

Edufines ... una experiencia de actividad física con

120

Monica
María
Zuluaga Q.

discapacitados

" No puedo cambiar la dirección del viento, pero sí ajustar mis velas para llegar siempre a mi destino. "
(Jimmy Dean)

El programa de educación física para niños y jóvenes especiales (Edufines) viene trabajando desde hace siete años como programa de extensión del Instituto de educación física de la Universidad de Antioquia. Su objetivo primordial es la integración de la persona discapacitada a su familia y a su entorno social, mediante experiencias recreativas y deportivas. A continuación presentamos una panorámica de las actividades y estrategias metodológicas que permite una aproximación a lo que puede aportar la educación física a la persona discapacitada.

La población con la cual se trabaja en la actualidad se distribuye de la siguiente manera: 35% con retardo mental leve, 30% con retardo mental moderado, 25% con síndrome de Down y 10% con parálisis cerebral

Marco conceptual

Uno de los aspectos que es necesario considerar para lograr una educación integral es el aspecto sicomotor, el cual, en general, debe enfocarse según las posibilidades de los participantes. Las actividades físicas posibilitan y estimulan la interrelación del individuo que las practica con su entorno, y a la vez son útiles para desarrollar habilidades y destrezas. También para el discapacitado, la actividad física es una posibilidad para interactuar socialmente y mejorar una serie de destrezas que le serán de utilidad en su vida diaria. Autores como Picq, Bayer

Licenciada en educación física, coordinadora general de Edufines

Drowasky, entre otros, se apoyan en el deporte como medio socializador en el proceso de la integración del discapacitado a la sociedad. Complementa esta labor la recreación que según la misma constitución colombiana debe ser practicada libremente, sin límites de edad, color sexo credo y política, y es responsabilidad del estado velar por los derechos de las personas que posean alguna limitación física o mental.

Muchos investigadores —Fleishman, Guilford, Hempel y Cumbee, entre otros—, trataron de establecer los factores que conducen a la habilidad perceptivo-motriz. Sus estudios arrojaron como resultado que la constituyen cuatro componentes primarios, equilibrio, coordinación, percepción sensoriomotriz, y velocidad del movimiento. La falta de estimulación de éstos afecta en la persona discapacitada su actividad tónica, psicofuncional y de relajación, además de causar trastornos y sensoriales de percepción.

Principios organizativos del programa

Planeación semestral

Se observa el estado motriz, emocional y social de los participantes. Las actividades son flexibles a modificaciones en el transcurso del semestre, y sus metas deben tener en cuenta los diferentes aspectos de desarrollo de los participantes: cognitivo, socioafectivo y motriz.

Objetivos desde la educación especial

1. Desarrollar procedimientos cognoscitivos a partir de la solución de problemas en forma colectiva
2. Erradicar y compensar las dificultades en el desarrollo del lenguaje
3. Reeducar algunas formas de conducta

Subgrupos

1. De 2 a 8 años de edad motriz (aproximadamente). Se busca la coordinación global a partir del movimiento espontáneo.
2. De 8 a 12 años de edad motriz (aproximadamente). Es el periodo más favorable para las adquisiciones y los aprendizajes. Los ejercicios exigirán más coordinación y fuerza.
- 3 De 12 a 18 años de edad motriz (aproximadamente). Se realizan ejercicios de fortalecimiento por medio de predeportivos.

En primer lugar, se preselecciona a los participantes, según los niveles de habilidades que manejan, a partir de la aplicación de una prueba funcional motriz. Luego se conforman los subgrupos de trabajo, cada uno de los cuales cuenta con un acompañante por participante y dos educadores que orientan y evalúan las actividades de cada sección, planeadas por los dos últimos con una visión de conjunto que propicia la creación y el afianzamiento de los principios y valores que hacen del hombre un ser digno en sí mismo: el respeto, la libertad y la fraternidad.

En la tabla 1 se observan los contenidos generales de Edufines

Tabla 1 Contenidos generales de Edufines

Equilibrio y mantenimiento de la postura.	Habilidades de contacto	Lanzamiento y recepción	Juegos recreativos
Locomoción	Actividades de rayado y trazos	Predeportivos: voleibol, fútbol.	Juegos de la calle
Juegos de persecución	Organización de bloques	Juegos y rondas con pelota	Rondas y canciones
Relievos	Modelado con masas		Paseos y visitas ecológicas
Ritmo y danza	Ensartado		
Carreras	Pintura		
Natación			

" No puedo cambiar la dirección del viento, pero si ajustar mis velas para llegar siempre a mi destino."
(Jimmy Dean)

Acciones pedagógicas

Para el inicio de la actividad, el equipo coordinador (estudiantes de educación física y educación especial) da una cálida bienvenida a los participantes, proporcionándoles un ambiente familiar y dado que se ha buscado implicar a todos los participantes, incluyendo a educadores y acompañantes, en el mayor número de juegos posibles, la relación del equipo de trabajo es de iguales, el estímulo surge espontáneamente en los juegos de equipo y se valoran los logros individuales.

Hasta el momento hemos verificado que los métodos de trabajo más convenientes para el discapacitado son el método expositivo-demostrativo y el método de repetición. Esto porque, en primera instancia, se le presenta el modelo a imitar de una manera hablada (explícita) a la vez que representada (ejecución). Esto sólo se va asimilando e interiorizando en un proceso de continuo refuerzo

Al final de cada sesión se posibilita un espacio de diálogo sobre las experiencias vividas. Los padres de familia participan en las evaluaciones de cada sesión y en la de fin de semestre, para proponer sugerencias y alternativas. Cabe anotar que cada subgrupo tiene plena autonomía para realizar festejos sociales como cumpleaños, estímulos al esfuerzo, y similares.

La voz de mando debe ser firme pero sin gritos, se debe hablar lentamente, llamar por su nombre a cada participante, y utilizar los términos adecuados. Se debe orientar al acompañante para que trabaje con su hijo. Es muy significativo para el participante el estímulo de felicitación o celebración por los logros del momento

El plan de sesión está distribuido en tres momentos: iniciación o motivación, desarrollo-ejecución, y reposo o vuelta a la calma, y la frecuencia y duración de las actividades es de una sesión semanal de dos horas.

Conclusiones

Las experiencias con la educación física, la recreación y el deporte como estrategias que complementan la *calidad de vida* de la persona deben convertirse en un perfil de desarrollo profesional del educador físico, que amplíe su actividad teórico-práctica y reafirme su compromiso social

Es necesario concientizar a la comunidad acerca de la importancia y los beneficios que ofrece la educación física como una estrategia de vida, sin límites de edad, condición social, condición física, mental o sensorial. Así mismo, es importante, con miras a la integración social vencer las barreras de actitud y los mitos creados frente a las personas discapacitadas permitiéndoles acceder a programas y espacios ofrecidos a la comunidad en general, en aspectos como educación, recreación, empleo, y bienestar social.

Bibliografía

Beños, Jean. *Educación sicomotriz en la infancia inadaptada*. Médica Panamericana. México. 1979.

Capón, Jack J. Serie *Desarrollo perceptivomotor* Edit Paidós. Barcelona. 1975.

Drowatzky *Educación física para niños deficientes mentales*. Edit. Panamericana. Buenos Aires. 1979.

Picq, Louis y Bayer *Educación sicomotriz y retraso mental* Edit. Científicomédica. Barcelona. 1979.

Revista Apuntes N° 14. 1.988. Educación física. La integración de los minusválidos.