

## **ACTIVIDADES PARA FAVORECER LA INDEPENDENCIA DE LOS EDUCANDOS CON SÍNDROME DE DOWN, A TRAVÉS DEL DESARROLLO DE LA MOTRICIDAD EN EL AULA TERAPÉUTICA.**

Lic. Yosbel Martínez Meneses

Profesor Instructor. Docente Investigador. Universidad de Ciencias Médicas “Faustino Pérez Hernández” ORCID: 0000-0001-5020-2223, Correo: yosbel083@nauta.cu

Dra. Nayvis Remetería Reina.

Profesor Instructor. Docente Investigador, Universidad de Ciencias Médicas “Faustino Pérez Hernández” ORCID: 0000-0003-0384-1190, Correo: nayvisrr@nauta.cu

MSc. Jorge Luis Guillén Taño

Profesor Asistente. Docente Investigador CUM “Panchito Gómez Toro”, ORCID 0000-0002-4971-322, Correo: jlguillen@ja.ss.rimed.cu

### **RESUMEN**

Los alumnos con Síndrome de Down en la atención dentro del aula terapéutica tiene como objetivo determinar el grado de capacidad funcional de los mecanismos nervioso y motor donde estos educandos presentaron mayor dificultad en la ejecución de las actividades independientes ,teniendo afectada la motórica fina y gruesa necesitando estos adquirir destreza motora para su desempeño en su vida diaria, por lo que nos proponemos aplicar un conjunto de actividades motivadoras, reflexivas y con un marcado aporte social para lograr la independencia de los educandos con síndrome de Down. Esta tarea se desarrolla con dos sentidos, uno como trabajo profiláctico, evitando el surgimiento de algunas enfermedades y el mantenimiento de la salud y otro con el uso del ejercicio físico terapéutico como medio fundamental de reducir los riesgos de determinadas enfermedades contribuyendo una extensión masiva de las actividades de prevención y de rehabilitación en la comunidad.

Palabras clave: Motricidad, independencia, síndrome de Down.

### **INTRODUCCIÓN**

En los momentos actuales se aprecia una tendencia hacia la conceptualización de la Educación Especial, la cual se comienza a proyectar desde una perspectiva distinta y al servicio de los intereses de los sistemas educativos de los diferentes países.

Por ello en nuestras Escuelas Especiales han existido transformaciones teniendo en cuenta que la atención a los discapacitados en Cuba forma parte del impacto nacional por lograr una sociedad con igualdad de posibilidades y en plena justicia social.

Esta atención se dirige en programas integrales que pretenden atender no solo sus necesidades educativas especiales sino también las relacionadas con su salud, empleo, vivienda y ayuda técnica para garantizar a la plena inserción en la sociedad de las personas discapacitadas.

El análisis acerca de la forma en que se debe educar a los niños, adolescentes y jóvenes con retraso mental constituye un tema actual y de debate científico, que tiene sus antecedentes en el desarrollo histórico del estudio y tratamiento a las personas con estas características, la actitud asumida por los miembros de la sociedad con respecto a ellas y la comprensión acerca de las necesidades y posibilidades de desarrollo que poseen estos seres humanos.

Las Escuelas Especiales como institución socializadora que brinda una atención educativa cada vez más normalizadora y desarrolladora que tiene como objetivo básico lograr el máximo desarrollo posible de capacidades, preparar alumno para la vida adulta independiente y para su integración.

## **DESARROLLO**

La educación física, forma parte de la revolución pedagógica y cultural que se lleva a cabo en nuestro país y que ha estado dirigida al desarrollo de la capacidad funcional y la estructura biológica y social del ser humano, al desarrollo de habilidades, actitudes e ideales, en correspondencia con nuestra condición de productores y forjadores de una nueva sociedad. Además la educación física constituye un proceso pedagógico encaminado al desarrollo de las capacidades de rendimiento físico del individuo sobre la base del perfeccionamiento morfológico y funcional de su organismo, la formación y el mejoramiento de sus habilidades motrices, la adquisición de conocimientos y el desarrollo de sus cualidades morales y volitivas.

La educación física en la enseñanza especial tiene como objetivo lograr el fortalecimiento físico y de salud de los alumnos y la instauración de hábitos de postura correctas y movimientos correctos hacen que estén en mejores condiciones para incorporarlos a la sociedad, El profesor de educación física debe conocer el estado físico y la salud de cada alumno de manera que pueda someterlo a un régimen de ejercicios, que no excedan de sus posibilidades reales. Merecen especial atención aquellos niños que sufren algún padecimiento especial.

El síndrome de Down es una combinación de signos y síntomas característicos que se producen por una alteración en la división cromosómica durante la concepción del bebé, es una de las alteraciones genéticas más comunes: nace con un cromosoma de más en sus células, es decir, trisomía 21.

En las Escuelas Especiales se le aplica el test otzeretzky a todos los escolares con retraso mental con el objetivo de determinar el grado de capacidad funcional de los mecanismos nervioso y motor, medir habilidades motoras (equilibrio y control muscular) y obtener la edad motora del escolar, se aplican en edades de 4 a 16 años y se realizan 6 pruebas cada éxito se le atribuye un signo positivo, se comienzan a aplicar a partir de la edad cronológica que tiene el escolar.

Al aplicar el test Otzeretzky al inicio de curso a los alumnos con retraso mental con el objetivo de determinar el grado de capacidad funcional de los mecanismos nervioso y motor se observa que los educandos con síndrome de Down presentan dificultades para la realización de las pruebas. Partiendo de estas dificultades se comienza el tratamiento en el aula terapéutica a estos educandos con Síndrome de Down con la aplicación de un conjunto de actividades para mejorar su desarrollo motor tanto en la motricidad fina como gruesa y a su vez favorecer su independencia. Después de entrenar por un periodo de 6 meses a estos escolares desde el

punto de vista motor y lograr aquellas habilidades motoras que no estaban desarrolladas, es decir como se le puede ayudar a un niño para lograr una mayor agilidad en su comportamiento, a que el niño se acostumbre a frenar y a ser dueño de sus movimientos .Se le aplica un test Otzeretzky final con el objetivo compara los resultados obtenidos entre los test aplicados y conocer el desarrollo motor alcanzado por los escolares después de aplicadas las actividades.

### **Conceptos fundamentales:**

**Sistema:** Conjunto de elementos relacionados entre sí que constituyen una determinada formación íntegra con marcada interdependencia.

**Actividad:** Proceso de interacción sujeto-objeto, dirigida a la satisfacción de las necesidades del sujeto, como resultado del cual se produce una transformación del objeto y del sujeto.

**La motricidad:** es un conjunto de funciones nerviosas y musculares que permiten la movilidad y coordinación de los miembros, el movimiento y la locomoción. Los movimientos se efectúan gracias a la contracción y relajación de diversos grupos de músculos.

### **DESARROLLO**

En el test inicial aplicado se constató que los 5 educandos con Síndrome de Down presentaron mayor dificultad en la ejecución de las pruebas, obteniéndose como resultado del test inicial un total de 10 alumnos obtuvieron la categoría de B en las pruebas, 5 evaluadas de R y 15 evaluadas de M existiendo mayor dificultad en las pruebas de coordinación dinámica general, rapidez de movimientos y movimientos simultáneos, lo que se determinó que su edad motora estaba muy por debajo de su edad cronológica constatando que 3 escolares obtuvieron la edad motora de 4 años y dos la edad motora de 5 años.

Se comprobó que en el test final aplicado, 19 alumnos en las pruebas obtuvieron la categoría de B, 4 la categoría de R Y 7 la categoría de M, mejorando así su desarrollo motor y su edad motora obteniendo que 1 escolar alcanzó la edad motora de 5 años y 4 escolares alcanzaron la edad motora de 6 años.

### **Fundamentación de la propuesta**

La propuesta consta de un sistema de actividades variadas, las cuales están dirigidas al desarrollo de la motricidad de los escolares con Síndrome de Down y a su vez favorecer su preparación para la vida adulta independiente.

La propuesta se elaboró sobre la base de:

- ✓ Las dificultades presentadas en el diagnóstico inicial.
- ✓ Las características de los escolares con Síndrome de Down de acuerdo a su desarrollo motor y su edad motora

Esta propuesta encaminada a mejorar el desarrollo motor de los educandos con necesidades educativas especiales permite que adquieran mayor independencia en las actividades que desempeñen en la vida diaria.

## **Actividad #1**

**Modalidad:** Colocar llaves en llavero.

**Objetivos:** Coordinación dinámica de los dedos.

**Instrucción:** Colocar sobre la mesa un llavero con varias llaves de diferentes tamaños y el niño debe de tratar de sacarlas una a una y luego colocarlas nuevamente.

## **Actividad #2**

**Modalidad:** Aflojar y apretar tuercas en tornillos.

**Objetivos:** Coordinación dinámica de los dedos.

**Instrucción:** Colocar tuercas y tornillos de diferentes tamaños donde el niño tiene que apretar y aflojar las mismas ayudándole a conocer cuando es hacia la derecha y cuando es a la izquierda.

## **Actividad #3**

**Modalidad:** Destapar y tapar pomos de diferentes tamaños.

**Objetivos:** Coordinación dinámica de las manos.

**Instrucción:** Colocar varios tubos de desodorantes vacíos y otros pomos de diferentes tamaños donde el niño de abrirlos y cerrarlos.

## **Actividad #4**

**Modalidad:** Ejercicios de equilibrio estático y dinámico

**Objetivo:** Coordinación estática, postura

**Instrucción:** Se motiva estos ejercicios a través de juegos y ritmos

1. Parado un pie delante y otro atrás y brazos laterales mantener el equilibrio, luego con ojos cerrado
2. Parado en un solo pie, llevar el otro al frente con diferentes posiciones de brazos.
3. Caminar sobre líneas en el piso con brazos laterales
4. Caminar sobre el banco de equilibrio brazos laterales.

## **Actividad #5**

**Modalidad:** Juegos de transportar objetos

**Objetivos:** Coordinación dinámica general

**Instrucción:** Colocar una caja con varios objetos de diferentes tamaños y formas y a una distancia de 5 a 7 metros colocar otra caja pero vacía donde el niño a la orden del profesor debe

transportar los objetos hacia la otra caja lo más rápido posible, se estimulara al niño para que lo haga correctamente y por tiempo y de realizarlo con otro compañero haber quien lo realiza primero.

Variante: pueden buscar los objetos de diferentes formas, corriendo de espalda y con saltos.

### **Actividad #6**

**Modalidad:** Entrar y salir al cajón sueco.

**Objetivos:** Coordinación dinamita general.

**Instrucciones:** Enseñar al niño a que sea capaz de entrar y salir a un cajón sueco.

### **Actividad #7**

**Modalidad:** Subir y bajar escalera de diferentes tamaños y posición.

**Objetivos:** Coordinación dinámica general.

**Instrucciones:** Subir una escalera vertical e inclinada coordinado los movimientos de piernas y brazos.

### **Actividad #8**

**Modalidad:** Escalar una soga con nudos

**Objetivos:** Coordinación dinamita general

**Instrucciones:** Amarrar una cuerda del techo y escalar por los nudos se estimula todos a los niños para que cada día puedan lograr subir un nudo más.

## **Festival de habilidades y destrezas**

### **Recorrido #1**

**Modalidades:** Equilibrio, carreras, saltos, entrar y salir por el cajón sueco, vuelta de frente, ensartar una aguja abrir una cerradura, trasportar objetos.

**Objetivo:** Comprobar el nivel de habilidad y destreza de alumnos.

**Instrucciones:** Coloca una marca en el piso como punto de partida donde a la señal del profesor el niño comienza caminando sobre una línea en el piso con un objeto sobre la cabeza hasta una distancia de 5 metros ,al llegar a una banderita transportan pelotas y otros objeto y depositarlos en una caja que se encuentra a7 metros ,ahí deben ensartar un cordel por varias agujas de diferentes tamaño, doblan hacia la izquierda corriendo hasta 5 metros donde deben entrar y salir a través del cajón sueco, luego ,corren hasta 5 metros realizan una vuelta de frente ,abren un candado de una maleta agarran un caco y realizan la carrera en saco hasta la meta.

### **Recorrido #2**

**Modalidades:** Carreras, Equilibrio, lanzamiento hacia un bolo enrollar el cordel en el carrete pasar por debajo de una sección de cajón sueco saltar una caja a 30 cm. de altura, una vuelta de frente en el colchón, enroscar una tuerca en un tornillo y lanzar hacia un bolo a 3 metros.

**Objetivos** Comprobar el nivel de habilidades destrezas de los alumnos.

**Instrucciones:** A la señal del profesor realiza una carrera hasta 6 metros, donde tiene que caminar por encima de una viga de equilibrio, al terminar coge una pelota y realiza un lanzamiento a un bolo que está ubicado a una distancia 3 metros, enrolla un el cordel en un carrete, salta por encima de una caja a una altura 30cm, realiza una vuelta de frente sobre el colchón, enrosca una tuerca en un tornillo y termina con una carera hasta la meta.

### **Reglas de los 2 recorridos:**

El recorrido tiene que hacerse completo.

El recorrido lo hará el niño con un profesor o familia hasta que logre realizarlo por sí solo.

Gana el niño que lo haga en el menor tiempo posible.

Se seleccionaron subgrupos de niños que competirán con el mismo nivel de habilidades y desarrollo motor.

### **CONCLUSIONES**

La realización de este trabajo permitió profundizar en el tema relacionado con el desarrollo motor de educandos con síndrome de Down.

Tras la realización de un diagnostico inicial se pudo constatar que existían dificultades en la motricidad de los escolares con síndrome de Down para lograr la independencia.

Con el conjunto de estas actividades se pudo apreciar que los educandos desarrollaron su control muscular con relación hacia sus rasgos caligráfico y a su vez mejoraron su edad motora.

A través de estas actividades los educandos desarrollan mayor habilidad y destreza logrando elevar su preparación para la vida adulta independiente

### **BIBLIOGRAFÍA**

Borges, R. S. (2007). *Atención integral a personas con necesidades educativas especiales en Cuba*. Curso 14. Pedagogía 2007.

Del Canto, C. (2000). *Concepción Teórica acerca de los Niveles de Manifestación de las Habilidades Motrices Deportivas en la Educación Física de la Educación General Politécnica y Laboral*. Tesis doctoral en Ciencias Pedagógicas. Ciudad de la Habana.

Levin. (1991). *La clínica psicomotriz. El cuerpo en el lenguaje*. Nueva Visión.

Navarro, S. (1999). *La prevención e intervención de niños con limitaciones físicas motoras, alto reto de la pedagogía de avanzada, 8. Conferencia científica latinoamericana de la enseñanza especial. Curso especializado*. Ciudad de La Habana.