

Capítulo 7

Experiencia docente y estrategia didáctica en la formación de profesionistas en actividad física para discapacidad

Paulina Yesica Ochoa-Martínez
Javier Arturo Hall-López
Alan Alfredo Medina Maldonado

Introducción

Basados en el informe mundial sobre la discapacidad, se menciona que el número de personas con esta condición está creciendo, principalmente en poblaciones vulnerables; además, se reporta que la niñez con discapacidad tiene menos probabilidades que sus homólogos no discapacitados de ingresar en la escuela, permanecer en ella y superar los cursos (OMS, 2016). La asociación que se da entre el desarrollo en la primera infancia (desde el prenatal hasta los ocho años de edad) y la discapacidad es crucial para el óptimo bienestar y crecimiento, así como para el posterior ciclo de vida (OMS, 2017).

Está comprobado que la práctica de actividad física deportiva en edad infantil mejora el bienestar de las personas con y sin discapacidad (Coleman, Nemeth y LeBlanc, 2018); sin embargo, revisiones y metaanálisis han identificado menor cantidad y frecuencia en la práctica de actividad física en menores con discapacidad, con relación a quienes no la presentan (Sit et al. 2017; Jung et al., 2018), para minimizar esta problemática, la Organización de las Naciones Unidas para la Educación, la Ciencia y la Cultura (UNESCO, por sus siglas en inglés), dentro de la *Guía de educación física de calidad para los responsables políticos*, considera que se deben garantizar metodologías inclusivas que fomenten y sensibilicen, en general, los valores de la educación física, y sean elaboradas y utilizadas para normalizar la participación de alumnos, padres y miembros de la comunidad (McLennan y Thompson, 2015).

En el ámbito educativo se han evidenciado actitudes y creencias positivas al compartir espacios y experiencias de práctica deportiva inclusiva entre alumnado con y sin discapacidad (González Hernández y Baños Audije, 2012; Felipe Rello y Garoz Puerta, 2014; Abellán, Sáez-Gallego y Reina, 2017). Una investigación de tipo cuasiexperimental en estudiantes sin discapacidad realizada durante su educación secundaria en sesiones de deporte adaptado, como boccia, baloncesto en silla de ruedas, goalball y atletismo para ciegos, reportando una mejora en componentes actitudinales cognitivos, afectivos y conductuales (Santana Cansado y Garoz Puerta, 2013). Dada la importancia de estas experiencias, programas de intervención educativa abordan como parte de su metodología, el dar a conocer los diferentes deportes paralímpicos para concienciar sobre la situación de las personas con discapacidad en la práctica deportiva, así como incluir alumnado con discapacidad en los centros y practicar deporte adaptado con quienes no la poseen (Ocete Calvo, Pérez Tejero y Coterón López, 2015).

Respecto a la práctica de la actividad física, se identifica que personas con discapacidad perciben como facilitadores el apoyo de familia, amistades y del profesional responsable, y como barrera las limitaciones físicas y la falta de programas específicos (Barboza Serona, Aires de Arrudaa y Greguol, 2015). En cuanto a la formación del recurso humano dedicado a la enseñanza de la

cultura física, se destaca de manera importante la actitud de vocación para trabajar con el movimiento en la inclusión educativa en personas con discapacidad (Hernández Vázquez, 2011). En el presente capítulo se ofrece una experiencia docente con la unidad de aprendizaje denominada *Actividad física para necesidades educativas especiales*, impartida a estudiantes de sexto semestre de la licenciatura en actividad física y deporte en la Facultad de Deportes de la Universidad Autónoma de Baja California (UABC), que en su Plan de Desarrollo Institucional (PDI 2019-2023), en uno de sus tres ejes transversales manifiesta la responsabilidad social universitaria, comprometiéndose a la cooperación con los distintos sectores y grupos sociales, en particular con quienes presentan mayor desventaja. Aunado a ello, el modelo educativo de la UABC, dentro de sus principios orientadores, establece al personal docente como el puente facilitador, gestor y promotor del aprendizaje, que está en continua formación para el desarrollo de las competencias necesarias para el mejoramiento de su quehacer académico. Por lo anterior, el presente capítulo pretende describir como conocimiento, la experiencia docente en la licenciatura en actividad física en formación, al participar en carreras atléticas con niñas, niños y jóvenes con discapacidad, esto como parte del currículo de la unidad de aprendizaje *Actividad física para necesidades educativas especiales*.

Desarrollo metodológico

La presente experiencia docente derivó de la investigación registrada en el Sistema de Captura y Seguimiento (SICASPI) de la Coordinación de Posgrado e Investigación de la UABC, la cual se denomina *Evaluación de un programa de desarrollo motor en escolares con capacidades diferentes*, con clave SICASPI 149/1835.

La unidad de aprendizaje titulada *actividad física para necesidades educativas especiales* se cursa de manera obligatoria en el sexto semestre de la licenciatura en actividad física y deporte, como parte de los competencias establece que el alumnado debe analizar los deportes adaptados, con apego a los reglamentos técnicos, para la implementación de cada uno de ellos con actitud reflexiva y de

responsabilidad; para el desarrollo de esas competencias se aborda en la unidad 3, denominada deporte y discapacidad, y se revisa de manera teórico-práctica las actividades como boccia, goalball, baloncesto en silla de ruedas y atletismo; en esta última modalidad presentamos una serie de experiencias como estrategias didácticas y evidencias de desempeño, para preparar a profesionistas en actividad física en el nivel licenciatura que participen en carreras atléticas con niñas, niños y jóvenes con discapacidad.

La estrategia didáctica es la planificación y participación de la carrera atlética, que vincula a la organización del sector público y privado con las técnicas y actividades para conocer el historial del niño, niña o joven con discapacidad previo a su participación; se recomienda la revisión de literatura y tener conocimiento y dominio de sus condiciones, así como de qué manera el ejercicio le beneficia y cuáles son las dificultades de su discapacidad hacia el movimiento, para valorar la distancia que deberá recorrer, de entre 100, 200, 400 metros a 1.5 y 2 kilómetros, haciendo entrenamientos previos en los cuatro tipos de discapacidad. El acompañamiento consiste en finalizar la carrera y entregar un reporte de experiencia.

A continuación, se expone la conducción de cada actividad y las experiencias, ligándolas con información en investigaciones en el ámbito de la discapacidad y actividad física.

2016 Carrera atlética “Nosotros También Podemos”

Acorde con el modelo educativo de UABC, buscamos como aprendizaje real la vinculación con el sector social a través de la asociación civil Nosotros También Podemos A.C., su representante, el LAFD. Héctor Tona Álvarez (egresado de la Facultad de Deportes UABC), brindó la posibilidad de preparar al estudiantado participante y acompañar durante el trayecto, fomentando la empatía y el humanismo, y a la par tener conocimiento profesional del atletismo y de la discapacidad. Esta experiencia educativa busca la formación integral y la generación de una actitud positiva al trabajar con una persona con discapacidad.

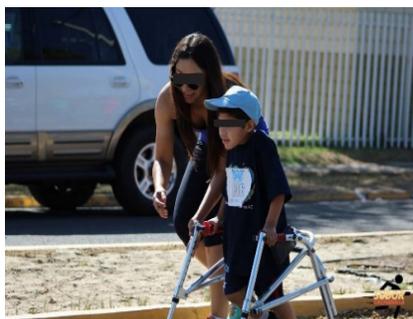
Destacamos del estado del arte lo referido en la introducción.
En el ámbito de formación del recurso humano dedicado a la en-

señanza de la cultura física, es importante la actitud de vocación para trabajar en la inclusión educativa en personas con discapacidad (Hernández Vázquez, 2011).

Las fotografías que ilustran este capítulo, tomadas por la autora y autores, quienes formaron parte del comité organizador de los eventos atléticos, muestran los acompañamientos de profesionistas en formación de la licenciatura en actividad física y deporte a niñas, niños y jóvenes.



Niño con discapacidad intelectual, algunos trayectos los realizaron corriendo y otros caminando.



Niño con parálisis cerebral.



Algunas discapacidades en las cuales no se podía corre o caminar se adecuaron para la participación y acompañamiento.



Acompañamiento doble en persona con discapacidad que requería ser tomado de la mano para brindar mayor seguridad.



Persona con disminución de capacidades coordinativas, requirió de apoyo para equilibrarse.



Persona discapacitada que requirió estar tomada de la mano para seguridad, equilibrio y soporte en el trayecto.



2017 2^{da}. Carrera atlética Nosotros También Podemos

Al experimentar el acompañamiento con niñas, niños y jóvenes con algún tipo de discapacidad, buscamos que profesionales de la enseñanza de la cultura física tengan empatía y una adecuada actitud de servicio.

Destacamos del estado del arte lo referido en la introducción. Una investigación de tipo cuasiexperimental en estudiantes sin discapacidad que experimentaron durante su educación secundaria sesiones de deporte adaptado, como boccia, baloncesto en silla de ruedas, goalball, atletismo para ciegos, reportaron mejora en componentes actitudinales cognitivos, afectivos y conductuales (Santana Cansado y Garoz Puerta, 2013).

APORTES PARA LA PRÁCTICA DEL RUNNING



En algunas ocasiones, acompañantes de las personas con discapacidad eran familiares y corrían o caminaban en compañía del profesional en formación.



Niño con discapacidad intelectual y personal en formación de acompañamiento, cuya totalidad del trayecto lo realizaron corriendo.



Niño con síndrome de *down* y personal en formación de acompañamiento.



Persona con discapacidad visual y personal en formación de acompañamiento.



2017 Carrera atlética Casino de Mexicali

Esta experiencia de aprendizaje busca obtener conocimientos del atletismo, pero también hacer una introspección y ponerse en el lugar de la persona con discapacidad, analizar su contexto y el esfuerzo físico que realiza durante la carrera.

Destacamos del estado del arte lo referido en la introducción. Programas de intervención educativa, como parte de su metodología, dan conocer los diferentes deportes paralímpicos y generar conciencia sobre la situación de las personas con discapacidad en la práctica deportiva, así como incluir alumnado con discapacidad para practicar deportes con quienes no la poseen (Ocete Calvo, Pérez Tejero y Coterón López, 2015).



Algunas discapacidades como la parálisis cerebral, en las cuales no se podía correr o caminar, se adecuaron para que profesionistas en actividad física y deporte en formación acompañaran a las personas con discapacidad en su silla de ruedas.





2017 Carrera atlética Bomberos Voluntarios

Tuvimos la experiencia de niñas, niños y jóvenes con discapacidad, quienes al experimentar una carrera atlética decidieron, con apoyo familiar, repetir esta actividad deportiva, destacamos el binomio de un estudiante de la licenciatura en actividad física y deporte con discapacidad auditiva, quien participó acompañando a una niña con discapacidad visual.

Destacamos del estado del arte lo referido en la introducción. Respecto a la práctica de la actividad física, personas con discapacidad perciben como facilitador el apoyo de la familia y amistades, así como del profesional responsable; y como barrera de práctica, las limitaciones físicas y la falta de programas específicos (Barboza Serona, Aires de Arrudaa y Greguol, 2015).



Años 2015-2019 Atlética UABC inclusiva

Para la unidad de aprendizaje utilizamos las instalaciones de la Facultad de Deportes de la Universidad Autónoma de Baja California, organizando en la pista de atletismo una carrera donde participaron diferentes organizaciones públicas y privadas que dan atención especializada a personas con discapacidad.

Destacamos del estado del arte lo referido en la introducción.

Está comprobado que la práctica de actividad física deportiva en edad infantil mejora el bienestar de las personas con discapacidad (Coleman, Nemeth y LeBlanc, 2018); revisiones y metaanálisis identifican menor cantidad y frecuencia en la práctica de actividad física de niñas, niños y jóvenes con discapacidad con relación a quienes no la presentan (Sit et al., 2017; Jung et al., 2018); para minimizar esta problemática, la UNESCO considera que se deben garantizar metodologías inclusivas que fomenten y sensibilicen los valores de la educación física para que sean elaboradas y utilizadas para normalizar la participación del alumnado, familiares y miembros de la comunidad (McLennan y Thompson, 2015).

La actividad física es de los aspectos importantes a considerar para la salud, y esta población, comparado con personas no diagnosticadas con discapacidad, presentan mayor prevalencia de sedentarismo (Ochoa-Martínez, 2022; Carmona López et al., 2023); de igual manera, se identifican menores niveles en las capacidades física y motriz, lo cual limita la autonomía en las actividades diarias (Ochoa-Martínez, Hall-López y Carmona López, 2023). En ese sentido, se propone adecuar sesiones de actividad física moderada a vigorosa que favorezcan el compromiso motor para maximizar el beneficio (Hall-López et al., 2023; Hall-López y Ochoa-Martínez, 2023); asimismo, es importante en el ámbito formativo contar con las actitudes y aptitudes para trabajar de acuerdo a las necesidades específicas de cada persona (Hall-López, 2022, Ochoa-Martínez, 2020).

APORTES PARA LA PRÁCTICA DEL *RUNNING*



Otra modalidad de carrera en la cual se utilizó una pista de atletismo.



Las modalidades de participación dieron trayectos que oscilaban desde 1 km, 800, 400, 200, 100 y 50 m.



Las personas participantes fueron de diversas edades y distintas organizaciones, con adecuación para cada discapacidad en los trayectos de la carrera.



Se incluyeron carreras en las cuales abordaba el trabajo en equipo al correr o caminar.



Previo a la carrera se organizaron los equipos, se realizó calentamiento y se hizo una exploración del entorno.



La premiación fue un momento positivo, a todas y todos los participantes se les otorgó medalla, motivándoles a ser físicamente activos.

Consideraciones finales

Dentro de la misión de la Facultad de Deportes está la formación de profesionales competentes en la actividad física y el deporte para coadyuvar con el desarrollo de la sociedad. Este capítulo describe una experiencia docente cuya estrategia didáctica podría ser útil para su adaptación en cada contexto y vinculando la práctica deportiva en la modalidad de carrera atlética, en búsqueda del conocimiento profesional y al mismo tiempo fomentar el humanismo, la empatía y la actitud positiva para trabajar con personas con discapacidad. A futuro, como línea de investigación, sería importante analizar y documentar de manera detallada la intervención pedagógica y evaluar cuasiexperimentalmente la actitud de las personas con discapacidad participantes, de igual manera conocer cualitativamente la opinión de sus familias.

Referencias

- Abellán, J.; Sáez-Gallego, N. y Reina, R. (2017). Explorando el efecto del contacto y el deporte inclusivo en educación física en las actitudes hacia la discapacidad intelectual en estudiantes de secundaria. [Exploring the effect of contact and inclusive sport on Physical Education in the attitudes toward intellectual disability of high school students]. *RICYDE. Revista Internacional de Ciencias del Deporte*, 14(53): 233-242. <https://www.cafyd.com/REVISTA/ojs/index.php/ricyde/article/view/1251>
- Barboza Serona, B.; Aires de Arrudaa, G. y Greguol, M. (2015). Facilitadores e barreiras percebidas para a prática de atividade física por pessoas com deficiência motora. *Revista Brasileira de Ciências do Esporte*, 37(3): 214-221. <https://doi.org/10.1016/j.rbce.2013.09.003>
- Carmona López, A.A.; Ochoa-Martínez, P.Y.; Hall-López, J.A.; Morales Ramírez, M.M.; Alarcón Meza, E.I.; Sáenz-López Buñuel, P. y Conde García, C. (2023). Estrategia educativa utilizando la lengua de señas mexicana para mejorar desarrollo coordinativo motor en niños con discapacidad auditiva. *Revista Científica Salud Uninorte*, 39(1). <https://doi.org/10.14482/sun.39.01.371.912>
- Coleman, N.; Nemeth, B.A. y LeBlanc, C.M.A. (2018). Increasing Wellness through Physical Activity in Children with Chronic Disease

- se and Disability. *Current Sports Medicine Reports*, 17(12):425-432. DOI: 10.1249/JSR.0000000000000548.
- Felipe Rello, C. y Garoz Puerta, I. (2014). Actividad físico-deportiva en programas de cambio de actitudes hacia la discapacidad en edad escolar: Una revisión de la literatura. [Review of Programs Aimed at Awareness of Disability through Physical Activity and Sport in School-Aged Children]. *Cultura, Ciencia y Deporte*, 9(27): 199-210. DOI:<http://dx.doi.org/10.12800/ccd.v9i27.462>
- González Hernández, J. y Baños Audije, L.M. (2012). Estudio sobre el cambio de actitudes hacia la discapacidad en clases de actividad física. *Cuadernos de Psicología del Deporte*, 12(2): 101-108. http://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1578-84232012000200011&lng=es&tlng=es
- Hall-López, J.A. y Ochoa-Martínez, P.Y. (2023). Educación física en secuencias de actividad moderada a vigorosa. Editorial de la Universidad Autónoma de Baja California. ISBN: 978-607-607-809-9.
- Hall-López, J.A.; Ochoa Martínez, P.J.; Flores Moreno, P.J.; Salazar Carrillo, C.M.; Alarcón Meza, E.I.; López Campos, C.M.; Meza Correa, A. y Valenzuela Contreras, J.E. (2023). *Método de enseñanza y compromiso motor en educación física*. Editorial de la Universidad Autónoma de Baja California. ISBN: 978-607-607-807-5.
- Hall-López, J.A. (2022). Educación física, sedentarismo y obesidad en escolares. Editorial de la Universidad Autónoma de Baja California. <https://libreriauaabc.com/products/educacion-fisica-sedentarismo-y-obesidad-en-escolares> ISBN: 978-607-607-764-1
- Hernández Vázquez, F.J. (2011). Las actitudes del profesorado de educación física hacia la inclusión educativa: Revisión. *Apunts. Educación Física y Deportes* (103): 24-30. <https://www.raco.cat/index.php/ApuntsEFD/article/view/248125>.
- Jung, J.; Leung, W.; Schram, B.M. y Yun, J. (2018). Meta-Analysis of Physical Activity Levels in Youth with and Without Disabilities. *Adapted Physical Activity Quarterly*, 35(4):381-402. DOI: 10.1123/apaq.2017-0123.
- Ocete Calvo, C.; Pérez Tejero, J. y Coterón López, J. (2015). Propuesta de un programa de intervención educativa para facilitar la inclusión de alumnos con discapacidad en educación física. [Propose of an Educative Intervention Program for Inclusion of Children with

- Disability in General Physical Education). *Retos*, 0(27): 140-145. <https://recyt.fecyt.es/index.php/retos/article/view/34366>
- McLennan, N. y Thompson, J. (2015). *Educación física de calidad (EFC): Guía para los responsables políticos*. Organización de las Naciones Unidas para la Educación, la Ciencia y la Cultura (UNESCO). <https://unesdoc.unesco.org/ark:/48223/pf0000231340>.
- Ochoa-Martínez, P.Y.; Hall-López, J.A. y Carmona López, A.A. (2023). Desarrollo motriz en educación física usando la lengua de señas mexicana en estudiantado con discapacidad auditiva. *Revista Mexicana de Ciencias de la Cultura Física*, 2(6): 1-8. DOI: 10.54167/rmccf.v2i6.1208
- Ochoa-Martínez, P.Y. (2022). *Educación física en niños con discapacidad auditiva*. Universidad Autónoma de Baja California. <https://libreriaabc.com/products/educacion-fisica-en-ninos-con-discapacidad-auditiva> ISBN: 978-607-607-763-4.
- Ochoa-Martínez, P.Y. (2020). *Programa educativo de formación integral mediante actividad física para la mejora de actitudes hacia estudiantes con discapacidad auditiva*. Fontamara. ISBN: 607-7366-61-7. https://editorialfontamara.com/efon_22/argumentos/1420-programa-educativo-de-formacion-integral-mediante-actividad-fisica-para-la-mejora-de-actitudes-hacia-estudiantes.html
- Santana Cansado, P. y Garoz Puerta, I. (2013). Actitudes hacia la discapacidad e intervención docente desde el deporte adaptado. [The Attitude Towards Disability and Teaching Intervention in Adapted Sports]. *Revista Internacional de Medicina y Ciencias de la Actividad Física y el Deporte*, 13(49): 1-17. <http://cdeporte.rediris.es/revista/revista49/artactitudes336.htm>
- Sit, C.H.; McKenzie, T.L.; Cerin, E.; Chow, B.C.; Huang, W.Y. y Yu J. (2017). Physical Activity and Sedentary Time among Children with Disabilities at School. *Medicine & Science in Sports & Exercise*, 49(2): 292-297. DOI: 10.1249/MSS.0000000000001097.
- Universidad Autónoma de Baja California (UABC) (2018). Plan de Estudio 2012-2: Unidades de aprendizaje. Actividad física para necesidades educativas especiales. Licenciatura en actividad física y deporte. <http://deportes.uabc.mx/images/UABC/plan2012/O.Terminal/PUA-Actividad-Fisica-para-Necesidades-Educativas-Especiales.pdf>

- Universidad Autónoma de Baja California (UABC) (2019). *Plan de Desarrollo Institucional, 2019-2023*. http://www.uabc.mx/planeacion/pdi/2019-2023/PDI_2019-2023.pdf.
- Universidad Autónoma de Baja California (UABC) (2018). *Plan de desarrollo de la unidad académica*. Misión de la Facultad de Deportes. <http://deportes.uabc.mx/index.php/sobre-nosotros/mision-vision>.
- Universidad Autónoma de Baja California (UABC) (s.f.). *Modelo educativo. Principios orientadores: Alumnos*. <http://www.uabc.mx/formacionbasica/modeloedu.html>
- World Health Organization (WHO) (n.d.). *The World Report on Disability. Data revisited*. http://www.who.int/disabilities/world_report/2011/en/
- World Health Organization (WHO) (n.d.). *El desarrollo del niño en la primera infancia y la discapacidad. Data revisited*. http://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/78590/9789243504063_spa.pdf