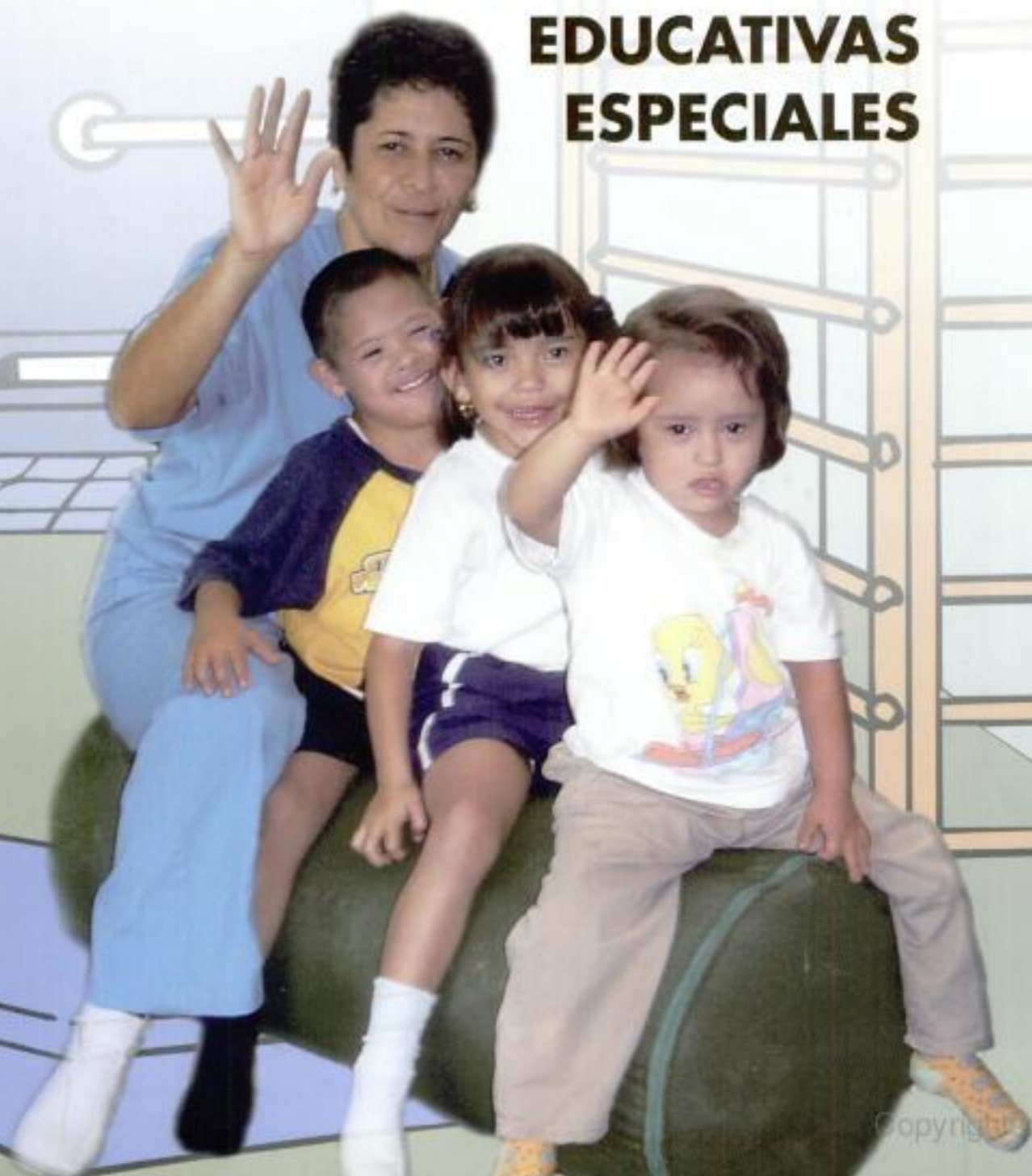




EUNED
EDITORIAL
UNIVERSIDAD
ESTATAL
A DISTANCIA

Miriam E. Chacón Ramírez

EDUCACIÓN FÍSICA PARA NIÑOS CON NECESIDADES EDUCATIVAS ESPECIALES



Copyrighted material

•

EDUCACIÓN FÍSICA
PARA NIÑOS
CON NECESIDADES
EDUCATIVAS
ESPECIALES

This One



GDUF-L64-DKP1

Copyrighted material

MIRIAM E. CHACÓN RAMÍREZ

EDUCACIÓN FÍSICA PARA NIÑOS CON NECESIDADES EDUCATIVAS ESPECIALES



EUNED

EDITORIAL UNIVERSIDAD ESTATAL A DISTANCIA

Producción académica:

Flor de Ma. Arroyo

Especialista de contenido:

Pablo César Armuero

Coordinadora de cátedra:

Ma. Gabriela Marín Arias

Revisión filológica:

Oscar Alvarado Vega

Corrección de pruebas:

Flor de María Arroyo y la autora

Diseño, diagramación, y artes finales:

Jorge Delgado Castillo

Fotografías:

Maricela Madriz Castro

Ilustraciones:

Alejandra Céspedes B.

Preparación digital de imágenes:

Seidy Maroto Alfaro

Diseño de portada:

Georgina García Herrera

Editor gráfico:

Carlos Fco. Zamora-Murillo

Primera edición

Editorial Universidad Estatal a Distancia
San José, Costa Rica, 2005

ISBN 9968-31-472-2

372.86

Ch431c

Chacón Ramírez, Miriam E.

Educación física para niños con necesidades educativas especiales. – San José, C.R.: EUNED, 2005.

184 p.

ISBN 9968-31-472-2

1. Educación física. 2. Educación especial. 3. Niños con problemas emocionales. I. Título.

Impreso en Costa Rica

Reservados todos los derechos.

Prohibida la reproducción no autorizada por cualquier medio, mecánico o electrónico del contenido total o parcial de esta publicación.

Hecho el depósito que dicta la ley.

DEDICATORIA

A mis papás, Don Ramón y Doña Nora por su apoyo constante, por estar *ahí siempre*, por su ejemplo, por su amor incondicional.

A mis alumnos del Instituto Andrea Jiménez, los de hoy y los que fueron; a sus familias; a todos aquellas personas que atraviesan situaciones similares, por ser en mi vida fuente de eterna inspiración y bendición. A todos ellos por hacer de mi trabajo, más que un trabajo, una maravillosa realización.

GRACIAS

AGRADECIMIENTOS

A muchas personas debo agradecer la realización de esta obra:

A la MSc. Flor Ma. Arroyo, Productora Académica, quien con paciencia y responsabilidad se encargó de hacer las correcciones pertinentes a esta unidad didáctica; a Gabriela Marín y Silvia Molina por sus valiosas observaciones. A Don Enrique Villalobos, quien inicialmente fue el encargado de esta publicación.

A mi compañera, Maricela Madriz C., quien tomó las invaluable fotografías que aparecen en esta unidad didáctica.

A mis padres, Ramón Luis Chacón, Nora R. de Chacón, a mi hermano Hugo Chacón y a mi sobrina Paula Alonso, por su ayuda en la redacción y estructuración de esta obra.

Ante la creciente incorporación del alumnado con necesidades educativas especiales (NEE) a las aulas del sistema educativo regular y a los servicios de Educación Especial, la educación costarricense se encuentra ante nuevos retos y oportunidades para lograr la verdadera inclusión escolar y social de este sector de la población estudiantil. Ello implica que cada docente, cualquiera que sea su campo de especialización, ha de validar en su labor cotidiana la diversidad de características, potencialidades y necesidades de apoyo que todos sus propios estudiantes poseen.

Al ser el desarrollo motor y las actividades físicas áreas fundamentales de los servicios escolares asociados a la Educación Especial, resulta esencial que los docentes de este campo tengan una sólida preparación teórica y práctica, que les permita conocer y aplicar acciones metodológicas funcionales de la Educación Física Adaptada. En particular, se debe considerar aspectos básicos, tales como: clasificación del movimiento, desarrollo sensorio-perceptual, sistema vestibular, juegos, actividades motrices y recreación, sin pretender por ello sustituir a los educadores de Educación Física.

La presente Unidad Didáctica ha sido elaborada por la destacada profesional en Educación Física y Kinesiología, Máster Miriam Elena Chacón Ramírez, quien cuenta con una vasta experiencia en la atención de personas con necesidades educativas especiales y discapacidad, tanto en Centros de Educación Especial como en proyectos nacionales e internacionales en el área del Autismo, Parálisis Cerebral, Discapacidad Intelectual, entre otros. Aunado a ello, es una reconocida docente universitaria, quien actualmente se desempeña como Decana del Colegio Universitario San Judas Tadeo.

Este libro expone con claridad los aspectos teóricos que fundamentan el desarrollo motor de los educandos, así como creatividad en la presentación de actividades que resultan atractivas y fácilmente adaptables a la realidad de nuestros centros educativos. Además de su valor como texto educativo, es de gran utilidad para el docente que desea enriquecer su práctica educativa con una propuesta organizada, coherente, divertida y atractiva para su alumnado.

Una vez más, la Universidad Estatal a Distancia se pone una flor en el ojal al entregarle al lector un material didáctico de alta calidad y elaborado por una renombrada profesional costarricense. La Máster Chacón Ramírez comparte con entusiasmo evidente sus vastos conocimientos y su experiencia, en un libro nacido de su compromiso y dedicación como educadora de alma y cuerpo.

SILVIA MOLINA UREÑA

Esta unidad didáctica forma parte de la oferta académica de la Carrera de Educación Especial que ofrece la UNED. Tiene la finalidad de servir de orientación y de guía a estudiantes, a maestros y a todas aquellas personas que interactúan con niños que presentan algún tipo de discapacidad, así como a los profesionales en el campo de la Educación Física. Al saber que cada profesor y maestro vive realidades extremadamente diferentes, los temas desarrollados en esta obra pueden ser sometidos a modificaciones, así cada uno podrá adaptar los juegos y las actividades a las circunstancias propias, tales como población con la que se trabaja, espacio, material y equipo disponible.

Este texto consta de cuatro capítulos. En el primero, el lector encontrará el tema de la Educación Física y la Educación Física Adaptada, su definición, sus objetivos y contenidos, y una sección sobre el desarrollo motor. El capítulo segundo trata sobre el desarrollo sensorio-perceptual; se describen las habilidades sensorio-perceptuales y se explica el rol del Sistema Vestibular en el control del movimiento corporal. En el capítulo tercero se explican algunas teorías del juego. Se da una clasificación del juego, se describen los tipos de juego y al final se detallan algunas estrategias para desarrollar una clase de Educación Física adaptada. Se describe, además, una serie de juegos y actividades para las diferentes poblaciones con discapacidad. Finalmente, en el capítulo cuarto se desarrolla el tema de la Recreación. En este, se describen algunas actividades recreativas y se explica cómo organizar eventos recreativos en la escuela.

En conjunto, los contenidos de esta obra propician al docente los medios para llevar a cabo su importante gestión con niños que poseen necesidades educativas especiales. Planificar la actividad más adecuada, en el espacio y tiempo más apropiados, con los materiales y equipos idóneos, acorde con las necesidades de los estudiantes, es la labor que se le facilita a cada maestro o cada profesional en Educación Física al estudiar el presente material.

Es oportuno indicar que para lograr con éxito lo anterior, **es necesario contar previamente con conocimientos básicos sobre el tema de la discapacidad**: por ejemplo, en qué consiste, tipos de discapacidad, intervenciones de índole pedagógica e indicaciones de índole médica.

La importancia de esta obra radica en la percepción que se tenga sobre la Educación Física. A lo largo de mis felices años de trabajo en este campo, he podido entender que la Educación Física, además de servir como un medio para el aprendizaje de juegos, deportes y diversos movimientos, es un instrumento esencial en el mejoramiento de la calidad de vida de las personas con discapacidad, especialmente en la niñez y en la adolescencia.

LA AUTORA

CONTENIDO

PRESENTACIÓN	IX
INTRODUCCIÓN	XI

CAPÍTULO 1

LA EDUCACIÓN FÍSICA	1
1. CONCEPTOS GENERALES DE LA EDUCACIÓN FÍSICA	3
2. LA EDUCACIÓN FÍSICA ADAPTADA	6
3. OBJETIVOS DE LA EDUCACIÓN FÍSICA	12
4. CONTENIDOS DE LA EDUCACIÓN FÍSICA	13
5. FASES DEL DESARROLLO MOTOR	15
5.1 MOVIMIENTO REFLEJO (DESDE LA FORMACIÓN PRENATAL HASTA UN AÑO DE EDAD)	17
CLASES DE REFLEJOS	18
5.2 HABILIDADES MOTORAS RUDIMENTARIAS (DE 0 A LOS 2 AÑOS)	22
5.3 PATRONES BÁSICOS DEL MOVIMIENTO (DE LOS 2 HASTA LOS 7 AÑOS)	22
5.4 DESTREZAS MOTORAS GENERALES (DE LOS 8 A LOS 10 AÑOS)	23
5.5 DESTREZAS MOTORAS ESPECÍFICAS (DE LOS 11 A LOS 13 AÑOS)	23
5.6 DESTREZAS ESPECIALIZADAS (DE LOS 14 AÑOS EN ADELANTE)	23
6. CLASIFICACIÓN DEL MOVIMIENTO	24
7. DESARROLLO INTEGRAL DE LA NIÑEZ	24
7.1 ÁREA PSICOMOTORA (FÍSICO-MOTRIZ)	25
7.2 ÁREA SOCIO-AFECTIVA	25
7.3 ÁREA COGNOSCITIVA	25
EJERCICIOS DE AUTOEVALUACIÓN	27
RESPUESTA A LOS EJERCICIOS DE AUTOEVALUACIÓN	29
FUENTES CONSULTADAS	31

CAPÍTULO 2

DESARROLLO SENSORIO-PERCEPTUAL	33
1. GENERALIDADES SOBRE LAS ACTIVIDADES MOTRICES	35
2. EL PROCESO DEL DESARROLLO SENSORIO-PERCEPTUAL	38
3. HABILIDADES SENSORIO-PERCEPTUALES	39
3.1 HABILIDADES KINESTÉSICAS	40
3.1.1 Esquema corporal	41
3.1.2 Estructura espacial	44
3.1.3 Estructura temporal	47

3.2	HABILIDADES SENSORIALES	49
3.2.1	Percepción visual	49
3.2.2	Percepción auditiva	55
3.2.3	Percepción táctil	58
3.2.4	Percepción olfativa	60
3.2.5	Percepción gustativa	62
3.2.6	Percepción háptica	63
4.	SISTEMA VESTIBULAR	65
	EFICIENCIAS DE AUTOEVALUACIÓN	69
	RESPUESTA A LOS EFICIENCIAS DE EVALUACIÓN	71
	FUENTES CONSULTADAS	73

CAPÍTULO 3

	EL JUEGO	75
1.	TEORÍAS DEL JUEGO	78
1.1	TEORÍA DEL ENTRETENIMIENTO	79
1.2	TEORÍA DE LA ENERGÍA SUPERFLUA O ENERGÍA EXCEDENTE	80
1.3	TEORÍA DEL EFICIENCIA PREPARATORIO	81
1.4	TEORÍA DEL JUEGO COMO ESTIMULANTE DEL CRECIMIENTO	81
1.5	TEORÍA ATÁVICA	82
1.6	TEORÍA DEL JUEGO COMO LA EXPRESIÓN DEL "YO"	82
2.	CLASIFICACIÓN DEL JUEGO	82
2.1	CLASIFICACIÓN DEL JUEGO DE ACUERDO CON SU ACCIÓN DINÁMICA	83
2.1.1	Juegos motrices o fatigantes	83
2.1.2	Juegos sedentarios o de reposo	84
2.2	CLASIFICACIÓN DEL JUEGO DE ACUERDO CON SU ORGANIZACIÓN	85
2.3	CLASIFICACIÓN DEL JUEGO DE ACUERDO CON SU CONTENIDO Y SIGNIFICADO	85
3.	TIPOS DE JUEGOS	86
3.1	JUEGOS RECREATIVOS	86
3.3	JUEGOS DE SALÓN	87
3.4	JUEGOS PREDEPORTIVOS	87
3.5	JUEGOS PEDAGÓGICOS	87
4.	ESTRATEGIAS PARA UNA CLASE DE EDUCACIÓN FÍSICA ADAPTADA	88
4.1	DIAGNÓSTICO INICIAL	89
4.2	LA METODOLOGÍA	90
4.3	SELECCIÓN DE LAS ACTIVIDADES	93
4.4	ESPACIO O ÁREA DE JUEGO	93
4.5	SELECCIÓN DEL MATERIAL	94
5.	JUEGOS Y ACTIVIDADES	95
5.1	JUEGOS Y ACTIVIDADES PARA EL DESARROLLO DE LAS HABILIDADES SENSORIO-MOTRICES	95
	Esquema corporal	96
	Estructura espacial	97

	<i>Estructura temporal</i>	99
	<i>Percepción visual</i>	101
	<i>Percepción auditiva</i>	103
	<i>Percepción táctil y percepción háptica</i>	105
5.2	JUEGOS Y ACTIVIDADES PARA POBLACIONES ESPECÍFICAS	107
	<i>Juegos para niños con trastornos motores</i>	107
	<i>Juegos para niños con trastornos auditivos</i>	110
	<i>Juegos para niños con trastornos visuales</i>	112
	<i>Juegos para niños con trastornos generalizados del desarrollo (TGD) y trastornos emocionales (TE)</i>	114
	<i>Juegos para niños con retraso mental</i>	115
	<i>Actividades para niños con discapacidad múltiple o retos múltiples</i>	117
	<i>Juegos para todos</i>	119
6.	CONSIDERACIONES FINALES	121
	<i>EJERCICIOS DE AUTOEVALUACIÓN</i>	123
	<i>RESPUESTA A LOS EJERCICIOS DE AUTOEVALUACIÓN</i>	125
	<i>FUENTES CONSULTADAS</i>	127

CAPÍTULO 4

	LA RECREACIÓN	129
1.	DEFINICIÓN Y CARACTERÍSTICAS DE LA RECREACIÓN	131
	1.1 TIPOS DE RECREACIÓN	133
	1.2 COMPONENTES DE LA RECREACIÓN	133
	1.2.1 El líder o coordinador	133
	1.2.2 El programa	134
	1.2.3 Las instalaciones	135
2.	ACTIVIDADES RECREATIVAS	136
3.	ORGANIZACIÓN DE ACTIVIDADES RECREATIVAS EN LA ESCUELA	139
	3.1 PLANIFICACIÓN GENERAL	139
	3.2 SELECCIÓN DE ACTIVIDADES	144
4.	PROPUESTA DE EVENTOS RECREATIVOS	144
	4.1 CAMPAMENTO	144
	4.1.1 Planificación general del campamento	144
	4.1.2 Actividades por desarrollar	149
	4.2 MINIOIMPIADA	149
	4.2.1 Planificación general	149
	4.2.2 Descripción de los eventos	151
	<i>EJERCICIOS DE AUTOEVALUACIÓN</i>	155
	<i>RESPUESTA A LOS EJERCICIOS DE AUTOEVALUACIÓN</i>	159
	<i>FUENTES CONSULTADAS</i>	163

EDUCACIÓN FÍSICA PARA NIÑOS CON NECESIDADES EDUCATIVAS ESPECIALES

1

LA EDUCACIÓN FÍSICA

Sumario

1. Conceptos generales sobre la Educación Física
2. La Educación Física Adaptada
3. Objetivos de la Educación Física
4. Contenidos de la Educación Física
5. Fases del desarrollo motor
6. Clasificación del movimiento
7. Desarrollo integral de la niñez

Objetivos

Con el estudio de este capítulo, se pretende que usted pueda lograr:

1. Explicar en qué consiste la Educación Física y su importancia para los seres humanos y para la niñez en particular.
2. Explicar qué es la Educación Física Regular y qué es la Educación Física Adaptada.
3. Explicar las diferentes fases del desarrollo motor.
4. Explicar el concepto de desarrollo integral del niño.
5. Analizar la importancia de la Educación Física, desde el punto de vista del desarrollo integral del niño.

Con el desarrollo del presente Capítulo sobre la Educación Física se pretende abarcar varios aspectos, tales como explicar los conceptos generales y específicos utilizados en esta disciplina, objetivos, contenidos, fases del desarrollo de la niñez, clasificación de los diferentes movimientos, el desarrollo integral del niño y las áreas de desarrollo. Se incluyen varios ejemplos y fotografías que facilitarán la comprensión de los temas expuestos, con lo cual se procura que los estudiantes comprendan lo que es la Educación Física y sus áreas de proyección.

1. CONCEPTOS GENERALES DE LA EDUCACIÓN FÍSICA

Fueron el francés J. Ballexserd en 1762 y el inglés John Locke (1632-1704), quienes emplearon por primera vez el término “Educación Física” (Manifiesto Mundial de la Educación Física, 2000), que como disciplina de estudio, de investigación y de práctica ha ido creciendo día con día y adquiriendo gran importancia.

Para tener una mejor comprensión del concepto de Educación Física es necesario entender que esta disciplina forma parte de un proceso educativo que, en sí mismo, implica continuidad y cuyo resultado genera cambios, ajustes o modificaciones, a lo largo de la vida de los individuos, en respuesta a estímulos internos tales como los relacionados con la maduración del Sistema Nervioso Central durante el proceso de crecimiento y a estímulos externos como, por ejemplo, los que se originan después de un proceso de enseñanza-aprendizaje. También influyen los estímulos ambientales, ya sea del hogar y de la comunidad donde vive y crece un individuo. Además de su relación directa con la Educación, a la Educación Física en la actualidad se la relaciona con la Educación para la Salud y para el Ocio.

Por otro lado, debe diferenciarse la Educación Física de la Cultura Física. En la Cultura Física, las conductas corporales de cualquier índole ejercen una influencia directa sobre el desarrollo humano y social, siendo el producto de este vínculo las danzas, los deportes, concursos de belleza, práctica de ejercicios para la salud, así como una gran gama de actividades para el empleo del tiempo libre o como negocio. La Educación Física viene a ser el fundamento dentro de la Cultura Física. **Al igual que la Cultura Física, la Educación Física hace uso de las actividades físicas como la danza, el deporte, gimnasia, juegos, actividades recreativas, y otros, pero con propósitos meramente educativos** (Manifiesto Mundial de la Educación Física, 2000; Kirk, www.efdeportes.com). En relación con lo anterior, David Kirk agrega lo siguiente:

“...sugiero que la educación física escolar tenga una mayor responsabilidad en asistir a la gente joven de ser compradores bien informados de los productos de la cultura física, ya sea adquiriendo los últimos utensilios de entrenamiento físico para el hogar, o hacerse miembro de un club deportivo ...”. (1998)

En este sentido, desde el punto de vista educativo, la enseñanza de la Educación Física tiene como fin, que los alumnos conozcan y comprendan las capacidades de su cuerpo; así como el descubrimiento y la ejercitación de una gama de destrezas motrices como saltar, lanzar, nadar, etcétera, que les permita un adecuado desarrollo personal, hábitos de salud y actitudes positivas que conlleven a una mejor calidad de vida. El dominio de esa variedad de posibilidades de movimiento significará, en el futuro de cada individuo, un medio para el disfrute personal y un instrumento que le facilitará las relaciones con los demás, ya sea mediante la práctica de actividades físicas, o deportivas, o de ambas actividades.

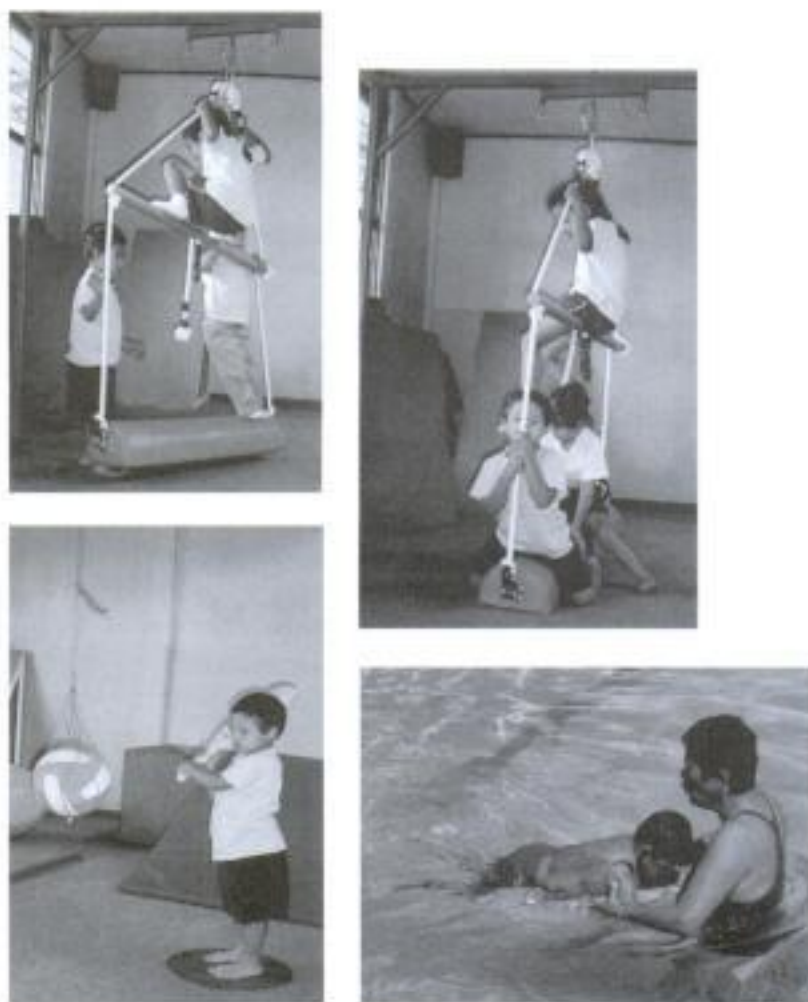


FIGURA 1. NIÑOS DISFRUTAN AL REALIZAR EJERCICIOS FÍSICOS.

En cuanto a definir qué es la Educación Física, es importante indicar que existe una gran variedad de conceptos. Uno de estos lo tomamos de A. Calzada de la siguiente forma:

“...el desarrollo integral del ser humano a través del movimiento. Por su parte el término integral conjuga todas las dimensiones del ser humano, a saber: físico (cuerpo), mental (inteligencia), espiritual y social.” (1996:123)

La Educación Física forma parte de todo ese gran proceso llamado Educación, por lo que, en el caso de la educación costarricense, se asume dentro de los planes curriculares del Ministerio de Educación como:

“La asignatura no es pues un fin en sí mismo, sino un medio igual que todas las otras asignaturas del plan de estudios, un instrumento para el logro de ciertos propósitos, que en este caso se concretan en los propósitos de la Educación Costarricense.” (2002)

Otra definición del citado documento conceptúa a la Educación Física como:

“...la disciplina de estudio que utiliza la actividad física sistemática con movimientos, ejercicios, juegos, recreación y deportes en la formación integral de la persona por medio del ámbito físico motor del desarrollo humano y éste será instrumental prioritario (no exclusivo) para promover las capacidades y valores en el ser humano para su vida personal y social.” (Ministerio de Educación Pública, 2002)

Es claro que esta disciplina no se limita tan sólo al desarrollo del área física, incluyendo aquí la parte perceptiva y motriz, sino también a aspectos sociales, emocionales y cognoscitivos. Al respecto, Jiménez y González afirman que:

“...la educación a través del cuerpo y del movimiento no puede reducirse a los aspectos perceptivos o motores, sino que implica además aspectos expresivos, comunicativos, afectivos y cognoscitivos.” (1998:15)

De manera resumida, pero explícita, **preferimos concebir a la Educación Física como aquella educación que se implementa para y a través del movimiento.** Es decir, se educa al individuo para que aprenda una gran gama de posibilidades de movimiento y para que emplee el movimiento en sí, como un mecanismo de expresión de habilidades. A partir de lo anterior, el individuo adquiere comportamientos sociales adecuados, tales como esperar turno, respetar el orden de eventos, saber ganar y perder, etc. Pueden reforzarse conceptos académicos relacionados con las matemáticas, lectoescritura, estudios sociales y otros. También se pueden fortalecer hábitos de autocuidado y de salud adecuados, como lo son una apropiada alimentación, hábitos de higiene como lavarse las manos, bañarse y vestirse. Por esta razón, se puede afirmar que también se educa a través del movimiento.



FIGURA 2. EDUCAR A TRAVÉS DEL MOVIMIENTO.

2. LA EDUCACIÓN FÍSICA ADAPTADA

Cuando la Educación Física está dirigida específicamente a personas con algún tipo de discapacidad, se la conoce como Educación Física Adaptada, tema objeto de estudio de este curso y que explicaremos en forma integral a lo largo de este texto.

La Educación Física Adaptada se orienta hacia la población escolar atendida en centros de Educación Especial y en servicios de apoyo. Consiste en un programa de Educación Física, particularmente diseñado para ser desarrollado en una clase especial.

En virtud de la complejidad de sus discapacidades, estos estudiantes requieren servicios en centros o en aulas especializadas. Por lo tanto, el espíritu de la Educación Física Adaptada es el de proveer a los estudiantes que presentan necesidades educativas especiales, una educación integral, es decir, debe contemplar el desarrollo no solo del área físico-motriz, sino también las áreas cognoscitivas y socio-emocionales.

Esta especialidad no debe considerarse un área diferente de la Educación Física; es más bien la misma disciplina, pero ajustada a una población particular, esto es, a aquel sector que por una u otra causa no podría participar en las clases regulares de Educación Física. En una forma más concreta, la Educación Física Adaptada de acuerdo con Bucher se define como:

*...un programa diversificado de actividades para el desarrollo, juegos, deportes y ritmos acorde a los intereses, características y limitaciones de los estudiantes con discapacidades, quienes no podrían en forma segura o exitosa participar en las actividades vigorosas del programa regular de educación física." (1979:115, traducción de Miriam E. Chacón R.)

Con este tipo de programa se pretende que el estudiante con necesidades educativas especiales pueda comprender las posibilidades y las limitaciones de su cuerpo para que tomándolas en cuenta, incursione en la práctica de actividades físicas que le ayuden no sólo a mejorar sus hábitos de salud; sino también, se constituyan en instrumento de expresión y esparcimiento, como se puede apreciar en las siguientes fotos.



Es necesario destacar que con la promulgación de la Ley 7600, "Igualdad de Oportunidades para las personas con discapacidad", en el artículo 14 se otorga el derecho a los estudiantes con discapacidad de asistir a las aulas regulares. Esto significa que a las clases de Educación Física impartidas en las instituciones regulares, podrán asistir estudiantes con algún tipo de discapacidad. Por ello, los docentes deberán considerar, dentro de su programación curricular, las diferentes adecuaciones que requieran los estudiantes con discapacidad, ya sean estas **adecuaciones no significativas, o las significativas**.

Para un mejor entendimiento del comentario anterior, es importante explicar que la adecuación curricular es "...la acomodación o ajuste de la oferta educativa a las características y necesidades de cada alumno, con el fin de atender las diferencias individuales de la educación regular." (Cornejo, 1999:18)



FIGURA 3. EJEMPLO DE PRÁCTICA DE EJERCICIOS PARA NIÑOS CON NEE.

Las adecuaciones no significativas implican modificaciones en cuanto a la forma y no a los contenidos ni objetivos. Es decir, la programación curricular oficial no sufre modificaciones, pero si deben establecerse los contenidos y objetivos de acuerdo con las prioridades y necesidades de los estudiantes, por lo que se deben hacer ajustes a la metodología y a los procesos evaluativos empleados por los docentes. Por ejemplo, un niño con parálisis cerebral, –parapléjico–, que no puede caminar y que utiliza una silla de ruedas para desplazarse, podrá participar en juegos de carreras utilizando su silla. Un niño con déficit visual podrá participar del mismo juego, pero utilizando una cuerda a lo largo del recorrido para que ésta le sirva de guía. Si es un niño con déficit auditivo, ya sea sordo o hipoacúsico, podrá participar de la misma actividad, pero en el momento de dar la señal que da inicio al juego, se deberán usar estímulos visuales y auditivos. Si se tiene una población de alumnos con retraso mental, el docente que quiera enseñar voleibol podrá pensar en simplificar las reglas de juego, por ejemplo: bajar la altura de la red, disminuir el tamaño de la cancha, permitir más de tres toques, usar una bola más grande, etc. Lo anterior, por supuesto, sujeto al nivel de retraso mental que presenten sus alumnos, al área y al material disponible para desarrollar el juego.

Si se trata de una población de alumnos con parálisis cerebral, el docente podrá adecuar el juego de voleibol, de acuerdo con las características inherentes a cada dificultad. Por ejemplo, aquellos infantes que no pueden caminar, podrán jugar sentados, se les cuelga la bola para que esta regrese sola, se usan rampas para dirigir la bola; a los hemipléjicos o monopléjicos se les permitirá el voleo con una mano; también se podrá adecuar la altura de la red, así como reducir el espacio de la cancha, etc. Un niño con torpeza motora al que se le dificulte el pedalear o sostenerse en un triciclo, se le pueden hacer adecuaciones a los pedales y al asiento para que se le facilite su uso.

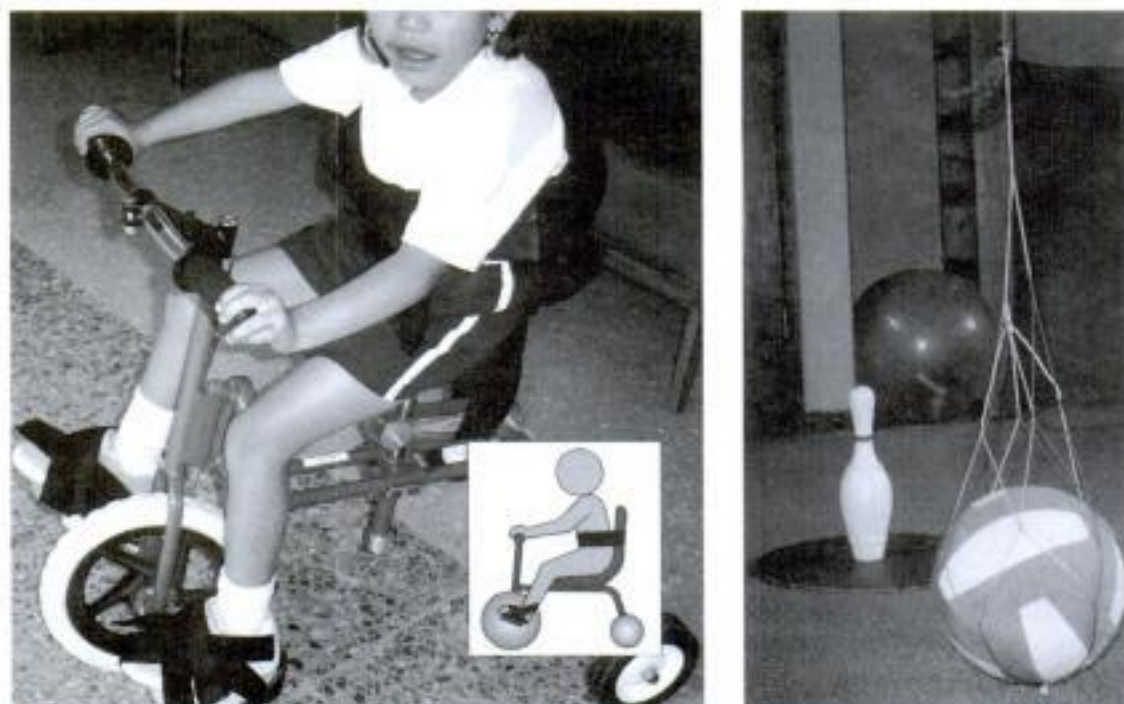


FIGURA 4. EJEMPLO DE ADECUACIÓN DE EQUIPO PARA PRACTICAR EJERCICIOS FÍSICOS.

Si se tiene una población de estudiantes con trastornos visuales y el docente quiere, por ejemplo, enseñarles a jugar boliche, entonces cobran importancia ciertos factores como los siguientes.

Disponer de una rampa adecuada sobre la cual colocar el balón y que permita su lanzamiento con la mejor dirección hacia los bolos.

Colocar los bolos a una distancia adecuada o, en su lugar, amarrar la bola de tal manera que quede colgando para que al ser lanzada por el alumno, éste pueda localizarla fácilmente.

Emplear bolas y bolos con sonido para ayudar a los participantes del juego al momento de impactar los bolos.

Por otro lado, **las adecuaciones significativas implican la eliminación de contenidos y objetivos de la programación curricular**; este tipo de adecuación requiere de modificaciones esenciales en la programación. Por ejemplo, si una escuela cuenta con clases de natación y parte de los contenidos es aprender el estilo mariposa, un niño con parálisis cerebral, cuádrupléjico, como el citado con anterioridad, estará exento de cumplir con tal contenido, ya que su condición no le permitirá ejecutar específicamente el estilo mariposa. El niño podrá aprender a nadar a su manera, esto es, sin tener que cumplir con las exigencias de un estilo determinado. Por lo tanto, el aprender el estilo mariposa será un contenido que no se tomará en cuenta para este estudiante con necesidades educativas especiales. Lógicamente, tampoco podrá ser objeto de evaluación.

Cualesquiera que sean las adaptaciones que el docente asuma para explorar e incentivar las posibilidades de movimiento, lo importante del caso es la puesta en práctica de esas adecuaciones, las cuales contribuirán a disminuir las dificultades de sus alumnos, quienes se verán beneficiados y motivados a incursionar dentro de esa gran gama de actividades. De ese modo, descubrirán nuevas formas de ejercitación física, más espacios de sano esparcimiento y una mejor interrelación social.

Así, la Educación Física Adaptada, al igual que la Educación Física Regular, buscan incrementar el interés de los estudiantes con algún tipo de discapacidad hacia las actividades físicas, concebidas como un recurso para obtener una mejor calidad de vida.



FIGURA 5. EQUIPO ADAPTADO PARA INFANTES CON NEE.

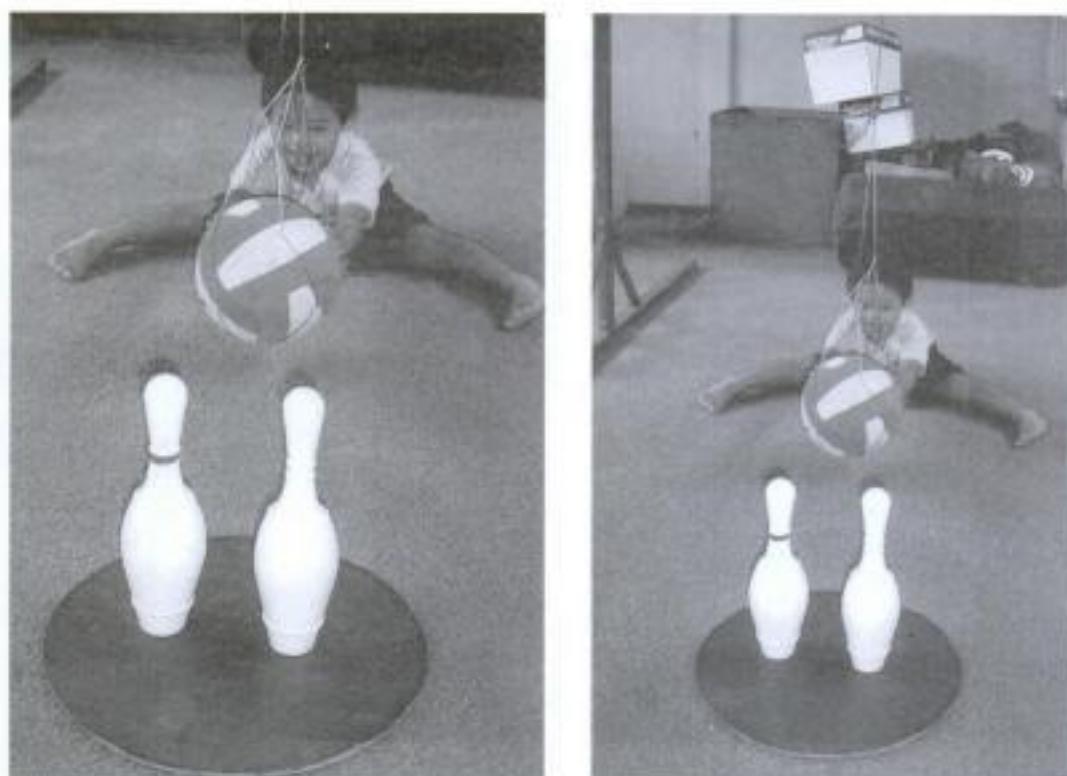


FIGURA 6. ADAPTACIONES AL JUEGO DE BOLICHE.

Al conceptualizar esta disciplina como un medio para lograr una mejor calidad de vida, es posible referirnos al aporte de la Educación Física desde un punto de vista terapéutico, con base en lo expuesto por el Ministerio de Educación Pública.

“La puesta en práctica del área terapéutica dentro de este programa de estudio podrá resultar un éxito si cada uno de los docentes le da el valor y la importancia que este trabajo tiene para obtener el logro de nuevos propósitos en salud física y mental de la población estudiantil.

El propósito principal es, brindarles a los niños y jóvenes con NEE, aquejados de dolencias que dificultan la práctica sistemática de actividades físicas, la posibilidad de poder realizar como otras personas sus actividades en condiciones normales, al mismo tiempo de mejorar, desarrollar y fortalecer sus capacidades físicas, morfofuncionales y su sistema cardiovascular.” (MEP, 2002)

En relación con la cita anterior, se deduce que la Educación Física puede utilizarse como un instrumento para mejorar la salud, ya que por medio de ella se puede planificar una serie de actividades físicas que promuevan una mejor calidad de vida. No importa la discapacidad que tenga un sujeto, lo importante es tener la certeza de que siempre existirá alguna actividad que esa persona pueda realizar. Así, si no puede caminar, se ejercitará en silla de ruedas, andadera, muletas, etc. También podrá nadar, ya sea aprendiendo un estilo determinado o no.



FIGURA 7. LECCIONES DE NATACIÓN.

A luz de los conceptos anteriores, se concluye que la discapacidad no es un impedimento para la práctica de actividades físicas, para lo cual debemos tener presente que se trata de un asunto de estímulo, de buena disposición y de actitud mental.

A manera de conclusión de este apartado, la Educación Física, ya sea la regular o la adaptada, se debe enfocar dentro del contexto general del desarrollo humano y además, servir como un instrumento para educar al individuo, de una forma integral: **para y a través del movimiento. Por tanto, y en esto debemos ser enfáticos, los objetivos para la Educación Física Adaptada no deben necesariamente diferir de los objetivos de la Educación Física Regular.**

3. OBJETIVOS DE LA EDUCACIÓN FÍSICA

Los objetivos generales constituyen las metas concretas por lograr. Se debe tener presente que la propuesta y el cumplimiento de estos objetivos debe ser congruente con el resto del proyecto curricular de cada institución, el cual consiste en obtener por medio de un diagnóstico un pleno conocimiento de la comunidad educativa con el fin de poner en marcha sus planes de desarrollo.

El programa de estudios de la Educación Física, promulgado por el Ministerio de Educación Pública de Costa Rica, establece como objetivos generales de la Educación Física, los siguientes:

OBJETIVOS DE LA EDUCACIÓN FÍSICA

1. Propiciar en el educando la identificación con su contexto, mediante la observación crítica e interpretación de la realidad de la *Educación Física*, del Deporte y la Recreación que lo circunda.
2. Contribuir a la formación de un proyecto de vida mediante la valoración de una buena condición física.
3. Inculcar en la niñez y la juventud costarricense principios de salud e higiene.
4. Fomentar en el educando costarricense un adecuado aprovechamiento del tiempo libre, mediante su participación en actividades físicas, deportivas y recreativas.
5. Propiciar oportunidades educativas para que la familia y la comunidad participen en las mismas actividades físicas, deportivas y recreativas, como principio de unión e interrelación social.
6. Promover en el educando actitudes y valores propios e inherentes a la *Educación Física*, el Deporte y la Recreación.
7. Propiciar en el educando, el tratamiento de las informaciones relacionadas con la *Educación Física*, el Deporte y la Recreación para ser aplicados en beneficio propio y de la comunidad.
8. Promover en el educando una actitud científica en la explicación de los hechos y fenómenos propios de la Educación Física y el Deporte.
9. Ayudar en la formación integral del individuo, mediante el estímulo de su desarrollo morfológico y motriz.
10. Fomentar el desarrollo de habilidades y destrezas psicomotrices.
11. Propiciar en el educando una concepción integral de la realidad al emplear actividades lúdicas, como medio para un aprendizaje significativo y permanente.
12. Propiciar actividades educativas significativas propias de la *Educación Física*, Deporte y Recreación, que comprometan al educando para enfrentar situaciones de emergencia y desastres naturales o provocados por el hombre.
13. Propiciar en el educando la identificación con su contexto, mediante la observación crítica e interpretación de la realidad de la *Educación Física*, del Deporte y la Recreación que lo circunda.

4. CONTENIDOS DE LA EDUCACIÓN FÍSICA

Los contenidos constituyen el medio para alcanzar los objetivos que se han propuesto. Desde luego, éstos deben ser consecuentes con el resultado obtenido en la evaluación de diagnóstico inicial, a fin de adecuarse a las necesidades individuales de cada estudiante. Es importante indicar, como antes se anotó, que los contenidos de la Educación Física Adaptada son los mismos de la Educación Física regular. Sin embargo, el docente deberá hacer adecuaciones en cuanto a metodología, material, actividades y evaluación de forma tal que respondan a las características propias de los niños con necesidades educativas especiales.

También, es importante recalcar la relación estrecha que debe existir entre los resultados obtenidos en la evaluación de diagnóstico, con los objetivos y con los contenidos, así como destacar que dicha evaluación es responsabilidad del docente regular o del educador especial de acuerdo con el campo profesional que le compete. Es a este profesional a quien le corresponde la tarea de buscar o elaborar un instrumento de evaluación que le permita determinar, al inicio del curso lectivo, cuál es el nivel de entrada de sus estudiantes. Algunos ejemplos de instrumentos de evaluación formales que pueden ser utilizados como evaluación de diagnóstico son:

- *Guía Portage*. Evalúa el desarrollo psicomotor de los niños de 0 hasta los 6 años de edad (Bluma, S., Shearer, M., Frohman, A., y Hilliard, J.).
- *La imagen corporal en niños de 5 a 8 años y medio* (S. Woodburn y H. Fernández. Heredia, Costa Rica. Universidad Nacional).
- *Los problemas de aprendizaje en niños de 5 a 8 años y medio* (S. Woodburn y H. Fernández. Heredia, Costa Rica. Universidad Nacional).
- *Manual operativo para la Evaluación y Estimulación del Crecimiento y Desarrollo del Niño*. Evalúa el desarrollo del niño y expone un programa para la estimulación del desarrollo integral del niño menor de seis años (R. Hernández y S. Rodríguez, 1983).
- *Prueba de Desarrollo Motor (PPM-UNA) en niños de 5 a 8 años y medio* (Woodburn, C. Boschini y F. Rodríguez. Heredia, Costa Rica. Universidad Nacional).
- *Prueba Selectiva del Desarrollo de Denver*. Evalúa el desarrollo psicomotor de los niños de 0 hasta antes de los 6 años (Caja Costarricense del Seguro Social, Hospital Nacional de Niños).

Además, en toda esta tarea se hace necesario mencionar y tomar en cuenta la existencia de los contenidos transversales; esto es, aquellos contenidos relacionados con otras asignaturas. Por ejemplo, en el nivel de preescolar, **tanto el docente de grado como quien imparte las lecciones de Educación Física deben promover el desarrollo de la lateralidad; o sea, el reconocimiento de la derecha e izquierda, así como, el de las relaciones espaciales: adelante, atrás, encima, debajo, adentro, afuera, arriba, abajo, etc.** Una típica clase de Educación Física para niños de edad preescolar y primer ciclo deberá incluir juegos que promuevan estos conceptos.

Para ilustrar lo anterior, se pueden realizar juegos como *Mar adentro, mar afuera*; *Enano, gigante*, y otros similares que son claros ejemplos de actividades que poseen un contenido transversal, ya que sustentan la práctica de algunas relaciones espaciales. El *Quedó Chino* y el juego del *Espejo* refuerzan el concepto de *Esquema Corporal*; o sea, el conocimiento asociado con el cuerpo humano. La *Rayuela*, además de fomentar la práctica del salto en un solo pie, fortalece el conocimiento de los días de la semana. A menudo, los juegos de relevo se utilizan para incrementar la práctica de la carrera, pero también son utilizados para aplicar cálculos matemáticos o prácticas gramaticales. Las actividades y juegos citados anteriormente son muy valiosas, y se describen con más detalle en capítulos posteriores.

En términos generales, los contenidos por desarrollar en un programa de Educación Física en el nivel de Preescolar y de Primaria deben incluir los siguientes temas:

a) El cuerpo

- a₁ El esquema corporal
- a₂ Habilidades sensorio-perceptuales
 - *kinestesia* y propiocepción
 - percepción visual
 - percepción auditiva
 - percepción táctil
 - percepción olfativa
 - percepción gustativa
- a₃ Habilidades y destrezas motoras básicas
 - *Movimientos de estabilización:*
 - flexionar
 - extender
 - torcer
 - esquivar
 - rodar, etcétera
 - *Movimientos de locomoción:*
 - caminar
 - correr
 - saltar
 - repar
 - caballito y otros
 - *Movimientos manipulativos:*
 - lanzar
 - apañar
 - patear
 - rebotar
 - golpear, etcétera

- b) **El cuidado y la salud corporal**
- c) **La expresión corporal**
- d) **Los juegos, tipos y normas que los regulan**
 - d₁ Sensoriales
 - d₂ Para el desarrollo de las habilidades motrices
 - d₃ Juegos populares.
 - d₄ Predeportivos: son todas aquellas actividades con las características propias de un deporte específico, pero con adecuaciones que las hacen ser más sencillas, de forma tal que sean más fáciles de aprender, como reglas y materiales más sencillos, dimensiones del campo de juego más pequeñas, y tiempo de juego más corto.
 - d₅ Deportes: fútbol, baloncesto, voleibol, béisbol, etcétera.

A fin de desarrollar adecuadamente los contenidos anteriores, sobre todo los referentes al conocimiento del cuerpo (esquema corporal, habilidades sensorio-motrices y perceptivas, habilidades y destrezas motoras básicas), es necesario que todos los docentes, tanto los actuales como los futuros, posean sólidos conocimientos acerca de las fases del desarrollo motor del ser humano, las cuales se exponen a continuación.

5. FASES DEL DESARROLLO MOTOR

El desarrollo motor sigue un patrón predecible que evoluciona en forma secuencial y jerárquica desde los movimientos más simples hasta los complejos. De acuerdo con la edad en la que se encuentren, los niños deben mostrar habilidad para ejecutar determinadas conductas motoras. **Tómese en cuenta que los patrones más complejos de movimiento dependen de los patrones más simples desarrollados durante los primeros años de vida del niño.**

Por ejemplo, un lanzador de béisbol hace su lanzamiento con tanta presteza, que puede hacer que la bola sea enviada haciendo una curva, o en línea recta; puede hacer que la bola viaje a diferentes velocidades. Para lograr todo lo anterior, esta persona debe haber pasado primero por el movimiento manipulativo básico de lanzar.

Cuanto más pequeño sea el niño, sus movimientos son más simples y predecibles. Al lanzar un balón, un niño de tres años solo llevaría la bola por encima del hombro y la lanzaría con esfuerzo a medio o un metro de distancia, y siempre hacia abajo. No se observaría en él la extensión del brazo que lanza, ni los movimientos de piernas y tronco.

La Tabla 1 "Conducta Motora", ilustra la sucesión evolutiva de la conducta motriz (León, 1990:2).

TABLA 1

CONDUCTA MOTORA

EDAD	CONDUCTA MOTORA
4 semanas	La cabeza bambolea. Manos cerradas.
16 semanas	Cabeza firme. Postura simétrica. Manos abiertas.
28 semanas	Se sienta, inclinándose hacia adelante con apoyo de las manos.
40 semanas	Permanece sentado solo. Gatea. Se para.
12 meses	Camina con ayuda. Se traslada.
18 meses	Camina sin caerse. Se sienta por sí mismo.
2 años	Corre. Salta con dos pies. Patea bola.
3 años	Se para sobre un pie.
4 años	Salta sobre un pie.
5 años	Salta en forma alterna sobre cada pie. Hace caballito.

El desarrollo motor ocurre siguiendo dos principios o leyes: principio o ley del desarrollo céfalo-caudal, y principio o ley del desarrollo próximo-distal (www.colmex.com; <http://mx.geocities.com>; <http://educacion.upa.cl>; www.pnte.cl.navarra.es; Pyfer, 1990:13; Woodburn, 1976:5).

- ➔ **El desarrollo céfalo-caudal** implica que el desarrollo motor ocurre de la cabeza a las extremidades. Por ejemplo, un recién nacido aprende a controlar su cabeza antes que el resto de su cuerpo y controlará su tronco antes de manifestar un adecuado uso de manos y de dedos.



FIGURA 8. CONTROL DE CABEZA.

- El desarrollo próximo-distal se refiere a que el desarrollo motor ocurre desde el centro del cuerpo hasta afuera, "...el desarrollo avanza del centro del cuerpo hacia las partes externas. La cabeza y el tronco del feto se desarrollan antes que los miembros; y las piernas y los brazos antes que los dedos de manos y pies." (www.covimex.com) Se entiende entonces que, siguiendo un patrón de desarrollo próximo-distal, un recién nacido aprenderá primero a controlar sus hombros antes que sus codos y aprenderá a controlar sus codos antes que sus manos.



FIGURA 9. CONTROL DE TRONCO, CADERA Y EXTREMIDADES.

Tal como se mencionó, el hecho de que el desarrollo motor ocurra en forma jerárquica y secuencial, ha permitido establecer las denominadas "**fases del desarrollo motor**". La clasificación de estas fases suele variar un poco entre los diferentes autores; sin embargo, es de consenso que tales fases son, en esencia, las mismas.

Básicamente, las grandes fases del desarrollo motor las podemos apreciar en la pirámide siguiente, de acuerdo con los autores Arce, y Cordero (1996:15-19); Brown y otros (2001); López (1989:415-417); y Woodburn (1976:4-9).



FIGURA 10. FASES DEL DESARROLLO MOTOR.

5.1 MOVIMIENTO REFLEJO (DESDE LA FORMACIÓN PRENATAL HASTA UN AÑO DE EDAD)

Esta fase abarca desde el nacimiento hasta, aproximadamente, el primer año de edad. Antes de explicar las características de esta fase, es conveniente hacer una breve referencia a lo que es un movimiento reflejo, ya que este tipo de manifestación predomina en esta etapa. Un reflejo es una respuesta involuntaria de índole muscular o de

ándole glandular que ocurre como respuesta a determinados estímulos. Concretamente, los reflejos se definen como "...movimientos involuntarios y estereotipados en respuesta a un estímulo. Estereotipado significa que se produce siempre la misma respuesta ante un estímulo determinado." (www.uam.es; www.puc.cl) La importancia que tiene la presencia o la ausencia así como la fuerza de un reflejo, radica en que constituye un indicador del desarrollo neurológico y funcional de los niños.



FIGURA 11. ÁREAS DE NUESTRO CEREBRO.

Comúnmente, la integración de los reflejos se lleva a cabo a nivel subcortical (involuntario), pero algunos son incluidos dentro de la corteza cerebral (voluntario), como lo es el caminar o saltar (ver ilustración) (www.edulat.com; www.med.javeriana.edu.co; www.uam.es).

CLASES DE REFLEJOS

Los reflejos pueden clasificarse de la siguiente manera de acuerdo con lo publicado en www.edulat.com:

- **Simple o inconscientes:** en este tipo de reflejo no actúa la voluntad. Participan todos los elementos del reflejo, siendo el centro la médula espinal. Algunos ejemplos son: las palpitaciones del corazón, la respiración y la dilatación o contracción de la pupila, según sea la cantidad de luz.
- **Complejos o conscientes:** este tipo de reflejo mezcla inicialmente un componente voluntario para dar cabida luego a un componente involuntario. Algunos ejemplos de este tipo de reflejo son caminar, bailar y saltar.
- **Condicionados:** son los reflejos que se aprenden con la experiencia. En estos reflejos interviene la corteza cerebral pero luego se vuelven involuntarios. Por ejemplo, cuando por primera vez tratamos de tocar o acercarnos a la llama de un fósforo, nos quemamos; posteriormente lo que ocurrirá con "esta experiencia" es que cuando se enciende un fósforo cerca nuestro, la reacción involuntaria será la de "retirarnos" para evitar ser quemados.
- **Congénitos:** son los reflejos que están presentes al nacer y son los que básicamente tienen que ver con esta fase del desarrollo. Los reflejos congénitos pueden extinguirse o permanecer con el paso de los años, razón por la cual muchos de estos reflejos no se observarán en las personas ya adultas. Esto ocurre de esta manera, ya que conforme el bebé crece, su sistema nervioso "madura" y le permite tomar control voluntario de sus músculos en forma paulatina. Muchos de estos reflejos son conocidos como **reflejos primitivos** los cuales son fundamentales para la sobrevivencia del recién nacido. Ejemplos de estos son el **reflejo de la búsqueda** y el **reflejo de succión**.



FIGURA 12. SALTAR-CAMINAR.

También, dentro de los reflejos congénitos cabe citar los **reflejos posturales**, éstos son una fuente de aprendizaje para el niño ya que con la práctica y con la madurez, estos reflejos llegan a convertirse en movimientos voluntarios (los ejercidos por la corteza cerebral). Algunos ejemplos de reflejos posturales son el reflejo de la marcha y el de la natación. Dentro de los reflejos congénitos también encontramos el reflejo Moro, el reflejo o signo Babinski, la prensión palmar y la prensión plantar. Los reflejos congénitos en general son indicadores de la salud neurológica del recién nacido (www.albebe.com; www.med.javeriana.com; www.medicadetarragona.es).

A continuación, se describen algunos ejemplos de movimiento reflejo:

- **Reflejo de succión:** el recién nacido succiona cualquier cosa que toque sus labios. Esto le facilita alimentarse del pecho de su madre o del biberón en forma automática, no voluntaria. En síntesis, este reflejo permite al recién nacido alimentarse y sobrevivir. Con el tiempo, este movimiento automático de succión se transformará en un movimiento voluntario (los originados en el nivel cortical), que le permitirá al niño alimentarse en forma voluntaria por el resto de sus días.



FIGURA 13. REFLEJO DE SUCCIÓN.

- **Reflejo de búsqueda:** si a un recién nacido se le toca alrededor de la boca o en la mejilla, el bebé girará inmediatamente con la boca abierta hacia

donde se le está estimulando. Este reflejo le permite al recién nacido encontrar su alimento. El reflejo de búsqueda tiende a desaparecer entre los tres o cuatro meses de nacido.



FIGURA 14. REFLEJO DE BÚSQUEDA.

- **Reflejo de la marcha:** al levantar al recién nacido, tomándolo por debajo de las axilas y al colocarle los pies sobre una superficie, el bebé moverá sus piernas como si quisiera salir "caminando". A esta edad, el movimiento de "caminar" que se observa corresponde a un movimiento no voluntario. Este reflejo aparece aproximadamente al tercer o cuarto día y debe desaparecer entre los dos y tres meses de vida. La marcha voluntaria aparecerá entre los doce y dieciséis meses de vida aproximadamente.



FIGURA 15. REFLEJO DE LA MARCHA.



FIGURA 16. REFLEJO DE NATACIÓN.

- **Reflejo de natación:** si se sostiene al recién nacido, boca abajo, con el estómago tocando agua (puede ser una tina con agua), el bebé moverá automáticamente y en forma alterna sus piernas y brazos, de ahí su denominación. Este movimiento reflejo desaparece, por lo general, a los seis meses de vida.
- **Prensión palmar:** si se coloca un objeto en la palma de la mano del recién nacido, éste, automáticamente cerrará su mano apretando el objeto. Lo normal es que el recién nacido no pueda soltar el objeto por sí mismo. Es muy común que al colocar un dedo (el índice por ejemplo) en la palma del niño, se observa cómo el bebé cierra su mano apretando el dedo.

Durante el primer mes de vida el reflejo es muy pronunciado, luego decrece, en forma paulatina, hasta desaparecer entre los tres y cuatro meses de vida.

- **Prensión plantar:** si se coloca un objeto en la planta del pie del recién nacido, este, automáticamente, flexionará los dedos del pie en dirección al objeto. Este movimiento también constituye una respuesta automática. Tiende a desaparecer alrededor del noveno mes.

Durante el primer mes de vida este reflejo es muy pronunciado, luego decrece en forma paulatina.

- **Reflejo moro o de sobresalto:** cuando el bebé escucha un ruido fuerte o siente que "se cae", o cuando se le cambia repentinamente de posición, extenderá el cuello, arqueará la espalda al mismo tiempo que abre y extiende los brazos y piernas; inmediatamente después flexionará y recogerá sus brazos y piernas. Este reflejo se presenta desde los primeros días y debe desaparecer alrededor de los cinco o seis meses de edad.



FIGURA 17. PRENSIÓN PALMAR.



FIGURA 18. PRENSIÓN PLANTAR.



FIGURA 19. REFLEJO MORO.

- **Reflejo Babinski:** cuando se estimula la planta del pie de un recién nacido, pasando un dedo desde la parte de atrás hacia la de adelante, se observará cómo extiende el “dedo gordo” hacia arriba, al mismo tiempo que separa los otros dedos del pie y rota el tobillo hacia adentro. Este reflejo debe desaparecer entre los seis meses y los dos años.

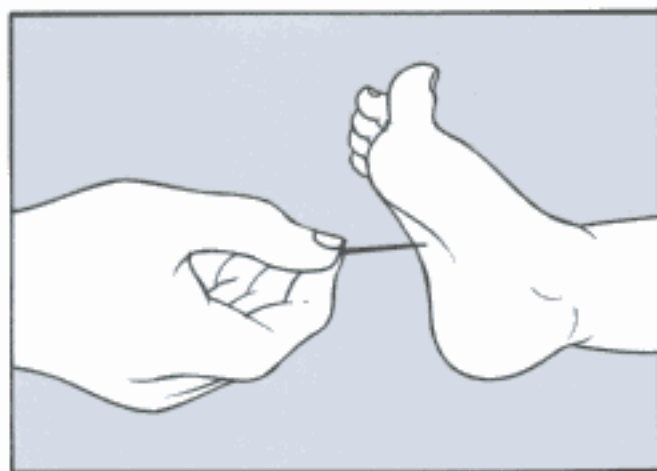


FIGURA 20. REFLEJO BABINSKI.

Es sumamente importante enfatizar que la evolución que siguen los reflejos en cada individuo a lo largo de su vida es de vital importancia, ya que la ausencia o la presencia de estos en un bebé, la persistencia de ciertos reflejos después de la edad en la que normalmente deben desaparecer o la aparición repentina de reflejos infantiles en niños mayores así también como en adultos, podrían indicar que se está ante la existencia de un trastorno de índole neurológico, el cual debe ser atendido por el personal especializado (www.albebe.com; www.elbebe.com).

5.2 HABILIDADES MOTORAS RUDIMENTARIAS (DE 0 A LOS 2 AÑOS)

Esta fase abarca desde el nacimiento hasta aproximadamente los 2 años de edad. En este período aún persisten algunos movimientos reflejos. Sin embargo, empiezan a aparecer los movimientos voluntarios: **prensión y manipulación, locomoción y estabilización corporal**. Estos consisten en voltearse de boca arriba a boca abajo, sentarse, gatear, ponerse de pie, caminar, agacharse y enderezarse, atrapar una bola, patear, subir y bajar gradas, etc. A estos primeros movimientos voluntarios se les denomina "habilidades motoras rudimentarias". Precisamente, esos movimientos son los que constituyen la base para futuras y más complejas conductas motoras. Por lo tanto, es importante que los padres de familia y docentes brinden a los niños, comprendidos en esas edades, la oportunidad de moverse libremente y de explorar con su cuerpo los espacios y los objetos circundantes, tomando en consideración, obviamente, las normas básicas de seguridad.

5.3 PATRONES BÁSICOS DEL MOVIMIENTO (DE LOS 2 HASTA LOS 7 AÑOS)

La fase denominada patrones básicos del movimiento abarca aproximadamente desde los 2 hasta los 7 años. Los patrones básicos del movimiento son el resultado de los primeros movimientos voluntarios del niño desarrollados durante sus dos primeros años de vida; esto es, las habilidades motoras rudimentarias a las que con anterioridad hemos hecho referencia.

Lo primordial durante este período es la generalidad y la espontaneidad del movimiento; por lo tanto, no se requieren ni se deben exigir altos niveles de precisión ni exactitud. **Tómese en cuenta que, en esta fase, el proceso es significativamente más importante que el resultado.** Durante este período, no deben enfocarse destrezas específicas; sino más bien, brindar a los estudiantes en general una gama de oportunidades para que puedan moverse, como lo destaca S. Woodburn de la siguiente forma. "Se enfatiza más la ejecución de una variedad de movimientos en una forma aceptable en lugar de enfatizar ejecuciones altamente diestras en un número limitado de destrezas." (1976:2)

Por ejemplo, en un lanzamiento por encima del hombro no importará tanto exigirle al niño que lleve la pierna contraria hacia atrás y que luego la transfiera hacia adelante, o que el brazo que lanza vaya en un ángulo aproximado de 90 grados para luego extenderse completamente hacia adelante al lanzarse. Lo importante es que el niño ejecute la tarea sin apartarse del esquema general. En este caso, el lanzamiento, por encima del hombro, deberá realizarse por encima y no por debajo. Luego, en forma progresiva, el maestro puede refinar y exigir a sus alumnos una mejor y más compleja técnica de lanzamiento.

En el salto, sin impulso hacia el frente, no será tan importante exigirle al niño proyectar los brazos hacia adelante al momento de saltar y que al caer debe evitar a toda costa, dar un paso adelante para prevenir una caída, pues, en un inicio, el niño requiere

experimentar y aprender de sus propios errores. En consecuencia, el maestro debe estar atento para ejemplificar, explicar y corregir. El perfeccionamiento en la ejecución de las destrezas motrices, vendrá poco a poco.

Lo importante es que el niño practique y explore, de forma tal, que pueda determinar cuál es la respuesta de su cuerpo al manejar determinado objeto o al moverse de determinada manera. Los niños exploran con sus posibilidades corporales, brincan, corren, saltan, lanzan, trepan, se arrastran y, además, aprenden a controlar y a hacer equilibrio con su cuerpo.

Ciertamente los procesos de maduración del Sistema Nervioso Central y el del Sistema Músculo Esquelético, por sí mismos, ejercen gran influencia en el aprendizaje de los patrones básicos. Al mismo tiempo, la práctica continua de estos patrones incide, directamente, en la adquisición y perfeccionamiento de los patrones básicos.

5.4 DESTREZAS MOTORAS GENERALES (DE LOS 8 A LOS 10 AÑOS)

La fase de destrezas generales abarca las edades comprendidas entre los ocho y diez años. Esta etapa se caracteriza por el hecho de que los niños empiezan a generalizar las habilidades. Se retoman los movimientos de la etapa anterior; pero ahora se le da énfasis a la precisión y a la ejecución del movimiento. Además, inicia la práctica de destrezas deportivas, las cuales son, evidentemente, más complejas que los patrones básicos de movimiento.

5.5 DESTREZAS MOTORAS ESPECÍFICAS (DE LOS 11 A LOS 13 AÑOS)

Esta fase abarca las edades comprendidas aproximadamente entre los 11 y 13 años. Las destrezas que se desarrollan en el transcurso de este período, son iguales a las de la fase anterior. Entonces, ¿cuál es la diferencia? La diferencia radica en la presencia de un mayor grado de madurez, lo cual conlleva a enfatizar, aún más, la exactitud en la ejecución del movimiento. No obstante, **el mayor énfasis se concentra en los resultados, más que en el proceso.** Además, en esta etapa los alumnos inician la práctica de actividades predeportivas y deportivas.

5.6 DESTREZAS ESPECIALIZADAS (DE LOS 14 AÑOS EN ADELANTE)

La fase de las destrezas motoras específicas empieza, aproximadamente, a los catorce años de edad y continúa durante la adultez. La calidad y la exactitud en la ejecución de las destrezas de movimiento, sobre todo, aquellas de índole deportivo, estarán determinadas por la base de los movimientos anteriores, así como por el talento de cada individuo. El nivel de especialización podrá llegar, incluso hasta el alto rendimiento como lo sería la práctica deportiva altamente competitiva.

6. CLASIFICACIÓN DEL MOVIMIENTO

Existen tres categorías de movimiento que necesariamente deben estar presentes y ser desarrolladas en forma progresiva, desde las habilidades rudimentarias hasta las destrezas especializadas. Estos movimientos son, de acuerdo con Arce y Cordero (1996:15) y Woodburn (1976:9), los siguientes: estabilidad, locomoción y manipulación.

- **Estabilidad:** la estabilidad es la destreza de mantener el equilibrio en relación con la fuerza de la gravedad. Los movimientos de estabilidad constituyen la base del movimiento humano; en general, influyen directamente en los otros dos tipos de movimientos, a saber, los locomotores y los manipulativos. Los movimientos pertenecientes a esta categoría (estabilidad) también son conocidos como movimientos no locomotores; algunos ejemplos son: flexión, extensión, rotación, esquivar, contracción, balanceo y otros.
- **Locomoción:** los movimientos locomotores son aquellos en los que, necesariamente, ocurre un desplazamiento del cuerpo en relación con dos puntos distantes en el suelo. Algunos ejemplos de movimientos locomotores son: nadar, bailar, correr, trepar, caminar, saltar, reptar, etc. La eficiencia de los movimientos locomotores depende, en forma directa, del dominio en la ejecución de los movimientos de estabilidad.
- **Manipulación:** los movimientos manipulativos son aquellos que requieren que cierto grado de fuerza sea aplicado a un objeto, o al contrario, que la fuerza que trae un objeto en movimiento sea amortiguada. Un ejemplo de aplicación de la fuerza hacia un objeto se presenta cuando se patea una bola. Por otro lado, la amortiguación de la fuerza proveniente de un objeto ocurre cuando se apaña o se atrapa una bola. Otros ejemplos de movimientos manipulativos son: escribir, amasar, recortar, pintar, abotonar, amarrar, driblar una bola, jugar bolero, jugar cromos, etcétera.

En los dos contenidos previos desarrollados en este primer capítulo, se ha comentado y explicado sobre aspectos relacionados puramente con el movimiento, pero el desarrollo de los niños y de las niñas no solo involucra la parte motriz. Para que se dé un verdadero y completo desarrollo, se debe hablar de una “desarrollo integral”.

7. DESARROLLO INTEGRAL DE LA NIÑEZ

Los niños y las niñas, al igual que todas las personas, son seres multidimensionales; es decir poseen un cuerpo, piensan, socializan, se comunican, etc. Al hablar de desarrollo integral del niño, se deben, necesariamente, tomar en consideración estas dimensiones, las cuales al estar todas juntas e íntimamente relacionadas unas con otras, adquieren todo su valor y significado (www.trescabezaspiensanmasqueuna.org).

Resumiendo, se puede afirmar que las tres áreas básicas en el desarrollo integral del niño, con base en lo expuesto por Arce y Cordero (1998:11-14) y D'agostino (1993:105-111), son las siguientes: Área psicomotora, Área socio-afectiva y Área cognoscitiva.

Por lo tanto, al desarrollar un programa de Educación Física se deben contemplar no sólo los aspectos físico-motrices, sino también las áreas socio-afectiva y cognoscitiva, como apreciamos en la siguiente cita de Ortega y González.

“Así mismo, la educación a través del cuerpo y del movimiento no puede reducirse a los aspectos perceptivos o motores, sino que implica además aspectos expresivos, comunicativos, afectivos y cognoscitivos.” (1998:15)

7.1 ÁREA PSICOMOTORA (FÍSICO-MOTRIZ)

Dentro del área psicomotora se desarrollan las destrezas motoras básicas: las destrezas o movimientos locomotores, las manipulativas y las de estabilidad, es decir, el desarrollo de las destrezas de juego y las destrezas sensorio-perceptuales. Esta área incluye, además, el desarrollo de la aptitud física: resistencia cardiovascular, fuerza, flexibilidad, resistencia muscular, y la aptitud motriz: coordinación, velocidad, potencia, etcétera. También se promueve el desarrollo del esquema corporal, el desarrollo de la ubicación espacio-temporal y la formación de hábitos de higiene y de salud.

7.2 ÁREA SOCIO-AFECTIVA

El área socio-afectiva es sumamente importante en el proceso de aprendizaje de destrezas de los niños de edad preescolar y de primaria. Esta área se relaciona con emociones, actitudes, apreciaciones y valores. Se manifiesta mediante conductas relacionadas con el interés, la atención, la responsabilidad, la habilidad de escuchar y el responder al interactuar con otros, etc. Algunos verbos relacionados con esta área son: compartir, cuestionar, intentar, aceptar, defender, disputar y otros.

7.3 ÁREA COGNOSCITIVA

El área cognoscitiva está relacionada con actividades intelectuales que requieren diferentes niveles de aprendizaje. Estos niveles de aprendizaje van más allá del simple conocimiento y copia de información. El aprendizaje de habilidades cognoscitivas está asociado a las diferentes experiencias de movimiento por las que el niño pasa. Al respecto M. Arce y M. Cordero afirman que:

“El aprendizaje de los conceptos académicos en las diversas áreas puede facilitársele al niño ilustrándolos con experiencias de movimiento. El niño construye, gracias a los desplazamientos como reptar, gatear, caminar, etc., sus primeras nociones de espacio tales como allá, aquí, cerca, lejos, noción de límite; adquiere conocimiento y dominio de los elementos que constituyen el mundo de los objetos.” (1998:10)

En el ámbito propiamente de la docencia es importante poner atención en los estudios de Benjamín Bloom y Robert Gagné, quienes desarrollaron taxonomías de objetivos cognoscitivos (del griego *taxís* que significa orden y *nomos* que significa ley), las cuales permiten organizar las habilidades de los seres humanos, de modo que pueden ser empleadas en el proceso enseñanza aprendizaje. Esta clasificación es muy útil, pues ayuda a entender los procesos mentales en un orden lógico, que va de lo más simple a

lo más complejo. A continuación nos permitimos presentar una síntesis de la taxonomía desarrollada por Bloom con base en los autores Lane (2002) y Nelson (1971:27-29):

- **Conocimiento.** Se refiere al recuerdo de hechos específicos: fechas, nombres, definiciones, símbolos, etc. Algunos ejemplos de los verbos que se deben utilizar en este nivel son: definir, identificar, mencionar, nombrar.
- **Comprensión.** Implica el entendimiento del significado o el propósito de algo; por ejemplo, la materia u objeto de estudio. Algunos ejemplos de verbos por utilizar en éste nivel son: convertir, explicar, resumir.
- **Aplicación.** Implica el uso de la información e ideas en situaciones nuevas. Algunos de los verbos que se pueden utilizar en este nivel son: calcular, determinar y resolver.
- **Análisis.** Se refiere a escudriñar o dividir algo, para discernir su estructura y su relación entre las partes. De esta manera, se descompone el todo en sus partes y se dan soluciones a partir del conocimiento adquirido. Algunos de los verbos que sugeridos para este nivel son: analizar, diferenciar y relacionar.
- **Síntesis.** Implica la habilidad de combinar los diferentes elementos en un todo estructural; por ende, se produce un algo nuevo. Algunos de los verbos que se sugieren para este nivel son: diseñar, desarrollar, formular y planear.
- **Evaluación.** Implica la emisión de un juicio con fundamento en el razonamiento, es decir, va más allá de una simple opinión. Algunos de los verbos utilizados en este nivel son: comparar, criticar, evaluar y juzgar.

I. RESPUESTA BREVE

Lea con atención las siguientes preguntas y contéstelas con sus propias palabras.

1. ¿Cómo se define la Educación Física?
2. ¿Qué es la Educación Física Adaptada?
3. Describa las fases del desarrollo motor.
4. ¿Qué importancia tiene conocer las diferentes fases del desarrollo motor?
5. ¿Qué importancia puede tener la tabla de la "conducta motora"?
6. ¿Cuáles son las áreas del desarrollo integral del niño?
7. ¿Qué importancia tiene la Educación Física en relación con el desarrollo integral del niño?

II. COMPLETAR

Llene los espacios en blanco.

1. Los movimientos de flexión, contracción y rotación pertenecen a la categoría de movimientos _____.
2. Los movimientos como abotonar, pintar, driblar un balón y amarrar, pertenecen a la categoría de movimientos _____.
3. Saltar, caminar, nadar y correr pertenecen a la categoría de movimientos _____.
4. El área del desarrollo integral del niño relacionado con las actividades intelectuales es _____.
12. El área del desarrollo integral del niño relacionado con las emociones, actitudes, valores y apreciaciones es _____.
13. El área del desarrollo integral del niño relacionado con las destrezas motoras básicas, la aptitud física, el esquema corporal, la ubicación espacio-temporal y la formación de hábitos de higiene y de salud es _____.

I. RESPUESTA BREVE

1. Existe una gama de definiciones acerca de la Educación Física; sin embargo esta puede concebirse como la educación para y a través del movimiento, sin dejar de lado los aspectos cognoscitivos y socio-emocionales.
2. La Educación Física Adaptada se refiere a un programa variado de actividades físicas dirigido a una población estudiantil que debido a las características de sus discapacidades, no podrían participar en forma segura y exitosa en un programa regular de Educación Física.
3. Las fases del desarrollo motor son las siguientes:
 - ✦ **Movimiento reflejo.** Es la fase que abarca aproximadamente desde el nacimiento hasta el primer año de edad. Los movimientos observados no son voluntarios, sino más bien movimientos involuntarios.
 - ✦ **Habilidades motoras rudimentarias.** Es la fase que abarca aproximadamente desde el nacimiento hasta los 2 años de edad. A pesar de la existencia de algunos movimientos reflejos, es la fase en donde empiezan a aparecer los movimientos voluntarios, tales como los manipulativos, locomotores y los de estabilidad.
 - ✦ **Patrones básicos de movimiento.** Los patrones básicos del movimiento se desarrollan entre los 2 hasta los 7 años de edad, aproximadamente. Estos son el resultado de los primeros movimientos voluntarios aparecidos durante los dos primeros años de vida.
 - ✦ **Destrezas motoras generales.** Esta fase abarca las edades comprendidas entre los 8 y los 10 años. Los niños empiezan a generalizar los movimientos, dándose énfasis a la "calidad" del movimiento. También es la fase en donde se inicia la práctica de destrezas deportivas.
 - ✦ **Destrezas motoras específicas.** Esta fase se desarrolla a la edad comprendida entre los 11 y 13 años. Es una fase en la que los niños han alcanzado un mayor grado de madurez, por lo tanto se exige mayor exactitud en la ejecución de los movimientos, se enfatiza en los resultados más que en el proceso, además se da inicio a las actividades predeportivas y deportivas.
 - ✦ **Destrezas especializadas.** Esta fase da inicio, aproximadamente, a los 14 años y prosigue hasta la edad adulta. Esta es la última fase, por lo tanto la ejecución de las destrezas motrices se verá influenciada por los movimientos desarrollados en las etapas anteriores. El nivel de especialización dependerá, en gran parte, del talento de cada individuo.

4. El conocer cada fase nos permite planificar cada acción educativa acorde con la edad de los estudiantes y sus necesidades asegurándose así un proceso de enseñanza-aprendizaje adecuado.
5. La tabla de la “conducta motora” es importante ya que en ella se describen las conductas motoras iniciales que servirán de base para la adquisición posterior de destrezas motoras más complejas. Entonces, la Tabla sirve de guía no solo a los docentes, sino también a los padres de familia.
6. En términos generales, se da por un hecho que “el desarrollo integral del niño” abarca tres áreas:
 - el área psicomotora (físico-motriz)
 - el área socio-afectiva
 - el área cognoscitiva
7. Las características propias de la Educación Física hacen posible que se abarque con facilidad las tres áreas del desarrollo ya mencionadas: físico-motriz, socio-afectiva y cognoscitiva. Si bien es cierto el área físico-motriz constituye el centro de interés de la Educación Física, es innegable que esta ejerce gran influencia en las áreas socio-afectiva y cognoscitiva. El niño aprende con cada movimiento que realiza: explora el medio que lo rodea, incursiona luego más allá, manipula objetos para luego aprender con exactitud a utilizarlos; aprende a perder y a ganar, a respetar a los demás, etcétera.

II. COMPLETAR

1. Los movimientos de flexión, contracción y rotación pertenecen a la categoría de movimientos de estabilización.
2. Los movimientos de abotonar, pintar, driblar un balón y patear pertenecen a la categoría de movimientos manipulativos.
3. Los movimientos de saltar, caminar, nadar y correr pertenecen a la categoría de movimientos locomotores.
4. El área del desarrollo integral del niño relacionada con las actividades intelectuales es la cognoscitiva.
5. El área del desarrollo integral del niño relacionada con las emociones valores y apreciaciones es la socio-afectiva.
6. El área del desarrollo integral del niño relacionada con las destrezas motoras básicas, la aptitud física, el esquema corporal, la ubicación espacio-temporal y la formación de hábitos de higiene y de salud es la físico-motriz.

- ARCE, Ma. del Rocío y Cordero, Ma. del Rocío. 1996. *Desarrollo Motor Grueso*. Editorial Universidad de Costa Rica, Costa Rica.
- ASAMBLEA LEGISLATIVA DE COSTA RICA. 1996. *Ley 7600. Igualdad de Oportunidades para las Personas con Discapacidad en Costa Rica*. San José, Costa Rica. Consejo Nacional de Rehabilitación, Presidencia de la República, Agencia Española de Cooperación Internacional.
- BLUMA, S., SHEARER, M., FROHMAN, A. y HILLIARD, J. S.f. *Portage Guide to Early Education*. Portage Project, Wisconsin, USA.
- BROWN, Pei-San; SUTTERBY, John; Therrell, James and Thorton, Candra. 2001. *Physical Development and Outdoor Play Components*. IPEMA, Austin, Texas, Recuperado el 18 octubre del 2002. [www.ipema.org].
- BUCHER, Charles. 1979. *Administration of Physical Education & Athletic Programs*, Mosby, Missouri, USA.
- CALZADA, Arijá. 1996. *Educación Física. 1 y 2 Enseñanza Secundaria Obligatoria*. Gymnos, Madrid, España.
- CORNEJO, Luis G. (compilador). 1999. *Normativa Jurídica sobre Adecuaciones Curriculares y otras Necesidades Educativas Especiales*. Compendio. San José, Costa Rica.
- D'AGOSTINO, Giuseppe. 1993. *Aspectos Teóricos de la Evaluación Educativa*. EUNED, Costa Rica.
- DEPARTAMENTO DE CIENCIAS FISIOLÓGICAS. S.f. *Reflejos*. Recuperado el 05 de julio del 2004, [www.med.javeriana.edu.co].
- EDULAT. S.f. *El sistema nervioso humano*. Recuperado 05 de julio del 2004, [www.edulat.com].
- El bebé de los 2 a los 12 meses*. S.f. Recuperado el 18 de octubre del 2002, [www.covimex.com].
- El desarrollo psicológico del niño de 0 a 3 años*. S.f. Recuperado el 18 de octubre del 2002, [www.pnte.clnavarra.es].
- El recién nacido. Reflejos*. S.f. Recuperado el 06 de julio del 2004, [www.albebe.com].
- El Sistema Nervioso y los Reflejos*. S.f. Recuperado el 05 de julio del 2004, [www.medicadetarragona.es].
- FEDERACIÓN INTERNACIONAL DE EDUCACIÓN FÍSICA (FIEP). S.f. *El Manifiesto Mundial FIEP-2000*. Recuperado el 05 de julio del 2004, [www.orbita.starmedia.com].

- GARCÍA, Ángel L. S.f. *Reflejos espinales*. Página de Docencia de Fisiología. Recuperado el 05 de julio del 2004, [www.uam.es].
- Infancia, etapa de los primeros pasos y niñez temprana. Principios del desarrollo*. S.f. Recuperado el 18 de octubre del 2002, [http://mx.geocities.com].
- HERNÁNDEZ, Rita y RODRÍGUEZ, Socorro. 1993. *Manual operativo para la Evaluación y Estimulación del Crecimiento y Desarrollo del Niño*. San José, Costa Rica. EUNED.
- JIMÉNEZ, José y GONZÁLEZ, Juan. 1998. *Psicomotricidad y Educación Física. 184 sesiones prácticas para la Educación Especial, Infantil y Primaria*. Madrid. Ed. Visor.
- KIRK, David. 1998. *El mito de la "leyenda" deportiva, la educación física y la nueva cultura física. Lecturas. Educación Física y Deportes*. Revista Digital, Año 3, N° 11, Buenos Aires, octubre de 1998. Recuperado el 15 de julio del 2004, [http://www.efdeportes.com/efd11/kirke.htm].
- LANE, Carla. *Bloom's Taxonomy*. 2002. Distance Learning Resource Network. Recuperado el 17 de octubre del 2002, [www.dlrm.org/library/dl/uide.html].
- LEÓN, Carlos. 1990. *Diagnóstico del Desarrollo. II Curso Desarrollo del Niño e Intervención Temprana*. San José. Caja Costarricense del Seguro Social, Hospital Nacional de Niños.
- LÓPEZ, Mario Alberto. 1989. *Superando el Concepto de Educación del Movimiento*. Guatemala. Confederación Deportiva Autónoma de Guatemala. XII Congreso Panamericano de Educación Física.
- MINISTERIO DE EDUCACIÓN PÚBLICA. 2002. *Programa de Estudio de Educación Física*. San José, Costa Rica Editorial Dpto. de Publicaciones, MEP, 2002. Recuperado el 03 de enero del 2003, [www.mep.go.cr].
- NELSON, Clarence. 1971. *Mediciones y Evaluación en el Aula*. Buenos Aires. Ed. Kapelusz.
- Psicomotricidad*. S.f. Recuperado el 17 de octubre del 2002. [http://educacion.upa.cl].
- PYFER, Jean. 1990. *Valorando el Desarrollo Motor*. San Pedro. Universidad de Costa Rica, Escuela de Educación Física y Deportes, VIII Conferencia Interamericana de Educación Física, Recreación y Deporte para Personas con Discapacidad.
- Sistema Nervioso*. S.f. *Principales Vías en Sistema Nervioso Central*. S.f. Recuperado el 05 de julio del 2004, [www.puc.cl].
- Tres cabezas piensan más que una*. 2002. Recuperado el 17 de octubre del 2004, [www.trescabezaspiensanmasqueuna.org].
- VENTURA Producciones. S.f. *El bebé de los 0 a 12 meses*. Recuperado el 06 de julio del 2004, [www.elbebe.com].
- WOODBURN, Sharon. 1976. *Aprenda a Moverse*. Heredia, Costa Rica. Universidad Nacional.

2

DESARROLLO SENSORIO-PERCEPTUAL

Sumario

1. Generalidades sobre las actividades motrices
2. El proceso del desarrollo sensorio-perceptual
3. Habilidades sensorio-perceptuales
4. Sistema Vestibular

Objetivos

Se espera que al finalizar la lectura y análisis de este capítulo, usted haya alcanzado los siguientes objetivos:

1. Explicar en qué consiste la *kinestesia* y establecer la diferencia entre esta y la propiocepción.
2. Relacionar la estructura corporal, la estructura espacial y la estructura temporal con la *kinestesia* y la propiocepción.
3. Explicar cuál es la función básica y la importancia de las habilidades sensoriales, la percepción háptica y el sistema vestibular.
4. Describir la relación existente entre la kinestesia, la propiocepción, las habilidades sensoriales, y el sistema vestibular con la Educación Física.
5. Proponer y aplicar actividades motrices que estimulen las diferentes habilidades sensorio-perceptuales.

El presente capítulo tiene como propósito explicar y diferenciar algunos conceptos tales como kinestesia, propiocepción, estructura corporal, estructura espacial, estructura temporal y habilidades sensoriales. Se pretende que usted, estimado estudiante y futuro profesional, pueda comprender la relación existente entre la Educación Física con los conceptos anteriormente mencionados con miras a ponerlos en práctica en el futuro.

1. GENERALIDADES SOBRE LAS ACTIVIDADES MOTRICES

La importancia de las actividades motrices, esto es, el movimiento, especialmente a edades tempranas durante la niñez, reside en el hecho de que **no hay aprendizaje sin movimiento** (ACTIVEMEDIA & SegaAlex, www.handball.enourense.net; Hemeroteca Virtual ANUIES, www.hemerodigital.unam.mx; Viader, www.adopcionafrica.org).

La mayor parte de las teorías de aprendizaje ponen de manifiesto la trascendencia de la actividad motriz en los procesos de aprendizaje, así lo manifiestan J. Quirós y D. Schrager en la siguiente cita:

“En el comienzo mismo de la vida la actividad motriz se anticipa a la acción mental, después ambos factores son coincidentes, más tarde coexisten y finalmente la acción mental subordina a la actividad motriz.” (1980:50)

Remón manifiesta que “...el movimiento es uno de los instrumentos cognitivos fundamentales de la persona, tanto para conocerse a sí misma como para explorar y estructurar su entorno inmediato.” (www.nti.educa.rcanaria.es) En relación con el mismo tema Viader (www.adopcionafrica.org), afirma que el aprendizaje motriz antecede al aprendizaje cognitivo.

El ejecutar destrezas motoras requiere del procesamiento de datos mediante diferentes habilidades sensoriales. Dicho de otra manera, las destrezas motoras son imposibles de ejecutar sin la existencia de información sensorial.

Por ejemplo, patear o rebotar una bola requiere de la información obtenida a través de la vista (*Ver Figura 21*). Esta información visual ayuda a determinar aspectos, como por ejemplo, con cuánta rapidez debemos de actuar ante diversas situaciones como las siguientes: en un juego, la información visual nos ayuda a determinar si bola va a ras del suelo, si es una bola que va globeada, o si es una bola que va ondulante o

serpenteando. El conjunto de toda esa información ayudará a que el ejecutor de la maniobra, aprenda, en este caso, a patear o rebotar la bola con mayor seguridad y exactitud.

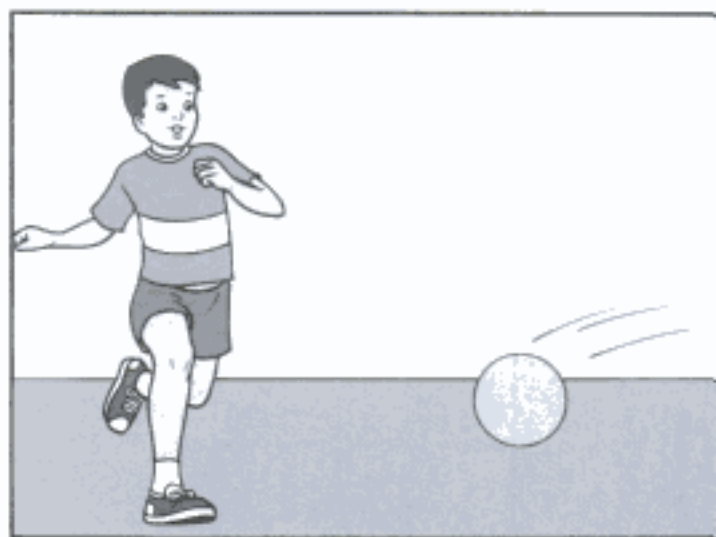


FIGURA 21. EL USO DE LA VISIÓN EN LA PRÁCTICA DEPORTIVA.

Otro ejemplo lo podemos obtener de la experiencia cotidiana como lo es el intentar cruzar una calle, ya que la información visual servirá para determinar si un vehículo viene y cuán rápido se aproxima; de esta manera, tomaremos la decisión más razonable, ya sea la de cruzar inmediatamente, o la de esperar a que el vehículo pase primero.

La información auditiva es de vital importancia en el cumplimiento de destrezas motoras. Un jugador de baloncesto puede determinar por dónde se desplaza el jugador que maneja la bola sin necesidad de verlo, ya que el sonido del balón al picar contra el piso le da una idea respecto de su ubicación.

El atender el teléfono o el abrir la puerta, como respuesta al escuchar el timbre de uno u otro, se hace posible al obtener la información mediante el sistema auditivo. El ritmo de una pieza musical determinará el tipo de movimientos del cuerpo al bailar: no nos movemos igual al bailar un “bolero” que un “rock and roll”. La información auditiva nos indicará de qué ritmo se trata y cómo debemos movernos.

Una persona con ceguera o deficiencia visual requiere de la información táctil para aprender el sistema comunicativo *braille*; también hará uso de datos de índole auditivo para poder atender una llamada telefónica, igualmente, para saber si la licuadora, la lavadora, el televisor o cualquier otro artefacto están o no funcionando. Además, hará uso de la información obtenida por medio del sistema gustativo, con el fin de identificar y distinguir alimentos, por ejemplo, diferenciar la sal del azúcar o el agua de la leche.

Para un niño con deficiencias auditivas y visuales, será de vital importancia la información táctil, ya que será mediante este tipo de información que podrá distinguir entre diferentes objetos y estados. Por ejemplo, un lápiz de un cuchillo, una cuchara de un tenedor, una bola de una bomba, lo frío de lo caliente, etcétera. De ahí que, con la información táctil, podrá también aprender a manipular con precisión diferentes objetos como una cocina, lavadora, licuadora y otros.

La información táctil, gustativa y olfativa le ayudará a una persona a identificar los objetos comestibles de los no comestibles. Por ejemplo, podrá diferenciar lo salado de lo dulce, la miel del alcohol, un limón de una naranja, etcétera.

Por otra parte, existe en nosotros otro tipo de información conocida como *kinestésica*, a la que nos referiremos seguidamente. En el caso de un jugador de tenis, la información *kinestésica* le ayudará a determinar, casi inmediatamente, si al ejecutar un saque, lo realizó o no en forma correcta sin necesidad de ver, ya que la información le ha llegado desde "dentro de su cuerpo". Lo mismo le ocurre a un clavadista, pues la información kinestésica le hará sentir, casi instantáneamente, si su maniobra estuvo correcta o no, y así podríamos citar otros ejemplos más.

Para un niño con trastornos visuales, la información kinestésica le resulta vital, ya que le proporciona la información necesaria acerca del movimiento de su brazo y de su mano en su recorrido hacia la boca o a cualquier otra parte de su cuerpo. Del mismo modo, sucede con el movimiento de sus extremidades inferiores.

A manera de resumen, se puede conceptualizar el desarrollo sensorio-perceptual como aquel proceso que involucra la recepción de estímulos, la interpretación de estos estímulos y la respuesta motora provocada, tal y como puede apreciarse en el siguiente esquema.



FIGURA 22. ESQUEMA DEL FUNCIONAMIENTO SENSORIO-PERCEPTUAL.

Es común que durante las clases de Educación Física, sobre todo en la Educación Física regular, los docentes se fijen más en el "producto" de la actividad motriz, que en "el proceso". Sin embargo, es fundamental tener pleno conocimiento acerca de todo el proceso que involucra una respuesta motora y, más aún, conocer que los errores en la ejecución de las diferentes actividades pueden originarse en alguna de las etapas dentro de todo ese "proceso", a saber: en la recepción del estímulo, en la interpretación de este estímulo, en los mecanismos propios del trabajo motor o en la etapa de la retroalimentación.

Por tal motivo, cuando se planifican actividades físicas para personas con discapacidad, es importante determinar cuál es la causa de su bajo funcionamiento en una actividad determinada, ya que será esa la única manera de llegar a establecer la estrategia que le permita al docente facilitarle a sus estudiantes con NEE, la adquisición de las distintas destrezas motrices. La importancia de identificar las causas de un bajo funcionamiento tiene sentido en la medida en que nos sirvan de instrumento para generar los apoyos y adecuaciones que se requieran para mejorar dicho movimiento. Este proceso está estrechamente ligado a los conceptos de adecuaciones significativas, no significativas y de acceso, explicados en el capítulo anterior.

2. EL PROCESO DEL DESARROLLO SENSORIO-PERCEPTUAL

El desarrollo sensorio-perceptual requiere de la parte sensorial y perceptiva de nuestro organismo. La sensación implica recibir la información (estímulo) mediante los sentidos. Esta información viaja hasta el cerebro, donde es percibida, procesada e integrada al sistema perceptivo. Luego de que la información ha sido integrada, se produce la **respuesta motora**, la cual implica seleccionar y ejecutar un movimiento específico, tal como lo explican Langley, Telford y Christensen (1974:272-275) y R. Maguill (1982:67-71).

Con base en lo anterior, la admisibilidad de la información se logra por medio de las diversas terminaciones sensoriales conocidas como **receptores**. Existen diferentes tipos de receptores con funciones específicas. Estos se encuentran ubicados en diversos lugares de nuestro cuerpo y todos ellos tienen como finalidad recibir información y canalizarla de inmediato al cerebro.

En los nervios de los ojos, de la nariz, de los oídos y de la lengua existen receptores específicos. Tal información se describe concretamente, como visión, audición, tacto, olfato, y gusto. También existe otro tipo de receptores, cuya función específica es la de brindar información acerca de los cambios en la temperatura, presión, dolor, etc. (Langley, Telford y Christensen, 1974:266 y R. Maguill, 1982:70-71).

Otro tipo de receptores está constituido por los llamados **propioceptores**. Éstos son los que ofrecen información acerca de la posición del cuerpo y sus partes, así como de los movimientos del cuerpo en el espacio. **Los propioceptores son conocidos también como interorreceptores o receptores periféricos** y se encuentran en los músculos, en los tendones, en los ligamentos y en las articulaciones de todo nuestro cuerpo.

Los trastornos a nivel de la sensación y de la percepción originan, inevitablemente, dificultad o deficiencia en la práctica de tareas motoras.

Por ejemplo, los niños con parálisis cerebral de tipo atáxico (ataxia: irregularidad en las funciones del sistema nervioso) caminan con una base de sustentación amplia y sus movimientos son desbalanceados, ya que la información acerca de la postura de su cuerpo en el espacio no llega en forma adecuada al cerebro; por tal razón, la respuesta motora se verá alterada e, indudablemente, todo niño que presente trastornos sensorio-perceptuales, también presenta dificultades en el aprendizaje de la lectura y de la escritura, debido a que recibe y percibe la información en forma distorsionada, sin importar su nivel intelectual.

A manera de resumen de este subtema, se puede decir que la sensación y la percepción dan origen a la respuesta motora, es decir al movimiento. La sensación es la respuesta de los órganos sensoriales ante un estímulo, es decir, la activación de receptores sensoriales del cuerpo y la decodificación que hace el Sistema Nervioso Central de estos impulsos sensoriales. Mientras que la percepción es la interpretación de las sensaciones, dándoles un orden y significado. De manera más simple, la percepción es la forma en que el cerebro organiza las sensaciones para darles sentido (Beutel-Horvat, 1985:2; Frostig, M. y Horne, D., 1964:7; Horvat y Magill Meza, www.monografias.com; Magill, 1982; 6; Núñez, www.universidadabierta.edu.mx; www.unizar.es).

Está claro entonces que los trastornos a nivel perceptivo, específicamente los relacionados con la información visual, auditiva, táctil y *kinestésica*, si no son corregidos, repercuten negativamente, en el aprendizaje de destrezas motrices, académicas e idiomáticas.

3. HABILIDADES SENSORIO-PERCEPTUALES

Se conceptualiza como habilidades sensorio-perceptuales aquellas que intervienen en el desarrollo de destrezas motrices. Las habilidades sensorio-perceptuales se pueden clasificar en dos categorías:

- | | |
|--|---|
| Habilidades <i>kinestésicas</i> | <ul style="list-style-type: none">• Estructura corporal• Estructura espacial• Estructura temporal |
|--|---|

- | | |
|--------------------------------|---|
| Habilidades sensoriales | <ul style="list-style-type: none">• Percepción visual• Percepción auditiva• Percepción táctil• Percepción olfativa• Percepción gustativa• Percepción háptica |
|--------------------------------|---|

3.1 HABILIDADES KINESTÉSICAS

Para iniciar este tema es importante establecer la diferencia entre los términos de kinestesia y propiocepción.

El término kinestesia es empleado por muchos autores como sinónimo de propiocepción, como por ejemplo R. Magill (1982:67). Sin embargo, la *kinestesia* se refiere específicamente al movimiento del cuerpo; mientras que la propiocepción se relaciona con la ubicación del cuerpo en el espacio (www.manesweb.8k.com; www.rincondelvago.com).

La información acerca de la posición del cuerpo en el espacio es obtenida mediante unas estructuras llamadas "propioceptores". Los propioceptores son básicamente receptores sensoriales periféricos localizados en los músculos, en los tendones, en los ligamentos y en las articulaciones del cuerpo humano.

La kinestesia emplea la información propioceptiva en la labor de las tareas motoras. Se puede afirmar entonces que la diferencia entre kinestesia y propiocepción radica, específicamente en **"la presencia o ausencia de actividad motriz."** (Quirós, J. y Schrager, Orlando, 1980:41).

En la Educación Física, la *kinestesia* y la propiocepción son fundamentales para ejecutar actividades motoras, ya que proporcionan la información relacionada con las posiciones estáticas o de movimiento del cuerpo.



FIGURA 23. UBICACIÓN DEL CUERPO EN EL ESPACIO.



FIGURA 24. LA GIMNASIA Y LA INFORMACIÓN KINESTÉSICA.

En este texto, nos permitimos definir la *kinestesia* como a aquella sensación que nos informa acerca de la postura, el peso y el movimiento del cuerpo en el espacio (Chacón, 1991; Magill, 1982:68; Quirós y Schrager, 1980:247; <http://www.manesweb.8k.com>). Un ejemplo de información *kinestésica* es la que siente un jugador de baloncesto en el momento de ejecutar "el caballito". A pesar de que el jugador no puede observar su propia ejecución del caballito, mediante la información *kinestésica* sabe que sus manos sostienen la bola, que sus piernas han dado dos zancadas y luego un salto, para finalmente extender un brazo y lanzar el balón hacia el cesto.

Un gimnasta al ejecutar una rondada, sabe con seguridad y sin poder observar su maniobra, cuándo su cuerpo está a una altura adecuada, sabe también, sin poder observarse a sí mismo cuando girar en el aire y, finalmente, cuándo caer al piso y lograr la posición de pie. Este gimnasta será capaz de determinar cuando debe realizar cada movimiento, gracias a la información kinestésica.

Otro ejemplo de información *kinestésica* ocurre cuando una persona, estando de pie, acostada o sentada y con los ojos cerrados, al moverse, puede determinar con certeza si es un brazo, una pierna, el tronco o el cuello lo que está moviendo. También sabrá si está flexionando, extendiendo o rotando determinada parte del cuerpo, sin necesidad de que, visualmente, aprecie tal movimiento.

El manejar un automóvil es otro ejemplo claro, en el cual se requiere de la información *kinestésica*, ya que mientras la vista se mantiene sobre la carretera, las piernas y las manos se mueven para frenar, acelerar o doblar. Al ejecutar esas maniobras, el conductor sabe con certeza la posición y movimientos de manos, brazos y piernas sin necesidad de observarlos.

ACTIVIDADES QUE ESTIMULAN LA KINESTESIA

La *kinestesia* puede estimularse mediante una gran diversidad de actividades motrices, sobre todo aquellas que involucren empujar, mecerse, jalar, deslizarse, equilibrar y rodar. Por ejemplo:

- Deslizarse en toboganes
- Andar en patineta
- Mecerse en hamacas
- Montarse en subibajas
- Rodar en colchonetas
- Resbalar en cartones
- Empujar y llevar objetos con manos y pies
- Manejar bicicleta
- Subir y bajar gradas
- Andar en *scooter*

A manera de resumen de esta temática, se puede afirmar que, para el inicio y el desempeño de cualquier movimiento, se requiere información **sensorial, propioceptiva y kinestésica**. Además, todo movimiento necesita, para su ejecución, un cuerpo, un espacio y un tiempo determinados. Por tal razón, es importante comprender los conceptos teóricos relacionados con el esquema corporal, la estructura espacial y la estructura temporal que estudiaremos a continuación.

3.1.1 ESQUEMA CORPORAL

Algunos autores se refieren al esquema corporal como el conocimiento acerca de nuestro cuerpo, a la conexión entre sus partes ya sea en estado de reposo o en movimiento, así como su relación con el espacio y el entorno inmediato (Escribá, A., 1998:29). Otros autores como Jiménez O. J. y González T. J. (1998:36), lo definen como "...la toma de conciencia de los distintos elementos del cuerpo y de las relaciones que se dan entre ellos, bien sea en actitud estática o en movimiento." Por lo tanto, el esquema corporal implica el conocimiento del propio cuerpo y de las relaciones de éste con el mundo circundante tal y como podemos verlo graficado en la siguiente figura.

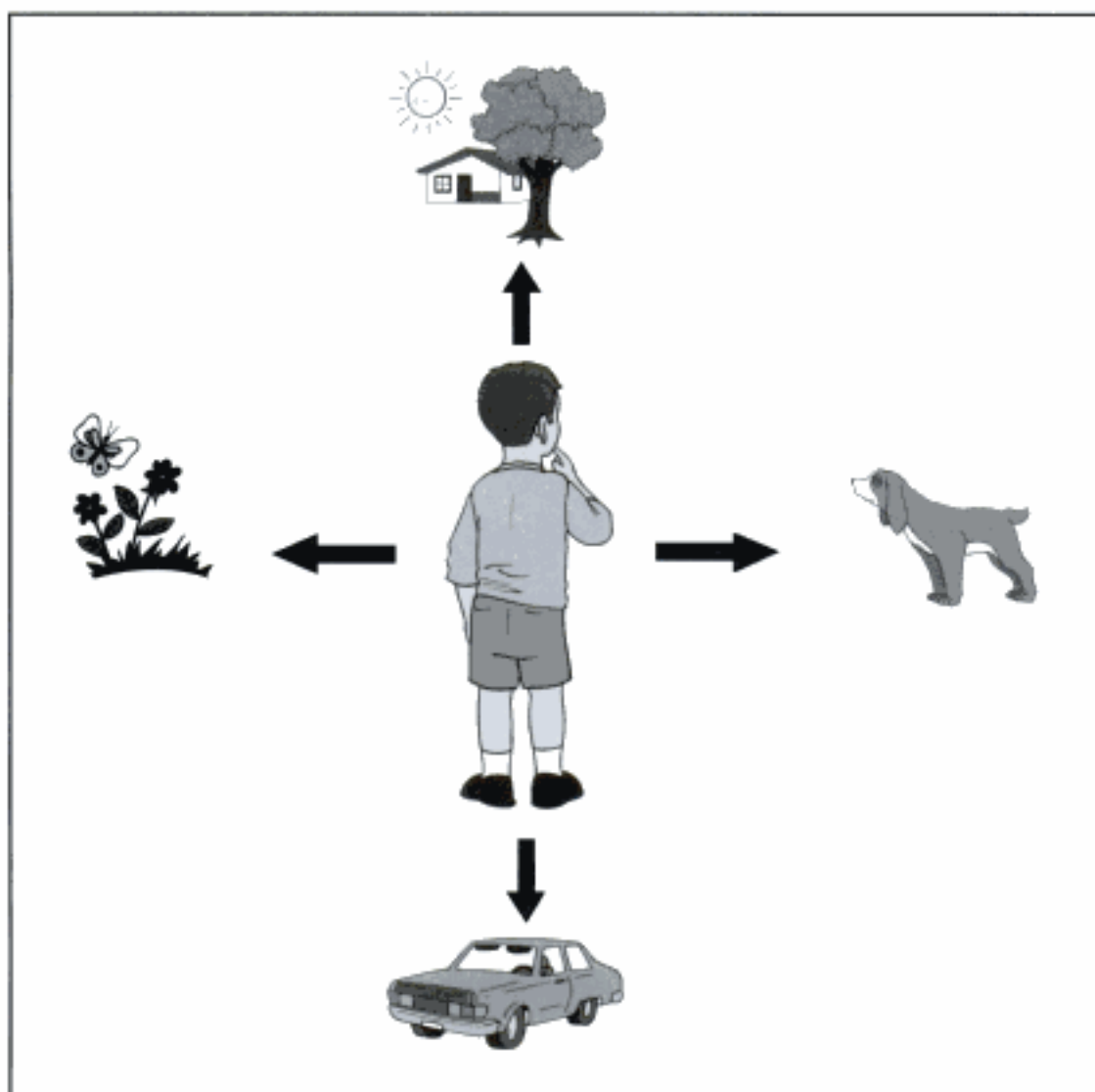


FIGURA 25. RELACIÓN ENTRE INDIVIDUO Y ESPACIO.

El esquema corporal constituye un proceso paulatino y progresivo que abarca desde la infancia hasta los 11 y 12 años, edad en la que se logra su plena madurez. Dicho proceso es el resultado de la interacción del cuerpo con su entorno, y si se presenta un desarrollo deficiente del esquema corporal, ello va a implicar una serie de trastornos en el desempeño integral del o de las infantes. Puede observarse un inadecuado desarrollo del esquema corporal cuando se aprecian los siguientes movimientos, así como actividades con las cuales se puede proceder a su atención:

a) *Indicadores de trastornos del esquema corporal*

Torpeza en la ejecución de tareas motoras:

- Motora gruesa: dificultad para correr, saltar y otros.
- Motora fina: dificultad para escribir y leer.

- Dificultades en el aprendizaje de la lectura y escritura: es usual notar en sus cuadernos de trabajo tachones, borrones y letras mal elaboradas y desproporcionadas.

Posturas corporales inadecuadas:

- En posición sentada o de pie.
- En la imitación de diferentes posiciones posturales, tales como las requeridas para batear, apañar o bailar, etcétera.

Déficit en la estructuración del espacio:

- Se golpean en puertas, silla o gavetas cuando pasan cerca de ellas.
- Se golpean la cabeza al pasar debajo de mesas o cajones.

Déficit en la estructuración del tiempo:

- Patean una bola antes de que esta llegue a sus pies, lo mismo les ocurre cuando intentan batear una bola con un bate.
- Se les dificulta cruzar una calle transitada ya que no pueden calcular adecuadamente, la velocidad de los automóviles.

b) Actividades que estimulan el desarrollo del esquema corporal

Al trabajar, la maestra en forma individual, indica a sus alumnos que deben localizar en sus propios cuerpos, las siguientes partes:

- Cabeza, cuello, estómago y espalda
- hombros, brazos, codos y manos
- ojos, orejas, nariz y boca

Se continúa así, con las otras partes del cuerpo. Seguidamente, con el objetivo de procurar un mayor grado de complejidad a la actividad, se le pide a los estudiantes que traten de localizar esas mismas partes del cuerpo, ahora en el cuerpo de un compañero.

- Organizar en parejas a los estudiantes para que jueguen, ya sea de pie o sentados. El juego consiste en juntar con el compañero, la parte del cuerpo que la maestra indique. Así:

"rodilla con rodilla"	"cabeza con cabeza"	"pie con pie"
"espalda con espalda"	"mano con mano"	"codo con codo"

Para jugar en forma individual, se le proporciona a cada niño un saquito de aproximadamente, 10 x 10 cm, con un relleno que puede ser de arroz, frijoles, garbanzos. A una indicación, los niños deben colocarse el saquito en determinadas partes del cuerpo. Pueden citarse las mismas mencionadas en el juego anterior.

Una adecuada orientación del niño en el espacio requiere, necesariamente, de un correcto conocimiento de su esquema corporal. A partir de un adecuado dominio de ese esquema, el niño adquiere las nociones espaciales: adelante-atrás, arriba-abajo, adentro-afuera, derecha-izquierda.

Todas estas nociones las adquiere el niño partiendo de sí mismo, es decir, utilizando su propio cuerpo como punto de referencia: "los pies los tengo abajo", "la cabeza la tengo arriba"; "estoy delante de la mesa", "estoy detrás de la mesa", "el pupitre está a mi derecha", "la salida está a la izquierda", etcétera.

En un inicio, los niños pequeños aplican las nociones de derecha e izquierda utilizando su propio cuerpo para poder ubicarse en el espacio; por esta razón, ellos identifican la derecha e izquierda de los demás partiendo de las propias, lo cual se conoce como el efecto de espejo: **el niño percibe el área izquierda de los demás como el área derecha en su cuerpo**. Por ejemplo, si a un niño de cinco años de edad se le coloca de frente a otro niño y se le solicita que indique cuál es el brazo derecho de su compañero, es probable que señale al brazo izquierdo en vez del derecho.

Conforme madura, las nociones de lateralidad –izquierda y derecha– y las de direccionalidad –arriba, abajo, adelante, atrás–, adentro-afuera; las aplicará, en forma correcta, en relación con otras personas y con objetos.

a) Trastornos de la estructura espacial

Los trastornos de la estructura espacial pueden manifestarse de varias formas:

- **Confusión al ejecutar tareas motoras:** si se le pide que camine o corra hacia la derecha lo hace hacia la izquierda o no sabe que hacer.

Si se le pide que pase debajo de una mesa, quizás pegue la cabeza en el borde. Al indicársele que dé "dos pasos al frente", quizás los dé hacia atrás.
- **En la escritura, muestra trastornos en la adquisición de las nociones de derecha e izquierda:** confunde la orientación de ciertas letras, usualmente, b-d/p-q; así como también confunde nociones de arriba-abajo en determinadas letras, por ejemplo u-n/d-p.

Podemos, entonces, concebir la estructura espacial como "...el estudio de la conducta perceptual en relación con el tamaño y la forma de los eventos y a las distancias y direcciones que guardan entre sí, con respecto al observador." (Howard, S., 1978:256)

Para concluir, es necesario tener presente que las nociones espaciales se incorporan en forma gradual, y que junto a ellas se adquirieron las nociones temporales: **la estructura espacial y la estructura temporal se construyen en forma paulatina y paralela.**

b) *Actividades que estimulan el desarrollo de la estructura espacial*

- **Se trabaja en forma individual.** Cada niño debe tener un aro; en caso de no contar material, se pueden dibujar círculos en el piso. A la indicación de la maestra, los niños deben ubicarse:

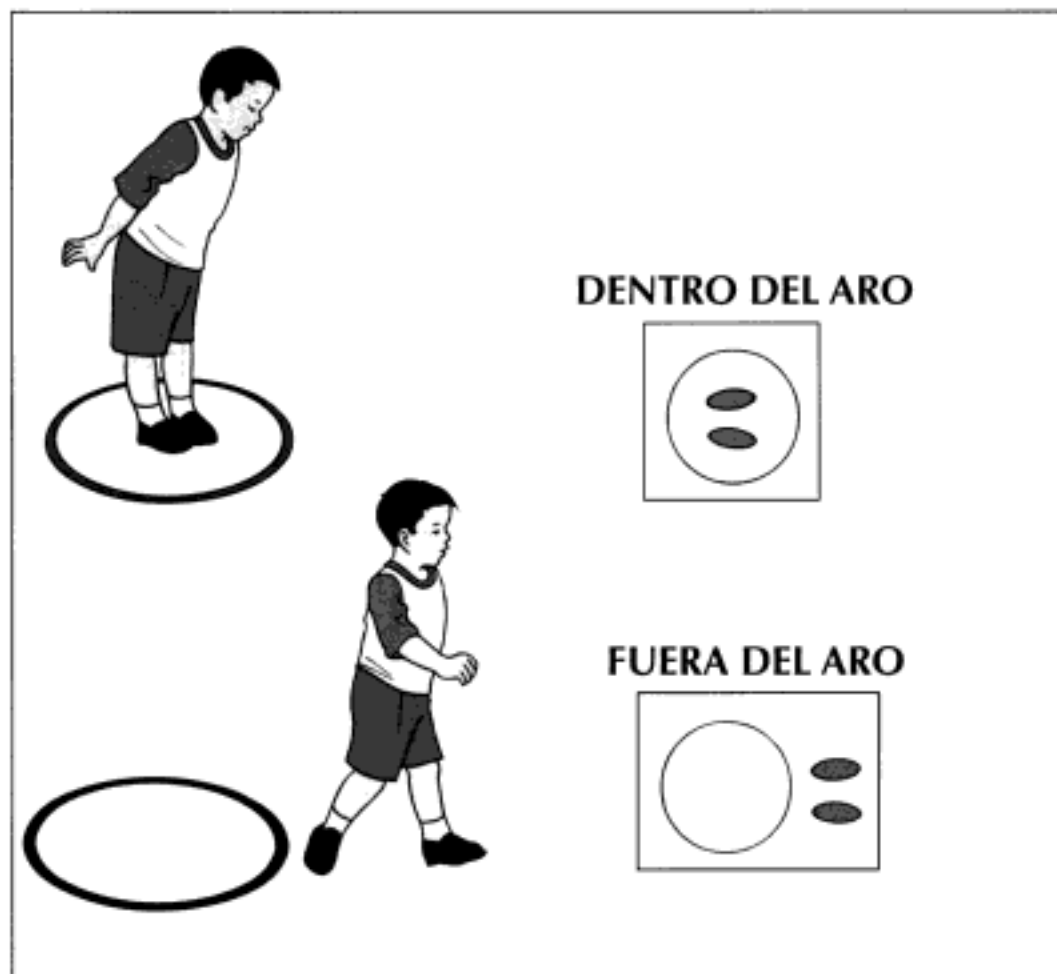


FIGURA 26. EJEMPLO DE UN EJERCICIO PARA ESTIMULAR EL DESARROLLO DE LA ESTRUCTURA ESPACIAL: DENTRO Y FUERA.

- **Se trabaja en forma individual o en parejas.** Los niños se ubican hombro con hombro. A la indicación de la maestra, los niños dan un paso hacia "adelante"; luego un paso hacia "atrás", como puede apreciarse en la siguiente figura:

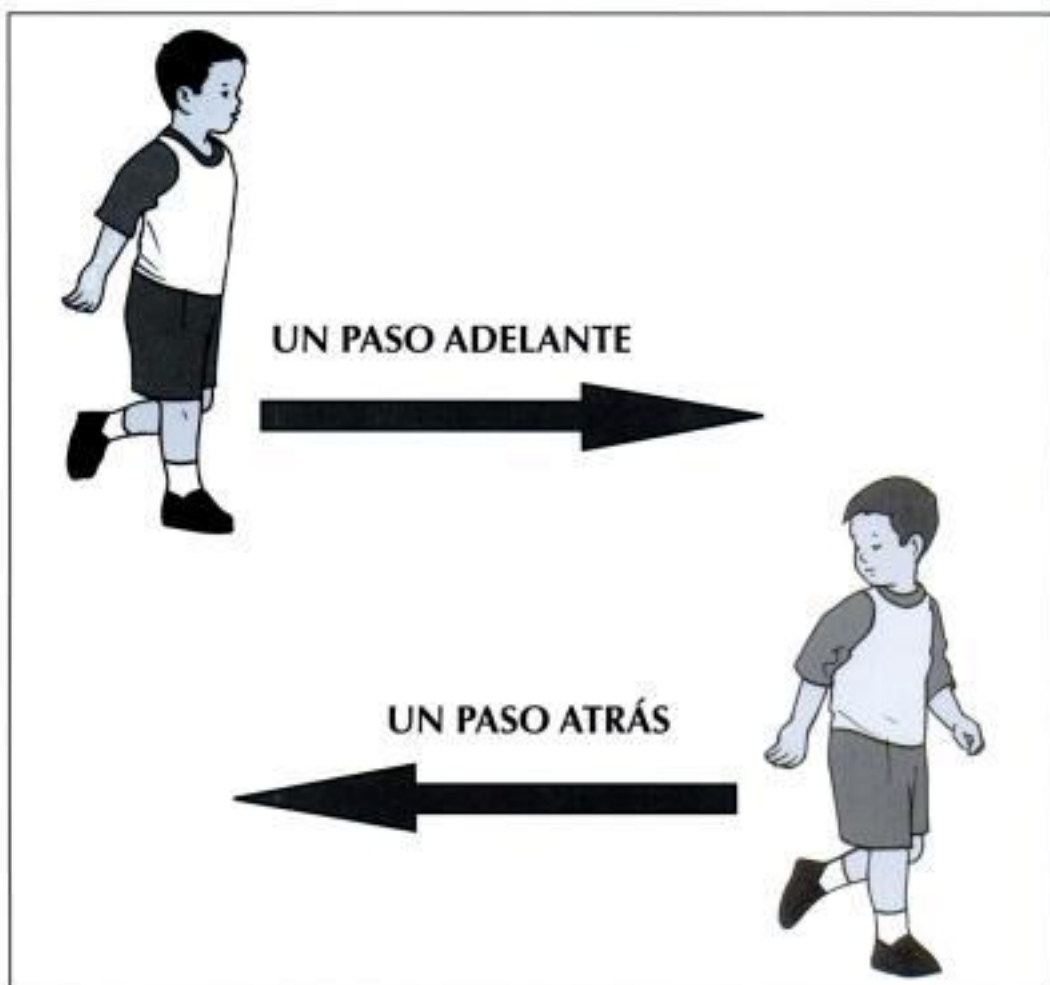


FIGURA 27. EJERCICIO PARA ESTIMULAR EL DESARROLLO DE LA ESTRUCTURA ESPACIAL. ADELANTE Y ATRÁS.

Conforme los niños aprenden las diferentes relaciones espaciales, se puede aumentar el grado de complejidad de la actividad pidiéndoles que realicen una combinación de desplazamientos, por ejemplo.

"dos pasos adelante y tres pasos atrás"

"cuatro pasos atrás, dos adelante"

- **Se trabaja en forma individual o en grupos.** Los niños pueden estar de pie o sentados. Se coloca una cuerda a una altura 0,5 a 1 m, dependiendo de las características del grupo. A la indicación de la maestra, los niños pasarán "por debajo de la cuerda" o "por encima de la cuerda".



FIGURA 28. EJEMPLO DE UNA ACTIVIDAD PARA EL DESARROLLO DE LA ESTRUCTURA ESPACIAL, POR ENCIMA, POR DEBAJO.

3.1.3 ESTRUCTURA TEMPORAL

La estructura temporal nos permite determinar claramente la secuencia, el orden y la duración en que ocurren los eventos. De acuerdo con Jabonero, M, y otros (1984, 52), dentro de la estructura temporal es importante considerar tres aspectos.

1. **Organización:** implica la percepción de un orden. En este sentido, se está hablando de un aspecto cualitativo de la estructura temporal.
2. **Duración:** implica la percepción de un intervalo; por lo tanto, se está hablando de la parte cuantitativa de la estructura temporal.
3. **Continuidad e irreversibilidad:** se refiere a la conceptualización de inicio y fin o de salida y de llegada de un evento determinado.

Estos tres aspectos: **la organización, la duración, continuidad e irreversibilidad**, guardan una afinidad estrecha con la percepción auditiva. El acto de oír es esencial para determinar la duración, la organización, y el inicio y fin de un evento.

- Podemos decir que una pieza musical es larga o corta por la duración de ésta. También, podemos determinar el inicio y fin de la pieza musical, simplemente, por la presencia o la ausencia sonora.
- Podemos percibir si un diálogo es largo o corto dependiendo de su ritmo. La información sobre las características de un ritmo determinado es proporcionada por la audición.

Por otra parte, en el desempeño motor, la estructura temporal es sumamente importante. Veámoslo, todo movimiento está compuesto de una serie de pasos o pequeños eventos, es decir, de una **organización**. A la vez, cada uno de estos pasos o pequeños eventos requieren para su práctica un “tiempo”; es decir, una **duración**. Finalmente, todo evento tiene un **principio y un final**.

Para ilustrar lo anterior, una rutina de gimnasia está compuesta de una serie de pasos, existe entonces una **organización**. Para realizar cada uno de estos pasos o pequeños eventos existe un tiempo de ejecución: el tiempo requerido para caminar a lo largo de cinco metros no es el mismo que se requiere si lo hacemos corriendo. El tiempo requerido para la ejecución de una “rueda de carreta” es mayor que el empleado para ejecutar un salto en “pata renca”. Entonces, existe un tiempo parcial y un tiempo total. La suma de ambos nos dará el informe sobre la **duración** del evento

En la vida cotidiana es muy común que organicemos cada una de las actividades que realizamos durante el día. Nos levantamos, nos bañamos, nos vestimos, desayunamos y luego nos dirigimos al trabajo. Existe toda una organización de actividades, las cuales, a su vez, requieren de un tiempo para su ejecución. Cada actividad, tiene un **inicio y un final**.

Por otro lado, la adquisición del concepto “tiempo” es un tanto relativa, pues aunque este transcurre siempre a una misma velocidad, su percepción se ve directamente influenciada por el estado de ánimo de la persona, por el tipo de actividad que realiza y sin duda alguna, por el grado de afectividad. Por ejemplo, una pareja de novios “siente” que el tiempo “pasa volando” cuando están juntos. Al contrario, el examen corto de matemática para el que no se estudió y que solo tardó 15 minutos, puede parecer “una eternidad”.

De acuerdo con lo anterior, se afirma que existen dos tipos de tiempo (Jiménez, J., González, J., 1998: 38): **el tiempo subjetivo que es el tiempo tal y como lo percibimos y el tiempo objetivo que es el tiempo real, invariable.**

Actividades que estimulan el desarrollo de la estructura temporal

Utilizando un área espaciosa, pedir a los niños que se desplacen:

- | | |
|----------------------------|--------------------------|
| • caminando despacio | • caminando rápido |
| • gateando despacio | • gateando rápido |
| • rodar despacio | • rodar rápido |
| • girar sobre sí, despacio | • girar sobre sí, rápido |

En un área espaciosa, se pide a los niños que se desplacen caminando, de acuerdo con el ritmo de una pandereta. La maestra aprovecha para ejecutar ritmos muy lentos, lentos, rápidos y muy rápidos. Para variar la actividad se pide a los niños que se desplacen de otras maneras: caminando para atrás, corriendo, saltando y otras.

3.2 HABILIDADES SENSORIALES

En el ser humano todas las habilidades sensoriales se comunican unas con otras, éstas le ayudan a los individuos a obtener información, la cual le es útil en el proceso del aprendizaje.

Se afirma también que cada persona posee una habilidad sensorial preferida, ya sea la táctil, la visual, la auditiva, la *kinestésica*, etc. Claro está que el desarrollo y el estímulo de todas estas habilidades es importante, y para ello deben tomarse en cuenta las diferencias y las necesidades individuales, con el propósito de establecer las estrategias de aprendizaje más adecuadas.

Las percepciones visual, auditiva y táctil se relacionan estrechamente con la Educación Física. La información táctil y la *kinestésica* están íntimamente relacionadas y reciben el nombre de **percepción háptica**.

3.2.1 PERCEPCIÓN VISUAL

La visión constituye uno de los sentidos más importantes en el proceso de aprendizaje. Los niños con trastornos en la percepción visual, sin importar el nivel de inteligencia que posean, presentan períodos bajos de atención; así como dificultades en el aprendizaje de la lectura y de la escritura. Por otro lado, los niños con déficit auditivos dependen esencialmente del sentido de la vista. La percepción visual también está estrechamente relacionada con el equilibrio y la coordinación.

La información visual, al igual que ocurre con la información en los otros sentidos, se recibe por medio de receptores específicos, en este caso, los ubicados en los ojos. Una vez recibido el estímulo, esta información viaja por medio de las neuronas sensoriales hasta llegar al cerebro. Allí ésta es identificada e integrada; posteriormente, se produce lo que denominamos la **respuesta motora**; es decir, el movimiento.

En el recién nacido, el sentido de la vista no está bien desarrollado, lo perfecciona paulatinamente, conforme crece. Este sentido le ayuda en el proceso de identificación de los objetos y de sus propiedades. También le es útil la información visual en el desarrollo de la emocionalidad, pues el acto de observar diferentes objetos en movimiento despierta en él la curiosidad, el miedo o la alegría, como bien se expresa en la siguiente cita:

Los niños en crecimiento aprenden a través de las experiencias que la percepción visual les proporciona en relación con los objetos ubicados a su alrededor." (Frostig, M., y Home, D., 1964:7-8)



FIGURA 29. RELACIÓN ENTRE LA EMOCIONALIDAD DEL NIÑO, LOS OBJETOS Y LA PERCEPCIÓN VISUAL.

Para todo educador es de vital importancia saber identificar las manifestaciones que pueden observarse en un niño con trastornos en la percepción visual.

a) *Indicadores de trastornos visuales*

De acuerdo con M. Berruecos, E. Medina (1976:128) y J. Pyfer (1990:35) algunos indicadores fáciles de identificar por cualquier docente son:

INDICADORES DE TRASTORNOS VISUALES

- Excesivo parpadeo.
- Ojos enrojecidos.
- Dolores de cabeza.
- Mareos.
- Acerca demasiado los objetos o materiales de trabajo a sus ojos.
- Estrabismo.
- Utilización de un ojo para enfocar objetos.
- Se tropieza con facilidad.
- Presenta dificultades en las tareas que requieran coordinación ojo-mano; por ejemplo, apañar una bola, así como problemas a nivel de la coordinación ojo-pie, tal y como se requiere al patear una bola.
- Voltar la cabeza al momento de apañar una bola.
- Insistencia en bajar las gradas una por una.
- Dificultad para localizar un objeto que se mueve en el espacio: por ejemplo, al batear una bola, patear una bola en movimiento, bolear una bola que viene en el aire.
- Nistagmo: movimiento involuntario del ojo, ya sea de arriba hacia abajo o de derecha a izquierda, los cuales son producidos por cambios de posición del cuerpo o cabeza. Su presencia puede indicar trastornos a nivel del oído o del sistema nervioso.

No obstante, para realizar un diagnóstico más objetivo, es imprescindible un análisis detallado y un estudio por parte de un especialista. Sólo de esta manera es posible determinar si un niño presenta dificultades en la percepción visual (Berruecos, M., Medina, E., 1976:128).

b) Componentes de la percepción visual

- Percepción de la forma y del tamaño
- Percepción de la figura-fondo
- Percepción de la profundidad
- Memoria visual

- **Percepción de la forma y del tamaño.** La percepción de la forma y del tamaño es la habilidad para determinar las cualidades de los objetos independientemente de la distancia en que se ubiquen unos de otros. De acuerdo con M. Chacón y A. Pizarro (1994:18), esta habilidad permite reconocer que los objetos mantienen su forma y su tamaño, a pesar de la distancia desde la cual se les observa.

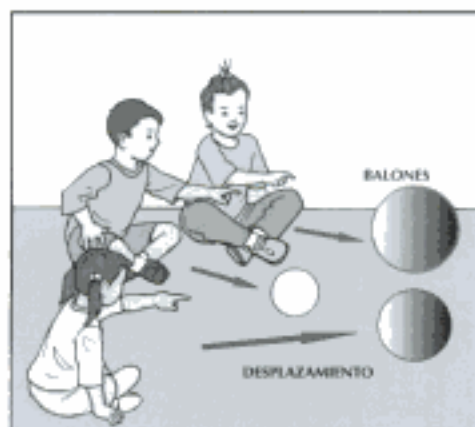
La percepción de la forma y del tamaño es esencial en el reconocimiento de palabras independientemente del contexto en que se vean o de la forma en que se encuentren impresas, ya sea de diferente color, tamaño o forma.

Actividades para estimular la percepción de la forma y del tamaño

Algunas de las actividades que se sugieren para el desarrollo de la percepción de la forma y del tamaño son:

Colocar tres bolas de tamaños variados: pequeña, mediana y grande separadas unas de otras y a distancias diferentes. Los niños pueden estar sentados en su pupitre o en el suelo, preferiblemente, en semicírculo. Se le pide a los estudiantes, que indiquen cuál bola es la más pequeña, cuál es la mediana y cuál es la más grande.

FIGURA 30. ILUSTRACIÓN DE UNA ACTIVIDAD PARA DESARROLLAR LA PERCEPCIÓN DE LA FORMA Y DEL TAMAÑO.



Igual que la actividad anterior, sólo que en esta ocasión se les pide a los niños que caminen, gateen, corran o salten hacia una u otra bola. Por ejemplo, camine hacia la bola más grande, gatee hacia la bola más pequeña, salte con un pie hacia la bola mediana.

Se coloca a los niños en semicírculo, se ponen tres bancos (sillas, libros, bolas, etc.) del mismo tamaño a diferentes distancias, pueden ser cuatro metros, siete metros y diez metros. Luego, se les pregunta a los niños, uno a uno, en particular, cuál banco es el más grande, el mediano o el más pequeño.

Un juego atractivo y que los niños disfrutaran mucho, se describe a continuación: se requiere una silla o banco para cada niño, pero estas sillas o bancos deben ser unas grandes y otras pequeñas, las cuales se distribuyen a lo largo y ancho de la zona de juego. Luego, se procede a dividir al grupo de participantes en dos equipos (A y B), asignándoles un tamaño de silla por equipo. Seguidamente, ambos equipos se ubican detrás de una línea de partida y, a cierta señal, los niños se sientan en cualquier silla siempre que corresponda al tamaño que le fuera asignado. Ganará el equipo en ocupar de primero, todas las sillas del tamaño que previamente se le indicó.

- **Percepción de la figura-fondo.** La percepción de la figura fondo (PFF) es básicamente la habilidad de extraer figuras de un fondo distractor. La PFF es esencial en el aprendizaje de la lectura.

Un ejemplo clásico de PFF, es la que se requiere para batear, patear o bolear una bola. Un ejemplo específico es el batear: es necesario que el niño “extraiga de un fondo distractor” la bola que se desplaza a lo largo de un espacio cargado de otros estímulos, para poder batear la bola.

Actividades para estimular la percepción de la figura-fondo

Los juegos del tiro al blanco (sin armas, por supuesto) son excelentes para estimular la figura de fondo, con la ventaja adicional de que el material que se requiere es sencillo y barato. Un juego muy agradable de este tipo, se describe seguidamente:

Se distribuyen los niños por equipos, pueden ser dos o tres, lo cual depende del número de participantes y de la cantidad de material disponible. Los niños de un primer equipo se colocan detrás de una línea de tiro. A cierta distancia, se colocan botellas plásticas con un poquito de arena o agua en su interior para darles estabilidad. Dada la señal, los niños lanzan bolas o saquitos de arena, arroz, frijoles u otros hacia las botellas y se anota el número de botellas que logren derribar. Se repite el mismo procedimiento con cada equipo. Gana el grupo que derribe el mayor número de botellas.

Este mismo juego puede realizarse utilizando rampas para lanzar la bola, sobre todo cuando se tengan niños con compromiso motor o visual.

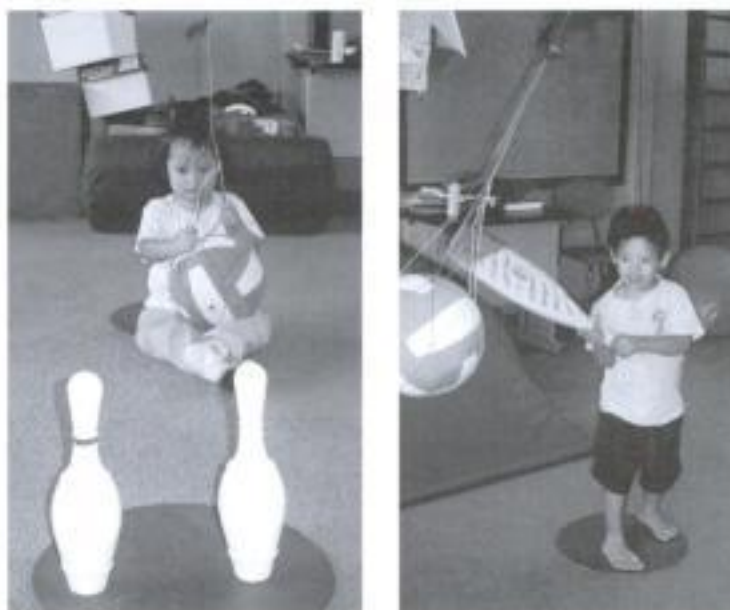


FIGURA 31. ACTIVIDADES PARA ESTIMULAR LA PERCEPCIÓN DE LA FIGURA FONDO.

Otra actividad similar y muy útil cuando se trabaja con grupos de niños que presentan compromiso motor y visual es la siguiente: se requiere de una cuerda de 15 a 20 metros, la cual se amarra por sus extremos a postes (árboles o paredes o pared), de manera tal que la cuerda quede en forma horizontal, bien tirante y a una altura de 2 a 3 metros. De esa cuerda se cuelgan varias cuerdas pequeñas, que pueden ser las denominadas suizas. A los extremos de esas cuerdas colgantes se amarra una bola metida en una redcilla. Las redcillas con las bolas deben quedar colgando a una altura aproximada de 5 a 7 centímetros del suelo. Luego, a una distancia de 1 a 1,5 metros se colocan botellas plásticas. A cada niño se le asigna una redcilla.

La actividad consiste en que los niños lancen la bola hacia la botella tratando de derribarla. Como las bolas están sujetas a la redcilla y a las cuerdas, al ser lanzadas, automáticamente se devolverán, lo que facilita que los niños las retomen sin mayor dificultad, y se reincorporen al juego inmediatamente.

Otra actividad es la que vamos a denominar "relevo de las figuras". Para este juego, se requieren varias figuras geométricas, preferiblemente, hechas en madera, las cuales pueden o no estar pintadas. En caso de estar pintadas, se pueden emplear uno a varios colores.

Para jugar, la clase se divide en tres o cuatro equipos, los cuales se ubicarán detrás de una línea de salida. A cada equipo, se le asigna una figura geométrica determinada, por ejemplo: cuadrada, circular, triangular o rectangular. Frente a los equipos y distribuidos al azar, se colocan las diferentes figuras geométricas en cantidades igualitarias. A la señal, los equipos deben salir, ya sea caminado, saltando, rodando, corriendo, y recoger la mayor cantidad de piezas con la figura geométrica que les fue asignada. Gana el equipo que recoge el mayor número de piezas en un minuto. El tiempo de juego puede variarse dependiendo de las características del grupo.

- ➡ **Percepción de la profundidad.** La percepción de la profundidad es la habilidad que permite determinar la distancia existente entre un objeto determinado y nuestro cuerpo, así como la naturaleza tridimensional de los objetos (Chacón, M., Pizarro, A., 1994:18). Esta habilidad es necesaria para poder ejecutar actividades como subir y bajar gradas, saltar y brincar.

Actividades para estimular la percepción de la profundidad

Las actividades que requieren el desplazamiento de una superficie a otra son las más indicadas para estimular la percepción de la profundidad. Algunos ejemplos son:

Utilizar muebles como bancos, sillas, pupitres, de diferentes tamaños y colocarlos a cierta distancia unos de otros, ya sea en forma lineal, circular o semicircular. Después, se les pide a los niños que se desplacen de un mueble a otro. El tamaño de los muebles y la distancia en que se ubiquen, los unos de los otros, depende no sólo de las características del grupo, sino también del espacio disponible.

- Saltar de un cajón (silla, banco, etc.) hacia el piso.
- Subir a los árboles y bajar.
- Bajar o subir escaleras: como la de un tobogán o las de un pasamanos.

- ➡ **Memoria visual.** La memoria visual es la habilidad para recordar estímulos que han sido presentados por la vista. Esta habilidad es fundamental en el aprendizaje de la lectura (M. Barreiros y Medina, E., 1976:151).

Actividades para estimular la memoria visual

La mayoría de las actividades que se realizan a diario requieren la memoria visual: cepillarse los dientes, bañarse, tender la cama, amarrarse los zapatos, cocinar, etcétera. Algunas actividades específicas para estimular la memoria visual son:

Pedir a los niños que se sienten en semicírculo detrás de una línea. El maestro coloca al azar y en un área determinada, diversos objetos: una bola, un paño, una tenis, una faja, un borrador de pizarra, etc. Luego, le pide a un primer niño que vaya y toque un determinado objeto; de seguido, le pide a un segundo niño que vaya y toque el objeto que tocó el primero y otro objeto más y, así sucesivamente. Una variación al juego consiste en pedirle a cada participante que se desplace hacia el objeto realizando alguna tarea motora: correr, saltar a dos o un pie, rodar, etcétera.

Otra actividad muy gustada por los niños se describe seguidamente: se le pide a los estudiantes que se coloquen en semicírculo detrás de una línea de salida. Dependiendo del nivel del grupo, el maestro coloca frente a los niños tres, cuatro, cinco o más aros. Luego, le pide a uno de los niños que vaya al primer aro y



FIGURA 32. EJEMPLO DE ACTIVIDAD PARA ESTIMULAR LA PERCEPCIÓN DE LA PROFUNDIDAD.

que realice un movimiento en particular; como por ejemplo, dar un salto. De seguido, le pide a un segundo niño que vaya y ejecute la acción que realizó el primer niño en el primer aro, y luego otro movimiento en el segundo aro. Se sigue así con el tercer niño, quien además de realizar un movimiento en el tercer aro, debe también recordar y ejecutar los movimientos realizados por sus compañeros en el primer y segundo aro.

3.2.2 PERCEPCIÓN AUDITIVA

Se define la percepción auditiva como la habilidad para captar sonidos. El niño recién nacido es capaz de responder ante un sonido; por ejemplo, el de un chilindrín o la voz de una persona; sin embargo, le será difícil al principio identificar la fuente y el significado del sonido que ha escuchado. Estas habilidades las adquiere y afina poco a poco y son base fundamental para el desarrollo del lenguaje; por esta razón, es importante para todo educador entender el desarrollo de la percepción auditiva. Es importante recordar que los niños con déficit visual dependen principalmente de la información auditiva.

a) *Indicadores de trastornos auditivos*

Si un estudiante es sordo, es hasta cierto punto fácil para un educador detectar dicha limitación. No obstante, existen muchos estudiantes con algún tipo de trastorno auditivo que suelen pasar inadvertidos o ser confundidos con alguna otra patología; esta situación puede perjudicar el proceso de aprendizaje de dichos estudiantes. En virtud de lo anterior, es importante que los docentes, mediante una persistente observación, sepan identificar la presencia de los indicadores de trastornos auditivos. Algunos de esos trastornos son mencionados por autores como: M., Berruecos, E. y Medina (1976:101,102); y Nora R. de Chacón (2001:11):

INDICADORES DE TRASTORNOS AUDITIVOS

- Voltean la cabeza hacia un lado u otro con el propósito de escuchar mejor.
Un niño con problemas auditivos busca el sonido con su mejor oído.
- Pronuncian incorrectamente algunas palabras: especialmente las que llevan s, f, y, ch.
- Presentan una pronunciación deficiente o una dicción poco clara.
- No responden a indicaciones que les son dadas a determinada distancia.
- Se distraen con facilidad o no prestan atención en clase.
- Muestran excesiva atención a las personas cuando les hablan.
- Solicitan que se les repita lo que se les dijo.
- Adoptan una actitud de desconcierto cuando se le dan órdenes: no las cumplen con prontitud ni exactitud.
- Se colocan una mano, como pantalla, detrás de la oreja.

Continúa...

- Muestran dificultad para memorizar rimas, poemas, canciones.
- Pueden tener un exceso de cerumen en los oídos.
- Pueden presentar supuración en los conductos auditivos.
- Se quejan por dolencias de sus oídos.
- Presentan frecuentes cuadros gripales.

b) Componentes de la percepción auditiva

- **Agudeza auditiva.** Se define la agudeza auditiva (AA) como la habilidad de percibir el sonido por sí mismo. A edades tempranas, es conveniente exponer al niño a gran cantidad de estímulos auditivos; de forma tal, que puedan experimentar con ellos. Este tipo de actividad incide, favorablemente, en el desarrollo adecuado de los otros componentes de la percepción auditiva.

Actividades para estimular la agudeza auditiva

Algunas actividades apropiadas para el estímulo de la AA en los niños, se anotan seguidamente.

Con el uso de una pandereta, se les dice a los niños que mientras la escuchen deben caminar. En el momento en el que dejen de oír el sonido de la pandereta, deberán detenerse. Puede emplearse otro tipo de instrumento: maracas, claves, caja china, campana.

Se colocan los niños en círculo. A uno de ellos se le vendan los ojos y se le coloca dentro del círculo. Otro niño en el círculo hace sonar un instrumento musical, por ejemplo, una maraca. El niño con los ojos vendados tiene que localizar al compañerito, que hace sonar el instrumento musical.

- **Discriminación auditiva (DA).** La discriminación auditiva (DA) se define como la habilidad de reconocer las características básicas de los estímulos auditivos recibidos: sonidos bajos, altos, fuertes, débiles. Entonces, puede darse el caso de que un niño pueda poseer una buena agudeza auditiva, pero no una adecuada discriminación auditiva. Por ejemplo, un niño con una buena agudeza auditiva pero con problemas en la discriminación auditiva puede oír las palabras "cansa" y "lanza"; no obstante, manifiesta dificultades para diferenciar una de la otra.

Actividades para estimular la discriminación auditiva

Algunas actividades apropiadas para la estimulación de la DA son:

Los niños se distribuyen libremente en el área de juego; se les indica que deben estar caminando, pero que al escuchar el sonido de una pandereta se deben sentar y que cuando escuchen las claves se deben acostar.

“Simón dice” es un juego típico muy empleado para estimular la DA. Los niños deben hacer únicamente lo que “Simón dice”, por ejemplo: “Simón dice que salten”. Entonces los niños deben saltar. Se les debe explicar que deben ejecutar la acción solamente cuando la orden inicia con “Simón dice....”.

“Mar adentro, mar afuera”. En este juego los niños deben ubicarse detrás de una línea. Cuando se les dice “mar adentro” deben dar un paso hacia adelante cruzando la línea. Si se les dice “mar afuera” deben volver a la posición inicial.

- ➔ **Figura de fondo auditiva.** Se define la figura de fondo auditiva como la habilidad para extraer un sonido en particular, de un fondo de sonidos irrelevantes o distractores.

Actividades para estimular la figura de fondo auditiva

A continuación, se describen dos actividades específicas para el estímulo de la figura de fondo auditiva:

Se pide a los niños que se sienten en el suelo, formando un círculo. A uno de ellos se le vendan los ojos. Otro niño debe hacer sonar una pandereta, mientras que los restantes aplauden. Al niño con los ojos vendados se le pide que se levante para localizar al niño que suena la pandereta.

Se divide al grupo de estudiantes en tres equipos. A cada equipo, se le indica que forman parte de un grupo de animales. Por ejemplo, perros, gatos y patos. Con los ojos vendados, todos los niños se desplazan por el área de juego, emitiendo el sonido característico u, onomatopeya, del animal que les correspondió, así: los perros dicen “gua, gua”, los gatos “miau, miau” y los patos “cua, cua”. A la indicación, AGRUPARSE, cada equipo trata de reunirse lo más rápido posible. Gana el equipo que logre agruparse de primero.

También se puede pedir a los niños que, libremente, se distribuyan y se sienten en el área de juego. Por su parte la maestra, valiéndose de un radio o de una grabadora, les pone música a un volumen entre bajo y normal. Seguidamente se llama a un niño y se procede a darle una orden determinada. “salte tres veces”, “de un giro”, “corra”, “haga pata renca”, etc. Se repite la actividad con el resto de los participantes.

- ➔ **Memoria auditiva.** La memoria auditiva es la habilidad de recordar y de reproducir estímulos auditivos. Se requiere de la memoria auditiva para aprender canciones, seguir indicaciones, reproducir ritmos musicales, etcétera.

Actividades para estimular la memoria auditiva:

Algunas actividades apropiadas para estimular la memoria auditiva son:

La maestra procede a tocar de tres a cuatro instrumentos: tambor, pandereta, maraca, silbato. Luego, le pide a un niño que repita la misma secuencia.

Los niños se dividen en dos equipos, A y B. Para iniciar, un niño del equipo A se coloca frente a los jugadores del equipo B y procede a nombrar tres diferentes acciones sucesivas: saltar, girar, sentarse. Luego este mismo niño llama a algún integrante del equipo contrario, quien debe ejecutar las acciones mencionadas. Si logra ejecutarlas correctamente, gana un punto. Posteriormente, corresponde al grupo B dar los comandos. El juego continua, cuidando que los equipos se alternen. El equipo que primero logre acumular cinco (5) puntos es el ganador.

Otros ejemplos de acciones pueden ser:

- | | | |
|---------------|----------|-----------|
| • boca arriba | • gatear | • caminar |
| • sentarse | • silbar | • correr |
| • hincarse | • rodar | • cantar |

Se indica a los niños que se sienten esparcidos en el área de juego. Luego a uno de ellos se le vendan los ojos y se le pide a otro compañero que le diga. "HOLA, ¿QUIÉN SOY YO?". El niño con los ojos vendados debe identificar al compañero que lo ha saludado.

El maestro junto con los niños determinan, de acuerdo con las características del grupo, el tipo de frase que se dice. Por ejemplo. "¿QUIÉN TE HABLA?", "ADIVINA, ADIVINA, ADIVINADOR, ¿DE QUIÉN ES ESTA VOZ?", etcétera.

3.2.3 PERCEPCIÓN TÁCTIL

Se define la percepción táctil como la habilidad de diferenciar características en cuanto a temperatura, peso, textura, forma y posición proporcionados por el tacto.

Por lo tanto, la percepción táctil es imprescindible para determinar si un objeto es pesado o liviano, si es frío o caliente, si es áspero o liso, etc. Tal como puede deducirse, es por medio de este tipo de percepción que se puede captar información que es imposible de obtener por medio de la visión y de la audición.

Además, la percepción táctil juega un papel muy importante en el campo del comportamiento humano, ya que muchas de sus manifestaciones pueden incidir en nuestro estado emocional. Efectivamente, nuestras reacciones pueden verse influenciadas por un determinado estímulo táctil. Por ejemplo, la reacción que tenemos como respuesta a un "abrazo", es totalmente diferente a la reacción que tenemos si somos "pellizcados" o "golpeados."

Por tal razón, y previendo que este trabajo involucra el trato con niños que presentan necesidades educativas especiales, es importante conocer y entender las implicaciones de la percepción táctil.

a) *Indicadores de trastornos táctiles*

Los niños con trastornos táctiles pueden presentar las siguientes conductas:

- Baja tolerancia táctil.
- Exceso de actividades que requieren el contacto: luchar, abrazar, empujar, etcétera.
- Tendencia a flexionar los dedos de los pies y manos cuando gatea.
- Tendencia a secarse las manos en forma excesiva.

b) *Componentes de la percepción táctil (PT)*

Los componentes de la percepción táctil son los siguientes:

- Discriminación táctil
- Memoria táctil
- **Discriminación táctil.** La discriminación táctil es la habilidad de diferenciar las características en cuanto a temperatura, forma, tamaño, peso y posición de estímulos proporcionados a nivel táctil. Por ejemplo, poder indicar si una bola es ovalada o redonda, liviana o pesada, grande o pequeña, lisa o ranurada.

Actividades para estimular la discriminación táctil

Enrollarse y desenrollarse en colchonetas (cobijas o sábanas).

Con los pies descalzos y los ojos vendados, caminar sobre vigas, llantas, alfombras, tablas, arena, zacate y otros.

Se coloca la figura de una letra o una figura geométrica en la palma de la mano del niño. Se le pide que con la otra mano y sin ver, encuentre dentro de una bolsa llena de diversas figuras, la que corresponda con la que mantiene sujeta en su otra mano.

Los niños se ubican en círculo o semicírculo. Se procede a pasar de uno a otro una bolsa que contiene objetos de diferente peso, tamaño, forma y textura. Cada niño mete la mano en la bolsa y saca un objeto, sin verlo deberá decir al menos dos características del objeto que sacó.

- **Memoria táctil.** Se entiende como memoria táctil la habilidad de evocar las características de un estímulo particular, en relación con su temperatura, su forma, su tamaño, su peso o posición.

Actividades para estimular la memoria táctil

A continuación, se describen algunas actividades apropiadas para el estimular la memoria táctil.

Se le vendan los ojos al niño y se le proporcionan dos o tres objetos de diferentes tamaño, forma, peso, etcétera, o una combinación de ellos, tal como, una grapadora, una regla y un tajador. Se le permite al niño tocar y manipular los objetos; luego, se colocan dentro de una bolsa que contiene a su vez otros elementos. Sin ver, se le pide al niño que meta la mano y proceda a sacar los objetos que manipuló previamente: la grapadora, la regla y el tajador.

Se divide el grupo en dos: A la mitad de los niños se les venda los ojos y se les denomina "los perdidos". Luego se colocan ambos grupos a una distancia aproximada de cinco metros el uno del otro. A una indicación, los niños que no tienen los ojos vendados deben "atrapar" a alguno de los compañeros que hace de "perdido", quien a su vez debe intentar, utilizando únicamente el tacto, adivinar quien es su captor. El "perdido" que adivine quién lo ha atrapado, dejará de serlo y pasará a formar parte del grupo de los "atrapadores". De no adivinar, continuará siendo un "perdido" y estará sujeto a que lo atrapen una y otra vez. El juego concluye cuando no haya más "perdidos".

3.2.4 PERCEPCIÓN OLFATIVA

A diferencia del sentido de la vista y del oído, el sentido del olfato en el recién nacido, está bien desarrollado. El reflejo de mamar es la respuesta inmediata tanto de la información olfativa como de la gustativa. Este reflejo, tal y como se comentó en el capítulo anterior, le permite al niño alimentarse, en un acto reflejo, durante sus primeros días de nacido.

El sentido del olfato no sólo ayuda a seleccionar los alimentos y a prevenir contra la ingesta de sustancias tóxicas; sino también, es muy útil para obtener información que posteriormente se va relacionar, con personas y lugares: **las personas como los lugares poseen un "olor particular" por medio del cual podrían eventualmente ser identificados.**

En atención a los conceptos anteriores, un niño puede mostrar desagrado hacia su maestro, sólo por el hecho de que el perfume que usa no le es de su agrado. Asimismo, el olor a tabaco o a licor, puede producir rechazo hacia un lugar o persona determinada. El olor particular de un consultorio médico puede causar repugnancia o miedo a un niño.

Los niños y adultos con déficits visuales hacen uso de la percepción olfativa para identificar personas: su mamá, papá, maestro, abuela, etc. De igual manera, identifican lugares: hospitales, restaurantes, gasolineras y otros, por lo que resulta fácil concluir que, para las personas con deficiencias visuales, la percepción olfativa constituye una habilidad de suma importancia en el buen desempeño de sus actividades cotidianas.

Componentes de la percepción olfativa

Los componentes de la percepción olfativa son:

- Agudeza olfativa
 - Discriminación olfativa
 - Memoria olfativa
 - Orientación espacial olfativa
- **Agudeza olfativa.** La agudeza olfativa se entiende como la habilidad para reconocer y para clasificar olores: lo picante de la pimienta, lo dulce de una mel-cocha, lo nauseabundo de un pescado podrido, etcétera.
- **Discriminación olfativa.** La discriminación olfativa es la capacidad para diferenciar y para seleccionar un olor entre varios. Se puede entonces, por medio del olfato, distinguir entre un perfume y otro y seleccionar el de nuestra preferencia o gusto.

Al emplear la información olfativa somos también capaces de diferenciar las carnes de los mariscos, y en un restaurante sabemos si nos sirvieron realmente **“la carne” o el pescado que ordené**”.

- **Memoria olfativa.** La memoria olfativa es definida como la habilidad para identificar y para recordar la sucesión de dos o más olores. Esta habilidad permite, por ejemplo, a la hora del desayuno, recordar e identificar el olor del café, el de los huevos pateados que se revuelven en el sartén y finalmente, el de la tostada que se quemó.
- **Orientación espacial olfativa.** La orientación espacial olfativa es, básicamente, la capacidad de desplazarse en un espacio circundante, siguiendo un olor determinado. Por ello, cuando se visita un centro comercial, resulta fácil llegar hasta los puestos de comida, siguiendo el olor que emana de los diferentes alimentos que se preparan. Asimismo, a los niños les resulta fácil encontrar la cajita donde su mamá guardó las galletas que cocinó en la mañana, guiados sólo por el olor que caracteriza a las galletas recién horneadas.

Actividades para estimular la percepción olfativa

Sentar a los niños en el piso o en sillas y con los ojos vendados. Por su parte, la maestra prepara un plato que contiene diferentes frutas, lo más olorosas posibles: marañón, nance, piña, limón dulce, limón ácido, etc. Luego se procede a pasar el plato niño por niño, colocando una de las frutas, cerca de sus narices, para, inmediatamente, pedir a cada uno, que identifique la fruta que le fue colocada ante su nariz. Para darle variedad al juego puede utilizar otro tipo de alimento, medicinas o artículos de limpieza. Además, se puede solicitar la ayuda de un niño, en la conducción de la actividad.

La maestra oculta dentro del salón de juego uno o dos algodones empapados en vainilla; mientras, los niños esperan afuera. Luego deja entrar a los niños al

salón y les pide que traten de encontrar los algodones que están ocultos, utilizando, básicamente, su olfato. Con el objetivo de variar la actividad y darle mayor complejidad, la maestra puede emplear más algodones empapados con olores diferentes. Por ejemplo, alcohol y perfume. En ese caso, les pide a los niños que encuentren los algodones e identifiquen, olfativamente, la sustancia con que fueron empapados.

Se les pide a los niños que se sienten en el piso, formando un círculo y se procede a vendarle los ojos, a uno de ellos. Luego, la maestra le da a oler al niño vendado, uno por uno, dos o tres alimentos, o sustancias previamente preparadas, por ejemplo: un banano, una guayaba y una naranja. Después de oler las tres frutas, le pide que identifique y mencione, en su orden, las frutas que olió. Se sigue el mismo procedimiento cambiando, cada vez, de niño.

3.2.5 PERCEPCIÓN GUSTATIVA

La percepción gustativa debe entenderse, de acuerdo con S. Howard (1978:412), como “...el grupo de experiencias que surgen al activar las papilas gustativas de la lengua y probablemente ciertas partes de la pared bucal.”

Así como ocurre con la percepción olfativa, la percepción gustativa nos brinda información útil para identificar alimentos, así como para reconocer algunas de las características básicas de estos. Por ejemplo, la temperatura: se puede distinguir un café frío de uno caliente, una sopa de unos helados, y otros.

En relación con los alimentos, otra característica que se percibe y define por medio del gusto, es el sabor de los alimentos y las sustancias que ingerimos: un confite es dulce, la sal es salada, el “hombre grande” es amargo, un limón es ácido.

La percepción gustativa es también muy útil en la identificación de ciertos objetos, como el cuero, el papel, la tierra y el plástico, tan sólo por mencionar algunos. También ayuda a prevenir la ingesta de sustancias que nos pueden resultar tóxicas tales como alimentos en estado de descomposición; químicos como el cloro, la potasa y el kerosén; medicamentos como el alcohol, yodo, agua oxigenada, etcétera.

Respecto a la relación de la percepción gustativa con la Educación Física, se puede afirmar que la influencia de la primera en el aprendizaje de las diferentes destrezas motoras es mínima. Sin embargo, debemos tener presente que la percepción gustativa forma parte del desarrollo integral del niño, es el sentido que puede prevenir la ingesta de sustancias inapropiadas y de alimentos en mal estado. Si se considera que trabajamos con niños que presentan necesidades educativas especiales; entonces es sumamente importante que el docente sepa planificar actividades que estimulen este sentido.

Componentes de la percepción gustativa

De acuerdo con A. Escribá (1998:27), los componentes de la percepción gustativa son:

- **Agudeza gustativa.** La agudeza gustativa se define como la habilidad para reconocer y para clasificar sabores: el limón y la naranja son ácidos, el azúcar y la miel son dulces, un té de "hombre grande" es muy amargo.
- **Discriminación gustativa.** La discriminación gustativa es la habilidad de diferenciar y de seleccionar un alimento entre varios.
- **Memoria gustativa.** La memoria gustativa es la habilidad de identificar y de recordar la sucesión de dos o más sabores.

Actividades para estimular la percepción gustativa

Con anticipación, el maestro prepara un plato con diferentes frutas: cas, piña, banano, papaya y naranja. Se llama a uno de los niños, se le vendan los ojos, y luego se le da a probar una de las frutas. El niño debe identificar cuál fruta fue la que comió. Para variar la actividad y conferirle algún grado de dificultad, se pueden dar a probar dos o tres frutas. También, se le puede pedir a uno o varios niños que guíen la actividad.

El maestro prepara dos vasos con agua. En uno disuelve un poco de azúcar; en el otro un poco de sal. Utilizando una cuchara diferente para cada niño, les da a probar el agua de uno de los vasos, ante lo cual cada niño debe decir si lo que probó es dulce o salado. Para variar la actividad, se le puede pedir a un niño que dirija la actividad. Se pueden también emplear otras sustancias, tales como: jugo de limón ácido, de caña, de piña, de melón, agua de pipa, etcétera.

3.2.6 PERCEPCIÓN HÁPTICA

La percepción háptica se refiere a la habilidad de interpretar información recibida por medio de estímulos táctiles y *kinestésicos*. Este tipo de percepción "...es esencial en el manejo del control motor." (Horvat, M., Beutel-Horvat, T., 1985:3)

Una gran cantidad de actividades que desarrolla el ser humano requieren de la percepción háptica: pelotear un balón sin verlo, escribir a máquina sin ver el teclado, conducir un automóvil, lanzar una bola, andar en bicicleta y otros.

Algunos autores como M. Barruecos y E. Medina (1976:42) afirman que, la información táctil por sí misma no es tan útil, sino en concomitancia con la información *kinestésica*. Para poder entender esta idea, es necesario ejemplificarlo, lo cual se realiza a continuación: se le vendan los ojos a una persona y se coloca, en la palma de su mano, un objeto determinado, puede ser una bola de béisbol. Se le pide a esta persona que sin cerrar la mano ni manipular el objeto, trate de identificar de qué objeto se trata. Así, es muy probable que esta persona manifieste algunas de sus características: peso, tamaño, y temperatura; **no así la descripción exacta del objeto**. Pero si se

le pide que “manipule” el objeto; es decir, que agregue la **información kinestésica**, esta persona posee la capacidad de determinar que se trata de una bola de béisbol.

Sin poder manipular el objeto, es casi imposible determinar que se trata de un objeto redondo; tampoco es posible saber con exactitud el tipo de textura. Al cerrar la mano y darle “movimiento” al objeto, se obtiene una información más amplia y detallada que permite indicar de qué objeto se trata.

Actividades para estimular la percepción háptica

Algunas actividades que se sugieren para estimular la percepción háptica son las siguientes:

Se forman dos o tres equipos. Los miembros de cada equipo se sientan en el suelo, uno detrás del otro. El juego consiste en hacer llegar una “palabra” al niño que está de primero. Para esto, la maestra le da al último jugador de cada equipo, una tarjeta con una palabra, ejemplo:

HOLA PATÉ MONO



FIGURA 33. EJEMPLO DE UNA ACTIVIDAD PARA ESTIMULAR LA PERCEPCIÓN HÁPTICA.

El último niño procede a escribir la palabra que le correspondió, en una tarjeta en la espalda de su compañero; este a su vez, debe escribir la palabra que percibió en el compañero que está adelante. Así, sucesivamente, hasta llegar al último, quien debe escribir en un papel, o guardar en su memoria la palabra que le “llegó”. Dependiendo del nivel del grupo, se puede empezar el juego utilizando solo letras o números.

Los niños se sientan en el área de juego. Luego la maestra pasa de niño en niño, una bolsa que contenga objetos de uso cotidiano: lápiz, cuchara, una regla, un casete, una llave, etc. Cada niño mete la mano en la bolsa y coge un objeto; antes de sacarlo de la bolsa debe decir de qué objeto se trata. Para aumentar el grado de dificultad del juego, se le pide buscar una determinada serie de objetos. Por ejemplo: deme la cuchara y la llave; deme el casete y la regla, etcétera.

4. SISTEMA VESTIBULAR

El sistema vestibular es un mecanismo por el cual el cuerpo logra relacionarse con el campo gravitacional. Este sistema es influenciado por otras habilidades sensoriales, especialmente la *kinestesia*, la visión, el tacto y un poco por el oído (*El Rincón de Vago* S.L., www.rincondelvago.com; Howard, S., 1978:397; www.manesweb.8k.com).

El sistema vestibular es, de acuerdo con J. Ayres (1985:185), un “**...sistema sensorial que responde a la posición de la cabeza en relación a la gravedad y a la aceleración y desaceleración de los movimientos.**”

Los componentes del sistema vestibular se encuentran ubicados en la parte no auditiva del oído interno conocida como laberinto membranoso. Estos componentes forman parte de lo que se denomina **aparato vestibular**.

De acuerdo con J. Quirós y O. Schrager (1980:71); L. Langley, I. Telford, y J. Christensen (1974:352), y V. Carrillo (www.otorrino.homestead.com/file/Fisiovestibular.doc), el aparato vestibular está compuesto por **el utrículo, el sáculo y los canales semicirculares**.

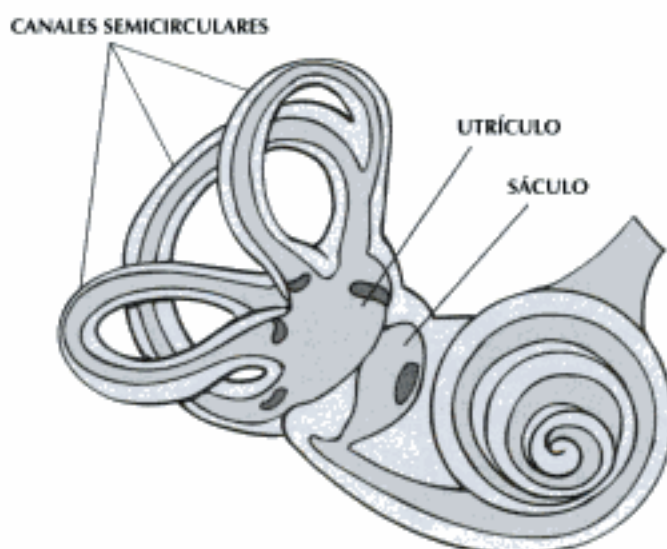


FIGURA 34. APARATO VESTIBULAR.

La información vestibular es obtenida por medio de dos tipos de receptores especializados.

- Los receptores gravitacionales.
- Los receptores de la aceleración y desaceleración del movimiento.

Los receptores gravitacionales se encuentran ubicados en el utrículo y el sáculo. Los receptores de la aceleración y desaceleración del movimiento se encuentran en los canales semicirculares.

Por un lado, el utrículo y el sáculo son los encargados de notificar la información relacionada con los movimientos de la cabeza en actividades en donde se experimentan movimientos de aceleración y desaceleración. Por otro lado, los canales semicirculares proporcionan la información acerca de los movimientos rotatorios de la cabeza, así también, la de movimientos hacia arriba y hacia abajo de esta.

El aparato vestibular proporciona únicamente información relacionada con los cambios de posición o movimientos de la cabeza, no así sobre el resto del cuerpo. Sin embargo, los movimientos de la cabeza influyen en el resto del cuerpo. R. Passmore y J. Robson (1971:629) manifiestan que: **“Cuando la postura de la cabeza se altera, se siguen alteraciones de toda la postura del cuerpo”**. Por tal razón, el sistema vestibular debe trabajar en forma conjunta con otras estructuras del Sistema Nervioso Central para poder controlar la postura y el equilibrio corporal.

La regulación de la postura y del equilibrio por parte del Sistema Nervioso Central se logra por medio de la vista, de la propiocepción, de la percepción háptica y del Sistema Vestibular. El Sistema Vestibular logra controlar la postura y el equilibrio **“...a través de modificaciones del tono muscular”** (*El Rincón de Vago S.L.*, www.rincondelvago.com/aparato-vestibular; www.manesweb.8k.com; Noback, C., 1980:244).

La información obtenida por medio de los receptores ubicados en el utrículo, sáculo y los canales semicirculares del aparato vestibular es enviada a ciertas partes del Sistema Nervioso Central, en donde junto con la información visual, propioceptiva y háptica, inician los movimientos requeridos para mantener la postura y equilibrio ya sea en posiciones estáticas o dinámicas (*El Rincón del Vago S. L.*; Kiernan, J., 2000:362; Noback, C., y Demarest, R., 1980:244; Carrillo, V. www.otorrino.homestead.com/file/Fisiovestibular.doc).

Entonces, el cerebro requiere coordinar tal información con los receptores propioceptivos, *kinestésicos*, visuales y táctiles, para poder obtener la información necesaria que le permita establecer las relaciones entre objetos, la cabeza, el cuerpo, la gravedad y la sensación de movimiento (Ayres, J., 1985: 71; *El Rincón del Vago S.L.*; www.rincondelvago.com; www.manesweb.8k.com). Para describir este proceso en forma más simple, tenemos que la información vestibular, la ocular, la háptica y la propioceptiva trabajan conjuntamente con el propósito de controlar la postura y el equilibrio.

Las lesiones temporales o permanentes en el Sistema Vestibular causan vértigo, náuseas, vómito y nistagmo (movimientos rápidos e involuntarios del globo ocular).

Actividades para estimular la postura y el equilibrio

Se requiere un área espaciosa. Se les indica a los niños que deben caminar por el área de juego y que, a la palmada, deben quedar “congelados”. Los niños deben mantener la postura que tenían en el momento de escuchar la palmada. Se puede variar la actividad pidiéndoles que caminen rápido, que corran, que se desplacen de medio lado, etcétera.

Se elige a un niño como **líder**. Este niño debe ejecutar una serie de actividades que requieran guardar la postura y el equilibrio; mientras que el resto de los niños deben imitar los movimientos del **líder**. Por ejemplo:

- pararse en un solo pie
- tocar el piso con dos pies y una mano
- tocar el piso con un pie y una mano
- pararse de puntillas
- en posición de gateo, levantar una mano y un pie
- en posición de gateo, levantar manos y pies

I. ESCOGENCIA

A continuación se presenta una serie de actividades. Indique si éstas requieren la kinesiología o la propiocepción.

- permanecer sentado _____
- sentarse _____
- caminar _____
- estar de pie _____
- permanecer acostado _____
- levantarse _____

II. COMPLETE

Llene los espacios en blanco.

1. El conocimiento del propio cuerpo y de sus relaciones con el entorno corresponde al concepto de _____.
2. Al utilizar su propio cuerpo como referencia, los niños pueden desplazarse hacia adelante o atrás, hacia la derecha o izquierda, hacia arriba o abajo. Este tipo de actividad se logra gracias a _____.
3. Un niño que muestra confusión al escribir ciertas letras, como la "p" y la "q"; la "u" y la "n"; puede tener problemas de _____.
4. La percepción en cuanto al lapso de una actividad, ya sea una película, un juego de voleibol, o una conferencia; depende principalmente de _____.
5. Un niño que al caminar o correr con frecuencia choca con las paredes o con sus compañeros puede presentar problemas a nivel de _____.
6. Manejar bicicleta y pelar una naranja son actividades que requieren esencialmente de información _____.
7. Regular los movimientos de la cabeza, en forma rotatoria y de arriba hacia abajo, así como los movimientos de aceleración y desaceleración constituyen la función básica de _____.
8. El vértigo y las náuseas producidas al montarse en un ascensor o en la "montaña rusa", pueden ser indicadores de trastornos de _____.

III. RESPUESTA BREVE

1. ¿Qué tipo de información requiere un niño para ejecutar actividades, tales como patear una bola, saltar encima de una cuerda, correr salvando obstáculos, caminar entre aros al ritmo de un tambor?
2. Si un niño no puede ver ni oír, ¿qué tipo de información necesita para poder diferenciar una bola de béisbol de una bola de *softball*; un lápiz de un cuchillo, un vaso de una taza?
3. ¿Qué es el Sistema Vestibular?
4. ¿De qué manera el Sistema Vestibular controla el equilibrio y la postura del cuerpo?
5. ¿Qué importancia tienen las habilidades sensorio-perceptuales y el Sistema Vestibular en relación con la Educación Física?
6. Describa un juego o actividad sensorio-perceptual apropiada para cada una de las siguientes situaciones.
 - Un grupo de veinticinco niños, uno de ellos, con serios problemas visuales.
 - Un grupo de treinta niños, uno de ellos, con una limitación auditiva severa.
 - Un grupo de treinta niños y quiere estimular la *kinestesia*.
 - Un grupo de treinta niños y quiere estimular en ellos la estructura corporal y la estructura temporo-espacial.
7. ¿Qué importancia tienen las habilidades sensorio-perceptuales dentro del campo de la Educación Física?

I. SELECCIÓN

- Propiocepción
- *Kinesthesia*
- *Kinesthesia*
- Propioceptiva
- Propioceptiva
- *Kinestésica*

II. COMPLETE

1. Estructura corporal
2. La estructura espacial
3. La estructura espacial
4. La estructura temporal
5. Estructura espacial
6. Percepción háptica
7. El sistema vestibular
8. El sistema vestibular

III. RESPUESTA BREVE

1. La información proveniente de las habilidades sensorio-perceptuales.
2. Información a nivel de la percepción háptica.
3. Es un sistema sensorial encargado de brindar información concerniente a la postura y movimientos de la cabeza. Específicamente los movimientos de la cabeza en forma rotatoria, de arriba hacia abajo y los de aceleración y desaceleración.
4. La postura y el equilibrio del cuerpo son influenciados por la posición y los movimientos de la cabeza. Estos últimos, son regulados por el Sistema Vestibular.
5. Los movimientos requeridos para mantener la postura y el equilibrio en posiciones estáticas y dinámicas son fundamentales en la Educación Física. Estos movimientos están regulados por la información recibida a través de las habilidades sensorio-perceptibles y del sistema vestibular.

6. La pregunta 6 no tiene una respuesta única. Existe una gran gama de posibilidades como respuesta a esta pregunta. Su tutor le indicará si las respuestas elaboradas por usted son correctas.
- 7- Si bien es cierto la Educación Física procura un desarrollo integral del niño, el área físico-motriz es su principal interés. Mediante el desarrollo del área físico-motriz se logra influenciar tanto el área cognoscitiva como la socio-afectiva. Por tal razón, es imprescindible un adecuado desarrollo y un aprendizaje de las destrezas motoras. La ejecución de cualquier movimiento es imposible realizarlo sin la información brindada por las habilidades sensorio-perceptuales.

- ACTIVE MEDIA & SegaAlex. 2003. *Educación Física de Base. Teoría del Entrenamiento*. Recuperado el 04 de mayo del 2005, [www.handball.enourense.net].
- AYRES, Jean A. 1985. *Sensory Integration and the Child*. California. Western Psychological Services.
- BERRUECOS, María A., MEDINA, Elvira. 1976. *Los Problemas de Aprendizaje. Identificación y Pedagogía Terapéutica*. México D.F.: Edimal.
- CABRILLO, Vicente. S.f. *Fisiología Vestibular*. Recuperado el 03 de mayo del 2005, [www.otorrino.homestead.com/file/Fisiovestibular.doc].
- CHACÓN R., Miriam E. 1990. *Habilidades Sensorio-Perceptuales. Apuntes del curso Desarrollo Motor*. San Pedro de Montes de Oca. Universidad de Costa Rica, Escuela de Educación Física.
- El Rincón del Vago S.L. S.f. *Aparato Vestibular*. Recuperado el 05 de mayo del 2005, [www.rincondelvago.com/aparato-vestibular].
- ESCHIBA, A. 1998. *Los Juegos Sensoriales y Psicomotores en Educación Física*. Madrid, España. Editorial Gymnos.
- FROSTIG, Marianne y Horne, David. 1964. *The Frostig Program for the Development of Visual Perception*. Chicago. Follet Publishing Company.
- GUTIÉRREZ, Amanda. S.f. *Definición de Kinestesia*. Recuperado el 15 de julio del 2004, [www.psicopedagogia.com].
- HEMEROTECA Virtual ANUIES. S.f. *Desarrollo psico-motriz*. Recuperado el 06 de mayo del 2005, [www.hemerodigital.unam.mx].
- HORVAT, Michael; Beutel-Horvat, Terry. 1997. *Perceptual Motor and Developmental Movement Experiences for Children*. Nevada. University of Nevada.
- HOWARD, S. 1978. *Principios de Percepción*. México. Trillas.
- JABONERO, M.; López, J.; López, N.; Martínez, M.; Sabater, M.; Velasco, R. 1984. *Problemas Escolares. Dislexia, discalculia, dislalia*. Madrid. Cincel, Kapelusz.
- JIMÉNEZ, José; González, Juan. 1998. *Psicomotricidad y Educación Física. 184 sesiones prácticas para Educación Especial, Infantil y Primaria*. Madrid. Visor.
- MAGUELL, Richard. 1982. *Motor Learning. Concepts and Applications*. Iowa, USA. Wm. C. Brown Company.
- MESA H., Paulo C. S.f. *Sensación y percepción*. Recuperado el 06 de mayo del 2005, [www.monografias.com].

- Núñez, M. Diana M. 2003. *Sensopercepción*. Recuperado el 04 de mayo del 2005, [www.universidadabierta.edu.mx].
- Percepción. Sensopercepción*. S.f. Recuperado el 04 de mayo del 2005, [www.unizar.es].
- Psicología. Procesos Sensoriales*. Recuperado el 05 de mayo del 2005, [www.manesweb.8k.com].
- PIYER, Jean. 1990. *Valorando el Desarrollo Motor*. Traducción de Miriam Chacón. San Pedro de Montes de Oca. Universidad de Costa Rica, VIII Conferencia Interamericana de Educación Física, Recreación y Deporte para Personas con Discapacidad.
- QUITRÓS, Julio; Schrager, Orlando. 1980. *Fundamentos Neuropsicológicos en las Discapacidades de Aprendizaje*. Buenos Aires. Panamericana.
- RAMÍREZ de Chacón, Nora. 2001. *Manual para el Desarrollo de Competencias Auditivas*. Guía para el maestro. San José. Editorama.
- REMÓN E., Rosa M. S.f. *Educación Física*. Recuperado el 06 de mayo del 2005, [www.nti.educa.canaria.es].
- VLADER V., Bárbara. S. f. *Los Problemas de Integración Sensorial como causa de las dificultades de Aprendizaje*. Recuperado 04 de mayo del 2005, [www.adopcionafrica].

3

EL JUEGO

Sumario

1. Teorías del juego
2. Clasificación del juego
3. Tipos de juegos
4. Estrategias para una clase de Educación Física Adaptada
5. Juegos y actividades
6. Consideraciones finales

Objetivos

Una vez concluido el estudio de este Capítulo, se espera que usted como estudiante pueda lograr:

1. Explicar la importancia del juego en la vida del niño.
2. Explicar las teorías del juego y reconocer sus ventajas y desventajas.
3. Explicar las formas de clasificación del juego y reconocer los diferentes tipos de juego.
4. Analizar los elementos que componen la estrategia para la realización de juegos adaptados durante las clases de Educación Física.
5. Diseñar actividades con juegos cuya finalidad sea la de desarrollar las habilidades sensorio-perceptuales.
6. Diseñar actividades con juegos dirigidos a poblaciones específicas: trastornos motores, emocionales, cognoscitivos y sensoriales.

El propósito de este capítulo es el de explicar la importancia que tiene el juego en la vida de los niños como parte esencial de su propio desarrollo. Se estudian algunas teorías que tratan de explicar su origen, y por tratarse esta obra de la atención de niños que requieren adaptaciones para su desempeño en las clases de Educación Física, se describe además una serie de juegos para poblaciones con necesidades educativas especiales y la forma en que pueden ser utilizados por los docentes, padres de familia, "recreacionistas", etc., en la planificación y organización de actividades tanto académicas como recreativas.

A pesar de que para algunas personas el juego no significa más que una pérdida de tiempo, lo cierto es que en la vida, muy especialmente en la de los niños, el juego constituye un factor imprescindible en el desarrollo de sus estructuras mentales tanto a nivel socio-afectivo, como en el físico y cognoscitivo. De ahí, su importancia en la niñez y su trascendencia a lo largo de la vida de todo ser humano.

Los niños poseen un innato talento para convertir cualquier actividad en juego, incluso actividades cotidianas que los adultos consideran muy formales, como la alimentación, el asearse y vestirse, los infantes las convierten en maravillosos juegos. Así, por ejemplo, cuando se alimentan son capaces de "convertir" la cuchara en un avión que despegue de su plato, planea y va a aterrizar en su boca. Cuando se bañan tiran agua por todas partes y las pompas de jabón se "transforman" en auténticas naves espaciales. Al vestirse no dudan en ponerse los zapatos al revés para "caminar como pingüinos" y estas experiencias las apreciamos cotidianamente.

No es difícil apreciar el hecho de que actividades tan serias como las citadas, son convertidas en diversión; una actividad que prácticamente se transforma en "experimentación". Los niños juegan en forma espontánea; mientras juegan se les observa felices, absortos en su actividad, en la cual, el tiempo y la realidad de los adultos prácticamente no existen. Allí encuentran esparcimiento, movilidad, inventiva, motivaciones; descubren posibilidades físicas y mentales que les eran desconocidas y que revocan su aislamiento y eliminan sus temores, como puede apreciarse en las siguientes imágenes.



FIGURA 35. EL JUEGO, PARTE ESENCIAL EN LA VIDA DE LOS NIÑOS Y DE LAS NIÑAS.

1. TEORÍAS DEL JUEGO

Antes de estudiar diversas concepciones sobre el juego, conviene hacer referencia a algunas definiciones sobre esta actividad humana.

El juego es una actividad gratificante que se realiza de forma libre, improvisada, y espontánea que es practicada en los ratos de ocio con el propósito principal de divertirse y de la cual se obtiene satisfacción, placer y expresión personal (Lopategui, 2001, www.saludmed.com).

En el ámbito escolar, el juego, en manos de maestros interesados y comprometidos con el bienestar de sus alumnos, se constituye en un instrumento didáctico de inapreciable valor. Así, por ejemplo, Jean Piaget considera que "...el juego es la construcción del conocimiento, al menos en los períodos sensorial motriz y preoperacional." (Kamii y Devries, 1982:9) También, se concibe el juego como "...función y, a la vez, estímulo y promoción del desarrollo. Mediante el juego los niños pequeños ejercitan sus capacidades físicas e intelectuales y, simultáneamente, plantean y resuelven sus problemas diarios de convivencia y desarrollo." (Germani, fecha ignorada:13)

Al juego se le ha definido también como "...el conjunto de actividades en las que el organismo toma parte sin otra razón que el placer de la actividad en sí." (Kamii y Devries, 1982:8)

Otros autores conciben el juego como un instrumento para facilitar e incrementar los procesos del desarrollo humano. De acuerdo con las teorías de Vigotsky, el juego es utilizado para incrementar la zona de desarrollo próxima, es decir, la distancia existente entre el nivel real de desarrollo y el nivel de desarrollo potencial (Jiménez, 1999).

Al juego se le ha definido también como una actividad recreativa que sirve de instrumento para el desarrollo de capacidades mediante una participación activa y afectiva de los participantes, así, el aprendizaje se transforma en una experiencia agradable, satisfactoria y emotiva (Yturalde, www.yturalde.com/ludica; Kamii y Devries, 1982).

Sin importar qué definición se adopte, es incuestionable que el juego siempre ha sido determinante en la vida de los seres humanos, desde que nacemos hasta que morimos. Por eso es importante cuestionarse el por qué el ser humano juega, tema que pasaremos a estudiar seguidamente.

Existen varias teorías del juego; cada una de ellas enfatiza un punto de vista determinado y aunque puede decirse que todas estas teorías tienen fundamentación científica, también podrá observarse que se les han hecho ciertos cuestionamientos. A continuación citaremos las más conocidas de acuerdo con autores como M. Castellanos, (1973:28, 34); E. Céspedes (1999:74, 76), Departamento de Educación Física y Deportes, (s.f.) y R. Pacheco (1983:257, 266).

1.1 TEORÍA DEL ENTRETENIMIENTO

Esta teoría concibe el juego como un recreo o pasatiempo, sin mayor trascendencia para el ser humano, por lo que esta concepción no tiene muchos adeptos. En contraposición, se ha demostrado que el juego cumple una función mucho más amplia, tal y como lo sostienen algunos docentes, sobre todo los de Educación Física, dado que toda persona requiere espacios para entretenerse y los niños aún más (<http://juegoseso.galeon.com/teo.htm>; Velarde, www.monografias.com).

Por lo tanto, es recomendable incluir juegos dentro del planeamiento que tengan como único fin la diversión.



FIGURA 36. EL JUEGO COMO PARTE DE LAS ACTIVIDADES DOCENTES.

1.2 TEORÍA DE LA ENERGÍA SUPERFLUA O ENERGÍA EXCEDENTE



Esta teoría, conocida también como la “Teoría de la energía excedente”, sostiene que el niño acumula energía ya que no tiene tareas “serias” en que invertirlas. La energía sobrante, esto es, la que no se emplea en actividades de alguna utilidad, se transforma en movimientos que llegan a constituirse en el juego (*El Rincón del Vago S.L.*, <http://html.rincondelvago.com/>; <http://juegoseso.galeon.com/teo.htm>; Velarde, www.monografias.com).

La teoría de la energía superflua es poco aceptada, ya que se ha comprobado que los niños podrían pasar todo el día jugando hasta llegar al agotamiento y, en algunos casos, hasta se olvidan de comer o se resisten ir a orinar, con tal de seguir jugando. Por lo tanto, es evidente que los niños no solo juegan para gastar la energía que tienen en exceso.



Para los docentes de Educación Física y para los del aula regular, la teoría en cuestión tiene un significado importante. Todo maestro debe saber que las actividades que se planifiquen deben estar bien balanceadas, de forma tal que se brinde a los estudiantes oportunidades para descargar energía, así como establecer espacios para realizar actividades más reposadas, tomando siempre en consideración las características y las necesidades del grupo de estudiantes con el cual se trabaja.



Por ejemplo, luego de un agitado juego de “Que-dó”, los docentes deben planificar una actividad más relajada, ya sea una “Ronda” u otro juego como “Mar adentro, mar afuera”, actividades que son menos vigorosas y brindan al niño la oportunidad de reposar, como podemos apreciar en las siguientes figuras.



FIGURA 37. DIFERENTES TIPOS DE JUEGOS EN EL CENTRO ESCOLAR.

1.3 TEORÍA DEL EJERCICIO PREPARATORIO

El enfoque de esta teoría es de índole biológico. Concibe al juego en el ser humano como una preparación para la vida adulta (*El Rincón del Vago S.L.*, <http://html.rincondelvago.com/>, Velarde, www.monografias.com; <http://juegoseso.galeon.com/teo.htm>).

Esta teoría manifiesta que desde la infancia hasta la edad adulta, tal actividad toma características diferentes acordes con el período de desarrollo y crecimiento de cada individuo. Por ejemplo, jugar a la "casita" durante la niñez, puede concebirse como un juego de preparación para la vida adulta. Pero ciertamente, no todos los juegos tienen esa característica, tal es el caso de los juegos de "escondido" o el "quedó congelado", cuyas connotaciones son más simples. Además, el ser humano juega a lo largo de toda su existencia: juega durante la niñez, pero también durante la adolescencia y la adultez. El juego es algo innato, el ser humano juega porque siente la necesidad de hacerlo.

1.4 TEORÍA DEL JUEGO COMO ESTIMULANTE DEL CRECIMIENTO

La teoría del juego como estimulante del crecimiento, define al juego como una actividad que ayuda al crecimiento físico (Velarde, www.monografias.com). Se basa en la premisa de que "la función hace al órgano." (Pacheco, 1983:260)

De acuerdo con esta teoría, el juego proporciona la actividad física que requiere el organismo para su desarrollo y su funcionamiento, en especial, de los sistemas circulatorio y músculo-esquelético. El planteamiento de esta teoría es fundamental para los educadores de la Educación Física, pues está ampliamente demostrado que la actividad física ejercida durante los juegos influye en forma directa sobre el desarrollo y el funcionamiento de los sistemas circulatorio y músculo-esquelético. No obstante, es necesario recalcar que el juego posee también otras funciones de igual importancia dentro del proceso de crecimiento y desarrollo del niño.



FIGURA 38. EL JUEGO Y EL DESARROLLO DURANTE LA NIÑEZ.

Hidden page

2.1 CLASIFICACIÓN DEL JUEGO DE ACUERDO CON SU ACCIÓN DINÁMICA

De acuerdo con su acción dinámica, los juegos pueden ser denominados como:

- Juegos motrices o fatigantes
- Juegos sedentarios o de reposo
- Juegos atléticos
- Juegos de escondido
- Juegos de fuerza

2.1.1 JUEGOS MOTRICES O FATIGANTES

- **Juegos atléticos:** este tipo de juegos involucra aquellas actividades que requieren carreras, velocidad, lanzamientos o saltos. Por ejemplo, las carreras de relevos, las carreras por tiempo. También los juegos de saltar a lo largo o alto, así como los que requieren el lanzamiento de objetos como saquitos, bolas o lanzas.
- **Juegos de escondido:** este tipo de juegos es muy bien conocido y, como su nombre lo indica, implica el esconderse o camuflarse como ocurre en el muy conocido juego de "Escondido".
- **Juegos de fuerza:** estos juegos están referidos a aquellas actividades que implican la fuerza corporal general o la fuerza específica de brazos y manos o de las piernas. Por ejemplo, el juego de "Halar la cuerda" es un juego de fuerza para brazos y piernas. Los saltos, como el salto largo o alto, son juegos de fuerza para piernas. Por su naturaleza, los juegos de fuerza pueden constituirse, a la vez, en juegos atléticos.
- **Juegos gimnásticos:** involucran actividades donde se requiere equilibrio, flexibilidad y coordinación. Por ejemplo, hacer pirámides utilizando el cuerpo, juegos de hacer equilibrio sobre vigas, a saber, el juego conocido como "Colocho", etcétera.
- **Juegos de lucha:** los juegos de lucha involucran además la fuerza. Entre ellos están la "Pelea de los pulgares", en donde parejas de jugadores entrelazan sus manos tratando, cada uno de ellos, de aplastar el pulgar de su oponente.

Otros ejemplos son: el conocido como la "Lucha de lagartijas"; en este juego dos jugadores se colocan en posición de lagartijas, luego uno y otro tratan de hacer caer a su oponente agarrándole un brazo y haciéndole caer al suelo. La "Lucha de las espaldas"; en este juego dos jugadores se colocan espalda contra espalda dentro de un círculo y, conservando esa posición, tratarán de sacar a su contrincente fuera del círculo.

- **Juegos predeportivos:** este es un tipo de juego muy practicado en el segundo ciclo de la enseñanza primaria. Son básicamente aquellos juegos que están relacionados con el aprendizaje de un deporte determinado. Por ejemplo, el juego

de la "Canasta India" es un predeportivo del baloncesto y el balonmano; el *Kit ball* y la "Paleta" son predeportivos del béisbol y del *softball*; por su parte, el "Boliche", tal como su nombre los indica, es un predeportivo del boliche; etcétera.

- **De persecución:** estos juegos son muy conocidos y practicados, desde la edad preescolar, hasta el segundo ciclo de la enseñanza primaria. Incluso a nivel de secundaria. Involucra juegos como el "Quedó", "Quedó congelado"; "Perseguidos y perseguidores", "El gato y el ratón", etc. La dinámica consiste en que uno o más niños persiguen a lo largo de un espacio o área predeterminada, al resto de sus compañeros; el niño que es atrapado pasa a ser miembro del equipo contrario.

2.1.2 JUEGOS SEDENTARIOS O DE REPOSO

- **Juegos de azar:** dentro de esta categoría se incluye un gran número de juegos con cartas, como por ejemplo el "Ocho locos", "Uno", "Ron", "Tonto," etc. También los juegos con dados, como el "Home", "Monopolio", y otros.
- **Juegos intelectuales:** los juegos intelectuales, es decir, aquellos que fomentan el desarrollo cognoscitivo, son aquellos como el "Tablero", "Ajedrez"; "Master Mind", "Estrategia naval", "Boggle", "Scrabble", "dominó", etc. Algunos de estos juegos involucran también el azar.
- **Juegos dramáticos o de imitación:** en estos juegos se requiere necesariamente de la interpretación de funciones y tareas, ya sea en el nivel corporal o por medio de títeres o marionetas o por medio de la mímica, como por ejemplo, en el juego de las "charadas"; o cuando los niños juegan a la "Casita" y asumen las funciones de "mamá", "papá" y los "hijos".
- **Juegos sensoriales:** este tipo de juegos ya fue ampliamente desarrollado en este capítulo. En su práctica se requiere algún tipo de habilidad sensorial, aunque perfectamente puede concurrir en combinación con otra modalidad de juego. Por ejemplo, en los juegos de persecución se requiere de la vista; en los de lanzamiento se requiere en parte de la audición y la vista; en los de escondido se requiere de la vista; en el dominó, el *Scrabble* o el *Boggle* se requiere de la vista o de la percepción háptica, etcétera.
- **Juegos sociales:** estos juegos también son muy comunes, entre ellos se citan los que utilizan cartas de naipes, el dominó, el *Scrabble*, el *Boggle*, etc. En este tipo de juego lo normal es la participación de varios jugadores quienes se reúnen en forma casual o predeterminada con el propósito de entretenerse en forma conjunta y amistosa. Pueden incorporarse otras modalidades de juego, como los sensoriales, los de azar, los intelectuales, y otros.

Hidden page

- ➡ **Juegos tradicionales:** son aquellos juegos de índole universal que se transmiten de generación en generación y no pertenecen necesariamente a una región específica. Entre ellos están los *Jackses*, los cromos, el yoyo, los boleros, las canicas, el trompo, los naipes, el papalote (cometa), etcétera.
- ➡ **Los juegos festivos:** son los que se practican para celebrar un evento o fecha en particular. En Costa Rica es muy común que en algunas comunidades y durante las fiestas del patrono de la región, se realicen juegos tales como el palo encebado, atrapar al chanco encebado, las carreras de cintas, los juegos de pólvora, tiro al blanco, corridas de toros y otros.
- ➡ **Los juegos educativos:** estos juegos se caracterizan por tener objetivos muy específicos y ligados al aprendizaje de alguna destreza de índole motriz, socioafectiva, cognoscitiva o una mezcla de ellas. Algunos ejemplos de estos juegos son la "Rayuela", el "Caracol", "Laberinto de palabras", los crucigramas, el *Scrabble*, las sopas de letras, los acertijos, los juegos predeportivos, los juegos de memoria, etcétera.

3. TIPOS DE JUEGOS

Los juegos pueden clasificarse en los siguientes cuatro grupos (Pacheco, 1983:271, 272); sin embargo, es necesario indicar que los diferentes tipos de juego pueden combinarse entre sí; o sea que muchos juegos poseen ciertas características que los harían ubicarse en una u otra categoría.

3.1 JUEGOS RECREATIVOS



Estos juegos son los que realiza el niño por puro placer. No importa el lugar, el tiempo, o con quien o quienes se practica. La mayoría de los juegos tienen un carácter recreativo. Entre ellos se pueden citar "La gallinita ciega", "El roba queso", "El gato y el ratón", "Escondido", "Caracol", "Seguido", "Espejo", "¿Quién tiene la bola?", los juegos de "Quedó", "Se cayó la canasta de frutas", "Perseguidos y perseguidores", "Tiro al blanco", las rondas como la "Danza de la Serpiente", "Juguemos en el bosque"; o "Los pollos de mi cazuela"; etcétera.



FIGURA 40. JUEGOS RECREATIVOS.

3.3 JUEGOS DE SALÓN

Estos son los juegos que se realizan en áreas cerradas de tamaño pequeño o mediano, por ejemplo, un aula o un salón de actos. Entre ellos podemos citar juegos como el dominó, algunos de cartas, los crucigramas, el tablero, el rompecabezas, el *Boggle*, el *Scrabble*, el ajedrez, los dados, las rondas, el *Master Mind*, el bolero, los cromos, el juego de *Jacks*, etcétera.



FIGURA 41. JUEGOS DE SALÓN.

3.4 JUEGOS PREDEPORTIVOS

Estos juegos, tal y como se mencionó anteriormente, son los que están directamente relacionados con un deporte específico. Por ejemplo, el juego de "Canasta India" es un predeportivo del baloncesto. El juego de "Pases peleados" es un predeportivo para el baloncesto y el balonmano. El *Kit-ball* y el juego de "Paleta" son predeportivos del béisbol y el *softball*.

3.5 JUEGOS PEDAGÓGICOS

Estos juegos se caracterizan por tener un objetivo específico que va ligado al aprendizaje de alguna destreza. Por ejemplo, en el juego de la "Rayuela" se enfatiza el conocimiento de los días de la semana o los números; en el juego de "Llegó carta" se practica la división silábica y los números; el juego de los "Puntos Cardinales" tiene por objetivo el aprendizaje de los puntos cardinales, así como también favorecer la orientación espacial. En el juego de "Buscando algo de color..." se favorece el aprendizaje de los colores; en el denominado "Mar adentro, mar afuera", se favorece el aprendizaje de las relaciones espaciales; el juego llamado "Simón dice..." es muy utilizado para el aprendizaje de las partes del cuerpo; etcétera.



FIGURA 42. JUEGOS PREDEPORTIVOS.



FIGURA 43. JUEGOS PEDAGÓGICOS.

4. ESTRATEGIA PARA UNA CLASE DE EDUCACIÓN FÍSICA ADAPTADA

Frecuentemente los docentes de aulas regulares y los de materias especiales, como es el caso de la Educación Física, se enfrentan con grupos de escolares donde la diversidad es palpable, esto es, hay niños con necesidades educativas especiales (NEE) y otros que no las presentan.

De acuerdo con lo anterior, los docentes deben resolver el dilema de cómo lograr satisfacer los intereses de los niños con necesidades educativas especiales sin dejar de atender las demandas del resto del grupo.

Trabajar con niños que presentan NEE implica, usualmente, un gran reto para los maestros, ya que, en su mayoría, estos estudiantes han visto reducidas sus experiencias de juego, ya sea por falta de interés, por falta de oportunidades, por falta de motivación, o por miedo al fracaso o rechazo.

Para lograr satisfacer los intereses de todo el grupo y aumentar el grado de participación de los alumnos con NEE, así como asegurar en gran medida el éxito en nuestra labor como docentes, es imprescindible realizar adaptaciones a las actividades que se planifican. También será necesario adaptar los materiales que ordinariamente se emplean; y por supuesto, la metodología deberá ajustarse a las características del grupo. Por último, y es quizás lo más significativo, los maestros deben garantizarse una adecuada formación profesional que les permita, como docentes, dar respuesta a las necesidades de sus alumnos.

Es importante asegurarse de que las adaptaciones y estrategias establecidas puedan generalizarse, es decir, que estén al alcance de todos los alumnos. Se debe tener claro que un mismo juego o actividad puede desarrollarse de diversas maneras y que nuestra elección de cómo llevarlo a cabo dependerá en gran medida del tipo de población con la que se trabaja: trastornos visuales, trastornos auditivos, retraso mental, trastornos motores, trastornos emocionales y otros.

La estrategia que se propone para trabajar en las clases de Educación Física en donde se atiendan niños con NEE, abarca varios aspectos:



- Diagnóstico inicial
- La metodología
- La selección de actividades
- El espacio o área de juego
- Los materiales

4.1 DIAGNÓSTICO INICIAL

Las características del desempeño de todo niño o niña con necesidades educativas especiales deben ser analizadas, con el propósito de que el infante reciba el diagnóstico correspondiente. Esto involucra conocer el tipo de discapacidad que se presenta; por ejemplo, si se trata de una afección en el ámbito cognoscitivo, físico-motor, emocional, o sensorial, así como considerar las destrezas y limitaciones a nivel motriz, conductual, sensorial y cognoscitivo, lo cual es de suma importancia.



FIGURA 44. MATERIALES PARA NIÑOS CON NEE.

Hidden page

Hidden page

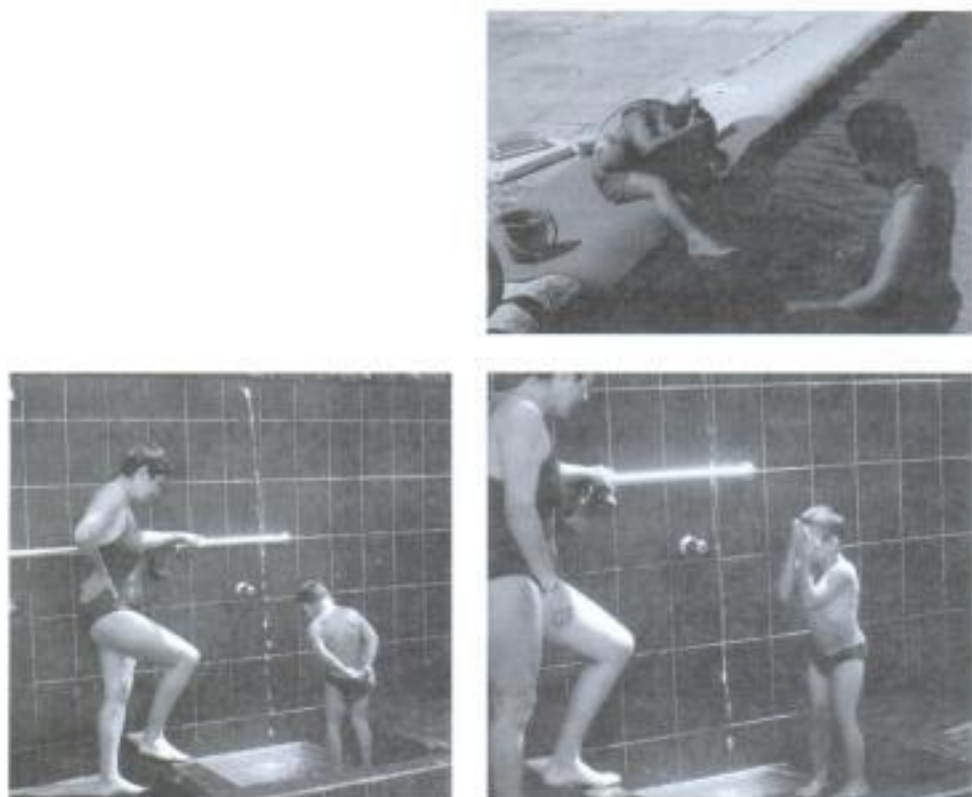


FIGURA 46. INSTRUCCIONES VERBALES DURANTE LAS ACTIVIDADES.



FIGURA 47. EL MODELADO.

4.3 SELECCIÓN DE LAS ACTIVIDADES

Se requiere tener conocimiento de una variedad de actividades, así como definir claramente cuáles son los objetivos que se pretende conseguir con su práctica. Se deben seleccionar actividades que se adecuen a las características de los niños con NEE. Por su parte, el concepto de adecuar las actividades, se refiere, básicamente, a la posibilidad de que estos niños tengan la oportunidad de participar con éxito y les permita ganar confianza en sus propias habilidades. **En este sentido, es conveniente enfatizar más en los juegos de índole cooperativo ya que a diferencia de los competitivos, los primeros favorecen la tolerancia y solidaridad.** A manera de ilustración, un juego de relevos puede adaptarse para que en lugar de correr en forma individual hacia una meta determinada, lo hagan por parejas o tríos. De esta manera, unos ayudan a otros. En el juego de "El pulpo", descrito más adelante, los "pulpos" deben permanecer sentados. De esta manera, los niños con algún trastorno motor no se verían en desventaja en relación con los niños sin trastornos motores y jugarían en igualdad de condiciones.

Los objetivos y actividades que se planifiquen deben procurar el desarrollo de las habilidades que el niño presenta. Asimismo, es imperioso evitar situaciones que puedan promover el rechazo.



FIGURA 48. VARIEDAD DE ACTIVIDADES.

4.4 ESPACIO O ÁREA DE JUEGO

El área de juego es un factor determinante para alcanzar el éxito en cuanto a la participación de los estudiantes con NEE. Se deben considerar los siguientes aspectos:

- Delimitar bien los espacios de juego.
- Suprimir posibles obstáculos: paredes, caños, mesas y otros.
- Evitar superficies abrasivas y resbalosas.
- Evitar pendientes pronunciadas.
- Evitar las barreras arquitectónicas: gradas, ausencia de rampas, ausencia de barras, etcétera.

Hidden page



FIGURA 50. LOS MATERIALES DE JUEGO PARA NIÑOS CON NEE.

5. JUEGOS Y ACTIVIDADES

Dentro de los juegos y actividades tenemos los juegos y actividades para el desarrollo de las habilidades sensorio-motrices y los juegos y actividades para poblaciones específicas, como lo explicaremos a continuación.

5.1 JUEGOS Y ACTIVIDADES PARA EL DESARROLLO DE LAS HABILIDADES SENSORIO-MOTRICES

Las principales actividades y juegos que se emplean y recomiendan para el desarrollo de las habilidades sensorio-motrices son las siguientes:

- Esquema corporal
- Estructura espacial
- Estructural temporal
- Percepción visual
- Percepción auditiva
- Percepción táctil y percepción háptica

ESQUEMA CORPORAL



PARTES DEL CUERPO

Objetivos:

- ✓ Identificar en sí mismo y en otros, diferentes partes del cuerpo.
- ✓ Favorecer la discriminación auditiva.

Descripción:

Los niños se colocan en círculo, y pueden estar sentados o de pie, según las características de cada niño. Seguidamente se les indica que deben hacer exactamente lo mismo que hace el maestro, quien procede a tocar y a nombrar diferentes partes de su cuerpo; lo hará en forma pausada con el propósito de dar el tiempo de respuesta necesario a sus alumnos. Los niños imitarán lo que hace el maestro.

Variantes:

- En vez de localizar las partes indicadas por el maestro en sus propios cuerpos, lo harán en el cuerpo del compañero que está a su derecha o su izquierda.
- Se puede hacer uso de algún material, por ejemplo bolsitas pequeñas llenas de arroz o frijoles. En tal caso, se le pide a los estudiantes que coloquen la bolsita en las rodillas, en los hombros, en el estómago, en la cabeza, etcétera.

PUNTOS DE APOYO

Objetivos:

- Conocer las diferentes partes del cuerpo.
- Estimular el equilibrio estático.
- Favorecer la discriminación auditiva.

Descripción:

Se requiere un área bastante amplia. Los niños se distribuyen por todo el espacio. Se les explica que deberán imitar las diversas posturas ejecutadas por su maestro, quien procederá a realizar posiciones con diferentes puntos de apoyo e irá nombrando las partes que utiliza. Por ejemplo, los siguientes puntos de apoyo:

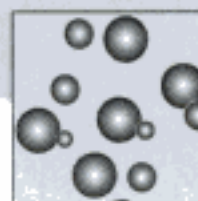
- “los dos pies”
- “una mano y un pie”
- “rodillas y pies”
- “solo rodillas”
- “solo un pie”
- “mano y rodilla”
- “cabeza, rodillas y pies”
- “solo la espalda”

Se espera que los niños imiten las diferentes posiciones y de ser posible que nombren las partes del cuerpo utilizadas.

Variación:

Dejar que sea un niño el que dirija el juego.

ESTRUCTURA ESPACIAL



ESPACIO LIMITADO (Pointer, B., 1996:20)

Objetivos:

- ✓ Favorecer el conocimiento de la estructura espacial.
- ✓ Estimular la discriminación y la memoria auditiva.

Descripción:

Para esta actividad se requiere un área amplia y de algún tipo de material que sirva para delimitar el espacio, ya sea tiza, cinta adhesiva, sillas, conos, etc. Se les dice a los niños que pueden moverse por todo el espacio, sin chocar unos con otros. Pueden desplazarse de la forma que quieran y en cualquier dirección: adelante, atrás, a la derecha o izquierda, etc. Luego se procede a delimitar el espacio, dejando solo la mitad del que se utilizó al inicio. Los niños harán lo mismo que en la primera parte de la actividad, solo que esta vez se moverán en un espacio más reducido.

Variaciones:

- Se puede delimitar el espacio aún más, dejándolo sólo en una cuarta parte.
- Se les puede indicar que se desplacen en diferentes direcciones, adelante, atrás, a la derecha o izquierda, pero que lo hagan solo caminando, gateando, o rodando, etcétera.

BUSCO EL COLOR

Objetivos:

- ✓ Favorecer el conocimiento de la estructura espacial.
- ✓ Estimular la discriminación y la memoria auditiva.

Descripción:

Para esta actividad se requiere un espacio amplio y de varios objetos de diferentes colores. Se le indica a los niños que pueden moverse por toda el área, pero en determinado momento deberán buscar y tocar un objeto del color nombrado por el maestro. Por ejemplo: "busco el color rojo", "busco el color azul", "busco el color verde", y otros.

Para realizar esta actividad con éxito, el maestro debe saber con antelación cuáles colores conocen los niños.

Variación:

En lugar de trabajar en forma individual, pueden hacerlo en parejas.

LAS CUATRO PAREDES

Objetivos:

- ✓ Favorecer el conocimiento de la estructura espacial.
- ✓ Estimular la memoria auditiva.

Descripción:

Para esta actividad se requiere un salón mediano, con cuatro paredes. Para iniciar, los niños estarán recostados a una pared, mientras que en las restantes, el maestro procede a dibujar una letra: A, B, C.

Después, se les dice a los niños que se desplacen hacia determinada pared, así: "caminen hacia la pared A"; "gateen hacia la pared C", "corran hacia la pared B"; etcétera.

Variación:

Utilizar números o colores en vez de letras.

ESTRUCTURA TEMPORAL



PALMADAS

Objetivos:

- ✓ Favorecer la estructura temporal.
- ✓ Estimular la percepción y la memoria auditiva.

Descripción:

Los niños estarán sentados en el suelo. La maestra ejecuta una serie de tres, cuatro o cinco palmadas a un ritmo moderado; luego le pide a los niños que repitan la serie. La maestra vuelve a repetir la misma serie pero a un ritmo acelerado; luego le pide a los niños que reproduzcan la misma serie a igual ritmo.

Finalmente, la maestra repite la misma serie pero a un ritmo muy lento, los niños deberán nuevamente ejecutar la serie tal y como se les indica.

Variaciones:

- Se pueden emplear ritmos diferentes: “más rápido”, “más lento”, etcétera.
- Se puede realizar la actividad sólo con los pies.
- Para aumentar el nivel de complejidad del juego se pueden mezclar palmadas y pies.

RITMOS Y DESPLAZAMIENTOS

Objetivos:

- Favorecer la estructura temporal.
- Estimular la percepción y discriminación auditiva.

Descripción:

Se requiere un espacio amplio para que los niños se puedan movilizar sin problemas. Se les indica que deben desplazarse caminando de acuerdo con el ritmo de un tambor. El docente entonces tocará el tambor a diferentes ritmos, desde los muy lentos hasta los muy rápidos. Los estudiantes entonces caminarán por toda el área tratando de seguir el ritmo del tambor.

Variaciones:

- Los tipos de desplazamiento pueden variar: correr, caminar hacia atrás, en patarénca, hacia la derecha e izquierda y otros.
- Que sea un estudiante quien toque el tambor.
- Pueden emplearse otros tipos de instrumento: caja china, pandereta, guitarra, claves, etcétera.

MÚSICA Y MOVIMIENTO**Objetivos:**

- ✓ Favorecer la estructura temporal.
- ✓ Estimular la percepción auditiva.

Descripción:

Se requiere una grabadora y música con ritmos diversos. Los niños se distribuyen libremente en el área de juego y se les indica que deberán moverse al ritmo de la música mientras la escuchan. En el momento en que dejen de escuchar la música, permanecerán quietos. Una vez que vuelvan a escuchar la música podrán moverse otra vez de acuerdo con el ritmo que se escuche. La maestra emplea piezas musicales con ritmos y duraciones diferentes de forma tal que el niño se mueva libremente durante el tiempo que dure la pieza musical.

Variaciones:

- Un estudiante puede manipular la grabadora.
- Pueden emplearse instrumentos musicales como: la caja china, la pandereta, la guitarra, las claves, etcétera.



COLORES Y TAMAÑOS

Objetivos:

- ✓ Estimular la discriminación visual.
- ✓ Estimular la discriminación de tamaños.

Descripción:

Para esta actividad se requieren bolas de diferentes tamaños y colores. Se divide el grupo de niños en cuatro o cinco equipos. El número de objetos para cada equipo deberá ser igual en cantidad, color y forma, por ejemplo:

- 3 botones pequeños, 3 medianas y 3 grandes de color rojo
- 3 botones pequeños, 3 medianas y 3 grandes de color azul
- 3 botones pequeños, 3 medianas y 3 grandes de color verde
- 3 botones pequeñas, 3 medianas y 3 grandes de color amarillo

Los objetos deben estar colocados en una bolsa o en una caja. La maestra(o), en un momento dado les indica a los niños que deben agrupar todos los botones de un determinado color. Luego les puede decir que deben agrupar todos los botones pequeños. Se continúa así hasta cubrir todos los colores y tamaños.

Variaciones:

- Se puede emplear otro tipo de objetos como tucos, bolas, monedas, figuras geométricas, etcétera.
- Para aumentar el grado de dificultad se les pide que hagan grupos de botones de acuerdo con el tamaño y color, por ejemplo: un botón pequeño, un mediano y otro grande, todos de un mismo color, o de diferente color.
- Se puede desarrollar la actividad en forma competitiva, diciéndoles que el equipo que termine primero es el que gana.

¿QUIEN CAMBIÓ DE LUGAR?

Objetivo:

- ✓ Estimular la memoria visual.

Descripción:

Los niños se sientan en círculo; se le pide a uno de ellos que se levante, que observe bien a sus compañeros y que luego salga por un momento del salón de juego. Mientras tanto, se le pide a otro niño que cambie de lugar. Inmediatamente se procede a llamar al niño que está fuera y se le preguntará cuál niño cambió de lugar.

Variación:

En lugar de cambiar de lugar, se le pide al niño que se esconda. El compañero que estaba fuera del salón de juego, deberá "adivinar" quién hace falta.

BOMBAS EN EL AIRE

Objetivo:

- ✓ Estimular el seguimiento visual.

Descripción:

Se divide el grupo de estudiantes en tres o cuatro equipos. A cada equipo se le dará un globo inflado y se les indica que deben mantener el globo en el aire, sin dejarlo caer, durante el mayor tiempo posible. El equipo ganador será el que logre mantenerlo en el aire por más tiempo.

Variaciones:

- Se les dice a los niños que deben estar sentados.
- Que utilicen sólo la mano derecha o la izquierda para golpear el globo.



EL GUÍA

Objetivo:

- ✓ Estimular la percepción, discriminación y seguimiento auditivo.

Descripción:

Para la realización de este juego, los niños formarán tres o cuatro equipos. Luego, se trazan dos líneas separadas una de otra al menos cinco metros. Una línea será la de salida, la otra de meta. Los integrantes de cada equipo se colocan en fila detrás de la línea de salida, exceptuando uno quien será el "guía".

Mientras tanto, la(el) docente coloca frente a cada equipo varios obstáculos: una silla, un pupitre y una colchoneta. A una indicación, el "guía" de cada equipo le coloca un pañuelo a uno de sus compañeros y luego debe guiarle oralmente a lo largo de la zona de obstáculos con las siguientes instrucciones:

Siéntese en la silla, camine hasta el pupitre y pase por debajo, levántese y camine sobre la colchoneta, camine hasta cruzar la línea de meta.

Cuando el "guía" termine con el primer jugador debe apresurarse y repetir lo mismo con el siguiente compañero y así sucesivamente. Gana el equipo en terminar de primero.

Variaciones:

- La distancia y el tipo de obstáculos puede variar, dependiendo de las características del grupo con el que se trabaje. Por ejemplo, si hay niños en sillas de ruedas la distancia puede ser menor y solo se les pedirá que esquiven determinados objetos hasta llegar y cruzar la línea de meta.
- Rotar al niño que hace de "guía".

ESCUCHO Y ME MUEVO

Objetivos:

- ✓ Estimular la memoria auditiva.
- ✓ Practicar las relaciones espaciales.

Descripción:

Los niños deben estar de pie y ubicados en hilera. El docente se coloca frente a ellos, a una distancia aproximada de dos metros. Luego procederá a dar una serie de indicaciones; entonces los niños, se desplazarán de acuerdo con las instrucciones que se les van dando. Por ejemplo.

“den dos pasos adelante”

“levanten la mano derecha”

“tóquense la nariz”

“den tres pasos a la izquierda” y algunos más

Variaciones:

- Los niños pueden estar sentados.
- Pueden desplazarse de diferentes maneras. dar saltos, de medio lado, etcétera.

LA PANDERETA PERDIDA

Objetivos:

- ✓ Estimular la figura de fondo auditiva.

Descripción:

Los niños se ubicarán en círculo. Se le pedirá a uno de ellos que se coloque en el centro con los ojos vendados. A otro niño de los ubicados en círculo se le da una pandereta la cual hará sonar, mientras que los demás niños golpean el piso con sus manos o pies. El estudiante con los ojos vendados tratará de encontrar al niño que suena la pandereta.

Variaciones:

- Se pueden utilizar otros tipos de instrumentos: claves, tambor, caja china, guitarra, etcétera.
- Se le pide a los niños ubicados en círculo que en lugar de golpear el piso, hablen o canten.



LAS BOTELLAS

Objetivo:

- ✓ Estimular la discriminación táctil.

Descripción:

Para este juego se requieren al menos 30 botellas plásticas de un mismo tamaño y pintadas de un color oscuro: 15 de las botellas se llenarán con arena, las otras quince se dejan vacías.

El grupo de estudiantes se divide en dos equipos. Ambos equipos se ubican detrás de una línea de salida; las botellas se esparcen, revueltas, frente a ellos en un espacio no mayor de 10 metros. A un equipo se le asignan las botellas vacías, al otro, las botellas llenas.

A una orden, ambos equipos deberán correr y tratar de juntar las 15 botellas que les corresponde y echarlas en una caja. El equipo que termine primero gana.

Variación:

Se pueden utilizar saquitos rellenos, unos con maíz o frijoles, los otros con algodón o tela.

LA FIGURA QUE ME CORRESPONDE

Objetivos:

- ✓ Estimular la discriminación táctil.
- ✓ Estimular la percepción háptica.

Descripción:

Para este juego se requieren figuras geométricas hechas en madera; por lo menos 15 círculos, 15 triángulos, 15 cuadrados. Pueden ser de diferente tamaño. Se requieren además, otros objetos, tales como prensas, borradores, clips, etc.; los cuales se distribuyen por partes iguales en tres bolsas. En cada una de esas bolsas deben colocarse diez figuras geométricas iguales, más cinco de las otras.

Se le pide a los niños que formen tres equipos de un máximo de 10 jugadores cada uno colocados en hileras. Los equipos se ubican detrás de una línea de salida, mientras que las bolsas se colocan, una frente a cada equipo y a una distancia de aproximadamente cinco metros.

A una orden dada, los primeros jugadores de cada equipo deberán correr hacia la bolsa y tratar de buscar dentro de ella y sin ver, la figura geométrica que previamente les fue asignada a su equipo. Se sigue así sucesivamente con el resto de los jugadores. Gana el equipo en reunir de primero los diez objetos con la figura geométrica asignada.

Variaciones:

- Puede emplearse otro tipo de objetos en sustitución de las figuras geométricas.
- Para aumentar el grado de complejidad, se le asigna a cada equipo una serie de objetos que deberán encontrar dentro de la bolsa: un clip, un lapicero, un borrador, una liga, y un pedazo de tiza.

¿QUIÉN SOY?

Objetivos:

- ✓ Estimular la discriminación y la memoria táctil.
- ✓ Estimular la percepción háptica.

Descripción:

El grupo de estudiantes se divide en cuatro o cinco subgrupos. Deben trabajar en forma separada para no interferir unos con otros. A un miembro de cada subgrupo se le venda los ojos. Este niño tratará de identificar por su nombre a cada uno de los compañeros de su grupo utilizando únicamente el tacto. La actividad se repite con cada uno de los integrantes.

DIME LO QUE ES

Objetivos:

- Estimular la discriminación y la memoria táctil.
- Estimular la percepción háptica.

Descripción:

Los niños se ubican sentados en círculo. El docente prepara al menos tres bolsas que contienen diez objetos diferentes: monedas, "clips", borradores, lapiceros, tornillos, etc. Coloca las bolsas en el centro del círculo y procede a llamar a tres niños. Seguidamente explica que tienen treinta segundos para identificar mediante el tacto, y sin ver, el mayor número de objetos que se encuentra dentro de la bolsa. Gana el niño que identifique el mayor número de objetos en el lapso señalado.

Hidden page

Descripción:

Para este juego se requieren al menos dos sillas de ruedas libres, una silla por equipo. Se forman dos equipos los cuales se colocan en hilera detrás de una línea de salida. Al frente y a una distancia de cinco o siete metros, se traza una línea de meta. En el medio se colocan tres sillas o pupitres.

A la señal, los primeros de jugadores de cada equipo saldrán en silla de ruedas, pasarán haciendo zigzag en medio de las sillas, luego deben cruzar la línea de meta y regresar a toda velocidad hasta donde se encuentra el siguiente compañero, quien debe repetir la misma tarea. Gana el equipo en terminar de primero.

Variaciones:

- Se pueden eliminar los obstáculos y hacer una carrera libre.
- La distancia entre una línea y otra puede variarse de acuerdo con las características del grupo.

EL PULPO**Objetivos:**

- ✓ Estimular la velocidad de reacción.
- ✓ Estimular la agilidad.

Descripción:

Se requiere un área de juego de regular tamaño y muy bien delimitado. A la mitad del área de juego se colocan dos niños sentados o acostados, pero sin moverse de su lugar; uno de ellos puede ser el estudiante con trastornos motores. Estos niños serán los “pulpos”; el resto de los estudiantes se ubica a un extremo del área de juego.

En un momento dado, los “pulpos” dicen: “todos a nadar”; en ese momento el resto de los niños deben atravesar el área de juego hasta llegar al otro extremo sin ser tocados por los “pulpos”. Si son tocados, ellos, también se convertirán en pulpos. El juego continúa hasta que quede un solo estudiante sin ser atrapado.

Variaciones:

- Rotar a los niños que hacen de “pulpo”.
- Los niños pueden atravesar el área de juego saltando, corriendo, caminando, rodando, en andadera, sillas de ruedas, muletas, etcétera.
- Permitir que los “pulpos” puedan desplazarse.
- Lugar en parejas, de modo que si algún niño utiliza silla de ruedas o coche, pero no puede desplazarse por sí mismo, su compañero pueda ayudarlo a trasladarse.

Objetivos:

- ✓ Estimular el trabajo en equipo entre niños con trastornos motores o sin ellos.
- ✓ Practicar el lanzamiento y captura de la bola.

Descripción:

Se requieren dos equipos para jugar en una superficie de 7 a 10 m de longitud dividida a la mitad por una línea central. Para iniciar el juego, cada equipo debe ocupar una de las áreas de la cancha y elegir a un "atajador". Cada atajador se ubica en la "portería" del equipo contrario. Ningún otro jugador puede entrar en esa zona. La portería debe medir al menos 2,5 m por 2,5 m. Ambos "atajadores" pueden estar de pie, sentados o acostados; ellos tienen la libertad de atajar la bola de la forma que más les convenga. Por ejemplo, usando una canasta, las manos, o una caja, etcétera.

El juego consiste en pasar la bola entre los jugadores de un mismo equipo haciéndose pases entre ellos hasta hacerla llegar a su atajador, si éste la apaña es punto, si la deja caer no cuenta. El juego tarda 10 minutos, a los 5 minutos hay cambio de cancha; el equipo en anotar el mayor número de puntos al término de los 10 minutos es el ganador. Si hay empate, se pueden jugar minutos extras y acabará el juego cuando cualquiera de los dos equipos anote y acumule el punto adicional para el gane.

Variaciones:

- Los niños que hagan de atajadores pueden ser los que presenten trastornos motores; estos pueden ser rotados dependiendo de su condición.
- El tamaño de la zona de juego así como la duración del mismo pueden variar, dependiendo de las características de cada grupo.



Para la realización de juegos donde participen niños con deficiencias auditivas, es necesario que el personal docente haga un mayor uso del lenguaje corporal, señas, y material visual, tanto para la explicación del juego como para la conducción de este.

EL TRANSPORTE

Objetivos:

- ✓ Estimular la interacción social entre niños con deficiencias auditivas o sin ellas.
- ✓ Estimular la coordinación.

Descripción:

Se divide el grupo de participantes en subgrupos de cuatro o cinco niños. A cada subgrupo se le entregan dos colchonetas. A una indicación, por medio de carteles o gestos, los niños se sientan sobre una de las colchonetas mientras que la otra se la colocan sobre sus cabezas. Luego a otra indicación, se despojan de la colchoneta que han mantenido sobre sus cabezas, la colocan en el suelo y se trasladan a ella sin tocar el piso, guardando siempre la posición de sentados; recogen la colchoneta en la que estuvieron sentados y la colocan sobre sus cabezas. Todos esos movimientos se repiten sucesivamente hasta que todos los subgrupos lleguen a una línea meta, la cual ha sido previamente establecida.

Variación:

En lugar de colchonetas, pueden utilizarse paños, sábanas o papel.

GUSANOS A SUS CASAS

Objetivos:

- ✓ Estimular la interacción social entre niños con deficiencias auditivas o sin ellas.
- ✓ Estimular la coordinación.

Descripción:

Para iniciar, en cada uno de los cuatro extremos del área de juego se dibuja un círculo. Los niños, divididos en cuatro equipos, se ubican en cada círculo agarrados, uno detrás del otro, por la cintura. Cuando se les indique por medio de carteles o gestos "*gusanos a pasear*", los niños saldrán del círculo y se desplazarán libremente por el área de juego, sin soltarse. Cuando se les indique "*gusanos a sus casas*" deberán regresar lo más rápido posible al círculo que les corresponde. Gana el equipo que llegue primero a su "casa" sin soltarse.

Variación:

En lugar de agarrarse de la cintura, pueden tomarse de la mano.

GATOS Y RATONES

Objetivos:

- ✓ Estimular la velocidad de reacción (el tiempo transcurrido entre la emisión de un estímulo y la iniciación de la respuesta a ese estímulo).
- ✓ Estimular la velocidad (tiempo transcurrido desde el inicio hasta la finalización de un movimiento o actividad, por ejemplo, una carrera de 20 m).

Descripción:

En un área preferiblemente plana y amplia se traza una línea central y paralelamente en cada uno de sus extremos se trazan dos líneas de llegada. A los participantes se les divide en dos grupos: unos serán los ratones, otros los gatos. A gatos y ratones se les ubica a lo largo de la línea central, sentados y de espaldas unos con otros. A la indicación de "gatos", ya sea por medio de carteles o gestos, ambos grupos se ponen de pie, entonces los gatos perseguirán a los ratones, quienes, a su vez, corren hacia su línea de llegada. Si son atrapados antes de cruzar dicha línea, se convertirán en gatos. La actividad se repite en forma contraria, es decir, se da la indicación de "ratones", entonces serán éstos los que persiguen a los gatos en dirección a la otra línea de llegada.

Variaciones:

- Iniciar el juego desde una posición de pie.
- Utilizar otro tipo de desplazamiento: gatear, saltar, en dos pies.



Para la realización de juegos en donde participen niños con deficiencias visuales, es de vital importancia que tengan la posibilidad de explorar, anticipadamente, el área de juegos. Deben eliminarse toda clase de barreras estructurales o materiales que representen un peligro para niños con tales trastornos. Además es imprescindible dotar el área con señalamientos en braille en puertas, pasamanos, etc., para que sirvan de guía a los alumnos.

FORMAR GRUPOS DE ...

Objetivo:

- ✓ Estimular la interacción social entre los niños con deficiencias visuales o sin ellas.

Descripción:

Todos los niños, con y sin NEE, se desplazan caminando alrededor de un área de juego no muy amplia y bien delimitada, libre de obstáculos. A la indicación de "formen grupos de dos"; los niños proceden a formar grupos de dos. Consecutivamente se indica la formación de grupos de tres, cinco, cuatro, etcétera.

Variación:

Indicar que el desplazamiento puede hacerse de diferentes maneras: corriendo, de medio lado, haciendo caballito, en parejas y otros.

TELEGRAMA

Objetivos:

- ✓ Estimular la interacción social.
- ✓ Estimular la memoria auditiva.

Descripción:

Dividir a los participantes en dos o tres equipos. Los integrantes de cada equipo se ubican uno al lado del otro, hombro con hombro. El docente le dirá al oído del primer jugador de cada uno de los equipos, un mensaje sencillo; a la indicación respectiva, estos primeros receptores comienzan a pasar el mensaje al compañero que está al lado. Para cerciorarse que el mensaje llegó, el último jugador se pondrá de pie y dirá en voz alta el mensaje que le fue dado.

Variaciones:

- Poner a un estudiante a dar los mensajes
- Se le puede dar un mensaje diferente a cada equipo; por ejemplo, “el camión marrón es de Don Ramón”, “al señor Salazar le gusta comer y bailar”.

EL CONDUCTOR**Objetivos:**

- ✓ Estimular la interacción social
- ✓ Estimular la cooperación entre niños con deficiencias visuales o sin ellas.

Descripción:

Se forman dos o tres equipos, los cuales, en hilera, se ubicarán detrás de una línea de salida. A cada equipo se le da un aro y a una indicación, el primer jugador de cada equipo le “pondrá” el aro alrededor de la cintura al compañero de atrás, seguidamente lo conduce hasta una línea de meta que puede fijarse a unos 15 ó 20 pasos al frente. Una vez que ambos jugadores crucen la línea de meta, que puede ser un mecate colocado en el piso, cada jugador que fue conducido tomará el aro y regresará a su puesto para repetir la misma acción. Gana el equipo que termine primero en la conducción de sus integrantes

Variación:

Si en el juego participan niños videntes, estos pueden ayudar a sus compañeros por medio de instrucciones verbales. Por ejemplo: “siga directo”, “ya va a llegar”, “camine un poco hacia la derecha”, “camine más rapidito”, “ya van llegando” y otras más.



Los juegos para niños con TGD, tales como el síndrome autista, síndrome de Rett, demencia infantil y esquizofrenia; así como para aquellos estudiantes con TE quienes, con frecuencia, pueden presentar alguna(s) de las siguientes características: problemas de conducta, depresión, hiperquinesis, mutismo o tartamudez, entre otras. Requieren una estructuración muy clara, no solo de las actividades por realizar, sino también del área de juego, del material y del tiempo disponible para la realización de las actividades programadas. Se describen seguidamente, algunos juegos apropiados para este tipo de población.

EL RELEVO DEL SAQUITO

Objetivo:

✓ Estimular la interacción social entre niños con trastornos emocionales o sin ellos.

Descripción:

Se forman dos equipos, los cuales se ubican detrás de una línea de salida. A cada integrante se le da un saquito relleno de frijoles o maíz. A una indicación, los primeros jugadores de cada equipo deben desplazarse hacia la línea de meta previamente trazada a unos cuatro o cinco metros, donde depositarán el saquito en una caja prevista para tal propósito; luego el jugador se devuelve para darle la salida al siguiente. Se continúa de esa forma hasta que todos hayan cumplido con esa tarea. Gana el equipo que termina de primero.

Variación:

Sustituir los saquitos por bolas u otro objeto blando.

BOLAS AL CAJÓN

Objetivos:

- Estimular la interacción social.
- Estimular el seguimiento de instrucciones.
- Estimular la coordinación ojo-mano.

Descripción:

Los participantes se ubican detrás de una cuerda o red colgada al menos a cincuenta centímetros de altura. Se colocan tres o cuatro cajones a diferentes distancias de la cuerda. A cada niño se les da tres bolas; a una indicación lanzan las bolas tratando de que se dirijan y caigan dentro de alguno de los cajones.

Variación:

Sustituir las bolas por saquitos u otro objeto blando.

JUEGOS PARA NIÑOS CON RETRASO MENTAL

Los niños con retraso mental se caracterizan por tener un funcionamiento intelectual por debajo del promedio; presentan además limitaciones en dos o más habilidades adaptativas tales como las académicas funcionales, autocuidado, comunicación, habilidades sociales, vida independiente y trabajo. Con los apoyos apropiados, el funcionamiento general de las personas con retraso mental tiende a mejorar con el tiempo.

VOLEIBOL SIMPLE**Objetivos:**

- ✓ Estimular la interacción social entre niños con trastornos cognoscitivos o sin ellos.
- ✓ Favorecer en trabajo en equipo.
- ✓ Estimular la velocidad de reacción.
- ✓ Estimular la coordinación ojo-mano.

Descripción:

Se coloca una cuerda en medio del campo, el cual debe ser amplio y libre de obstáculos. Se divide el grupo de participantes en dos equipos; los integrantes de cada equipo se distribuyen, sentados, en una sección del campo de juego. A cada equipo se le dan de quince a veinte globos, asegurándose de que cuenten, como mínimo, con un globo por cada jugador.

El juego consiste en bolear los globos al campo contrario durante un período de cuatro minutos, al mismo tiempo que devuelven los enviados por los jugadores del equipo

contrario. Al término del tiempo dado el docente procede a contar el número de globos caídos en cada área. Ganará el equipo que tenga menos globos en su campo de juego. Los globos reventados también se cuentan.

Variaciones:

- El tiempo de juego se puede variar dependiendo de las características del grupo.
- Permitir que los jugadores estén de pie y que puedan desplazarse.

MEDIANOCHE

Objetivo:

- ✓ Estimular la velocidad de reacción.

Descripción:

En el campo de juego se trazan dos líneas, separadas una de otra al menos por 10 m. Se escoge a un niño que hará de "lobo" y quien se ubica detrás de una de las líneas y de espaldas hacia los compañeros. El resto de los participantes se colocan detrás de la otra línea.

A una indicación, el grupo de niños avanzará lentamente y en bloque hacia donde está el lobo y le irán preguntando "¿qué hora es?" El lobo responderá: "la una", "las dos", "las tres", etc. Pero, cuando el lobo dice: "la media noche, éste se volverá con rapidez y tratará de atrapar a sus compañeros, quienes correrán hasta su línea tratando de no ser atrapados.

El participante que es atrapado por el lobo se convierte en lobito, debiendo permanecer en el lugar en donde fue capturado y procurará ayudar al lobo a atrapar a otros de sus compañeros, pero sin poder desplazarse de ese lugar.

Variaciones:

Elegir dos lobos en vez de uno al inicio del juego.

CUATRO ESQUINAS

Objetivos:

- ✓ Estimular la memoria auditiva.
- ✓ Estimular la lateralidad.
- ✓ Estimular la agilidad.

Descripción:

En este juego puede utilizarse media cancha de baloncesto, de voleibol u otra zona amplia en la cual el docente pueda dibujar “la zona de juego”; en cualquiera de los casos se debe indicar, claramente, en dónde están las cuatro esquinas del campo de juego.

Los participantes se dividen en cuatro equipos; los integrantes de cada equipo se ubican, de pie, en una de las cuatro esquinas del campo de juego. Se les explica a los equipos que cuando escuchen un pitazo, sus jugadores deben trasladarse hacia la esquina ubicada a su derecha; pero si escuchan dos pitazos, deberán hacerlo hacia la izquierda.

Variaciones:

- El niño que se equivoque pasa al centro hasta que otro niño lo sustituya.
- Indicarles que se desplacen tomados de la mano.

ACTIVIDADES PARA NIÑOS CON DISCAPACIDAD MÚLTIPLE O RETOS MÚLTIPLE



Los niños con discapacidad múltiple o retos múltiples se caracterizan por presentar dos o más discapacidades que afectan de manera significativa tanto las habilidades para la ejecución de las actividades de la vida diaria, como para el aprendizaje, tales como: bañarse, vestirse y desvestirse, lavarse los dientes, peinarse, lavarse las manos, limpiarse, escribir, sentarse, levantarse, caminar, etcétera. Algunos ejemplos de discapacidad múltiple son: parálisis cerebral con trastornos de la comunicación; parálisis cerebral con ceguera, retraso mental con sordoceguera, espina bífida con retraso mental; etcétera. Por tal razón, requieren una mayor atención por parte de los docentes, tanto los de aula regular, como los de materias especiales, tal es el caso de los docentes en el área de la Educación Física.

Debido a la complejidad de sus necesidades, el planeamiento y la puesta en marcha de los juegos para este tipo de población escolar, debe hacerse muy cuidadosamente, tratando de tomar siempre en consideración las necesidades tanto físicas, como emocionales, educativas y de comunicación que estos niños típicamente presentan. Es de vital importancia la metodología empleada por el docente en el momento de explicar y conducir los juegos, algunos de los cuales se presentan seguidamente.

Hidden page

Hidden page

Variación:

Realizar la misma actividad pero en parejas: ambos participantes procurarán realizar un movimiento específico entre los dos.

ALLÁ, ACÁ, EN TODAS PARTES**Objetivos:**

- ✓ Estimular la discriminación auditiva.
- ✓ Estimular la velocidad de reacción.

Descripción:

Los participantes se desplazan por toda el área de juego, muy atentos a las indicaciones del docente. Cuando le escuchan decir “acá”, todos deben correr hacia él; si le escuchan decir “allá”, deben alejarse; pero si le escuchan decir “en todas partes”, deben correr ya que el docente los perseguirá para atraparlos.

Variación:

Realizar la misma actividad, pero desplazándose en parejas o tríos.

PARTES DEL CUERPO**Objetivos:**

- ✓ Reconocer las partes del cuerpo.
- ✓ Estimular la interacción social.

Descripción:

Los estudiantes se ubican en parejas esparcidos en el área de juego. En un momento dado el docente nombrará diferentes partes del cuerpo, los alumnos juntarán con su compañero la parte que fue indicada. Por ejemplo: “hombro con hombro”, “cabeza con cabeza”, “codo con codo” y otros.

Variación:

Cambiar de pareja después de cada movimiento.

RELEVO DE LA BOLA**Objetivos:**

- ✓ Estimular la atención.
- ✓ Estimular el trabajo en equipo.

Descripción:

Se forman dos o tres equipos, pueden estar sentados en hilera uno a la par del otro. Se requiere una bola para cada equipo. A una indicación, los jugadores de cada equipo pasarán la bola, uno por uno, al compañero que está al lado, si el balón se les cae, deberán retomar el juego desde donde la bola cayó. Gana el equipo que logre hacer llegar la bola hasta al último jugador de su hilera.

Variaciones:

- Los integrantes de cada equipo pueden ubicarse uno detrás del otro.
- Pasar la bola de diferentes formas, ya sea por encima de la cabeza o por debajo de las piernas.

6. CONSIDERACIONES FINALES

Los términos maestro y docente son consubstanciales y vastos. En este libro se les ha de percibir, esencialmente, dentro de una connotación de amor, de preocupación e interés en los niños y jóvenes como lo que son. Dentro de ese concepto, el trabajo del maestro *–magister–* y, consecuentemente, el del docente *–formador–* se convierten en una labor sublime y maravillosa, más aún para quienes tienen la capacidad y dicha de entenderla de esa manera.

Ciertamente, no hay labor más importante que aquella por medio de la cual intervenimos en la educación de las personas. Los docentes son los formadores bajo cuya tutela y responsabilidad se configuran los futuros mecánicos, periodistas, arquitectos, ingenieros, agricultores, enfermeras, vendedores, veterinarios, administradores, microbiólogos y políticos, entre otras profesiones y oficios. **Desde este punto de vista, es imprescindible que ese trabajo sea realizado con sumo cuidado y responsabilidad.**

Las siguientes recomendaciones constituyen tan sólo algunos de los aspectos que deben tomarse en cuenta para que la labor educativa sea lo más fructífera posible.

- a) Cuando se trabaje con estudiantes que presentan necesidades educativas especiales (NEE), es de vital importancia introducir cambios en la escuela, en el currículo, en el sistema de enseñanza y en la actitud de los docentes.
- b) Los docentes deben tener un nivel de formación amplio, que les permita dar respuesta a los requerimientos de los educandos con y sin NEE.
- c) El éxito en el proceso de la inclusión de los niños con necesidades educativas especiales, está asociado con la preparación profesional, el apoyo administrativo, familiar, la buena planificación y, finalmente, con la obtención y buen uso del material.

La inclusión educativa es un proceso que debe garantizar el apoyo que requieren estos estudiantes para que puedan maximizar sus destrezas dentro y fuera del ámbito escolar. La familia, los docentes y todos los profesionales que trabajan o se relacionan de alguna manera con los estudiantes que presentan NEE, deben

tener presente que el proceso de inclusión implica, entre muchas cosas, la no discriminación entre las personas con o sin discapacidad, el respeto a la diversidad y un ritmo de aprendizaje acorde con las capacidades de cada uno. Es necesario comprender que, la inclusión significa además pertenencia, es decir, se es parte de una familia, de una escuela, de una comunidad; esto proporcionará a los estudiantes con NEE seguridad y estabilidad.

- d) Un buen profesional del ámbito educativo, debe tener muy claro que:
- Las acciones que realice día a día, van a determinar el éxito de su labor.
 - Las actividades se tornan positivas cuando hay capacitación y preparación profesional.
 - El buen maestro debe, incuestionablemente, flexibilizar el ritmo de trabajo adecuándolo a las potencialidades de los educandos con NEE.
 - El buen maestro sabe que el rendimiento de sus alumnos con NEE es superior cuando éstos trabajan con un mínimo de tensión muscular y emocional.
 - El buen maestro sabe que uno de los objetivos primordiales de su labor es la de potenciar el rendimiento y la autonomía de sus alumnos con NEE.
 - El buen maestro sabe que, en términos generales, los objetivos de su trabajo deben orientarse hacia el descubrimiento y desarrollo de las habilidades que el niño presenta.
 - El buen maestro sabe que, el trabajo que involucra el apoyo de las familias de los alumnos, facilita y garantiza el logro de los objetivos planteados.

I. RESPUESTA BREVE

1. ¿Cuál es la importancia del juego en la vida del niño?
2. ¿Qué es el juego?
3. Haga un breve comentario sobre las teorías del juego citadas.
4. ¿Cuál teoría del juego considera usted es la más acertada? Justifique su respuesta.

II. COMPLETAR

1. Los juegos fatigantes y los juegos de reposo forman parte de _____.
2. Los juegos que están relacionados con el aprendizaje de algún deporte son llamados _____.
3. Los juegos que favorecen el desarrollo de destrezas cognoscitivas son llamados _____.
4. Los juegos donde se requiere la interpretación de un rol son conocidos como: _____.
5. La clasificación del juego que toma en consideración el tipo de participación, el área de ejecución, los materiales y al sector humano que está involucrado, se denomina _____.
6. Los juegos libres, los típicos, los tradicionales, los festivos y los educativos forman parte de la clasificación del juego de acuerdo con _____.

II. PAREO

1. *En relación con los tipos de juego resuelva el siguiente pareo:*

- | | |
|-------------------------|--|
| a) Juegos recreativos | 1 ___ Desarrollan destrezas cognitivas |
| | 2 ___ Delimitan espacio |
| b) Juegos de Salón | 3 ___ Son propios de una región |
| c) Juegos pedagógicos | 4 ___ Su finalidad es la diversión |
| d) Juegos predeportivos | 5 ___ El ajedrez, los jackses, el tablero |
| | 6 ___ Están ligados al aprendizaje de un deporte |

2. De acuerdo con la estrategia por seguir para implementar juegos o actividades adaptados, resuelva el siguiente pareo:

- | | |
|--|---|
| a) Diagnóstico inicial | 1 ___ Adecuación curricular |
| b) Especificaciones para los materiales | 2 ___ Estrategias empleadas en el proceso enseñanza-aprendizaje |
| | 3 ___ Apoyo administrativo, ministerial, familiar |
| c) La selección de actividades | 4 ___ Conocer el tipo de discapacidad, determinar destrezas |
| | 5 ___ Sonoros, blandos, variedad de colores y texturas, lentos |
| d) Recomendaciones para el espacio o área de juego | 6 ___ Sin barreras, obstáculos, pendientes o áreas resbalosas |
| e) La metodología | 7 ___ Se enfatiza en los juegos cooperativos |

IV. ACTIVIDADES

1. Junto con sus compañeros, diseñe y practique algún tipo de juego que involucre las habilidades sensorio-perceptuales.
2. Proponga un juego o actividad apropiada para un niño diez años con parálisis cerebral, que posee poca movilidad en sus piernas y moderada funcionalidad en su brazos y manos. Describa también los objetivos para realizar esta actividad.
3. Diseñe un juego o actividad apropiada para un niño sordo de seis años. Proponga los objetivos para efectuar dicho evento.
4. Proponga un juego o actividad apropiado para un niño de siete años con trastornos emocionales (un niño que se relaciona poco con otros niños y que, con cierta frecuencia, se autoagrede). Enuncie también los objetivos para realizar esta actividad.
5. Plantee un juego o actividad apropiado para un niño ciego de acuerdo con los contenidos estudiados.
6. Programe un juego o actividad apropiada para un niño con retardo mental de ocho años que aún no reconoce las partes del cuerpo, tampoco los colores y además confunde las relaciones espaciales. Describa los objetivos.
7. Proponga un juego o actividad apropiada para un niño de nueve años con los discapacidad múltiple (no puede caminar ni hablar). Proponga los objetivos para efectuar dicho evento.

I. RESPUESTA BREVE

1. El niño dedica la mayor parte de su tiempo a jugar; prácticamente convierte toda actividad en juego; por lo tanto es de gran relevancia en su vida. Podemos enfocar la importancia del juego desde varios puntos de vista.
 - **Desde un punto de vista físico:** el niño descarga energía, le permite un adecuado desarrollo neuromuscular.
 - **Desde un punto de vista educativo:** le permite el desarrollo de destrezas cognitivas: adquiere las nociones de relaciones espaciales, los conceptos de colores, tamaños, formas, texturas, lectura y escritura.
 - **Desde un punto de vista psicológico:** le ayuda a descargar tensiones, lo relaja.
 - **Desde un punto de vista social:** aprende conductas socialmente aceptables, aprende a interactuar con otras personas, se torna más cooperador, solidario y tolerante.
2. El juego se ha definido a través del tiempo de varias maneras. Una definición sencilla y concreta es la siguiente: "...el conjunto de actividades en las que el organismo toma parte sin otra razón que el placer de la actividad en sí." (Kamii y Devries, 1982:8)
3. Teorías del juego:
 - **La Teoría de la energía superflua** establece que el juego es el producto de la energía que le sobra al niño ya que a esa edad no aún no desempeña actividades de utilidad. Esta teoría no es aceptada ya que los niños pueden seguir jugando en forma indefinida, aunque se sientan agotados.
 - **La Teoría del juego preparatorio** establece que el juego constituye una forma de preparación para la vida adulta. Esta teoría no se descarta del todo, pero tiene el inconveniente de que no todos los juegos podrían considerarse como actividades preparatorias para la vida adulta, ejemplo de estos juegos son: los "Cromos", los *Jackses*, el "Pulpo", "Gatos y ratones" y otros.
 - **La Teoría del juego como estimulante del crecimiento** muy acertadamente establece que el juego es una actividad que surge espontáneamente como una forma para estimular el crecimiento y el funcionamiento del organismo. Sin embargo, no todos los juegos cumplen con esa premisa; entre ellos pueden citarse los siguientes juegos: el "Tablero", los Crucigramas", jugar a la "Casita", las adivinanzas, etcétera.

- **La Teoría Atávica** manifiesta que los niños juegan ya que tienden a reproducir, instintivamente, las mismas actividades de sus antepasados: la lucha, los lanzamientos, las manifestaciones de fuerza, etc. Ciertamente algunos de los juegos infantiles contemplan este tipo de comportamiento; sin embargo, no todos los juegos guardan esas características: el “Dominó”, los “Crucigramas”; “Simón dice”, “Mar adentro, mar afuera”, etcétera.
- **La Teoría del juego como la expresión del “Yo”** establece que el niño juega por una necesidad intrínseca, por medio de la cual puede eventualmente expresarse tanto en su mundo imaginario como en su mundo real. Esta teoría es muy acertada y aceptada.

4. Criterio personal justificado de cada estudiante que contesta esta pregunta.

II. COMPLETAR

1. Los juegos fatigantes y los juegos de reposo forman parte de la clasificación del juego según su acción dinámica.
2. Los juegos que están relacionados con el aprendizaje de algún deporte son llamados juegos predeportivos.
3. Los juegos que favorecen el desarrollo de destrezas cognoscitiva son llamados juegos pedagógicos o educativos.
4. Los juegos donde se requiere la interpretación de un rol son conocidos como juegos dramáticos.
5. La clasificación del juego que toma en consideración el tipo de participación, el área de ejecución, los materiales y al sector humano que está involucrado, se denomina clasificación del juego según su organización.
6. Los juegos libres, los típicos, los tradicionales, los festivos y los educativos forman parte de la clasificación del juego de acuerdo con su contenido y significado.

III. PAREO

1. 1c, 4^a, 5b y 6d
2. 2e, 4a, 5b, 6d y 7c

III. ACTIVIDADES

Para dar respuesta a la pregunta N°.1, considere la información descrita en el Capítulo II, Desarrollo Sensorio-Perceptual, la clasificación y tipos de juego descritos en el Capítulo III, y la estrategia propuesta también en el Capítulo IV de esta obra.

Para dar respuesta a las preguntas 2, 3, 4, 5, 6 y 7, tome en consideración la clasificación y tipos de juego descritos en este Capítulo, la estrategia propuesta para trabajar con niños que presentan NEE durante las clases de Educación Física, los juegos y actividades, así como los juegos específicos para poblaciones específicas descritas también en el presente Capítulo.

- CASTELLANOS, Marie. 1973. *El juego en la educación y en terapéutica de sub-normales*. México D.F. La Prensa Médica Mexicana.
- CESPEDES, Edgar. 2001. *Principios y Técnicas Recreativas para la Expresión Artística del Niño*. San José, Costa Rica. EUNED.
- GERMANI, Celia. S.f. *Teoría y práctica de la educación preescolar*. Buenos Aires, Argentina. Eudeba.
- DEPARTAMENTO DE EDUCACIÓN FÍSICA Y DEPORTES. s.f. *Folleto del curso. Juegos Organizados II EF-2100 de la Universidad de Costa Rica*. San José, Costa Rica. UCR.
- ESCRIBÁ, Antonio. 1998. *Los juegos sensoriales y psicomotores en educación física*. Madrid, España. Gymnos.
- JIMENEZ, Carlos A. S.f. *El juego y la Educación*. Recuperado el 10 de junio del 2005, [mailto:ludico@ulibrepei.edu.co; http://www.geocities.com/ludico_pei/info.htm].
- JIMÉNEZ, José; González Juan. 1998. *Psicomotricidad y educación física*. Madrid, España. Visor.
- CONSTANCE, Kamii y DECRIES, R. 1981. *La Teoría de Piaget y la Educación*. Madrid. Editorial Pablo del Río.
- PACHECO, Rodrigo. 1983. *Educación Física y recreación infantil*. San José, Costa Rica. EUNED.
- POINTER, Bren. 1996. *Actividades Motrices para Niños y Niñas con Necesidades Especiales*. Madrid. Narcea.
- El Rincón del Vago. S.f. *Juego como recurso didáctico*. Recuperado el 05 de abril del 2005, [html.rincondelvago.com/juego-como-recurso-didactico.html].
- El sitio de Juan Justo. 2000. *Klein y el juego*. Recuperado el 05 de abril del 2005, [www.juanjusto.com.ar].
- LOPATEGUI, Edgar. 2001. *Conceptos básicos de Educación Física*, Recuperado el 13 de junio del 2005, [www.saludmed.com].

4

LA RECREACIÓN

Sumario

1. Definición y características de la recreación
2. Actividades recreativas
3. Organización de actividades recreativas en la escuela
4. Propuesta de eventos recreativos

Objetivos

Con el estudio de este capítulo, se pretende que usted pueda lograr:

1. Explicar el concepto de recreación y la importancia de las actividades recreativas.
2. Reconocer las características y los componentes de un programa recreativo.
3. Citar y explicar los diferentes tipos de recreación.
4. Proponer programas de actividades recreativas para la niñez con necesidades educativas especiales.

Hidden page

El proceso de la enseñanza-aprendizaje debe facilitar necesariamente el desarrollo de las capacidades del educando, con la clara orientación de proporcionar un desarrollo integral que le permita a los estudiantes, sobre todo a aquellos con NEE, lograr su bienestar. Por tal razón, como educadores tenemos la responsabilidad de crear situaciones que les permitan a los alumnos construir conceptos y conocimientos para solucionar los problemas que se le presentan en la adquisición de nuevos aprendizajes. La recreación constituye un elemento fundamental para el desarrollo integral en la vida cotidiana de toda persona y en especial en la de los niños con NEE, como puede apreciarse en las siguientes figuras.



FIGURA 51. ACTIVIDADES RECREATIVAS.

Ya en la práctica, cuando tengamos en mente organizar actividades recreativas, debemos considerar los siguientes aspectos que determinan si dichas actividades pueden ser consideradas como recreativas, como lo señalan los autores L. Aguilar (2002) y J. Seda (1973):

1. Las actividades deben realizarse fuera del horario de trabajo: las actividades realizadas no deben estar relacionadas con productividad ni ganancias.
2. Las actividades deben ser placenteras.
3. Las actividades recreativas contribuyen al bienestar emocional, social, físico y mental de las personas participantes. No se contemplan actividades autodestructivas.
4. La recreación no se relaciona con las actividades propias para la sobrevivencia del ser humano, como lo son comer o dormir.
5. La recreación es enteramente voluntaria: las personas están en plena libertad para escoger participar o no en determinada actividad.

1.1 TIPOS DE RECREACIÓN

Dependiendo de la población a la que va dirigida y de la entidad encargada de organizar las actividades recreativas, así puede definirse el tipo de recreación de que se trate. Al respecto tenemos los siguientes:

- **Recreación industrial:** se refiere a las actividades recreativas desarrolladas para los empleados de determinada compañía o empresa.
- **Recreación comercial:** se refiere a la recreación desarrollada en parques de diversión o aventura. Este tipo de recreación tiene como fin producir ganancias.
- **Recreación terapéutica:** es el tipo de recreación desarrollada en centros hospitalarios, clínicas, asilos, etc., para beneficio de sus pacientes o internos.
- **Recreación familiar:** se refiere a todas aquellas actividades que se realizan en el núcleo familiar durante las horas de esparcimiento.
- **Recreación comunitaria:** este tipo de recreación es el desarrollado en determinadas comunidades para beneficio de sus habitantes. Usualmente son actividades organizadas por las municipalidades de cada región.
- **Recreación escolar:** es el tipo de recreación organizado a nivel escolar por el personal docente de determinada escuela o colegio para beneficio de sus estudiantes.

1.2 COMPONENTES DE LA RECREACIÓN

Por tratarse este capítulo de explicar cómo organizar actividades recreativas, es importante considerar cuáles son los componentes de la recreación. Así tenemos los tres siguientes: el líder o coordinador, el programa y las instalaciones

De estos tres componentes, el más relevante es el coordinador, ya que aún contando con un buen programa y facilidades adecuadas, sin un buen líder los otros dos componentes se verían afectados.

1.2.1 EL LÍDER O COORDINADOR

El coordinador tiene la responsabilidad del evento, por tanto debe velar por la realización de las actividades conforme al programa establecido, así como la coordinación con los otros miembros del grupo organizador y el uso adecuado de las instalaciones. Debe estar al tanto de la consecución del material, equipo y facilidades. Debe, además, proveer orientación en cuanto a la selección de las actividades por programar, interviene en la confección del cronograma de actividades, así como del reglamento y las disposiciones que deben existir en una programación de eventos recreativos.

Es por ello que la preparación y los conocimientos de la persona que funge como coordinador son de vital importancia para el buen desarrollo del programa recreativo (Aguilar, 2002, Ossa, 2003, Seda, 1973). Al respecto, Ossa (2003) afirma que:

"En este sentido fue posible verificar también la importancia del conocimiento y la experiencia que el recreador tenga respecto a las características generales del grupo, las técnicas, los materiales y los espacios para el desarrollo de la actividad recreativa como proceso."

Por estas razones, es conveniente que la persona que funja como líder o coordinador, sea preferiblemente un profesional en el área de la recreación o un educador físico.

1.2.2 EL PROGRAMA

El programa por desarrollar en una actividad recreativa está conformado por las diversas actividades que vayan en concordancia con los objetivos propuestos por todas las personas y entes que participan (Duarte, 1998), como los que se mencionan a continuación:

- La institución que organiza
- Los participantes
- Los dirigentes
- Los profesionales y voluntarios involucrados

Los participantes constituyen el segmento de mayor importancia de un programa recreativo; todo lo que se planifique gira alrededor de ellos y es por tal razón que un buen programa debe planificarse tomando en consideración los siguientes aspectos:

- Necesidades de los participantes
- Habilidades de los participantes
- Intereses de los participantes

De lo anterior se deriva la siguiente premisa "...programar con el participante y no para el participante" (Duarte, 1998). En cuanto a las actividades por incluir en un programa recreativo, éstas deben ser variadas de forma tal que brinden diversas opciones a quienes participan en ellas. Dicha programación debe ir acorde con las características de la población a la que va dirigida, es decir, a los participantes.

Por ejemplo, un programa recreativo dirigido a personas con trastornos auditivos no va a ser igual al programa recreativo dirigido a una población con discapacidad múltiple. Resulta obvio que estos últimos requerirán de actividades que involucren menos resistencia física y por supuesto de mayor apoyo por parte de los profesionales y voluntarios encargados de ejecutar el programa.

Tomando en consideración los aspectos anteriormente mencionados, se sugieren los siguientes criterios en el momento de hacer la programación de eventos (Seda, 1973:81):

- ➔ **Punto de vista psicológico:** esto quiere decir que las actividades seleccionadas se ajusten a la edad, gustos, necesidades e intereses de todos los participantes. Se debe programar una gama de actividades de forma tal que se garantice mantener la motivación y satisfacción de los participantes.

- ✦ **Punto de vista sociológico:** el programa recreativo debe reflejar las características sociales de la institución o comunidad, sin dejar de ofrecer a la vez pautas que faciliten a mediano y largo plazo el **cambio de actitudes**. Por ejemplo, en algunas comunidades y sectores sociales costarricenses, no es muy común ver a los adultos mayores participar en juegos o ejercicios al aire libre. Hasta hace un tiempo también era extraño observar a personas con una u otra discapacidad correr, andar en bicicleta, patinar, nadar, etc.; afortunadamente, esto ha ido paulatinamente cambiando con el tiempo. Por esto se indica que el programa recreativo debe permitir un **cambio de actitud**, tan necesario en la vida actual.
- ✦ **Punto de vista fisiológico:** el programa debe incluir tal variedad de actividades que permita la participación de los beneficiarios acorde con su capacidad física, su destreza y, por supuesto, considerando los cuidados específicos cuando se trate de una población con discapacidad. Es obvio que un programa recreativo dirigido a atletas de alto rendimiento no podrá ser el mismo que se aplique a adultos mayores o a personas con algún tipo de discapacidad, sobre todo si esta es severa.

1.2.3 LAS INSTALACIONES

La selección de las instalaciones para la puesta en marcha de un programa recreativo en donde participen estudiantes con NEE es de vital importancia. De ello dependerá en gran medida la integridad física de los participantes, así como un mayor nivel de motivación y participación y, finalmente, un mayor grado de satisfacción.

Algunas de las consideraciones que se deben tomar en cuenta al escoger las instalaciones en donde se planee la realización de eventos recreativos para personas con NEE, de acuerdo con Barbieri y Papis (1988) son las siguientes:

- Las puertas deben ser fáciles de abrir, preferiblemente en ambos sentidos, de adentro hacia fuera y viceversa, y suficientemente anchas como para que transiten personas en silla de ruedas, en andadera o en coche.
- Debe existir un número adecuado de servicios sanitarios, amplios y con agarraderas. Así también duchas amplias, con agarraderas.
- Debe haber rampas que permitan el acceso a todas las áreas de trabajo.
- Los pisos deben ser antideslizantes.
- Los parqueos deben quedar en la medida de lo posible cerca de la entrada a las instalaciones.
- Debe haber salidas de emergencia.
- Las piscinas deben contar, en la medida de lo posible, con rampas de acceso y barandas.
- Los vestidores deben estar ubicados cerca, ser amplios y con facilidad de acceso.

- Las áreas de trabajo y los salones deben ser amplios como para acomodar a todos los participantes y a los organizadores, así como el equipo y material necesario: sillas, coches, mesas, colchonetas y otros.
- Las áreas de trabajo y los salones deben carecer, en la medida de lo posible, de huecos, pendientes pronunciadas o gradas en exceso.
- Se recomienda que las áreas donde se lleven a cabo las actividades sean planas.
- Debe haber una buena señalización de las diferentes áreas, que incluya el braille.
- De ser posible, las instalaciones por utilizar deben estar ubicadas lejos de zonas excesivamente transitadas.

2. ACTIVIDADES RECREATIVAS

Existen diversas actividades que pueden considerarse como meramente recreativas, siempre y cuando estas reúnan las consideraciones citadas con anterioridad. Entre ellas pueden mencionarse las siguientes:

• Manualidades

- *Costura*: bordar, coser, aprender diferentes puntadas, etcétera
- *Ebanistería*: moldes y figuras.
- *Cerámica*: moldes y figuras.
- *Pintura*: con dedos, con pincel, con modelos, impresiones, etcétera.
- *Dibujo*: con crayolas, con témperas, con tiza pastel, etcétera.
- *Escultura*: en yeso, barro o jabón.
- *Recortar*: figuras, utilización de diferentes papeles, etcétera.
- *Impresión vegetal*: empleo de flores, hojas, tallos, raíces, etcétera.
- *Tejido*: con una o dos agujas.
- *Trabajos en mimbre*: canastas, tapetes, aisladores, y otros.
- *Confección de títeres y muñecos*.
- *Artesanías*: con caracoles, granos, etcétera.
- *Confección de candelas, collares, pulseras, y otros objetos*.

- **Juegos y deportes:** determinar previamente si las actividades que se realizarán son de índole participativo o competitivo.
 - patinar
 - andar en bicicleta, triciclo o *scooter*
 - nadar
 - voleibol
 - fútbol
 - baloncesto
 - boliche
 - *criquet*
 - *kit ball*
 - carreras
 - escondido
 - quedó
 - saltar la cuerda
 - juegos de relevo
- **Actividades al aire libre**
 - escalar
 - *canopy*
 - equitación
 - pescar
 - caminatas
 - fogatas
 - serenatas
 - juegos con agua: hacer burbujas, soplar agua con pajillas, hacer pompas de jabón, regar y otros más.
 - jardinería: sembrar hortalizas, verduras, árboles o flores.
- **Bailes**
 - moderno: merengue, *rock*, bolero, salsa, etcétera.
 - danza
 - folklóricos
 - ballet

➡ **Música**

- coros
- aprendizaje de algún instrumento
- rondas
- clubes corales
- bandas
- composición de canciones
- apreciación de diferentes tipos de música

➡ **Actividades y juegos de salón:** determinar previamente si las actividades serán de índole participativo o competitivo.

- juegos de cartas
- dominó
- dardos
- lotería
- palillos chinos
- tablero
- ajedrez
- crucigramas
- cromos
- boleros
- *jackses*
- yoyos
- pool
- rayuela
- lectura de cuentos, poesía o novelas.
- escribir cuentos, poesía, novelas, etcétera.

➡ **Drama:**

- obras de teatro
- acrobacias
- comedias musicales
- monólogos
- mimos

➡ **Campamentos**

Hidden page

- ➡ **Intereses de la población participante, la de los padres y la de los docentes**
 - diversión
 - compartir con compañeros y amigos
 - hacer amigos nuevos
 - salir de la casa
 - tener libertad para hacer cosas
 - aprender cosas nuevas
 - desarrollar habilidades para un mejor empleo del tiempo libre
 - favorecer el desarrollo de una personalidad equilibrada

- ➡ **Personas o institución que organiza la actividad**
 - la escuela
 - un club
 - la comunidad
 - una empresa o comercio
 - la Iglesia, parroquia u otra congregación religiosa

- ➡ **Determinar los objetivos:** los objetivos deben proponerse de acuerdo con las características de la población a la que va dirigida, entre ellas, la edad, género, tipo de discapacidad, tipo de grupos (mixtos u homogéneos) y otros. Algunos objetivos pueden ser los siguientes:
 - Ofrecer nuevas oportunidades para hacer un mejor uso del tiempo libre.
 - Contribuir al desarrollo de una personalidad sana.
 - Proporcionar oportunidades para la socialización.
 - Crear hábitos relacionados con la práctica de actividades recreativas.

- ➡ **Material y equipo disponible:** usualmente cada institución posee material y equipo que puede ser destinado a la práctica de actividades recreativas. Existe gran variedad en los centros educativos, algunos muy específicos para la población con NEE, entre ellos pueden citarse los siguientes:
 - colchonetas, paños, mantas y cuñas de diferente tamaño
 - almohadones suaves y de diferente tamaño
 - sillas de ruedas, coches y andaderas
 - tijeras, goma y cinta adhesiva
 - tiza, crayolas, lápices de colores, tizas pastel, pintura digital, témperas y tinta china
 - cartulina y papel de todo tipo y tamaño (papel periódico, papel higiénico, por ejemplo)
 - palanganas y baldes de diferente tamaño y color

- radiograbadora, televisor, equipo de sonido y megáfono
- globos de diferente tamaño y color: rellenos de agua, maicena o harina, desinflados
- bolas de diferentes tamaños, peso y color
- bolas de cuero, tela, papel, plástico o hule
- cuerdas, aros y banderillas de diferente tamaño y color
- bolas de voleibol, baloncesto y fútbol
- bicicletas, *scooter*, triciclos, y patines
- bolsas de papel y bolsas de basura



FIGURA 52. MATERIALES Y EQUIPO PARA ACTIVIDADES RECREATIVAS UTILIZADOS EN LAS CLASES DE EDUCACIÓN FÍSICA.

- **Instalaciones:** las instalaciones y espacios adecuados para las clases de Educación Física deben ser amplios, con buena ventilación e iluminación. Preferiblemente con servicios sanitarios dentro del área de trabajo o muy cerca del lugar. Deben evitarse las ventanas cerca de donde los niños juegan, así también columnas o estructuras que impidan el libre desplazamiento. El piso debe ser, en la medida de lo posible, antideslizante. Todo tipo de instalación o espacio empleado debe ofrecerle al estudiante seguridad y protección. Algunos ejemplos de instalaciones son:

- salones
- gimnasio
- aulas
- corredores
- patio y jardines
- comedor y cocina
- piscina
- ranchos y cabinas
- vestidores
- servicios sanitarios y duchas



FIGURA 53. EJEMPLO DE INSTALACIONES RECREATIVAS.

- **Presupuesto disponible:** se pueden considerar diferentes formas de financiar las actividades; algunos recursos que pueden ser utilizados son los siguientes:
 - presupuesto escolar
 - aporte de los padres
 - aporte de voluntarios
- **Personal disponible**
 - personal docente
 - voluntarios
 - padres de familia, hermanos, otros familiares
 - estudiantes de universidades o de colegios que realizan horas de trabajo social

➡ **Políticas de trabajo**

- Seleccionar al grupo organizador
- Determinar intereses y objetivos
- Determinar el material requerido y el disponible
- Determinar el presupuesto
- Establecer el cronograma de eventos
- Seleccionar los coordinadores de eventos
- Supervisión de las actividades
- Evaluación del proyecto o programa recreativo

➡ **Medidas de seguridad:** en cuanto a las medidas de seguridad, debe ponerse especial atención tanto al material utilizado como a las instalaciones a emplear. Si existiesen columnas, estas se pueden forrar con colchonetas; si hay ventanas, estas se pueden proteger con cinta adhesiva; si el piso es resbaloso, se puede cubrir con alfombras o colchonetas. En cuanto al material, es importante tener sumo cuidado con las cuerdas, ya que los niños pueden enrollárselas en el cuello; se deben evitar objetos punzo-cortantes tales como tijeras con punta, tubos o varillas con punta o cuchillos. El objetivo fundamental es que los estudiantes puedan participar en un ambiente libre de amenazas hacia la integridad física. Algunas consideraciones en cuanto a las medidas de seguridad son:

- Tomar en cuenta las barreras arquitectónicas que existen en las instalaciones por utilizar
- Tomar en consideración el tipo de discapacidad de los participantes
- Tener un plan de emergencia ante desastres naturales
- Contar con un plan de emergencias en caso de accidentes
- Informar a los voluntarios de las acciones de cuidado y medicación de los campistas y los requerimientos de estos
- Contar con personal calificado para enfrentar situaciones de peligro
- Contar con un botiquín
- Contactar previamente a la Cruz Roja, clínica u hospital de la región o comunidad para que puedan atender cualquier emergencia

3.2 SELECCIÓN DE ACTIVIDADES

Es necesario reiterar que la selección de actividades que se han de realizar depende en gran medida de la población a quien va dirigida la programación. Entre las actividades por seleccionar, pueden citarse las siguientes:

- manualidades
- juegos y deportes
- actividades al aire libre
- actividades acuáticas
- actividades con música
- bailes
- drama
- campamentos

4. PROPUESTA DE EVENTOS RECREATIVOS

A manera de ejemplo de organización de actividades recreativas, se presentan dos propuestas que ofrecen oportunidades para satisfacer diversas áreas asociadas al desarrollo humano y con el consecuente beneficio para los participantes. Se presentan dos ejemplos sobre cómo preparar y organizar dichos eventos.

4.1 CAMPAMENTO

Si nos proponemos llevar a cabo un campamento para niños con necesidades especiales debemos tomar en consideración la planificación general de la actividad y las actividades por realizar.

4.1.1 PLANIFICACIÓN GENERAL DEL CAMPAMENTO

- **Población a la cual va dirigida:** 20 estudiantes del "Instituto Vida Nueva"; niños y niñas en edades comprendidas entre los 7 y 9 años, cinco de ellos con discapacidad múltiple. Se formarán cinco subgrupos mixtos de 5 niños cada uno.
- **Intereses de la población:**
 - Diversión
 - Socializar con otros participantes
 - Salir de la casa
 - Tener libertad para hacer cosas por sí mismos
 - Aprender cosas nuevas
 - Desarrollar habilidades para un mejor empleo del tiempo libre
 - Favorecer el desarrollo de una personalidad equilibrada

- ➡ **Personas o institución que organiza:** organiza el “Instituto Vida Nueva”, institución de educación especial en donde se atienden estudiantes con discapacidad múltiple.
- ➡ **Determinar los objetivos:** los objetivos establecidos para este campamento son:
 - Estimular la independencia por medio de la participación en actividades recreativas.
 - Contribuir al desarrollo integral de los participantes.
 - Fomentar la socialización.
 - Fomentar hábitos relacionados con la práctica de actividades recreativas.
- ➡ **Material y equipo por utilizar**
 - Colchonetas y paños
 - Sillas de ruedas, coches, y andaderas
 - Tijeras, goma y cinta adhesiva
 - Crayolas, lápices de colores y pintura digital
 - Cartulina negra y blanca, 5 pliegos de cada una
 - 4 palanganas grandes
 - Radiograbadora y megáfono
 - Globos de tamaño mediano, de diferentes colores
 - 4 bolas de hule y 2 bolas de espuma
 - 1 bola de voleibol, 1 bola de baloncesto y 2 bolas de fútbol
 - Bolsas de papel y bolsas de basura
- ➡ **Instalaciones:** el campamento se realizará en un Club Campestre, ubicado en La Garita de Alajuela, que además de contar con los elementos necesarios para mantener la seguridad de los campistas, cuenta con las siguientes áreas:
 - un salón
 - amplias zonas verdes
 - piscinas, una grande y otra pequeña
 - 5 cabinas
- ➡ **Presupuesto disponible:**
 - La escuela consigue por medio de donaciones, la alimentación para las meriendas: galletas, jugos y frutas.
 - El pago del transporte, uso de las instalaciones y la alimentación se hace con el aporte de los padres de familia de los estudiantes que asisten.

➡ **Personal disponible:**

- El personal participante se reunirá una semana antes del campamento para conocer a la población escolar, las funciones de cada uno y la respectiva asignación de grupos.
- El personal disponible para este evento está compuesto por:
 - 9 docentes: 8 maestras y una profesora de Educación Física
 - 6 asistentes grupales
 - 5 asistentes personales para los estudiantes con discapacidad múltiple.

➡ **Políticas de trabajo:**

- Grupo organizador:
 - la docente de Educación Física
 - dos maestras
- Determinar el presupuesto:

– transporte:	\$65 000,00
– uso de instalaciones:	\$110 000,00
– alimentación:	85 000,00
– compra de materiales	40 000,00
Total	\$300 000,00

- ➡ **Cronograma de actividades:** el campamento será de dos días; el cronograma de actividades propuesto es el siguiente:

PRIMER DÍA

7:30 a.m.	Llegada de participantes a la institución
8:00 a.m.	Chequear y acomodar equipaje
8:30 a.m.	Acomodar estudiantes en el bus
9:00 a.m.	Salida del centro escolar
10:00 a.m.	Llegada al Club Campestre, distribución de cabinas
10:30 a.m.	Merienda y aseo personal
11:00-12:00 m.d.	Grupos A y B van a la piscina
	Grupos C y D realizan actividades con música: rondas y ejercicios.
	Grupo E hace manualidades y elabora piñata N.º 1
12:00 md.-1:00 p.m.	Almorzar. Proveer de medicamentos a quien lo requiera
1:00-1:30 p.m.	Reposo y aseo personal
1:30-2:00 p.m.	Actividad libre

2:00-3:00 p.m.	Grupos A y B elaboran piñata N.º 2 Grupos C y D van a la piscina Grupo E va de caminata
3:00-4:00 p.m.	Grupos A y B van de caminata Grupos C y D van a manualidades: pintura digital, impresión vegetal Grupo E va a la piscina
4:00-5 p.m.	Todos los grupos participan del juego "La búsqueda del tesoro"
5:00-5:30 p.m.	Aseo personal
5:30-6:30 p.m.	Cena. Dar medicamentos a quien lo necesite.
6:30-7:30 p.m.	Piñata
7:30-8:30 p.m.	Fogata: asar y comer "marshmelos", escuchar música y cantar.
8:30-9:00 pm.	Dormir

SEGUNDO DÍA

6:00 a.m.	Levantarse. Aseo personal
7:00-8:00 a.m.	Desayuno
8:00-9:00 a.m.	Grupos A y B van a la piscina Grupos C y D a jugar fútbol, baloncesto o a las hamacas Grupo E va a juegos organizados. "Mar adentro, mar afuera", "Se cayó la canasta de frutas", "La papa caliente"
9:00-10:00 a.m.	Grupos A y B van a juegos organizados Grupos C y D van a la piscina Grupo E a jugar fútbol, baloncesto o a las hamacas
10:00-10:30 a.m.	Merienda
10:30-11:30 a.m.	Grupos A y B van de caminata Grupos C y D van a juegos organizados Grupo E va a la piscina
11:30-12:00 m.d.	Aseo personal
12:00 p.m.	Almorzar. Dar medicamentos a quienes lo requieran
1:00-1:30 p.m.	Aseo personal
1:30-2:00 p.m.	Actividad libre
2:00-2:30 p.m.	Alistar equipaje. Recoger regueros y basura
3:00 p.m.	Regreso al instituto
4:00 p.m.	Llegada al instituto.

- ↔ **Coordinadores de eventos y coordinadores de grupo:** habrá un coordinador general, tres coordinadores de eventos y cinco coordinadores de grupo distribuidos de la siguiente manera:

- Coordinación general: a cargo de la docente de Educación Física
 - Coordinación de actividades en piscina: estará a cargo de una docente y una asistente
 - Coordinación de juegos organizados: estará a cargo de una docente
 - Coordinación de manualidades: estará a cargo de una docente
 - Los coordinadores de grupo son los docentes a cargo de los niños: debe haber un docente por cada grupo de cinco niños.
 - Cada grupo de niños contará además con un asistente general y con un asistente personal para cada uno de los cinco niños con discapacidad múltiple severa.
- ➡ **Supervisión de las actividades:** la supervisión de las actividades estará a cargo de la persona que funja como coordinadora general del campamento.
- ➡ **Evaluación del programa recreativo:** se realizará con todos los participantes la semana posterior al evento.
- ➡ **Medidas de seguridad**
- La persona encargada de la coordinación general, así como la coordinadora de las actividades en piscina deben tener aprobado un curso de primeros auxilios. Coordinar de previo con la Cruz Roja, clínica u hospital de la región o comunidad para que atienda cualquier emergencia.
 - La coordinadora y asistente de las actividades en piscina deben saber nadar y tener conocimientos de salvamento acuático.
 - Todo el personal participante debe tener conocimientos básicos de primeros auxilios.
 - Las boletas con la descripción de los medicamentos o cuidados especiales de los estudiantes deben estar a la mano y en un lugar visible. Los medicamentos deben estar adecuadamente guardados y fuera del alcance de los niños.
 - Habrá un botiquín, el cual estará ubicado en la cabina de los coordinadores.
 - La piscina debe estar equipada con al menos dos salvavidas.
 - Las sillas de ruedas y coches que se utilicen deben estar en buen estado.
 - En caso de que ocurra un temblor, se debe salir a las zonas verdes y mantener al grupo junto.
 - Cada cabina debe contar con al menos un foco, evitar en la medida de lo posible el uso de fósforos.

**Recuerde que los niños nunca se deben dejar solos;
siempre deben estar acompañados por un adulto.**

4.1.2 ACTIVIDADES POR DESARROLLAR

Las actividades por desarrollar fueron anotadas en el cronograma. Otras actividades son:

- Manualidades
- Juegos y deportes
- Actividades al aire libre (“La búsqueda del tesoro” consiste en buscar por el área del campamento “un tesoro” –golosinas y juguetes– que fue previamente escondido por los coordinadores generales. Para ello, deben seguir ciertas “claves” colocadas en el campo de juego)
- Actividades acuáticas
- Actividades con música
- Bailes

4.2 MINIOOLIMPIADA

Para planificar y llevar a cabo esta segunda actividad recreativa, como en la anterior, debemos atender los siguientes aspectos: Planificación general y Selección de actividades.

4.2.1 PLANIFICACIÓN GENERAL

- ➡ **Población participante:** participarán 30 escolares de 9 y 10 años de edad con retraso mental.
- ➡ **Intereses de la población participante (los padres, los docentes, estudiantes, invitados)**
 - diversión
 - compartir con compañeros
 - hacer amigos nuevos
 - desarrollar habilidades para un mejor empleo del tiempo libre
 - favorecer la salud física
 - favorecer la independencia
- ➡ **Personas o institución que organiza:** personal docente de Educación Física, de Música y de Terapia del Lenguaje de la “Escuela Santa Catalina”.
- ➡ **Objetivos:** los objetivos deben responder a los intereses de los campistas, como ejemplo, se pueden citar los siguientes:
 - tener oportunidad para hacer un mejor uso del tiempo libre
 - tener oportunidad para divertirse
 - poder socializar

Hidden page

Hidden page

Hidden page

•➤ **Relevo de fútbol**

Descripción: cada uno de los tres equipos se ubican en fila detrás de una línea de salida. Frente a ellos y a una distancia de al menos 10 metros de distancia se coloca un “marco de fútbol”. Luego, se le da una bola de fútbol al primer jugador de cada equipo. A la orden, los primeros jugadores salen conduciendo el balón con los pies hacia el marco, tratando de anotar, una vez que lo hayan logrado, recogen la bola y corren a entregársela al compañero que sigue. Se sigue así con los demás jugadores. Gana el equipo que termine de primero.

1. RESPUESTA BREVE

Conteste con sus propias palabras las siguientes preguntas:

1. ¿Cómo se define la recreación?
2. ¿Por qué son importantes las actividades recreativas?
3. ¿Cuáles son las características de un programa recreativo?

COMPLETAR

1. Escriba en el espacio en blanco el tipo de recreación de acuerdo con la definición que se da:
 - a) Es el tipo de recreación que se ofrece en hospitales, clínicas o asilos: _____
 - b) Tipo de recreación dirigido a los empleados de una compañía: _____
 - c) Es el tipo de recreación organizado por el personal docente de una institución educativa: _____
 - d) Tipo de recreación cuya finalidad es la de producir ganancias: _____
 - e) Se refiere a la recreación que se practica en el núcleo familiar: _____
 - f) Hace referencia al tipo de recreación que se organiza para los miembros de una población determinada: _____
2. Algunos ejemplos de actividades recreativas son:
 - a) Manualidades _____
 - b) Juegos y deportes _____
 - c) Actividades al aire libre _____
 - d) Música _____
 - e) Bailes _____
 - f) Juegos de salón _____

III. ESCOGENCIA

Marque con una equis (X) componentes correctos.

1. Los componentes de la recreación son:
 - El presupuesto
 - Las instalaciones
 - El equipo y los materiales
 - El coordinador
 - El programa
 - Las actividades
 - Los objetivos

2. *Dentro de los siguientes aspectos, los que componen la Planificación General de un programa recreativo son:*
 - El comercio
 - El presupuesto
 - El personal disponible
 - Los servicios sanitarios y las duchas
 - Los intereses de los participantes y organizadores
 - El tipo de población que participa
 - El material y el equipo
 - Las ganancias
 - La formulación de objetivos
 - La entidad que organiza
 - Las medidas de seguridad
 - La alimentación
 - Las políticas de trabajo
 - Las instalaciones en general

IV. DESARROLLO

1. Usted es el docente de un grupo de estudiantes en donde asiste Daniela, una niña de 11 años parapléjica (con buena funcionalidad en sus miembros superiores, no así en sus miembros inferiores). Daniela utiliza una silla de ruedas para poder movilizarse. El director le ha pedido a usted que le dé al menos dos sugerencias para mejorar las instalaciones escolares y poder atender así las necesidades de esta niña. ¿Cuáles serían las sugerencias más apropiadas?

Hidden page

I. RESPUESTA BREVE

- Existen varias definiciones de recreación, entre ellas:
 - Es una actividad placentera en la que todos sus participantes incurren en forma voluntaria y de la cual reciben satisfacción en forma inmediata.
 - "La recreación es una experiencia de ocio socialmente aceptada y que da satisfacción al individuo quien participa voluntariamente en ella." (Aguilar, 2002)
 - "Una actividad con un propósito vista como asistencia individual para tener experiencias positivas en el ocio que ayuda a renovar el espíritu, recuperar energías y rejuvenecer como individuos. La recreación también está unida con tipos específicos y actividades tales como son juegos, artes, artesanías, recreación al aire libre y otros." (Aguilar, 2002)
- Las actividades recreativas son importantes porque favorecen el desarrollo integral de los estudiantes con NEE.
- Las características de un programa recreativo son:
 - Las actividades deben realizarse fuera del horario de trabajo.
 - Las actividades deben proporcionar satisfacción.
 - Las actividades recreativas contribuyen al bienestar emocional, social, físico y mental de las personas que participan.
 - La recreación no se relaciona con actividades necesarias al ser humano para sobrevivir, como lo son el comer y el dormir.
 - La recreación es enteramente voluntaria: las personas están en plena libertad para escoger el participar o no de determinada actividad.

II. COMPLETAR

- Escriba en el espacio en blanco el tipo de recreación de acuerdo con la definición que se da:
 - recreación terapéutica
 - recreación industrial
 - recreación escolar
 - recreación comercial
 - recreación familiar
 - recreación comunitaria

2. Ejemplos de actividades recreativas son:

- Juegos y deportes:
 - patinaje
 - baloncesto
 - quedó
 - rayuela
 - voleibol
 - andar en bicicleta
 - escondido
- Actividades al aire libre:
 - escalar
 - *canopy*
 - pescar
 - acampar
- Música:
 - coros
 - aprendizaje de instrumentos
- Bailes:
 - moderno
 - danza
 - folklóricos
 - ballet
- Juegos de salón:
 - juegos de carta
 - tablero
 - dominó
 - palillos chinos
 - dardos
 - *scrabble*

III. ESCOGENCIA

1. Marque con una equis (X), los componentes de la recreación.

- El coordinador
- El programa
- Las instalaciones

Hidden page

- AGUILAR, L. 2002. *La recreación como perfil profesional. Experiencia Americana. Primer Simposium de Doctores y Licenciados. "Los Perfiles Profesionales y la Investigación en Educación Física y en las Ciencias de la Actividad Física y del Deporte"*. Andalucía, España. Recuperado el 31 de julio del 2004, [www.redcreación.org].
- BARBIERI, Aldo; PAPI, Otto. 1988. *Recreación y Deporte Accesible. Recomendaciones de Accesibilidad, Barreras Arquitectónicas en las Instalaciones Deportivas y Recreativas*. Buenos Aires, Argentina. Infoutil. Recuperado el 01 de agosto del 2004, [www.fuarte.org.ar].
- DUARTE, Horacio. 1988. *Organización de eventos recreodeportivos y socioculturales. IV Congreso Nacional de recreación*. Manizales, Colombia. Recuperado el 31 de julio del 2004, [www.redcreación.org].
- MURILLO, José L. S.f. *Carta abierta para toda la red internacional de amigos y profesionales de recreación. Ocio y Tiempo libre*. México D.F: Gaceta electrónica especializada. Recuperado el 01 de agosto del 2004, [http://geocities.com/ceirimx].
- OSSA, Andrés. 2003. *Juego y Pedagogía. III Simposio Nacional de Vivencias y Gestión en recreación. Memorias*. Bogotá, Colombia. Recuperado el 01 de agosto del 2004, [www.funlibre.org].
- SEDA, José. 1973. *Recreación para la vida*. San Juan, Puerto Rico. Departamento de Instrucción Pública, División Editorial.
- WISWELL, Amparo. 2003. *Infancia y discapacidad. La recreación como estrategia de soporte a los procesos de habilitación e integración funcional. III Simposio Nacional de Vivencias y Gestión en recreación*. Bogotá, Colombia. Recuperado el 31 de julio del 2004, [www.funlibre.org].

Hidden page

Hidden page

Hidden page



ISBN 9968-31-472-2



9 789968 314725

Miriam Elena Chacón Ramírez

Graduada de Bachiller en Educación Física en la Universidad de Costa Rica en 1982. Obtuvo el Certificado de Estudios Avanzados con énfasis en Acondicionamiento Físico para la Salud y la Maestría en Prevención, Manejo y Rehabilitación de Lesiones (Kinesióloga) en el año de 1989 en Springfield College, Springfield, Massachusetts, USA.

Se ha desempeñado como docente de Educación Física en varios centros educativos de secundaria del país, así como en la Escuela de Educación Física y Deporte de la Universidad de Costa Rica. Desde 1991 labora en el Instituto Andrea Jiménez en la atención a estudiantes con diversas discapacidades como retardo mental, parálisis cerebral infantil y trastornos emocionales y del desarrollo. A partir de 1992 trabaja como docente en el Colegio Universitario San Judas Tadeo y en la actualidad ocupa el cargo de Decana de Educación de dicha institución.

La máster Chacón Ramírez ha realizado varias investigaciones y publicaciones, entre ellas *El dolor en la espalda baja y su relación con la fuerza de espalda y cadera*; *El método cognitivo del desarrollo para personas con autismo*; *Servicios para jóvenes y adolescentes con autismo* y *Descripción sobre algunos países a nivel centroamericana*. Es coautora de la publicación *Educación física y recreación para personas con discapacidad*, así como del video titulado *Actividades físicas y recreación para personas con discapacidad*.

Ha participado en una gran variedad de capacitaciones y conferencias tanto a nivel nacional como internacional. Ha sido invitada como expositora en varias instituciones comunales y de educación superior.



EUNED
EDITORIAL
UNIVERSIDAD
ESTATAL
A DISTANCIA

Copyrighted material