

ACTIVIDADES FÍSICAS ADAPTADAS PARA EL DESARROLLO DE LAS HABILIDADES MOTRICES BÁSICAS EN EDUCANDOS CON SÍNDROME DOWN

Autoras

M. Sc. Francisca Valerino Repilado

M. Sc. Indira María Santurce Valerino

M. Sc. Dania Margarita Suarez Mena

1. Francisca Valerino Repilado

Título académico: Máster en Actividad Física Comunitaria. Universidad de Ciencias de la Cultura Física y el Deporte Manuel Fajardo, La Habana Cuba.

Institución laboral: Universidad de Ciencias de la Cultura Física y el Deporte Manuel Fajardo, La Habana, Cuba. Profesora Auxiliar

No teléfono 5 8559495

francisvalerinor@gmail.com

Código ORCID: 0000-0001-6361-0971

2. Indira María Santuce Valerino

Título académico: Máster en Educación Física Contemporánea. Universidad de Ciencias de la Cultura Física y el Deporte Manuel Fajardo, La Habana Cuba.

Institución laboral: Universidad de Ciencias de la Cultura Física y el Deporte Manuel Fajardo, La Habana, Cuba. Profesora Instructora

No teléfono 55590942

indirasantuce@gmail.com

Código ORCID: 0000-0002-3263-9533

3. Dania Margarita Suarez Mena

Título académico: Máster en Actividad Física Comunitaria. Universidad de Ciencias de la Cultura Física y el Deporte Manuel Fajardo, La Habana Cuba.

Institución laboral: Universidad de Ciencias de la Cultura Física y el Deporte Manuel Fajardo, La Habana, Cuba. Profesora Instructora

No teléfono 58011406

diegodely16@gmail.com

Código ORCID: 0009-0005-7253-9499

Resumen

La Educación Física especial es un subsistema de la educación que incluye a personas con diferentes discapacidades y tiene como fin prepararlos para la vida adulta e independiente

por lo que el especialista debe estar preparado para ofrecer atención educativa a partir de las características de estas personas. En tal sentido se presenta el trabajo realizado en la escuela especial Túpac Amaru del municipio Habana del Este, con educandos de discapacidad intelectual diagnosticados con Síndrome Down, que mostraban afectaciones en su desarrollo motriz. El objetivo se orientó a diseñar actividades físicas adaptadas para el desarrollo de las habilidades motrices básicas caminar, correr y saltar, para desde las clases de Educación Física contribuir a su desarrollo. Los métodos utilizados fueron en el orden teórico el Histórico Lógico, analítico–sintético, inductivo –deductivo sistémico estructural funcional, como métodos empíricos la revisión de documentos, observación, y la medición. Para el procesamiento de los datos estadísticos, el cálculo porcentual facilitó una interpretación cuantitativa de los resultados obtenidos en la aplicación de los instrumentos y llegar a conclusiones.

Palabras clave

Actividades físicas adaptadas, Síndrome Down, habilidades motrices básicas

Summary

Special physical education is a subsystem of education that includes people with different disabilities and aims to prepare them for adult and independent life so the specialist must be prepared to offer educational care based on the characteristics of these people. In this sense, the present work carried out in the Tupac Amaru special school of the Este Habana municipality, with school children with intellectual disabilities diagnosed with Down Syndrome who showed impairments in their motor development. The objective was to design physical activities adapted for the development of basic motor skills walking, running and jumping, to contribute to their development from the Physical Education classes. The methods used were in the theoretical order the Historical logical, analytical-synthetic, Inductive-deductive and Systemic-Structural-Functional and document analysis. As empirical methods, interview, observation, and mediations. For the processing of statistic data or calculus percentual facilitated a quantitative interpretation of the results obtained in the application of the Instruments. The adapted physical activities offers a way from the classes of the specialty contribute to improve the quality of life of this population.

Keywords

Adapted physical activities, Down Syndrome, basic motor skills

INTRODUCCIÓN

En Cuba la atención educativa a las personas con necesidades educativas especiales se ha convertido en una prioridad que desde todos los ámbitos sociales, se orienta a ofrecer los

recursos, apoyos y servicios a los que así lo requieran. En la actualidad la sociedad tiene dentro de sus grandes retos la integración social de las personas con discapacidad, ofertar además una educación de calidad que se da cuando hay una equidad en el acceso al aprendizaje; cuando se puede evidenciar un proceso de acompañamiento para todos los educandos en las instituciones, cuando las escuelas cuentan con políticas que responden a la diversidad y cuando la comunidad educativa crea ambientes inclusivos caracterizados por la acogida, el respeto, la valoración y el fortalecimiento del potencial humano.

Cuba, país del Tercer Mundo, desarrolla un modelo educacional que contempla la formación integral y multifacética de todos sus ciudadanos, incluyendo a aquellos que tienen Necesidades Educativas Especiales, por lo que las actividades físicas que se le oferta a este sector de la población, son cada vez más adaptadas a las posibilidades reales de su desarrollo. Según Morales (2003), la inclusión en el ámbito educativo, motiva a la aceptación y al respeto de la diversidad, y a fomentar una educación de calidad para todos en todas las instituciones educativas. En este sentido juega un papel fundamental el equipo multidisciplinario que junto con la familia interactúan dentro del Proceso Docente Educativo con los niveles de apoyo y ayuda que garantizan un buen desarrollo de estos educandos, donde el profesor de Educación Física como miembro activo del colectivo pedagógico realiza una función fundamental, encaminada a la normalización y al desarrollo físico motor de esta población. En este sentido Pascual (2007) plantea la importancia de adaptar el currículo para facilitar los aprendizajes a esta población y define la Actividad Física Adaptada como un término que engloba al ejercicio físico en sus más diversas manifestaciones (educación física, deportes, gimnasia, juegos, ejercicio físico adaptado). Muchas investigaciones, tanto en el área internacional como nacional, destacan el aspecto motriz como una necesidad para el futuro desarrollo de estos educandos y han dado referencias al artículo que se presenta. En este sentido podemos señalar Carballo, (2006), Valerino, (2011), Céspedes, (2021), Matos (2021), Biliquity, (2021) quienes abordan en relevantes investigaciones en torno al tema y nos alertan sobre la importancia de la práctica de actividades físicas para escolares con necesidades educativas especiales incluyendo a los que se diagnostican con Síndrome Down.

Uno de los centros que atiende este tipo de discapacidad es la escuela especial Tupac Amaru de municipio Habana del Este, donde a pesar de los esfuerzos que se realizan para prepararlos para la vida adulta e independiente en observaciones, entrevistas y revisiones bibliográficas unido a la experiencia de las autoras por más de 5 años de labor con

educandos con Síndrome Down se detectó como irregularidades que los educandos con Síndrome Down presentan dificultades en la estabilidad de los movimientos al caminar, no logran mantener la carrera en línea recta, muestran deficiencias durante la caída de los saltos y son insuficientes las adaptaciones que se realizan al currículo, para trabajar las habilidades motrices básicas caminar, correr y saltar desde la clase de Educación Física, causales que permiten determinar como situación problemática: insuficiencias prácticas y metodológicas en las clases de Educación Física y la necesidad de adaptar las actividades que faciliten el desarrollo de las habilidades motrices básicas en educandos con Síndrome Down. Los elementos referidos anteriormente y en correspondencia con la investigación que sirvió de base al presente artículo permitieron plantearnos como **objetivo**: Diseñar actividades físicas adaptadas para el mejoramiento de las habilidades motrices básicas caminar, correr y saltar en educandos con Síndrome Down del municipio Habana del Este.

Materiales y métodos

La investigación se corresponde con un estudio no experimental, descriptivo, transversal con enfoque cualitativo. Se utilizó el método analítico-sintético para realizar un análisis bibliográfico general - especializado y sintetizar la información necesaria relacionada con el estudio. La revisión de documentos sirvió para constatar los objetivos y contenidos de los programas de Educación Física factibles para la aplicación de la propuesta, así como para comprobar si el mismo contaba con adaptaciones a las actividades dentro de la clase de Educación Física. Se revisó además los expedientes clínicos de los participantes para extraer sus peculiaridades enfermedades y padecimientos. Se realizaron pruebas de diagnóstico como instrumento de valoración, con el objetivo de obtener información sobre el nivel de desarrollo motor grueso de los participantes, el método sistémico estructural-funcional, facilitó organizar la propuesta a partir de la relación de sus componentes, de forma que posibilite su correcto funcionamiento en la práctica. La observación a clases de Educación Física permitió comprobar si se realizan actividades físicas adaptadas para el desarrollo de las habilidades motrices básicas caminar, correr y saltar mediante una guía de observación estructurada, de campo, no participante. En el procesamiento de los datos se empleó la estadística descriptiva, mediante la distribución empírica de frecuencia, utilizando como estadístico el cálculo porcentual.

Se seleccionó de forma intencional una muestra integrada por 20 educandos con Síndrome de Down, de la escuela especial Tupac Amaru del municipio Habana del Este de estos se utilizó como muestra 19 educandos, lo que representa (95%) de la población. Las edades

oscilan entre 9 y 14 años

Resultados

Los resultados de la revisión de documentos (programa de Educación Física), evidenciaron que aparecen indicaciones muy generales para el trabajo con educandos que tienen algún tipo de discapacidad por lo que se hace necesario encontrar alternativas de solución para que desde el punto de vista práctico se adecúen las actividades a los características de los participantes específicamente para los portadores del Síndrome Down. Los resultados del Test de Ulrich s/f que diagnostica el desarrollo motor grueso aplicado a los educandos con Síndrome Down evidenció los resultados siguientes

19 estudiantes (100%) no logran caminar en línea recta, 6 estudiantes (32%) caminaban sin poder mirar hacia el frente, 19 estudiantes (100%) no oscilaban bien los brazos durante la realización de esta habilidad. Estos resultados se deben a las afectaciones latentes e irreversibles en el sistema nervioso central que trae consigo problemas en el aparato vestibular y por consiguiente pérdida de equilibrio. En la capacidad de correr; 19 educandos (90%) no corrieron en línea recta, 18 apoyaron el metatarso en el suelo cuando corrieron, y 11 (69%) no coordinaron brazos y piernas durante la carrera. Las mayores dificultades relacionadas con el apoyo de la planta del pie al correr, se deben a la ausencia del arco plantar, lo que dificulta el apoyo únicamente del metatarsiano al correr. En la habilidad de salto, 19 educandos el 100% no flexionaron las piernas durante los saltos, 7 educandos (80%) no impulsaron los brazos al inicio de los saltos, 17 para un 90% no apoyaron primero el talón en el suelo durante los aterrizaje de talones. Las mayores dificultades relacionadas con la semi flexión de las piernas durante la caída de los talones se deben a los problemas de luxación de la articulación coxofemoral que presentan morfológicamente estos estudiantes y está relacionado con la cabeza del hueso femoral, que no se encuentra bien engranado dentro de la cavidad del hueso de la pelvis. Estos resultados resaltan la necesidad de adaptar las actividades físicas en las clases de Educación Física para los educandos diagnosticados con este síndrome.

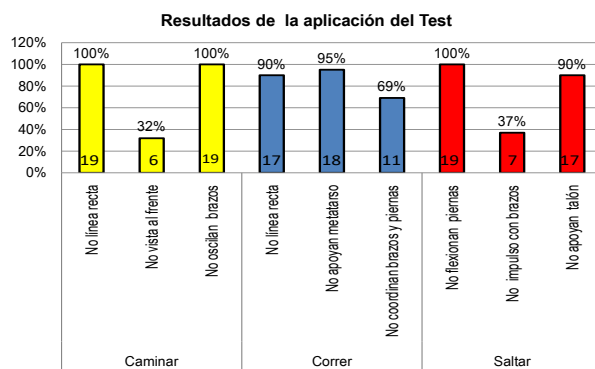


Gráfico No 1 Test de Ulrich. Desarrollo motor grueso

Las 10 observaciones a clases de Educación Física con el objetivo de verificar si el docente realizaba adaptaciones en las habilidades motrices básicas de caminar, correr y saltar y en correspondencia con las dificultades motrices que presentan estos educandos se destaca en el gráfico siguiente

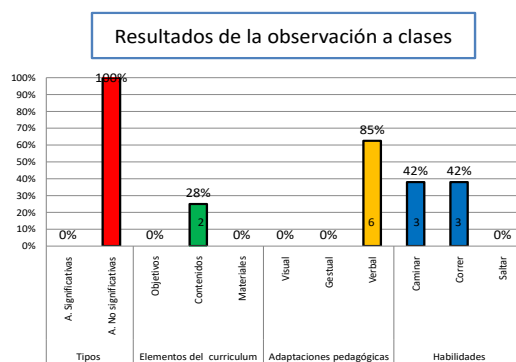


Gráfico No 2 Resultados de la observación a clases

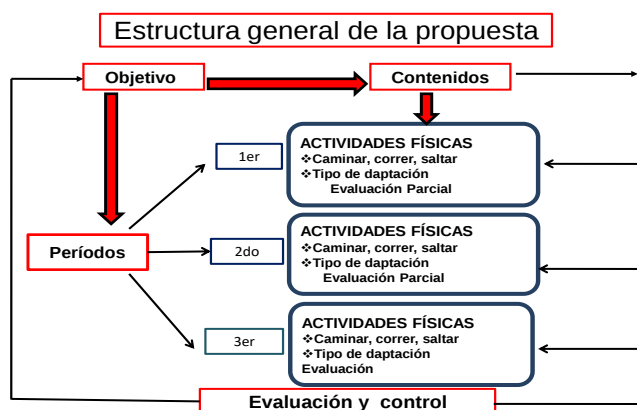


Gráfico No 3 Estructura general de la propuesta

El objetivo de la propuesta encaminada a favorecer el desarrollo de las habilidades motrices básicas de caminar, correr y saltar en educandos con Síndrome Down, está estructurada para los tres períodos del curso escolar, donde debemos partir de los conocimientos que poseen, y así conocer el nivel de desarrollo de estas habilidades, lo que constituye el diagnóstico para la aplicación de la propuesta.

La unidad seleccionada para implementar la propuesta es la condición física ya que se realizan ejercicios variados de caminar, correr y saltar para realizar las adaptaciones que facilitará a los sujetos seleccionados realizar las actividades en función de sus posibilidades. Finalizando cada período se va a realizar una evaluación parcial para ver si los educandos están asimilando tanto las actividades en la práctica y realizar los ajustes necesarios para no afectar el cumplimiento de los objetivos. Esto constituye un mecanismo de control que condiciona posibles cambios en la aplicación de actividades físicas adaptadas. De ahí su carácter flexible. Al finalizar el año escolar se efectúa una evaluación general, que nos permitirá retroalimentar los resultados y realizar los ajustes necesarios para garantizar la efectividad y cumplimiento del objetivo de la propuesta. Estas adaptaciones se deben observar constantemente para modelarlas en función de las diferencias individuales y registrar los cambios que, desde el punto de vista cualitativo, se van produciendo a través del proceso de evaluación.

Se aplicarán en los tres períodos del curso escolar con una duración de 10 minutos en la parte principal de la clase y una frecuencia de dos veces a la semana. Las autoras del presente artículo asumen el criterio de Deler, (2007) cuando detallan como aspectos descriptivos de cada una de las actividades el objetivo, los materiales a utilizar, la organización, y el desarrollo de cada una de ellas, así como el tipo de adaptación que debe incluirse durante las ejecuciones para garantizar aprendizajes significativos en los educandos. Destacan además la importancia de modelarlas en función de las diferencias individuales y registrar los cambios que desde el punto de vista cualitativo se van dando a través del proceso de evaluación.

Actividad física adaptada No 1 Caminar

Objetivo. Caminar en línea recta.

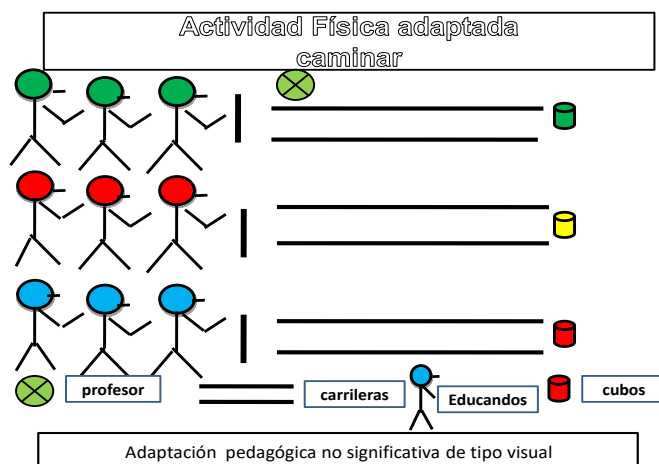
Materiales: Cuerda, tiza.

Organización: Los estudiantes estarán formados en hileras. A cada lado de la hilera se colocarán dos cuerdas separadas entre si a un metro de distancia y de 4m de largo. Al final del recorrido está una línea de llegada.

Desarrollo: A la señal del profesor, los alumnos caminarán en línea recta entre las cuerdas

tratando de no tocarlas durante el recorrido, llegan al final y deberán regresar realizando la misma actividad hasta darle salida al siguiente compañero.

Adaptación pedagógica no significativa de tipo visual



Actividad física adaptada No 2 Correr

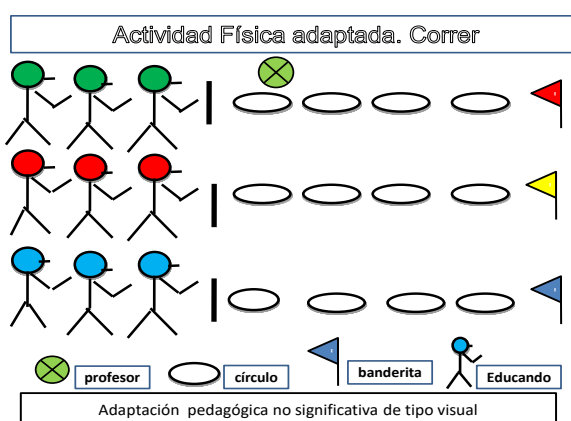
Objetivo: Correr con apoyo del metatarso.

Materiales: Tiza

Organización. Los alumnos formarán en hileras. Frente a cada hilera se pintarán varios círculos de forma consecutiva separados entre sí a una distancia de 10 cm

Desarrollo. A la señal del profesor, los primeros educandos de cada hilera se desplazan corriendo intentando colocar la parte delantera de sus pies en cada uno de los círculos pintados (metatarso) hasta llegar al final de la hilera y colocarse detrás del alumno de la primera fila, quien realizará la misma actividad.

Adaptación pedagógica no significativa de tipo visual



Actividad física adaptada No 3 Saltar

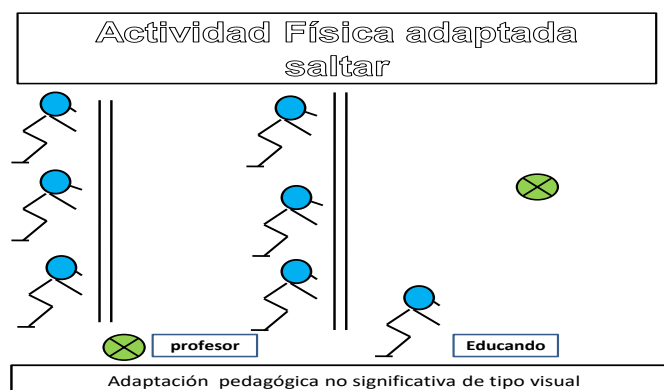
Objetivo: Saltar con ambos pies hacia el frente.

Materiales: Tiza.

Organización: Los estudiantes se forman en filas. Delante de cada de ellas se pintarán cuatro líneas horizontales, cada una a una distancia de 10 cm.

Desarrollo: A la señal del profesor, los estudiantes saltan con ambos pies hacia al frente, tratando de apoyar los talones en cada una de las líneas durante la caída. Cuando llegues al final, debes caminar de regreso.

Adaptación pedagógica no significativa de tipo visual



Conclusiones

1. El diagnóstico realizado corroboró las carencias existentes en el desarrollo de las habilidades motrices básicas caminar, correr y saltar en los educandos seleccionados para la investigación, así como insuficiencias en la aplicación de actividades físicas adaptadas por parte dos profesores que facilitaran la ejecución práctica de los ejercicios.
2. Las actividades físicas adaptadas están en correspondencia con las características físicas, clínicas y motrices de los sujetos seleccionados para la investigación y permiten su implementación en el proceso docente educativo de la Educación Física y contribuir a la preparación para la vida adulta e independiente de los educandos con Síndrome Down.

Referencias Bibliográficas

- Carballo, D. (2006) Estudio del desarrollo motor grueso en niños con Síndrome Down.
- Céspedes, K., Sánchez, N. y Jones, P. (2020). Juegos Adaptados para la motricidad gruesa en educandos con Síndrome Down. Revista IPLAC. ISSN: 1993-6850. No. 8, agosto de 2020. Sección Experiencia Educativa. La Habana. Cuba. www.revista.iplac.rimed.cu
- Colectivo de autores. (2013). Programa de Educación Física adaptada para alumnos con retraso mental. La Habana, Cuba: Pueblo y Educación
- Deler, F. (2007) La estrategia como resultado científico de la investigación pedagógica.
- Fernández, Y., Fuentes, C., y Matos, J. (2020). Juegos adaptados para el mejoramiento de la habilidad motriz básica correr en educandos de cuarto grado con discapacidad intelectual. Revista IPLAC Revista IPLAC. ISSN: 1993-6850. No. 6, junio de 2020.

Sección Experiencia Educativa, La Habana, Cuba. www.revista.iplac.rimed.cu

Morales C. (2003). Estudio psicosocial de las personas con discapacidad. La Habana, Cuba. Casa Editorial abril.

Pascual, A (2009). Actividad Física Adaptada. Educación Especial. Pueblo y Educación. La Habana, Cuba.

Williamson D C. (1988) Modelo general de adaptación a la recreación y deporte para o participante disminuido.

Valerino, F (2011) Actividades físicas adaptadas para el desarrollo de la motricidad fina en escolares con Síndrome Down. Tesis de Maestría UCCFD Manuel Fajardo. La Habana, Cuba.