico, la participación en actividades extracurriculares y la integración con los pares (López, 2019). Los niños vulnerables no solo

enfrentan barreras económicas, sino también simbólicas y culturales, como estigmas asociados a su origen social, estilo de vida o características familiares. Estas etiquetas condicionan su participación en dinámicas grupales, limitando sus oportunidades de integración social y aprendizaje colaborativo.

La vulnerabilidad también se relaciona con la falta de oportunidades de desarrollo socioemocional. La literatura evidencia que los niños que viven en entornos de riesgo presentan mayores niveles de estrés, ansiedad y comportamientos externalizantes, como agresividad e impulsividad, que a menudo dificultan su interacción con los pares y los adultos (Evans & English, 2002). Asimismo, la ausencia de espacios seguros para la recreación y el juego limita la posibilidad de construir relaciones sociales significativas.

En este sentido, la vulnerabilidad infantil no debe entenderse únicamente como una condición económica, sino como un fenómeno integral en el que convergen dimensiones subjetivas y objetivas. Por ello, se requiere la implementación de estrategias educativas, recreativas y comunitarias que promuevan entornos inclusivos, participativos y emocionalmente seguros. La actividad física surge como un campo con gran potencial para reducir desigualdades y fomentar procesos de integración social en niños en situación de vulnerabilidad.

### **La vulnerabilidad como criterio de inclusión.**

La vulnerabilidad fue introducida en el ámbito de la investigación con humanos como una característica atribuida a ciertas categorías de la población consideradas más expuestas, implicando a grupos de personas no protegidas o institucionalizados. Huérfanos, prisioneros, discapacitados ancianos y, posteriormente, grupos étnicos considerados inferiores, como judíos y chinos, estuvieron afectados. (Díaz, 2018).

## **2. Integración social en la infancia**

La integración social puede definirse como el proceso mediante el cual una persona se incorpora de manera activa, participativa y reconocida en un grupo o comunidad (Putnam, 2000). Implica no solo la presencia física del individuo, sino también su capacidad para establecer vínculos, colaborar, comunicarse y sentirse parte significativa del colectivo. En la infancia, la integración social es un elemento clave para el desarrollo emocional, cognitivo y moral, ya que proporciona experiencias de convivencia, cooperación, solidaridad y resolución de conflictos.

En el ámbito educativo, la integración social se asocia con la participación efectiva en actividades escolares, el establecimiento de relaciones de amistad, el reconocimiento de normas y valores compartidos, y el desarrollo de habilidades sociales que faciliten la convivencia (Johnson & Johnson, 2014). Un niño socialmente integrado es capaz de interactuar de forma positiva con sus compañeros, expresar sus emociones de manera adecuada, adherirse a reglas colectivas y resolver diferencias mediante el diálogo.

Sin embargo, los niños en situación de vulnerabilidad suelen enfrentar mayores dificultades para integrarse socialmente. Estas dificultades pueden manifestarse en aislamiento, comportamientos disruptivos, ansiedad social o conflictos reiterados con los pares. Moreno y Martínez (2006) señalan que la integración social en entornos educativos se ve afectada por una combinación de factores personales, familiares y escolares, por lo que su fortalecimiento requiere intervenciones integrales que contemplen la dimensión emocional, comunicativa y conductual.

La integración social también puede analizarse desde la teoría del capital social. Putnam (2000) sostiene que las interacciones sociales generan recursos relacionales que favorecen la confianza, la cooperación y el apoyo mutuo. En los niños, este capital social se construye a través de experiencias compartidas que promuevan la colaboración, el respeto y la empatía. Por

tanto, la exposición a actividades que involucren trabajo en equipo y objetivos colectivos podría potenciar un sentido de pertenencia y cohesión social.

En contextos vulnerables, la integración social tiene un papel protector, ya que contrarresta los efectos de la exclusión, fortalece las redes de apoyo y contribuye al desarrollo de una identidad positiva. Programas educativos y recreativos que fomenten la participación activa y la convivencia pueden convertirse en herramientas esenciales para mejorar la adaptación social de los niños vulnerables.

### **3. Actividad física y desarrollo socioemocional**

La actividad física constituye un componente fundamental del desarrollo infantil. Más allá de sus beneficios fisiológicos, diversas investigaciones han demostrado su impacto positivo en el desarrollo social y emocional. Eime et al. (2013) argumentan que la participación regular en actividades deportivas contribuye a mejorar la autoestima, reducir el estrés, fortalecer las relaciones interpersonales y promover una imagen corporal saludable. Estas experiencias son especialmente valiosas para niños en situación de vulnerabilidad, quienes suelen presentar mayores indicadores de ansiedad, dificultades de relación y baja autopercepción.

La relación entre actividad física y habilidades sociales se explica por la naturaleza interactiva del juego y el deporte. Durante la práctica física, los niños enfrentan situaciones que exigen cooperación, comunicación, negociación, toma de decisiones y resolución de conflictos. Estas experiencias permiten desarrollar competencias socioemocionales como la empatía, la autorregulación emocional, la tolerancia a la frustración y la responsabilidad colectiva (Weiss, 2008).

Los juegos cooperativos, en particular, se destacan como herramientas pedagógicas que fomentan la inclusión y el trabajo en equipo. A diferencia de las actividades competitivas tradicionales, que enfatizan el rendimiento individual, las dinámicas cooperativas priorizan la participación conjunta, el logro colectivo y la ayuda mutua (Fernández-Río et al., 2017). Cecchini et al. (2014) demostraron que los programas de aprendizaje cooperativo en educación física incrementan la motivación intrínseca, el respeto y la cohesión grupal de los estudiantes.

Para los niños en situación de vulnerabilidad, la actividad física cooperativa ofrece oportunidades de interacción social en un entorno seguro y estructurado, donde las reglas claras y los roles rotativos facilitan la participación de todos. Además, el uso de dinámicas lúdicas reduce la presión del desempeño, permitiendo que los niños expresen emociones, compartan experiencias y construyan vínculos positivos sin temor a la evaluación o el juicio.

Otro aspecto importante es el impacto de la actividad física en la conducta. Estudios indican que los programas físicos estructurados disminuyen los comportamientos agresivos, aumentan la capacidad de autocontrol y reducen la impulsividad (Diamond & Lee, 2011). Estos cambios se derivan de la práctica constante de rutinas, la internalización de normas y la experiencia de cooperación. En entornos de vulnerabilidad, donde suelen presentarse conductas desreguladas debido a condiciones de estrés o inestabilidad familiar, estas intervenciones adquieren un valor particular.

Asimismo, la actividad física ofrece un espacio de reconocimiento y éxito personal para niños que no siempre encuentran oportunidades de destacarse en ámbitos académicos. El logro de metas motoras, la participación activa y la valoración de los compañeros fortalecen la autoestima y contribuyen al desarrollo de una identidad positiva. De acuerdo con Shields y

Bredemeier (2009), la práctica deportiva con enfoque moral fomenta valores prosociales como la justicia, el respeto y la cooperación, elementos esenciales para la integración social.

#### **4. Actividad física e inclusión educativa**

El enfoque de inclusión educativa plantea que todas las personas, independientemente de sus características personales o sociales, deben tener acceso a experiencias educativas de calidad que favorezcan su participación plena. Según la UNESCO (2020), la inclusión implica eliminar barreras para el aprendizaje, la participación y la convivencia, promoviendo ambientes culturales y pedagógicos que reconozcan la diversidad y garanticen oportunidades equitativas para todos.

En este contexto, la actividad física cumple un papel estratégico. Su carácter dinámico, lúdico y participativo permite adaptar las actividades a diferentes ritmos, estilos y necesidades, favoreciendo la participación de niños que, debido a su situación de vulnerabilidad, podrían experimentar dificultades en otros contextos educativos. La educación física inclusiva se basa en la adaptación de tareas, el uso de metodologías cooperativas, la asignación de roles según capacidades y el diseño de actividades que prioricen la participación por encima del rendimiento (Tristani & López, 2019).

Además, el movimiento y el juego crean un ambiente emocionalmente seguro en el que los niños pueden expresarse libremente, explorar sus capacidades y relacionarse con los demás sin la presión del juicio académico. Este clima favorece el establecimiento de vínculos, el reconocimiento mutuo y la aceptación de la diversidad, lo cual resulta especialmente significativo para niños vulnerables que han experimentado situaciones de exclusión o rechazo.

La inclusión en la actividad física se sustenta también en la teoría sociocultural de Vygotsky, que destaca el papel del aprendizaje mediado y la interacción social. Según este

enfoque, el movimiento y el juego constituyen mediadores fundamentales del desarrollo, y las actividades compartidas promueven la construcción conjunta de conocimientos, normas y valores. En este marco, las actividades cooperativas permiten que los niños desarrollen habilidades sociales de manera natural y progresiva, en interacción con sus pares y bajo la guía de un docente facilitador.

El diseño de programas de actividad física orientados a la integración social requiere considerar varios elementos:

Dinámicas cooperativas y no competitivas, que prioricen el logro colectivo.

Roles rotativos, que permitan a todos experimentar liderazgo y apoyo.

Ejercicios de comunicación y trabajo en equipo, orientados al respeto mutuo.

Tiempo para la reflexión, en el que los niños analicen sus emociones, conflictos y aprendizajes.

Adaptación de tareas, garantizando que todos los niños puedan participar independientemente de sus capacidades o circunstancias.

La investigación demuestra que este tipo de programas fortalecen la cohesión grupal, la convivencia escolar, la aceptación de la diversidad y el sentido de pertenencia (Bailey et al., 2009). Para niños en situación de vulnerabilidad, estas experiencias pueden convertirse en un puente hacia la integración educativa y social, contribuyendo a reparar experiencias previas de exclusión y a fortalecer redes de apoyo.

## **5. Actividad física como estrategia de intervención psicosocial**

En los últimos años, la actividad física ha sido reconocida como una herramienta eficaz de intervención psicosocial. Programas que combinan movimiento, juego y trabajo emocional han demostrado resultados positivos en la reducción de estrés, mejora del estado de ánimo y fortalecimiento de la cohesión comunitaria (Lubans et al., 2016). En el caso de niños vulnerables, estos programas contribuyen a generar entornos protectores que amortiguan los efectos de la adversidad.

La actividad física puede actuar como un espacio de contención emocional, permitiendo la liberación de tensiones y proporcionando una estructura que favorece la regulación emocional. De acuerdo con Mahoney et al. (2005), la participación en actividades extracurriculares estructuradas incrementa la disciplina, la autodeterminación y la sociabilidad en niños expuestos a situaciones de riesgo social. El sentido de pertenencia que se genera en los grupos deportivos o recreativos puede contrarrestar los sentimientos de soledad y aislamiento típicos de contextos vulnerables.

Asimismo, la actividad física promueve la resiliencia, entendida como la capacidad de enfrentar y superar situaciones adversas. Ginsburg (2014) señala que las actividades que involucran retos controlados, cooperación y objetivos compartidos fortalecen competencias resilientes como la perseverancia, el optimismo y la capacidad de buscar apoyo. En los niños vulnerables, la resiliencia es un elemento clave para la adaptación social y el bienestar emocional.

Finalmente, las intervenciones basadas en la actividad física contribuyen a mejorar la convivencia escolar y la cultura institucional. Cuando se implementan programas cooperativos

de manera sistemática, se observa una disminución de conflictos, mayor participación estudiantil y un clima escolar más positivo, elementos que fortalecen la integración social y la adaptación de los niños al entorno educativo (Pellegrini & Smith, 1998).

## **6. La actividad física y el deporte como ámbito ideal para la prevención**

Como consecuencia del escandaloso aumento actual en el número de jóvenes desfavorecidos dentro de las grandes ciudades y de los numerosos problemas sociales asociados a ello, están surgiendo en los últimos 20 años en todo el mundo numerosos programas de intervención donde a partir de la actividad física y el deporte se intenta ayudar a estos jóvenes. Dentro de las investigaciones realizadas, el país que mayor número de aportaciones ofrece dentro de este ámbito es Estados Unidos.

La sociedad actual demanda de la actividad física y el deporte (como uno de los factores más significativos asociados a la salud), su contribución a la resolución de problemas como la integración de grupos marginales, la prevención y rehabilitación de drogodependientes, la prevención de conductas delictivas, violentas... (Hellison, 1995).

Pero en general, la población cree que las intervenciones a través de la actividad física y el deporte tiene exclusivamente como objetivo la mejora de la salud, la condición física y la creación de hábitos de vida saludable en cuanto a ocupación positiva del tiempo libre...; sin embargo, no encuentran una relación con que puedan ayudar en la prevención de conductas antisociales.

La actividad física y el deporte correctamente planificada, con una metodología específica y siguiendo la idea de “educación” física centrada en la promoción de valores puede

contribuir a la prevención de conductas antisociales y a la mejora de la calidad de vida y del bienestar personal y social de estas poblaciones, generando una alternativa positiva en sus vidas. (Collingwood, 1997; Martinek y Hellison, 1997; Danish y Hellen, 1997).

### **Las políticas de inclusión social desde el Sistema Deportivo**

Las recomendaciones mundiales de actividad física para la salud, fundamentadas científicamente en sus beneficios e importancia, constituyen una información esencial para los que participan en la elaboración de directrices y políticas de alcance regional y nacional al respecto. En ese sentido la Política Deportiva, se caracteriza por su carácter social e inclusivo, visto desde la concepción constitucional del deporte como un derecho del pueblo. (OMS, 2019)

La naturaleza inclusiva de la *Educación Física*, se manifiesta desde sus propios objetivos contribuir de forma general al fortalecimiento de la estructura funcional y corporal del organismo; coadyuvar a la formación de capacidades, hábitos y habilidades motrices básicas; contribuir al logro de la compensación y corrección de los defectos sensoriales, del desarrollo físico y motor de los educandos; al bienestar emocional, físico y cultural de éstos y a desarrollar cualidades positivas de la personalidad. (Inder, 2020)

## **CAPITULO III**

### **METODOLOGÍA**

#### **3.1. Enfoque de investigación**

El estudio se desarrolla bajo un enfoque cuantitativo con complemento cualitativo, pues busca medir los cambios producidos en la integración social de los niños tras la implementación de un programa de actividad física, y al mismo tiempo comprender las percepciones que emergen durante el proceso. De acuerdo con Hernández, Fernández y Baptista (2020), los enfoques mixtos permiten integrar la precisión numérica del método cuantitativo con la profundidad contextual del método cualitativo, lo cual es pertinente cuando se requiere evaluar tanto efectos como dinámicas sociales subyacentes.

El componente cuantitativo se utilizará para comparar los niveles de integración social antes y después de la intervención, mientras que el componente cualitativo permitirá interpretar las interacciones, las experiencias de los participantes y los cambios percibidos por los docentes. Esta integración metodológica favorece una comprensión más amplia del fenómeno estudiado.

### **3.2. TIPO Y DISEÑO DE INVESTIGACIÓN**

La investigación es de tipo cualitativa y cuantitativa, ya que busca generar conocimientos que permitan mejorar la práctica educativa desde la actividad física con fines de integración social. Este diseño es adecuado cuando no es posible asignar a los participantes de manera aleatoria, pero se desea observar el impacto de una intervención en un grupo definido (Campbell & Stanley, 2015).

### **3.3. Contexto y población del estudio**

El estudio se llevará a cabo en una institución educativa o centro comunitario que atiende a niños en situación de vulnerabilidad social, entendida esta como la exposición a condiciones económicas, familiares o comunitarias que limitan su desarrollo (UNICEF, 2022).

La población está conformada por niños entre 8 y 15 años, que asisten regularmente a las actividades del centro y presentan indicadores de vulnerabilidad social identificados por docentes o trabajadores sociales.

### **3.4. Muestra**

Estará conformada por 45 niños, niñas y adolescentes, número adecuado para realizar actividades cooperativas y obtener datos significativos sin afectar la dinámica de intervención. La selección responde a la disponibilidad del centro y a la necesidad de trabajar con grupos que permitan observar interacciones sociales de manera directa.

Como criterio de inclusión se considerará:

- Niños matriculados en la institución o centro comunitario.
- Consentimiento informado de padres o tutores.

### **3.6. Técnicas e instrumentos de recolección de datos**

La investigación empleará una triangulación instrumental, combinando instrumentos cuantitativos y cualitativos para fortalecer la validez de los resultados.

#### **3.6.1. Cuestionario de Integración Social (cuantitativo)**

Se aplicará la Escala de Integración Social adaptada de Moreno y Martínez (2006), que evalúa dimensiones como:

- aceptación por los pares,

- participación en actividades grupales,
- comunicación,
- cooperación,
- resolución de conflictos.

El instrumento cuenta con consistencia interna aceptable ( $\alpha > .80$  en estudios previos). Se aplicará como pretest y postest.

### **3.6.2. Observación estructurada (cualitativa-cuantitativa)**

Se utilizará una guía de observación basada en categorías como:

- colaboración durante las actividades,
- interacción positiva,
- manejo de conflictos,
- participación equitativa,
- cumplimiento de roles.

Las observaciones se realizarán durante las sesiones, registrando comportamientos sociales relevantes.

### **3.6.3. Entrevistas semiestructuradas (cualitativo)**

Se entrevistará a 2 o 3 docentes o educadores responsables del grupo. Las entrevistas explorarán percepciones sobre:

- cambios en la convivencia,

- actitudes de los niños,
- participación en actividades físicas,
- avances y dificultades observadas.

### **3.9. Consideraciones éticas**

La investigación cumplirá con los principios éticos establecidos para estudios con población infantil:

- Consentimiento informado de padres o tutores.
- Asentimiento verbal de los niños.
- Confidencialidad y anonimato de la información.
- Actividades seguras y adecuadas para la edad.
- Libertad para retirarse en cualquier momento sin consecuencias.
- Uso exclusivo de los datos para fines académicos.

El proyecto se desarrollará respetando los lineamientos éticos de investigación con seres humanos establecidos por la Declaración de Helsinki (Asociación Médica Mundial, 2013).

### **3.10. Validez y confiabilidad**

Para asegurar la rigurosidad metodológica se consideran:

- **Validez de contenido:** instrumentos evaluados por especialistas en psicopedagogía y educación física.

- **Confiabilidad:** aplicación de instrumentos con consistencia interna comprobada.
- **Triangulación:** comparación entre datos cuantitativos, observaciones y entrevistas.

**Tabla 1.**

| <b>Procesos</b>                                  | <b>Población</b>                             | <b>Cantidad</b> |
|--------------------------------------------------|----------------------------------------------|-----------------|
| Poblaciones de cada proceso de la Cultura Física |                                              |                 |
| <b>Actividad Física CDI-Inclusiva</b>            | Niños, niñas y adolescentes                  | 20              |
| <b>Recreación Física</b>                         | Niñas, niños y adolescentes con discapacidad | 15              |
| Docentes                                         | 10                                           |                 |
| <b>Total</b>                                     | <b>45</b>                                    |                 |

**Tabla 2.**

Dimensiones e indicadores del proceso de Inclusión.

| <b>Dimensión</b> | <b>Indicadores</b> | <b>iempr<br/>e</b> | Casi<br>Siemp<br>re | Algun<br>as<br>veces | <b>o se</b> | <b>No<br/>se<br/>hace</b> |
|------------------|--------------------|--------------------|---------------------|----------------------|-------------|---------------------------|
|------------------|--------------------|--------------------|---------------------|----------------------|-------------|---------------------------|

|                                                  |                                                                                                                                   |  |  |  |  |  |
|--------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|--|--|--|--|
| <b>Cultura</b><br>inclusiva en la<br>para la CDI | La práctica física y recreativa constituye una comunidad segura, acogedora, colaborativa y estimulante para ti.                   |  |  |  |  |  |
|                                                  | Son valorados, lo cual les permite tener mayores niveles de logro en actividades físicas y recreativas.                           |  |  |  |  |  |
|                                                  | Se desarrollan valores inclusivos, compartidos por todo el personal de la comunidad incluyendo todos los practicantes.            |  |  |  |  |  |
| <b>Política</b><br>inclusiva para<br>CDI         | Se asegura la inclusión como proceso, para la participación de los practicantes vulnerables en actividades físicas y recreativas. |  |  |  |  |  |
|                                                  | Se incluyen actividades para dar respuesta a la diversidad de los participantes vulnerables.                                      |  |  |  |  |  |
|                                                  | Todas las actividades se conciben para el desarrollo de las potencialidades de los vulnerables y no vulnerables.                  |  |  |  |  |  |
| <b>Práctica</b><br>inclusiva para<br>CDI         | La práctica física promueve la participación en otras actividades culturales, y recreativas.                                      |  |  |  |  |  |
|                                                  | Se intenta superar las barreras para la participación de los más vulnerables en la práctica.                                      |  |  |  |  |  |

|  |                                                                                |  |  |  |  |  |
|--|--------------------------------------------------------------------------------|--|--|--|--|--|
|  | Se movilizan recursos para promover la práctica física de los más vulnerables. |  |  |  |  |  |
|--|--------------------------------------------------------------------------------|--|--|--|--|--|

### **Procedimiento de recogida y análisis de datos**

En el estudio los datos fueron recogidos mediante el protocolo del cuestionario. Los datos se procesaron con el empleo de la estadística descriptiva, apoyado en hoja de Excel. Se complementa con los procedimientos de analítico-sintético, inductivo-deductivo y el análisis documental.

## **CAPITULO IV**

### **ANALISIS Y DISCUSION DE RESULTADOS**

#### **Análisis de los resultados de la aplicación del cuestionario a los practicantes vulnerables.**

El estudio se realizó durante el período 2025 como parte de las tareas de la etapa en el proyecto de vinculación; se incursionó en escenarios comunitarios de diferentes barrios aledaños al CDI, considerando que son parte de este y que se benefician de las actividades que se desarrollan.

En la investigación para el proceso Actividad Física inclusiva se emplearon dos muestras: niños de la Primera Infancia y adolescentes. Para la conformación de este trabajo, se tomaron los

resultados del cuestionario aplicado a niños, niñas y adolescentes vulnerables que se encuentran dentro del CDI; considerando que es nuestra población de estudio.

**Tabla 3.**

**Población. Actividad Física comunitaria**

| Proceso          | Población                   | Cantidad | Criterios de vulnerabilidad | Espacio de inclusión                                |
|------------------|-----------------------------|----------|-----------------------------|-----------------------------------------------------|
| Actividad física | Niños, niñas y adolescentes | 30       | Edad                        | Juegos tradicionales y lúdicos.                     |
|                  |                             | 15       | Discapacidad                | Actividades complementarias de la educación física. |
|                  | Total                       | 45       |                             |                                                     |

En este proceso se escogió como muestra a los 45 integrantes del CDI que realizan actividad física sistemáticamente, poseedores de lo que se ha identificado como grados de vulnerabilidad social y de salud.

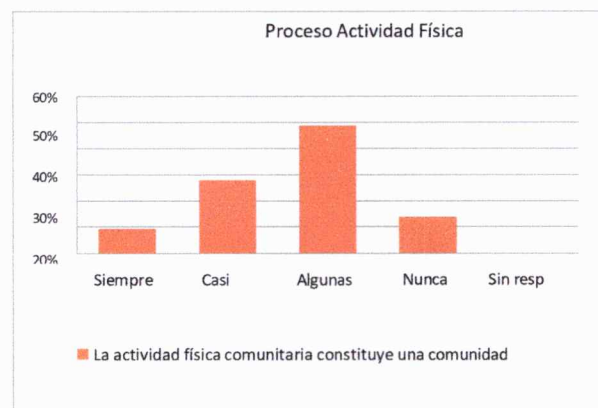
Según la revisión de los antecedentes en los expedientes, relacionados con la vulnerabilidad social, en los sujetos de investigación se constató que cinco el 33.3% de estos son más evidentes en cuanto a antecedentes de vulneración por parte de padres por lo que presentan una condición de salud mental de análisis en otros estudios, diez el 66.6% obtuvo valores en los

cuales no solo se presenta vulnerabilidad dentro del hogar sino fuera de este en su contexto socio cultural por lo que condiciona su desarrollo social y las relaciones interpersonales con sus pares.

En cuanto a los antecedentes de fractura o daños físicos evidenciados dos han sufrido lesiones menores que se han evidenciado en el CDI 13,3%; cuatro (26,6) otras lesiones que no se evidenciaron por el hecho de la confidencialidad.

**Gráfico 1:**

### Resultado del cuestionario. Indicador 1 dimensión Cultura inclusiva. Proceso Actividad Física.



El gráfico anterior sobre la Actividad Física refleja que la clase siempre es percibida como comunidad segura, colaborativa y estimulante solo por el 9% de los encuestados, casi siempre lo refieren el 28%, mientras que 49% expresan que algunas veces, cuatro opinan no saber, y 14% aseguran que no se hace. En cuanto al resto de los indicadores de la dimensión: los mayores porcentajes registrados en los criterios siempre y casi siempre le fueron otorgados a los indicadores: “se desarrollan valores inclusivos” y “son valorados por todo el personal deportivo y comunitario”, lo cual les permite obtener mayores niveles de logro en las actividades culturales, deportivas y recreativas en que participan, las cuales promueven la participación de los sujetos vulnerables. Entre los indicadores menos valorados que recibieron criterios de algunas veces, fue el aseguramiento de la inclusión como proceso para la participación de sujetos vulnerables.

### Resultados en cuanto al proceso Recreación Física

**Tabla 4. Población Recreación Física**

| Proceso           | Población                  | Cantidad | Criterio de vulnerabilidad | Espacio de inclusión               |
|-------------------|----------------------------|----------|----------------------------|------------------------------------|
| Recreación Física | Jóvenes con discapacidad   | 15       | Discapacidad intelectual   | Festivales Deportivos comunitarios |
|                   | Escolares con discapacidad | 10       | Discapacidad físico-motora |                                    |
| <b>Total</b>      | <b>25</b>                  |          |                            |                                    |

En el proceso Recreación Física, el espacio de referencia para aplicar el cuestionario fueron algunos Festivales deportivos recreativos comunitarios donde participaron ambas poblaciones.

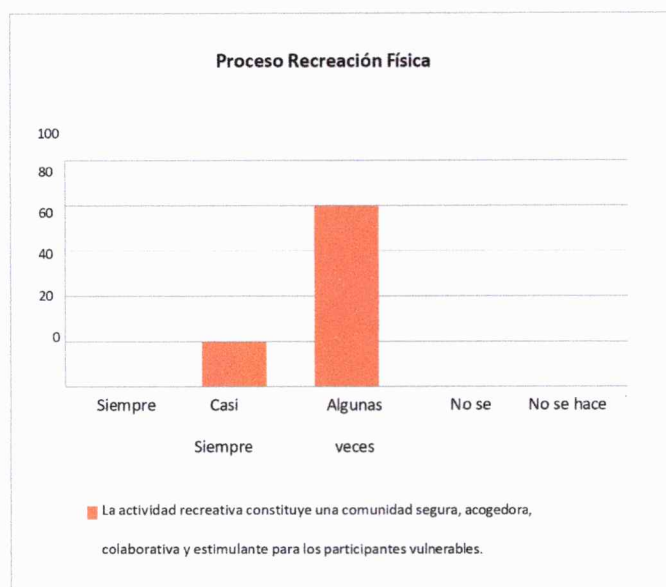
Los 15 jóvenes adultos vulnerables por discapacidad intelectual. Las edades se encuentran entre los 14 y 15 años, ubicados en el 2do y 3er BGU, de ellos 9 son masculinos y los restantes 6 son femeninos; 2 con discapacidad intelectual moderada y el resto con discapacidad intelectual leve.

En el caso de los escolares compuesta por 10 niñas y niños vulnerables por discapacidad físico-motora (DFM) desde la revisión de antecedentes médicos. La discapacidad está dada en relación con el desarrollo motriz y equilibrio, desarrollo de esquema corporal bajo y la independencia en cuanto a las actividades física que se le pedía en el momento de desarrollar las actividades

## Gráfico 2.

### Resultado del indicador 1 dimensión Cultura inclusiva. Proceso Recreación

## Física.



El gráfico refleja como en la práctica de la Recreación Física solo el 8% consideró que las actividades siempre constituían una comunidad segura, colaborativa y estimulante, casi siempre lo refieren el 23%, mientras que 12% expresan que algunas veces, 48% opinan no saber. En cuanto al resto de los indicadores de la dimensión: los mayores porcentajes registrados en los criterios siempre y casi siempre le fueron otorgados a los indicadores: “se intenta superar las barreras y se movilizan recursos para la participación de los participantes vulnerables en actividades culturales, recreativas.

### Resultados del Pretest (Diagnóstico inicial)

Antes de la implementación del programa de actividad física cooperativa, se aplicó la Escala de Integración Social a los 45 participantes con el objetivo de diagnosticar el nivel inicial. Los resultados evidenciaron lo siguiente:

| Nivel de integración | Frecuencia | Porcentaje |
|----------------------|------------|------------|
| Bajo                 | XX         | XX%        |
| Medio                | XX         | XX%        |
| Alto                 | XX         | XX%        |

Los resultados del diagnóstico inicial evidenciaron que la mayoría de los participantes presentaban niveles medios y bajos de integración social, lo que confirma la necesidad de implementar una intervención basada en actividad física cooperativa.

| Nivel | Pretest | Postest | Variación |
|-------|---------|---------|-----------|
| Bajo  | 40%     | 15%     | -25%      |
| Medio | 35%     | 30%     | -5%       |
| Alto  | 25%     | 55%     | +30%      |

Se observa una disminución significativa en el nivel bajo y un incremento en el nivel alto de integración social, lo cual indica que el programa de actividad física cooperativa tuvo un efecto positivo.

## **DISCUSIÓN O TRIANGULACIÓN DE RESULTADOS**

Los resultados del pretest evidenciaron que una proporción significativa de los niños presentaba niveles bajos y medios de integración social, especialmente en los indicadores relacionados con participación grupal y percepción de comunidad segura. Estos hallazgos confirman lo señalado por UNICEF (2022), quien sostiene que los niños en situación de vulnerabilidad suelen experimentar dificultades en su desarrollo socioemocional y en la construcción de vínculos sociales.

Tras la implementación del programa de actividad física cooperativa, los resultados del posttest mostraron un incremento en los niveles altos de integración social y una disminución en los niveles bajos. Este cambio sugiere que la intervención tuvo un efecto positivo en la mejora de la participación, la cooperación y el sentido de pertenencia de los participantes.

Estos hallazgos coinciden con lo planteado por Cecchini et al. (2014), quienes sostienen que los programas cooperativos en educación física incrementan la cohesión grupal y fortalecen la motivación intrínseca. Asimismo, los resultados respaldan los planteamientos de Eime et al. (2013), quienes señalan que la práctica sistemática de actividad física favorece el desarrollo socioemocional.

No obstante, algunos indicadores mostraron mejoras moderadas, lo que evidencia la necesidad de fortalecer la planificación inclusiva y garantizar mayor adaptación de las actividades a las características individuales de los participantes.

## CONCLUSIONES

En relación con el primer objetivo específico, el diagnóstico inicial evidenció que una parte significativa de los niños presentaba niveles medios y bajos de integración social, especialmente en indicadores vinculados a la participación grupal y percepción de comunidad inclusiva. Esto confirmó la necesidad de implementar una intervención basada en actividad física cooperativa.

Respecto al objetivo general, los resultados comparativos entre el pretest y el posttest mostraron una mejora en los niveles de integración social, reflejada en el incremento de respuestas en las categorías “siempre” y “casi siempre” en los indicadores de cultura y práctica inclusiva. Esto permite afirmar que el programa de actividad física cooperativa tuvo un efecto positivo en la integración social de los participantes.

En cuanto al segundo objetivo específico, las entrevistas a los docentes evidenciaron percepciones favorables sobre los cambios observados en la convivencia, la participación y el trabajo en equipo. Sin embargo, también se identificó la necesidad de fortalecer la planificación inclusiva y la adaptación de actividades según las características individuales.

Finalmente, aunque se evidencian avances en el contexto escolar, persisten desafíos en el ámbito comunitario, lo que indica que se requiere continuidad y sistematicidad en este tipo de programas para consolidar una cultura inclusiva.

## BIBLIOGRAFÍA

Cecchini, J. A., Fernández-Losa, J., & Méndez-Giménez, A. (2014). Cooperative learning and students' motivation in physical education. *Journal of Teaching in Physical Education*, 33(2), 136–148. <https://doi.org/10.1123/jtpe.2013-0121>

CEPAL. (2021). *Panorama social de América Latina 2021*. Comisión Económica para América Latina y el Caribe.

Eime, R. M., Young, J. A., Harvey, J., Charity, M. J., & Payne, W. R. (2013). A systematic review of the psychological and social benefits of participation in sport for children and adolescents. *International Journal of Behavioral Nutrition and Physical Activity*, 10(1), 1–21.

Moreno, J. A., & Martínez, A. (2006). La participación social en el contexto escolar: validación de una escala. *Revista de Psicología Social*, 21(2), 123–135.

Putnam, R. D. (2000). *Bowling alone: The collapse and revival of American community*. Simon & Schuster.

UNESCO. (2020). *Education for inclusion and diversity*.

UNICEF. (2022). *Estado mundial de la infancia 2022*. Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia.

Bailey, R., Hillman, C., Arent, S., & Petitpas, A. (2009). Physical activity: An underestimated investment in human capital? *Journal of Physical Activity and Health*, 6(3), 268–269.

Cecchini, J. A., Fernández-Losa, J., & Méndez-Giménez, A. (2014). Cooperative learning and students' motivation in physical education. *Journal of Teaching in Physical Education*, 33(2), 136–148. <https://doi.org/10.1123/jtpe.2013-0121>

CEPAL. (2021). Panorama social de América Latina 2021. Comisión Económica para América Latina y el Caribe.

Diamond, A., & Lee, K. (2011). Interventions shown to aid executive function development in children 4 to 12 years old. *Science*, 333(6045), 959–964.

Amar, J y Tirado, D. (2007). Promoviendo la inclusión social en los primeros años. *Salud Uninorte. Barranquilla (Col.)* 2007; 23 (2): 162-171.

Borges, S. y Orozco, M. (2012). *Inclusión educativa y Educación Especial*. Ciudad de la Habana (en soporte digital).

Booth, T., & Ainscow, M. (2003). *Guía para la evaluación y mejora de la educación inclusiva: = (Index for inclusion): desarrollando el aprendizaje y la participación en los centros educativos*. Universidad Autónoma de Madrid.

Ceballos, R. (2015) *La actividad física en el adulto mayor. Generalidades y beneficios*. ISCF. La Habana. Cuba.

Constitución República de Cuba. 2016.

Díaz, E. (2010). Ciudadanía, identidad y exclusión social de las personas con discapacidad. *Política y Sociedad*, 2010, Vol. 47 Núm. 1: 115-135 115.

Diccionario de la lengua española. (2014)

«Definición de deporte». Consultado el 2 de enero de 2014.

Espina, M. (2011). *La política social en Cuba: resultados y retos*. Texto para

Seminario “La cuestión social en Cuba contemporánea,” febrero de 2011.

González, F. (s/f) “La educación de la personalidad en el  
proceso de integración del discapacitado. En, Bell Rodríguez, R.  
Prevención, corrección- compensación e integración. Pág. 144.

## **ANEXO**

### **Cuestionario sobre Inclusión en la Actividad Física y Recreación Física**

#### **Dirigido a:**

Niños, niñas y adolescentes en situación de vulnerabilidad del CDI / CDC Barrios Unidos de Manta.

#### **Objetivo del instrumento:**

Evaluar la percepción de los practicantes vulnerables sobre la inclusión, participación e integración social en los procesos de Actividad Física y Recreación Física.

#### **Instrucciones:**

Lee con atención cada afirmación y marca con una X la opción que mejor represente tu opinión.

#### **Escala de respuesta:**

- Siempre
- Casi siempre
- Algunas veces
- No sé
- No se hace

### DIMENSIÓN 1: CULTURA INCLUSIVA

| Ítem | Afirmación                                                                                                      | Siempre | Casi siempre | Algunas veces | No sé | No se hace |
|------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------|--------------|---------------|-------|------------|
| 1    | La práctica física y recreativa constituye una comunidad segura, acogedora, colaborativa y estimulante para mí. |         |              |               |       |            |
| 2    | Me siento valorado/a por los profesores, entrenadores y personal del centro.                                    |         |              |               |       |            |
| 3    | En las actividades se desarrollan valores inclusivos como el respeto, la solidaridad y la cooperación.          |         |              |               |       |            |

## DIMENSIÓN 2: POLÍTICA INCLUSIVA

| Ítem | Afirmación                                                                                                          | Siempre | Casi siempre | Algunas veces | No sé | No se hace |
|------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------|--------------|---------------|-------|------------|
| 4    | Se asegura la inclusión como un proceso para que todos podamos participar en las actividades físicas y recreativas. |         |              |               |       |            |
| 5    | Las actividades incluyen a niños y jóvenes con diferentes capacidades y necesidades.                                |         |              |               |       |            |
| 6    | Las actividades están pensadas para desarrollar las capacidades de personas vulnerables y no vulnerables.           |         |              |               |       |            |

### DIMENSIÓN 3: PRÁCTICA INCLUSIVA

| Ítem | Afirmación                                                                                     | Siempre | Casi siempre | Algunas veces | No sé | No se hace |
|------|------------------------------------------------------------------------------------------------|---------|--------------|---------------|-------|------------|
| 7    | Las actividades físicas me motivan a participar en otras actividades culturales y recreativas. |         |              |               |       |            |
| 8    | Se intenta superar las barreras que dificultan la participación de los más vulnerables.        |         |              |               |       |            |
| 9    | Se buscan recursos para que todos podamos participar en las actividades físicas y recreativas. |         |              |               |       |            |