

LA EDUCACIÓN FÍSICA ADAPTADA .SUS LOGROS
EL LA INCLUSIÓN DE LAS NECESIDADES EDUCATIVAS ESPECIALES
ADAPTED PHYSICAL EDUCATION.YOUR ACHIVEMENTS IN INCLUDING
SPECIAL EDUCATIONAL NEEDS

M sC Niurka Rosales Berubides¹ (0000-0002 -0294 -9805), Universidad de Matanzas,

niurka.rosales@umcc.cu

M sC Migdalia Valdés Denis² (0000-0001-6517 -1394), Universidad de Matanzas

M .Sc. Katie Carreño Boitel³ (0000-0002 -1137 -9226), Universidad de Matanzas

Lic. Anisleydis Galán Carrillo⁴ (0000- 0002-7772-9911) Universidad de Matanzas

Dr.C: Marisel Hernández Fuente⁵ (0000-0001-5348-2347) Universidad de Matanzas

Resumen

La Educación Física Adaptada forma parte del desarrollo y la capacidad del rendimiento físico del individuo sobre la base del perfeccionamiento morfológico y funcional de su organismo y el mejoramiento de las habilidades motrices, la adquisición de conocimientos y el desarrollo de convicciones de manera que pueda cumplir con su encargo social. La inclusión educativa encierra un conjunto de ideas que orientan a la pedagogía en una dirección particular. Hoy en Cuba, es entendida como una concepción que reconoce el derecho de todos a una educación de calidad. El trabajo responde a los logros obtenidos en los niños de Proyecto Atención a las Necesidades Educativas Especiales demostrando como la realización de ejercicios físicos motivan una mejor concentración y capacidad de trabajo logrando una total inclusión educativa.

Palabras claves: Educación Física Adaptada; inclusión; necesidad educativa

Summary

Adapted Physical Education is part of the development and capacity of the individual's physical performance based on the morphological and functional improvement of his organism and the improvement of motor skills, the acquisition of knowledge and the development of convictions so that he can comply with your social order. Educational inclusion contains a set of ideas that guide pedagogy in a particular direction. Today in Cuba, it is understood as a concept that recognizes the right of everyone to a quality education. The work responds to the achievements obtained in the children of the Attention to Special Educational Needs Project, demonstrating how physical exercises motivate better concentration and work capacity, achieving total educational inclusion.

Keywords: Adapted Physical Education; inclusion; Educational need

Las clases de Educación Física Adaptada permiten conocer las características psicológicas de las diferentes Necesidades Educativas Especiales, acceder al currículo y realizar adaptaciones significativas y no significativas que permitan el mejor funcionamiento de las habilidades deportivas, a través de la gimnasia básica se inciden directamente en el desarrollo de la fuerza, la rapidez, se elimina la fatiga muscular, se mejora la hipotonías, se activa el sistema nervioso central, canalizan la ansiedad, lo que les permiten la liberación de sustancias químicas en el cuerpo y lograr una mejor concentración y un mejor aprendizaje así como la socialización de niños con necesidades educativas especiales.

La Educación Física permite lograr que cada persona pueda por sí misma desarrollar sus capacidades físicas motoras permitiéndoles vencer barreras y limitaciones a las cuales están predestinados por sus necesidades educativas especiales., dirigidos al desarrollo físico formativo integral de estos niños asociadas o no a discapacidades en los diferentes contextos educativos.

La inclusión educativa frecuentemente no ha sido bien comprendida y existen variadas interpretaciones de la misma en todo el mundo. En el plano más estrecho, pudiera verse como una definición teórica de la pedagogía, que hace referencia al modo en que la institución educativa debe dar respuesta a la diversidad; como también pudiera pensarse en el concepto surgido en los años de 1990, que pretendió sustituir al de integración, el cual, por demás, perdura de manera dominante

aún en práctica educativa. En verdad, este movimiento de la integración a la inclusión favoreció el surgimiento de la necesidad de transformar las instituciones y el sistema nacional de educación; de tal manera que satisfaga a todos los educandos, en vez de que sean ellos quienes deban adaptarse al sistema tan solo por estar en él. Esta diferencia terminológica tan sutil ha limitado el alcance del concepto de inclusión educativa, pues sigue mirándose hacia la institución educativa y no desde ésta a hacia la sociedad, donde todos debemos ser incluidos.

Las necesidades educativas especiales :Son aquellas necesidades que tiene el alumnado derivadas de discapacidad, sobre dotación, desventaja sociocultural o dificultad específica de aprendizaje, valorándose dentro de una acción educativa que precisa de recursos con carácter extraordinario, a los que los centros aportan habitualmente, ante las dificultades en el proceso de enseñanza-aprendizaje de algunos.

Es importante resaltar que el concepto de *atención a la inclusión* tal y como la conocemos en la actualidad, ha ido evolucionando desde que se elaboró el concepto de *Necesidades educativas especiales* en el informe Warnock (1978) para el desarrollo de la integración en Inglaterra. La asunción de este nuevo término comportó la aceptación de que los procesos de enseñanza-aprendizaje, y sus correspondientes marcos curriculares, son los elementos donde se originan, se manifiestan y se intensifican las necesidades educativas especiales es de los alumnos. El concepto de educación especial se extendió, consecuentemente, a todas las necesidades que, temporal o permanentemente, pudieran tener los niños y niñas a lo largo de su escolaridad para adaptarse al currículum ordinario.

Muchos autores consideraron que este término era demasiado ambiguo, llegándose a sustituir por el de atención a la diversidad, y que supone, tal y como ya hemos especificado, tomar conciencia de las diferencias fundamentales que poseen los alumnos en el contexto educativo. Este nuevo concepto ha ido sustituyendo poco a poco al de necesidades educativas especiales, y supone una ampliación del mismo porque tiene en cuenta las diversas formas en que los alumnos se enfrentan al proceso de enseñanza-aprendizaje. Las carreras de licenciatura en Cultura Física adquieren conocimientos que le permiten desarrollar su trabajo docente metodológico dirigido a la compensación y corrección de las diferentes necesidades educativas especiales.

La gimnasia rítmica permite conocer la lateralidad vinculándolo con que sus movimientos sean precisos y exactos. Enseñarlos a nadar, correr en la pista, montar bicicleta, subir escaleras también mejora las relaciones neurológicas y psíquicas, lo que incide positivamente en el aprendizaje. Se motivarán e invitarán a realizar ejercicios físicos ejemplo saltar como la ranita. Se motivarán e invitarán a realizar ejercicios físicos ejemplo lanzar pelotas. El profesor explicará la técnica el niño realizará el ejercicio luego se le preguntará qué hiciste, lo lograste, se le invitará a conversar sobre la pelota aquí se logra a través de la actividad física la relación con los coetáneos y se trabaja el desarrollo del lenguaje, con niños sordos, hipoacústicos, con déficits intelectual, limitado físico motor, conductuales, ciegos. Todos estos niños son menores con necesidad educativa especial estos son niños adolescentes o jóvenes que necesitan de más intencionalidad para aprender. Para lograr un trabajo con estos niños debemos diagnosticar para poder elaborar acciones, no aislarlos, brindarles afecto, cariño, hacerles sentir que pueden vencer la dificultad.

Reconocer que un factor básico de calidad de vida de cohesión y equidad de igualdades, de oportunidades, fomentar respeto a las diferencias, trabajar en las zonas de desarrollo próximo, lograr la aprobación por el colectivo de coetáneos y maestros que lo atienden.

Debemos ser consciente que aunque la educación tiene propósitos generales y objetivos a cumplir se debe realizar ajustes curriculares que permitan el logro de los objetivos de este tipo de alumno.

Diseñar estrategias educativas teniendo en cuenta las áreas afectadas esto permitirá dar solución a la dificultad o carencia del niño.

Al hablar de Educación Física Adaptada nos estamos refiriendo, por tanto, a un proceso de actuación docente, en el que éste ha de planificar y actuar de tal modo que consiga dar respuesta a esas necesidades de aprendizaje de sus alumnos. Esta permite lograr que cada persona pueda por sí misma desarrollar sus capacidades físicas motoras permitiéndoles vencer barreras y limitaciones a las cuales están predestinados por sus necesidades educativas especiales.

Para la sociedad todos los educadores pueden llegar a ser mejores transformando al educando, logrando un aprendizaje desarrollador. Albert Einstein planteó que todos somos ignorantes sino que todos no ignoramos las mismas cosas. Él necesitó de ayuda cuando niño y de hombre llegó a hacer un gran científico. Esto no da la verdad que el trabajo educativo mejora la calidad de vida y aprendizaje de nuestros niños. Ama la inclusión, respeta a la diversidad, créce te como educador y

serás un buen maestro. Nunca esperes logros homogéneos, no clasifiques de inteligentes, torpes, lentos, enséñalos

Por otra parte, al considerar que las necesidades educativas especiales forman continuo dentro del concepto de déficits y no como algo patológico puntual también las respuestas educativas deben entenderse como un continuo de adaptaciones progresivas del curriculum ordinario.

Elementos del currículo que pueden ser modificados

Elementos de acceso al currículo: recursos humanos, técnicos, materiales, grupos de alumnos, horarios, tutores, ubicación en el aula, tiempo, horario, espacios.

Elementos básicos del currículo: metodología, contenido y tipo de actividad, instrumentos, técnicas de evaluación, sin afectar los objetivos

El aprendizaje es una tarea compleja y difícil, hemos de pensar que pueden ser diferentes las posibilidades, y por lo tanto las estrategias de actuación, de cara a un mayor éxito en la enseñanza. De ahí que cuando se habla de adaptaciones curriculares se está hablando, sobre todo, y, en primer lugar, de una estrategia de planificación y de actuación docente, y en este sentido de un proceso para tratar de responder a las necesidades de aprendizaje de cada alumno.

Resultará fundamental que poder establecer con claridad conjunta donde comienzan las diferencias entre nuestros alumnos, disponer en qué momentos esas diferencias comienzan a ser relevantes de cara al acceso de esos alumnos a determinados contenidos, qué estrategias emplear una vez decidido el tipo de deficiencia en función de la necesidad precisa y qué tipos de recursos son los disponibles para acceder a tales respuestas, así como cuáles otros serían necesarios y susceptibles de solicitud.

Debemos partir de la consideración de que gran parte de las necesidades educativas de nuestros alumnos pueden ser compensadas con una intervención educativa ajustada y adaptada a sus niveles de partida. Ello implica romper con la concepción tradicional de aprendizaje, el déficit físicos, psíquicos o sensoriales llevan a determinadas dificultades de aprendizaje, ello no implica que ajustando las respuestas educativas sucesivas a las necesidades de los alumnos, éstas no puedan ser superadas. Se trata, por tanto, de conocer y planificar estrategias con el fin de adecuar la respuesta educativa a las necesidades educativas de nuestro alumnado.

La Educación Física Adaptada utiliza todos los medios de la Educación Física con la finalidad de mejorar y compensar el comportamiento. Para ello debe potenciar y facilitar las necesidades de expresión corporal y juego, de recreación y actividad social; prioritaria en sujetos con desventajas físicas y psíquicas. Ayudar al alumno a lograr la adaptación y equilibrio psicológico que requiere su impedimento, capacitarle para la comprensión de tal impedimento, así como de las posibilidades de movimiento y actuación derivadas del mismo, posibilitar al niño la adaptación a sus limitaciones y su compensación. Facilitar la independencia y autonomía del niño con necesidades educativas especiales, así como ayudar al niño en el proceso de identificación e inclusión en su grupo social.

Las actividades físicas y deportivas, se constituyen en los medios idóneos para conseguir superar las deficiencias de los alumnos, facilitándole el proceso de su integración, pues, entre otras cosas, les permiten salir de su enclaustramiento familiar y relacionarse con los demás, al cumplir los objetivos de la Educación Física con personas con necesidades educativas especiales.

- Contribuir al fortalecimiento orgánico que actúe en el fomento y mantenimiento de la salud.
- Desarrollar las habilidades motrices y las capacidades físicas en correspondencia con las posibilidades motoras.
- Lograr un rendimiento físico de acuerdo con sus posibilidades.
- Contribuir al logro de la compensación y corrección de los defectos del desarrollo físico, psíquico y motor.
- Contribuir a la formación de normas fundamentales de moral teniendo en cuenta las potencialidades de los educandos.
- Propiciar la transmisión de conocimientos de la cultura física en general.

El Profesor de Educación Física deberá tener siempre presente las posibilidades de su asignatura de cara al fenómeno de la integración, pues como todos conocemos, estamos trabajando en un campo en el que, ya de entrada es totalmente gratificante y atractivo para el grueso del alumnado. En aquellos casos en que, generalmente ocasionados por la desconfianza que el déficit puede reportar, el alumno se muestre reacción a su participación e implicación en los programas, no debemos olvidar que estamos trabajando en un área, de las posibilidades de adaptación y atracción son favorables, bastando en numerosas ocasiones con un poco de ingenio y voluntad de diálogo. Ello

sin olvidar, desde luego, la importancia que puede tener la capacidad del individuo para asumir su deficiencia e implicarse en su integración social.

De todo esto se desprende la necesidad que tiene el profesor de Educación Física de fomentar la práctica de las actividades físicas y deportivas en todo tipo de personas, en general, y de los sujetos en necesidades especiales. La ejercitación a través de la adaptación física tendrá por objeto mejorar cada uno de estos factores a fin de obtener una respuesta motriz lo más eficaz posible.

Las lagunas más importantes que nos podemos encontrar en nuestros alumnos son: dificultades en la percepción de las informaciones y consignas. Sucede en el caso del déficit sensorial, *problemas motores que pueden afectar al gesto más elemental y global o al más complejo. Sucede en los casos de enfermedad Neuromotora: parálisis cerebral, espina bífida, enfermedades crónicas en las que las actividades físicas a realizar deberán estar sometidas a un control permanente: cardiopatías, problemas respiratorios.*

Adaptaciones pedagógicas susceptibles de ser llevadas a cabo en nuestros alumnos con necesidades especiales.

Apoyo verbal: Tipo de palabras empleadas, su número y elección; explicaciones concretas y breves, en tareas complejas, sustituir la demostración por las explicaciones previas; atraerles la atención sobre las fases importantes del gesto.

Esto lo realizaremos de conjunto con una actividad física en la cual el niño se encuentre motivado, nos ponemos de pie delante de un espejo lanzamos la pelota, al ser atrapada por el niño le pedimos que realice el ejercicio logopédico como, por ejemplo:

- o Beso
- o Sonrisa
- o Bostezo

Para la lengua:

- o Lleve la punta de la lengua hacia delante y hacia atrás de los dientes superiores.
- o Lleve la punta de la lengua hacia delante y hacia atrás de los dientes inferiores.
- o Lleve la punta de la lengua hacia las muelas de arriba de un lado y hacia el otro lado.

- Lleve la punta de la lengua hacia las muelas de abajo de un lado y hacia el otro lado.
- Lleve la punta de la lengua hacia arriba y atrás tocando el cielo de la boca a tocar la campanilla.
- Lleve la punta de la lengua hacia abajo, para tocar el suelo de la boca
- Relámase los dientes de arriba por delante y por detrás.
- Relámase los dientes de abajo por delante y por detrás.

Ejercicios complementarios de mímica facial:

- Ojos cerrados
- Ojos abiertos
- Cerrar un ojo, luego el otro
- Cara alegre
- Cara de asombro (susto)
- Cara relajada
- Cara de disgusto (frunce el ceño y la boca)
- Cara de mal olor
- Boca abierta
- Boca cerrada
- Inflar las mejillas
- Desinflarlas CHUPADO
- Flemón con aire a un lado derecho
- Flemón con aire al otro lado izquierdo
- Flemón con la lengua hacia dentro de un lado
- Flemón con la lengua hacia dentro del otro lado
- Morro
- Sonrisa
- Beso
- Morro de un lado. derecho

- Morro del otro lado. Izquierdo
- Labio superior muerde al inferior
- Labio inferior muerde al superior
- Enseñe los labios por dentro
- Dientes de arriba delante de los de abajo
- Dientes de abajo delante de los de arriba
- Enseñe los dientes juntos
- Desdentado
- Enseñe las muelas de un lado
- Enseñe las muelas del otro lado
- Mover la lengua hacia un lado
- Mover la lengua hacia el otro lado
- Mover la lengua hacia arriba, hacia abajo, hacia dentro, hacia afuera
- Lengua ancha

Lengua estrecha Linguales:

Colocado un caramelo en su boca, el paciente deberá desplazarlo con ayuda de la punta de la lengua.

Pasar la lengua por la parte anterior y posterior de los dientes.

Sacar la lengua horizontalmente tratando de tocarse la nariz.

Rotar la lengua entre los dientes y los labios, sin tocarlos.

Beber agua utilizando sólo la lengua.

Pasar la punta de la lengua por los alveolos superiores e inferiores, tocando el paladar duro y el paladar blando.

Sacar lentamente la lengua y luego meterla rápidamente. El mismo ejercicio pero viceversa.

Doblar la lengua con ayuda de los incisivos y luego sacarla lentamente.

Juntar los bordes de la lengua, formando un canal longitudinal.

Interponerla entre los dientes y hacer vibrar la punta.

Tocar con la lengua todos y cada uno de los molares.

- Labiales:

Que el paciente imite que habla, tratando de repetir algunas vocales.

Pondrá el labio inferior sobre el superior y luego al revés.

Con el dedo índice y el pulgar, separa el labio de los incisivos.

Sacará los labios hacia afuera y luego hacia adentro.

Cogerá pequeñas cosas con los labios: una goma, un lápiz...

Con ayuda de un botón cosido a una goma, el paciente sujetará el botón con los labios

tratando de vencer la fuerza de la goma.

Vibrará los labios y dará pequeñas explosiones al presionar la mejilla.

Imitará el ruido del motor de un avión, de una moto, de un coche...

Expulsar el aire de forma violenta, tras golpear sus mejillas (pueden estar o no infladas).

Expulsar de forma violenta el aire, tras golpear sus mejillas, pero emitiendo sonidos

vocálicos.

Separará lateralmente las comisuras labiales.

Elevar el labio superior y descender el inferior, hasta que muestre las encías.

Apretar y cerrar los labios sin abrir la boca.

Sonreír sin abrir la boca.

Hablar con los labios metidos hacia adentro.

Dar besos al aire, a una mano., silbar

Empujar la lengua contra los labios que están cerrados.

Efectuar movimientos verticales de la lengua. Igual pero con movimientos horizontales.

Chupar con la punta de la lengua un chupachupa.

Mover la punta hacia las comisuras derecha e izquierda.

Elevar y bajar la base.

Sacar la lengua por fuera de los labios (como para mojarlos) y («pasearla» de derecha a

izquierda y de izquierda a derecha.

Sacar la lengua dirigiéndola como para tocar la punta de la nariz.
Con la boca abierta como para pronunciar la vocal A, colocar la punta de la lengua hacia los dientes superiores proyectando hacia afuera.

- Mandibulares:

Que haga muecas.

Que abra la boca imitando bostezos.

Masticar chicles en distintas posiciones: lado derecho, lado izquierdo.

Mover la mandíbula inferior a la derecha y luego a la izquierda.

Abrir y cerrar la boca rápidamente; ahora lentamente.

Inflando los carrillos y dejando salir el aire muy suave a fuerte presión.

Sacar y meter la mandíbula inferior hacia el frente, de forma lenta.

- Relajación de Cuello:

Situados detrás del paciente le sostenemos y movemos suavemente la cabeza.

Presionaremos con los pulgares en los huecos occipitales de forma circular.

Ejecutar movimientos pasivos de su cabeza.

Ejecutar movimientos activos girando el mentón de un lado a otro.

Ejecutar el movimiento pendular del mentón sobre el pecho.

Ejecutará rotaciones activas de la cabeza, sin ayuda de los hombros.

Que el alumno suba y baje sus hombros.

Darle un masaje puntual en las zonas musculares.

- Juegos de Succión:

Chupar y succionar caramelos.

Chupar refrescos con una pajita.

Trasvasar agua de una botella a otra

- Ejercicios de Bostezo: Efectuar bostezos acompañándose de sonidos vocálicos.

- *Ejercicios de Soplo*

Soplar burbujas de jabón.

- Soplar cáscaras de maní, para que naveguen en el lavabo.
- Volar plumas y molinillos de viento.
- Soplar sobre bolitas de papel.
- Silbar melodías sencillas con las narinas tapadas.
- Silbar melodías sencillas con las narinas destapadas.
- Tocar diversos instrumentos de viento como flautas, silbatos
- Soplar una pelota de ping-pong de forma que la desplazemos sobre una tabla acanalada.
Soplar con ayuda de una pajita sobre una botella con agua y observar las burbujas.
- Soplar velas a distintas distancias.
Imitar el sonido del viento con el sople.
Soplar haciendo vibrar los labios /brrrr/.
- Juegos para el control del Sople:
 - Mover la posición de los labios para modificar la dirección de salida del sople: a la mejilla, barbilla, al flequillo.
 - Soplar, alternando, por la nariz y por la boca.
 - Soplar con ayuda de un controlador de aire por la nariz o por la boca.
 - Soplar controlando en tiempos la emisión de los soplos.
 - Soplar inflando/sin inflar las mejillas

Todos estos ejercicios vinculados a ejercicios físicos mejorarán el lenguaje de las necesidades educativas especiales en el área del lenguaje y contribuirán a la compensación de las parálisis cerebrales se vincularán con ejercicios de fuerzas en el lado afectado ejemplo se coloca en el pie izquierdo del niño un saquito con un determinado peso. Se le pide que eleve el pie y se vincula con cualquiera de los ejercicios logopédico anteriormente expuesto respetando la etapa que se encuentra el niño ya sea instauración, automatización o diferenciación.

Apoyo visual: Demostración previa del movimiento, utilización simultánea de varios estímulos, colores y ritmos

Todo esto lo realizamos a través de adaptaciones al currículo. Ejemplo en una clase de beisbol aumentamos el tamaño de cancha, utilizamos silbato como apoyo para que los niños corran hacia izquierda o derecha.

Apoyo manual: Situar al niño en la posición ideal para el movimiento ejercer una fuerza de resistencia al movimiento, conducirlo por el espacio.

División del movimiento en secuencia: Trabajar con secuencias en aquellos casos en que el niño está limitado en la organización de las informaciones, previa descomposición del movimiento en su fase: correr..., coger el balón..., lanzarlo.

Tiempo adecuado entre explicación y ejecución: Es el tiempo que precisa el alumno para comprender la secuencia motriz del acto a ejecutar.

Número de secciones: Reducirlas en el caso de sujetos con necesidades educativas especiales.

Con ellas nos estamos refiriendo a adaptaciones de tipo metodológico, fundamentalmente en los recursos materiales y de organización y de espacios y tiempos tales como, por ejemplo:

Adaptación del tipo de material empleado. Por ejemplo, modificar la altura de la red de juego; más alta, posibilita un ritmo de juego más lento, más baja, facilita el gesto.

Utilización de material que permita la creatividad: pelotas de tenis, aros, bastones.

Eliminar las fuentes de distracción: Ruido, fatiga, material que no se va a usar.

Utilizar un ritual: Una rutina, una estructura.

Variación permanente de la forma del grupo: Trabajo en círculo, despliegue, fila, individual, pareja, pequeño grupo.

El sistema perceptivo nos proporciona información precisa sobre el acto motriz que estamos realizando. Los *déficits* en la percepción (problemas visuales, por ejemplo) Deberán ser suplidos a través del desarrollo de estrategias alternativas y suplementarias, a fin de obtener toda la información posible y seleccionar, a continuación, lo más pertinente para el movimiento deportivo que vamos a realizar.

Ante situaciones en que alumnos nuestros presenten necesidades especiales, por motivos perceptibles, podemos tener en consideración alguna de las siguientes estrategias:

Empleo de balones con ingenios de colores vivos en tareas de tipo perceptivo y de coordinación óculo-motriz: contraste de color entre balón y fondo.

Modificar la trayectoria del móvil balón adoptando una secuencia progresiva: rodado, con bote, en el aire lanzamiento primero con trayectoria horizontal y luego con trayectoria curvilínea).

Considerar la velocidad del móvil: si la velocidad del móvil es lenta, resulta mucho más fácil perseguir y captar la trayectoria que si la velocidad es rápida.

Utilizar balones de diferentes dimensiones: el balón grande resulta de más fácil manejo que el pequeño.

Altura y distancia del pase: pasar progresivamente de distancias cortas 2-5 metros a distancias más largas 10 m.

Ángulo de recepción del balón, la apreciación de la velocidad es más difícil de frente.

Si bien cada sujeto posee un bagaje neuromotor que es el resultado de experiencias vividas anteriormente, sin embargo, algunos motores pueden afectar al desplazamiento, al equilibrio, a las coordinaciones.

Las actividades físicas para niños con problemas motores no siempre se pueden realizar con la normalidad habitual y ello porque los gestos necesarios para llevarlas a cabo no siempre se desarrollan con los esquemas de maduración normal.

El sujeto con necesidades educativas especiales estas actividades se realizan con frecuencia de modo individual con la adaptación necesaria, ya que la adquisición del gesto requerido se realizará de forma progresiva.

Algunas de las posibles adaptaciones del gesto motriz son las siguientes:

Andar o rodar en lugar de correr.

Utilización de ingenios más ligeros, por ejemplo, los balones desinflados, de trapo, o adaptadas planchas sobre ruedas para suprimir la carrera.

Modificar la posición de los jugadores de cara a los equilibrios: de pie, de rodilla, sentados.

Reducir la distancia y desplazamientos para lanzar o recibir.

Reducir los temores y dificultades para la realización de las tareas, inspirando confianza y seguridad al mismo.

En ocasiones será necesaria la adaptación de las actividades de enseñanza-aprendizaje, diseñándola de forma equilibrada y ajustándolas a las dificultades de los alumnos con necesidades especiales. Ya hemos visto algunas estrategias a tener en cuenta a la hora de adaptar las

actividades que se vayan a trabajar; en concreto, y para el área de la Educación Física, algunas de estas adaptaciones que puede considerar el profesor son las siguientes:

Adaptación de las reglas de juego: Algunos jugadores pueden coger el balón, mientras que otros deben golpearlo; el balón puede rodar, rebotar o lanzarse; reducir el número de puntos necesarios para ganar, reducir el tiempo de juego.

Atribuir al alumno un puesto concreto en el juego, en función de sus aptitudes: jugadores más móviles en el centro del campo; jugador menos móvil de portero o árbitro con un puesto fijo de atacante junto a la meta.

Adaptaciones varias para reducir la fatiga muy presente ante problemas orgánicos: reducir el tiempo y /o el ritmo de juegos, permitir cambiar los jugadores, transformar los jugadores fatigados en árbitros o jueces, reducir las situaciones de contactos físicos.

Permitir la participación de otras personas: ayudantes que empujan la silla de rueda, el profesor para aconsejar y estimular.

Reducir las dimensiones del terreno de juego para reducir las exigencias de coordinación dinámica general.

La importancia de la actividad física de los sujetos con necesidades educativas especiales es cada vez mayor, por cuanto que nos encontramos ante un medio que va a facilitar y potenciar el proceso de "normalización" de dichos sujetos, al mismo tiempo que proporcionarles una mejora en su calidad de vida y su integración en el contexto social.

La adaptación de las actividades nos posibilita, además, una educación pensada en función de los propios sujetos, de sus necesidades y posibilidades y no, solo o exclusivamente, dirigida al grupo-norma con carácter único. Contenidos fundamentales: Esquema corporal y afirmación de la lateralidad, coordinación y equilibrio, organización espacio-temporal, capacidad física de trabajo y socialización lográndola interiorización de estos contenidos con los estudiantes en formación lograremos la inclusión educativa a través de las clases de Educación Física Adaptada.

Referencias bibliográficas

ALVAREZ, L. y SOLER, E. (1996) *La diversidad en la práctica educativa. Modelos de orientación y tutoría*. Madrid: Ed. CCS.

BORGES RODRÍGUEZ, SANTIAGO A. y otros: Selección de lecturas sobre la Educación Especial en Cuba, Ed. Pueblo y Educación, La Habana, 2011.

CANEVARO, A. (1998) *La relación personal en el tratamiento de la diversidad*. Educar 22-23:

Compendre la diversitat en educació. Barcelona: Servei de Publicacions de la UAB. CASTRO

ALEGRET, PEDRO LUIS: "Familia, sexualidad y discapacidad desde el paradigma histórico-cultural", en revista Temas Cultura, Ideología y Sociedad, no. 31, octubre-diciembre, [s.n.], 2002.

-----: "Atención psicológica a las familias con hijos discapacitados en la Educación Especial", ponencia Congreso Internacional Pedagogía 93, Palacio de las Convenciones, La Habana, 1993.

-----: Orientación a la familia de personas con necesidades educativas especiales, Módulo de la maestría de Psicología Educativa, Pinar del Río, 2003.

Ecured 2018.

Wikipedia 2018

DERRICOT, R. (1985) *Curriculum continuity: primary to secondary*. Windsor. NFER-Nelson. Bell

Rodríguez Rafael (s/a) Prevención, corrección-compensación e integración: actualidad y perspectiva de la atención de los niños con NEE en Cuba. Ministerio de Educación. Cuba. Soporte digital

Brown Paisan Yaquelines (s/a) Compilación de temas de Actividad Física Adaptada. Soporte digital

ESSOMBA, M.A. & LABORDA, C. (en prensa): *El tratamiento de la diversidad en la transición de Primaria a Secundaria: una propuesta organizativo-didáctica*. Barcelona: Praxis.

Generalitat de Catalunya. Dept. d'Ensenyament (1998) *Criteris psicopedagògics per a l'atenció a la diversitat*. Barcelona: Servei de Difusió i Publicacions de la Generalitat de Catalunya.

Generalitat de Catalunya. Consell Escolar de Catalunya. (1997) *La diversitat a l'escola* Jornadas de Tortosa. Col. Educación especial.

GIMENO SACRISTAN, J. (1996) *La transición a la educación Secundaria. Discontinuidades en las culturas escolares*. Madrid: Ed. Morata S. L.

GINE, C. y RUIZ, R. (1990) *Las adecuaciones curriculares y el proyecto educativo de centro*. En: MARCHESI, A.; COLL, C y PALACIOS, J. (Eds.) Desarrollo psicológico y educación, vol.III. Madrid: Alianza. Psicología.

- LABORDA, C. (1998) *El trabajo cooperativo como herramienta de atención a la diversidad dentro del aula ordinaria*. En Actas XV Jornadas de Universidades y Educación Especial. Oviedo: Servicio de Publicaciones Universidad de Oviedo. pp575-580.

Pascual Fis Santa Ana (2007). *Actividades Físicas Adaptadas en las necesidades educativas especiales*. Ciudad Habana.



Monografías 2021

Universidad de Matanzas © 2021

ISBN: 978 - 959 - 16 - 4681 - 1