

Estrategias de atención a la diversidad en Educación Física

Autor: Saura Leiva, Alvaro (Maestro. Especialista en EF, PT y AL).
Público: Maestros Primaria. **Materia:** Educación Física. **Idioma:** Español.

Título: Estrategias de atención a la diversidad en Educación Física.

Resumen

En el siguiente artículo abordaremos los diferentes criterios a tener en cuenta para dar respuesta a la diversidad del aula. Así como las estrategias organizativas más comunes dentro del área de Educación Física y cómo manejar diferentes aspectos de ésta. Por otra parte, se tratarán los diferentes tipos de adaptaciones y su significación, en función del tipo de necesidades que posea nuestro alumnado, tanto en discapacidades físicas, como psíquicas, orgánicas o sensoriales.

Palabras clave: Discapacidad, desarrollo, patologías, educación.

Title: Strategies for attention to diversity in Physical Education.

Abstract

In the following article we will address the different criteria to take into account to respond to the diversity of the classroom. As well as the most common organizational strategies within the area of Physical Education and how to handle different aspects of it. On the other hand, the different types of adaptations and their significance will be discussed, depending on the type of needs that our students possess, both in physical, as well as in psychic, organic or sensorial disabilities.

Keywords: Disability, development, pathologies, education.

Recibido 2018-11-22; Aceptado 2018-11-26; Publicado 2018-12-25; Código PD: 102110

Podemos entender la atención a la diversidad como un el conjunto de intervenciones que, desde una oferta curricular común, ofrecen respuestas diversificadas y diferenciadas según las características y peculiaridades del alumnado.

Como medidas de atención a la diversidad, cabría destacar la propuesta de criterios de intervención de ARRÁEZ (1998) la cual establece los siguientes para el alumnado con necesidades educativas especiales:

- **Criterio de igualdad:** realizando la misma tarea que el resto de compañeros.
- **Criterio de ayuda:** prestando ayuda verbal, física o gestual al alumno.
- **Criterio de adaptación:** adaptando las características de la tarea a desarrollar.
- **Criterio de compensación:** modificando y facilitando al alumno las condiciones de la tarea.
- **Criterio de alternativa:** ofreciendo la posibilidad de realizar una tarea diferente, no obstante, evitaremos siempre que sea posible este criterio, ya que priorizaremos siempre la normalización de este alumnado en todos los aspectos.

Paralelamente a estos criterios, BRUNICARDI, LÓPEZ e IGLESIAS (2004) presentan una serie de **estrategias genéricas para la atención a la diversidad en Educación Física**

- **La organización de los tiempos de la sesión:** teniendo en cuenta a nivel individual aquellos aspectos que benefician a su salud y rehabilitación y a nivel grupal buscando su integración en el grupo de iguales.
- **Los contenidos trabajados:** manteniendo los mismos contenidos, pero adaptando las actividades o haciendo hincapié en aquellos contenidos en los que el alumno pueda integrarse y participar, por ejemplo, promoviendo juegos de colaboración en lugar de actividades competitivas.
- **La metodología:** 1º realizando una adaptación curricular lo menos significativa posible siempre que sea posible con el fin principal de garantizar su integración. 2º implicando al alumnado en la búsqueda de adaptaciones y modificaciones. 3º utilizando propuestas abiertas y de bajo nivel de estructuración. 4º desarrollando actividades de cooperación.

- **La evaluación.** Adaptada a las características y posibilidades del alumno determinadas en un estudio previo y durante un plan de acción para determinar su evolución.

Como propuesta más **actual** en atención a la diversidad, se encuentra el **criterio de perspectivas aplicado a alumnos con necesidades educativas especiales** desarrollado por HERNÁNDEZ VÁZQUEZ (2012), quien establece las siguientes perspectivas para responder a cómo adaptamos las tareas motrices al alumnado con necesidades educativas especiales.

1. **Perspectiva física:** realizando movimientos hacia delante y con su segmento dominante en lugar de hacerlo al contrario.
2. **Perspectiva biomecánica:** aumentando el número de apoyos y bajando el centro de gravedad en algunas tareas para disminuir su complejidad.
3. **Perspectiva biológica:** aumentando la duración e intensidad del estímulo percibido.
4. **Perspectiva perceptiva:** desarrollando la tarea en un entorno estable y con transferencia sobre otras tareas anteriores.
5. **Perspectiva cognitiva:** reduciendo el número de decisiones y alternativas a llevar a cabo, disminuyendo el riesgo y la incertidumbre para adaptar la tarea al alumno.
6. **Perspectiva de estructura:** reduciendo el número de grupos musculares implicados en la actividad, su exigencia y precisión para adaptar la tarea al alumno.
7. **Perspectiva sociológica:** favoreciendo la cohesión del alumno con sus compañeros, su participación, aceptación y reciprocidad.

Tras todas estas medidas y criterios de atención al alumnado con necesidades educativas especiales, llegamos a las adaptaciones curriculares como última estrategia de intervención, las cuales podemos definir, siguiendo a CONTRERAS JORDAN (2009), como cualquier ajuste en los elementos del currículo ordinario para dar respuesta a las necesidades educativas que los alumnos plantean. Éstas pueden ser:

- a. **Adaptaciones de acceso al currículo:** en los **elementos personales** facilitando las relaciones profesor alumno, entre alumnos y entre el maestro, el tutor y los apoyos. Por otra parte, adaptando los **materiales, los espacios, los medios de información y comunicación**
- b. **Adaptaciones Curriculares propiamente dichas:**
 - **No significativas:** modificaciones que se realizan en los diferentes elementos de la programación, pero que no afectan a las enseñanzas básicas del currículo tales como adaptaciones a nivel **metodológico** (los tipos de agrupamiento que generen un clima de cooperación y participación y los apoyos necesarios para el alumno). Igualmente se llevará a cabo una **adaptación en las actividades** (exigencia de la misma, modificación de las reglas y protagonismo del alumno discapacitado)
 - **Significativas:** modificaciones que se realizan desde la programación y que implica la eliminación, modificación o priorización las enseñanzas básicas del currículo (objetivos competencias básicas, contenidos, y criterios de evaluación)

ADAPTACIONES PARA LOS DIFERENTES TIPOS DE DISCAPACIDAD

A continuación, se presentan una serie de criterios metodológicos de carácter práctico para llevar a cabo adaptaciones según las características de los distintos tipos de discapacidades anteriormente citadas en base a autores como SANZ y REINA (2012), RIOS HERNÁNDEZ (2007) y CUMELLAS y ESTRANY (2006).

DISCAPACIDAD MOTORA

- **Sensibilización:** realizar juegos y actividades que permitan que el resto del grupo compruebe las posibilidades y limitaciones del alumno con discapacidad.
- **Comunicación:** trataremos de hablar siempre a su altura (especialmente si va en silla de ruedas) y en una posición cercana al mismo y animarle a que comparta y comunique sus experiencias.
- **El alumno tutor:** HERNÁNDEZ VÁZQUEZ (2012) nos destaca la figura del alumno que, compartiendo la misma clase, asiste y ayuda en el proceso de aprendizaje al alumno discapacitado en los desplazamientos y las actividades en general.
- **Actividades y juegos:** prestar mucha atención a los desplazamientos, especialmente si va en silla de ruedas, evitando los giros bruscos asistidos y la posibilidad de chocar con otros compañeros, motivando y animando en todo momento al alumno.
- **Espacios y materiales:** Delimitar un espacio accesible, llano, liso y no deslizante. Igualmente, usar materiales adaptados de espuma o foam para evitar daños y con el peso y tamaño adecuados para cogerlos del suelo si se caen y va en silla de ruedas.
- **Movilidad:** respetar siempre su ritmo y ayudarle en las funciones que no pueda realizar como cambios posturales. Si va en silla de ruedas, asegurar los frenos de la silla al levantarlo y sentarlo y que su posición en la misma es la correcta con las piernas y espalda bien alineada con el cinturón o sujeciones bien puestas cuando sea preciso. Por otra parte, si el alumno es suficientemente autónomo le ayudaremos sólo y cuando él nos lo pida.

SANZ y REINA (2012) recopilan una serie de deportes adaptados para este colectivo tales como las distintas modalidades de atletismo, baloncesto en silla de ruedas, boccia (similar a la petanca), ciclismo, esgrima, fútbol 7, hípica, natación, powerlifting (similar al levantamiento de peso en press de banca), tenis y tenis de mesa en silla de ruedas, voleibol sentados, bailes en silla de ruedas, etc.

DISCAPACIDAD PSÍQUICA

Como **estrategias metodológicas para la intervención** en las minusvalías psíquicas asociadas a la *deficiencia mental*, se tendrán en cuenta los siguientes ámbitos:

- **Sensibilización:** dado que suelen ser bastante cariñosos en el trato con los compañeros, realizaremos juegos y actividades que permitan al alumno sentirse autónomo y seguro a la vez que integrado.
- **Comunicación:** daremos siempre las explicaciones de una forma clara y pausada, realizando demostraciones, para asegurarnos que entiende los aspectos más relevantes de la tarea a desarrollar.
- **El alumno tutor:** lo emplearemos sólo en los casos que consideremos necesario como, por ejemplo, cuando se muestre reticente a realizar alguna actividad.
- **Actividades y juegos:** adaptando las reglas a su ritmo de aprendizaje, motivando y reforzando positivamente al alumno. Simplificar las tareas fraccionando la enseñanza en pequeños pasos en periodos de aprendizaje cortos, utilizar refuerzos, tareas accesibles a su nivel, variedad de actividades para mantener la atención
- **Autonomía y confianza:** fomentaremos estos aspectos vitales planteando retos para la motivación del alumno, ofreciendo un feed-back constante y reforzando sus logros

Como **estrategias metodológicas para la intervención** en las minusvalías psíquicas asociadas a *trastornos generalizados del desarrollo*, se tendrán en cuenta los siguientes ámbitos:

- **Sensibilización:** puesto que cada caso es único, trataremos de buscar aquello especialmente válido para el alumno que tengamos con el fin de garantizar una inclusión efectiva a través del área.

- **Comunicación:** daremos siempre las explicaciones de los juegos con anticipación, demostración y apoyos visuales si es preciso. Siempre de una forma estructurada y evitando la improvisación.
- **El alumno tutor:** lo emplearemos sólo en los casos que consideremos necesario como, por ejemplo, cuando se muestre reticente a realizar alguna actividad.
- **Actividades y juegos:** es muy efectivo el *entrenamiento por ensayos discretos*, el cual trata de ir desglosando las habilidades específicas de cada tarea o juego paso a paso antes de encadenar la actividad completa.
- **Modificación de conducta:** emplearemos todo tipo de refuerzos para corregir las conductas que puedan resultar inapropiadas y algunos aspectos del *método ABA* dirigido a la mejora de las habilidades comunicativas, pero también hacia aquellas conductas que deben corregirse o minimizarse. El moldeamiento paso a paso y el refuerzo constituyen los elementos claves.

SANZ y REINA (2012) recopilan una serie de deportes adaptados para este colectivo tales como atletismo, ciclismo, bolos, boccia, gimnasia artística y rítmica, soft-ball (similar al béisbol), netball (similar al baloncesto), etc.

DISCAPACIDAD SENSORIAL

Como estrategias metodológicas para la intervención en la *deficiencia visual*, se tendrán en cuenta los siguientes ámbitos:

- **Interacción social:** hablarle directamente dirigiendo la mirada a la cara utilizando su nombre. Avisar al alumno cuando nos vamos de su lado y cuando llegamos de nuevo. Comunicar, si es necesario, que se está haciendo o se va a hacer.
- **Sensibilización:** será muy importante que en las primeras sesiones se realicen juegos para que el resto del grupo compruebe y valore las posibilidades del alumno discapacitado. Por ejemplo, organizando juegos con limitaciones donde el adquiera protagonismo como juegos de ojos tapados con guía o el goalball.
- **Comunicación:** Hablar en un tono normal, despacio y claro. No sustituir el lenguaje verbal por gestos, pues estos, en muchos casos, no podrán ser percibidos por la otra persona. No utilizar palabras como “aquí”, “allí”, “esto”, “aquello”... ya que van acompañadas con gestos que no pueden verse por la persona. En estas situaciones es preferible utilizar términos más orientativos como “a izquierda de la mesa”, “a tu derecha”, “delante de la puerta”, “detrás de ti”. En ocasiones, puede ser también útil conducir la mano de la persona hacia el objeto e indicarle de lo que se trata. Utilizar normalmente las palabras “ver”, “mirar”, etc.; no considerarlas como términos tabú pues las propias personas con ceguera y deficiencia visual las utilizan normalmente en sus conversaciones. Evitar exclamaciones que pueden provocar ansiedad a la persona tales como “¡ay!”, “¡ay!”, “cuidado”, etc., cuando veamos un peligro para ella (una puerta abierta, un obstáculo en la acera, etc.). Es preferible emplear una exclamación más informativa, como “alto”, con el fin de evitar que siga avanzando y explicarle después, verbalmente, el peligro o ayudarle para que pueda evitarlo. Tener muy en cuenta al realizar actividad física en espacios abiertos como la pista la ubicación cercana al alumno y que la información recibida es suficiente para entender la actividad. A parte de **priorizar el canal auditivo**, también utilizaremos frecuentemente el kinestésico-táctil.
- **El ambiente y el espacio:** hay que evitar en la medida de lo posible el ruido ambiental, ya que desorienta al alumno y procurar que el ambiente esté bien iluminado. Sobre el espacio es conveniente reconocerlo previamente a través del tacto y la información verbal.
- **Seguridad:** conocer bien el espacio donde se desarrolla la actividad utilizando referencias para delimitarlo, evitar los suelos deslizantes, tratar de tener un lugar de referencia para realizar las actividades, conocer muy bien las instalaciones y el material y donde está situado para evitar accidentes por obstaculización.
- **El alumno tutor:** lo emplearemos para ayudar al alumno en la realización de actividades con desplazamientos y cada vez que se consideren necesario, siendo conveniente mantener el mismo alumno tutor por varios meses. La forma de guiarlo en los desplazamientos será situándose tras el alumno discapacitado y colocándose la mano a la derecha junto a la boca cuando queramos que gire a la izquierda y viceversa.

- **Materiales:** utilizar balones con cascabeles, materiales grandes con colores contrastados, petos de colores para reconocer mejor a los compañeros y cuerdas de acompañamiento y familiarizarse previamente con ellos.
- **Actividades y juegos:** para los lanzamientos se les colocará con anterioridad la posición del cuerpo idónea y se informará del tipo de lanzamiento. Para los saltos y carreras se marcará la dirección a seguir con los brazos y el guía irá delante guiando con la voz o palmadas. Si hay que realizar carreras largas estará cogido al guía o con una cuerda corta, por el contrario, en carreras cortas se puede utilizar la voz o palmadas para orientar.
- **En los vestuarios:** informando de la disposición de todos los elementos básicos.

SANZ y REINA (2012) recopilan una serie de deportes adaptados para este colectivo tales como goalball (similar al fútbol pero lanzando la bola desde tu campo con la mano y el equipo contrario estratégicamente colocados en el suelo para cubrir la portería), judo, atletismo, natación, torball (similar al goalball pero con unas cuerdas por debajo las cuales tiene que pasar la pelota), showdown (consistente en golpear una pelota sonora usando una pala sobre una mesa y meterla en el agujero del contrario), beep baseball (similar al béisbol)

Como **estrategias metodológicas para la intervención** en la **deficiencia auditiva**, se tendrán en cuenta los siguientes ámbitos:

- **Sensibilización:** será muy importante que en las primeras sesiones se realicen juegos para que el resto del grupo compruebe y valore las posibilidades del alumno discapacitado. Por ejemplo, organizando juegos con limitaciones donde el adquiera protagonismo como en la mímica.
- **Comunicación:** controlaremos la atención mediante señales visuales. Respecto a la forma de hablar lo haremos cerca del mismo, vocalizando con claridad, poco a poco, de forma gestual y expresiva, con frases cortas y simples y comprobando que ha entendido lo explicado. Por parte del alumno, trataremos de colocarlo de espaldas a la luz y con la posibilidad de comunicarse gestualmente con sus compañeros para expresar lo que experimenta.
- **El ambiente:** hay que controlar el ambiente sonoro, y facilitar el ambiente de silencio, porque si hay ruido la información es mal recibida por parte del alumno con discapacidad auditiva.
- **Actividades y juegos:** ejemplificar siempre la tarea a realizar, proporcionarle información previa de la actividad que se va a realizar y darle por escrito cualquier cambio de normas o reglas a seguir. Es muy importante que experimente con todo lo que le rodea para comprender mejor lo que se le explica. No utilizaremos señales acústicas en los juegos, sino visuales y gestuales. Al trabajar el ritmo utilizar frecuencias graves.

SANZ y REINA (2012) recopilan una serie de deportes adaptados para este colectivo tales como ajedrez, billar, padel, remo, hípica o padel entre otros.

DISCAPACIDADES ORGÁNICAS

A la hora de adaptar las actividades a este tipo de alumnos hay que tener en cuenta una serie de aspectos en base a las diferentes patologías que podemos encontrar tales como:

DIABETES

1. Mantener una reunión con los padres para informarnos de las características del alumno en cuanto a la enfermedad y si se han dado casos de subidas o bajadas de azúcar que puedan poner en riesgo la salud del discente más allá de los límites considerados normales para la patología.
2. Observar y preguntar al alumno si se encuentra bien para la realización del ejercicio físico y adaptarlo si consideramos que puede resultarle excesivamente agotador, especialmente si es a última hora de la mañana ya que existe más riesgo de hipoglucemia.
3. Preguntarle si ha desayunado correctamente en casa y toma el almuerzo durante el recreo, pues aquellos días que se realiza actividad física las necesidades nutritivas son diferentes para este alumno.
4. Cuidar especialmente la hidratación durante el ejercicio físico.

5. Considerar que el ejercicio físico aporta grandes beneficios para el control de la diabetes y resulta esencial para el correcto desarrollo del discente.

ASMA

1. Evitar los esfuerzos intensos que provoquen una vasoconstricción.
2. Cuidar la exposición al polen o en terrenos con mucho polvo, así como cuando las temperaturas son muy bajas y padece de bronquitis.
3. Realizar un calentamiento moderado adecuado.
4. Realizar principalmente ejercicios aeróbicos de baja o media intensidad ya que provocan vasodilatación.
5. En caso de crisis, tener siempre cerca un broncodilatador (ventolín) en caso de que sea necesario su uso, mantener la calma y tranquilizar al alumno.

HIPERACTIVIDAD

1. Efectuar las explicaciones con claridad y preguntarle al alumno si las ha entendido.
2. Darle algún cargo de responsabilidad como ayudante del maestro.
3. Alternar juegos para que no pierda la atención.
4. Realizar actividades de relajación.
5. Estructurando las tareas en tiempos cortos, permitiendo que haga descansos al concluir las mismas, reforzando los períodos de atención, controlando el ambiente para que haya los menores elementos de distracción posibles.
6. Ayudarle a que aprenda a controlar su comportamiento en el aula, lo que repercutirá en una mejor relación con los demás, en unos mejores resultados académicos y en una mejora de su autoestima.
7. Enseñarle a pensar antes de actuar para que regule su comportamiento, tanto a la hora de enfrentarse a una tarea como en sus relaciones interpersonales

OBESIDAD

1. Adaptar los desplazamientos saltos y giros a su ritmo y posibilidades.
2. Premiar especialmente el esfuerzo y no el resultado obtenido.
3. Evitar esfuerzos muy intensos y prolongados.
4. Darle protagonismo al alumno, por ejemplo, realizando juegos donde se desarrolle la fuerza.

MINUSVALÍA SOCIOCULTURAL

ALUMNOS DE INTEGRACIÓN TARDÍA

1. Realizar tareas de demostración visual si no entienden el idioma.
2. Gestualizar mucho en las explicaciones.
3. Priorizar los juegos cooperativos para favorecer su integración.
4. Proponer juegos del mundo y su país de origen para que el resto de compañeros valoren la diversidad.

ALUMNOS DESFAVORECIDOS SOCIALMENTE

1. Realizar juegos cooperativos y socializadores.
2. Premiar su esfuerzo.
3. Ofrecer el mayor número de experiencias motrices posibles.
4. Incidir en la importancia de la salud y la higiene en especial para la práctica de actividad física.

Bibliografía

- Antoraz, E. Villalba, J. (2010): “Desarrollo cognitivo y motor”. Editex. Madrid.
- Sanz y Reina (2012): “Actividades físicas y deportes adaptados para personas con discapacidad”. Paidotribo. Barcelona.
- Arnáiz Sánchez, P. (2003): “Educación inclusiva: una escuela para todos”. Aljibe. Málaga.
- Hernández Vázquez, F. (2012): “Inclusión en Educación Física”. Inde. Barcelona.
- Arráez Martínez, J. M. (1998: “Teoría y praxis de las adaptaciones curriculares en E.F.”. Aljibe. Málaga.
- Brunicardi, López e Iglesias (2004): “La atención a la diversidad en E.F.” Wanceulen. Sevilla.
- Ríos Hernández, M. (2007): “Manual de E.F. adaptada al alumnado con discapacidad”. Paidotribo. Barcelona
- Contreras Jordán, O. (2009): “Didáctica de la Educación Física”. Inde. Barcelona.
- Cumellas y Estrany (2006): “Discapacidades motoras y sensoriales en Primaria”. Inde. Barcelona.