

Actividades recreativas para la interrelación deportiva con personas baja visión y sordos

Recreational activities for sports interaction with low vision and deaf people

Lic. Lorenzo Castillo-Núñez, ancilab3@enet.cu; Dr. C. Manuel Alejandro Romero-León, magoale@uo.edu.cu, <https://orcid.org/0000-0002-8866-5204>

*Dirección Municipal de Deportes de Santiago de Cuba;
Facultad Cultura Física, Universidad de Oriente, Santiago de Cuba, Cuba*

Resumen

El objetivo fundamental de esta investigación es elaborar actividades recreativas para la integración a través del Atletismo con estudiantes baja visión y sordos de las escuelas especiales provinciales de Santiago de Cuba. Esta investigación posee como principales antecedentes a: Bell Rodríguez y López (2016); Fernández (2017); Gomendio (2019); Pascual (2019). Estos autores aun cuando realzan la importancia de la actividad física en personas discapacitadas, no abarcan, desde sus propuestas, las formas más adecuadas para una interrelación deportiva. En la solución del problema se utilizaron diversos métodos: teóricos, análisis-síntesis, la observación, las técnicas de investigación, entre ellas la entrevista y la encuesta. Los resultados aportan actividades recreativas en las que se integran personas baja visión y sordos. La propuesta contribuye, además, orientar y desarrollar un proceso didáctico para la atención de la diversidad.

Palabras clave: actividades recreativas, interrelación, personas baja visión, sordos.

Abstract

The fundamental objective of this research is to develop recreational activities for integration through Athletics with low vision and deaf students from the special provincial schools of Santiago de Cuba. The main antecedents of this research are: Bell Rodríguez and López (2016); Fernández (2017); Gomendio (2019); Pascual (2019). These authors, even when they highlight the importance of physical activity in disabled people, do not cover, from their proposals, the most appropriate forms for a sports relationship. In solving the problem, various methods were used: theoretical, analysis-synthesis, observation, investigation techniques, including the interview and the survey. The results provide recreational activities in which low vision and deaf people are integrated. The proposal also contributes to orienting and developing a didactic process for attention to diversity.

Key words: recreational activities, interrelation, people with low vision, deaf people.

Introducción

En el contexto de las Necesidades Especiales resulta imprescindible adaptar o modificar las actividades físicas recreativas, los juegos, los deportes, la educación física y todas las combinaciones de ejercicios según las particularidades individuales y propósito en su aplicación.

Este criterio viene aparejado con la satisfacción de necesidades sociológicas y emocionales y de las aspiraciones sociales, valores culturales y estéticos, vida familiar apropiadamente ajustada unido con una provisión de varios beneficios, servicios y distracciones sociales, satisfacción de las necesidades esenciales como alimentación y nutrición, vestido, vivienda, un proceso de salud física y mental adecuados y la necesidad de la recreación como alivio a las situaciones de stress provocadas por la actividad cotidiana.

Las personas con baja visión y sordos entran en las necesidades educativas especiales sensoriales. Mediante de la actividad física se pretende mejorar de forma armónica y equilibrada el rendimiento motor que lleve a incrementar la disponibilidad física de cualquier individuo. El equilibrio personal, las relaciones que se establecen con el grupo, la liberación de tensiones mediante de la actividad y el combate al sedentarismo, son elementos relevantes de esta contribución a la salud y calidad de vida en la comunidad.

La calidad de vida en el ser humano no solo está enmarcada en la ausencia de enfermedades. Lo que permite que el profesional de la Cultura Física sea un ente activo en la búsqueda de soluciones, no solo desde el punto de vista de la enfermedad. López (2015) afirma “la necesidad de tener en cuenta todos los factores biológicos, económicos, conductuales, sociales, medio ambientales y culturales que inciden en los diferentes grupos poblacionales” (López, 2015, p. 23).

Resulta evidente la importancia de la actividad física para mejorar la calidad de vida y la salud integral, así como los beneficios que ellas pueden desarrollar en el cuerpo humano en todos sus aspectos para todo tipo de persona incluyendo las personas discapacitadas. Bermúdez y Rodríguez (2016) afirman: “las capacidades, intereses y disposiciones para la práctica de actividades físicas deportivas del ser humano difieren en correspondencia con la edad y las características bio-psico-sociales” (Bermúdez y Rodríguez, 2016, p. 12). La diversidad es una característica de la conducta y condición humana, manifiesta en el comportamiento y modo de vida de los individuos, así como en sus modos y maneras de

pensar, circunstancia esta que se da en todos los niveles evolutivos de la vida y en todas las situaciones.

La diversidad plantea la conveniencia de adaptar los medios disponibles en las comunidades para la práctica de la actividad deportiva recreativa a las peculiaridades de sus pobladores. La nueva concepción de actividad física deportiva adaptada a la diversidad configura una propuesta pedagógica basada en la flexibilidad, contextualización y funcionalidad para la promoción de salud mediante la cultura física en diferentes grupos etarios.

Cualquier profesional de la Actividad Física y el Deporte, que se incorpore al trabajo con las comunidades, captará rápidamente la existencia de personas diversas. Diversidad que se manifiesta en el ámbito educativo y que tienen origen diverso, derivados de factores sociales, económicos, culturales. Ello se justifica más en la medida en que los promotores y profesores de actividad física se acercan a la comunidad y con ello la atención a la diversidad de los practicantes; niños, adolescentes, adultos y adulto mayor con discapacidad.

La atención a estas personas han sido temas centrales debatidos en muchos eventos científicos, fórum, cumbres, congresos contando con criterios y posiciones sólidas de personalidades y organizaciones especializadas encabezados por la Organización de Naciones Unidas (ONU), la Organización Internacional del Trabajo (OIT), el Fondo de Naciones Unidas para la Infancia (Unicef), El Fondo de Naciones Unidas para el Desarrollo (PNUD), y la Organización Mundial para la Salud (OMS) y otras organizaciones que financian y aportan información con el fin de defender proyectos y estrategias globales.

Especialistas del tema que trabajan con estas poblaciones especiales: Bell y López (2016); Fernández (2017); Gomendio (2019); Pascual (2019); insisten en las necesidades básicas en que se debe poner atención para lograr el desarrollo exitoso de las personas con discapacidad, el trabajo preventivo, las consecuencias secundarias de las limitantes biológicas y el desarrollo de las capacidades físicas.

La provincia Santiago de Cuba está considerada como una de las provincias con mayor número de personas discapacitadas, llama la atención que aproximadamente solo el 39,4 % de estas personas realizan alguna actividad física recreativa, constatándose estos datos en las diferentes escuelas especiales, los combinados deportivos y la dirección municipal y provincial del Inder.

Para el país y para la Organización de las Naciones Unidas para la Educación, la Ciencia y la Cultura (Unesco), la temática de integración y de inclusión constituye una línea prioritaria de trabajo en el Programa de Deporte Paralímpico. Se recomienda fusionar la existencia de dos modelos separados: convencional y especial, se persigue una interrelación en el deporte de personas con discapacidad, creando una propuesta metodológica de interrelación deportiva para todos los atletas sordos y de baja visión. Se ofrece una preparación diferenciada en función de sus necesidades.

Durante los años 2018 - 2019 se realizaron visitas a las escuelas especiales provinciales Antonio Fernández León y Eduardo Mesa Llull donde se hicieron observaciones a las actividades recreativas se producen insuficiencias entre las que se destacan:

- Los especialistas no utilizan todas las potencialidades que brindan las actividades físicas y recreativas para motivar a las personas con discapacidad y su incorporación a la práctica de forma sistemática.
- Los objetivos planificados en las actividades recreativas no van dirigidos a la integración con estudiantes de diferentes discapacidades.
- El clima en el que se desarrolla la docencia resulta poco favorable para generar confianza y respeto, así como favorecer a la socialización entre estudiantes con diferentes discapacidades.
- Pobre planificación de actividades de interés que garanticen la motivación hacia la integración de los estudiantes con diferentes discapacidades.

A partir de las insuficiencias detectadas se elabora el siguiente **objetivo**: Elaborar actividades recreativas para la integración a través del Atletismo con estudiantes baja visión y sordos de las escuelas especiales provinciales de Santiago de Cuba.

Materiales y métodos

Para la realización de la investigación se utilizaron métodos teóricos, empíricos y estadísticos matemáticos, así como técnicas de investigación, entre ellas:

Análisis y síntesis: para el estudio que se realiza a lo largo de toda la investigación a través de la bibliografía actualizada, así como para el análisis y la interpretación de los resultados, pues está presente en cada parte y momento de los pasos acometidos dentro de este proceso.

Inducción-deducción: para establecer los razonamientos generales y particulares del objeto de investigación y el campo de acción, así como concretar en la elaboración de acciones encaminadas a la incorporación de las personas discapacitadas a las actividades físicas recreativas.

Sistémico-estructural: para la estructuración lógica de las acciones y la determinación de las relaciones fundamentales de estas y las actividades propuestas.

Observación: valorar las actividades físicas recreativas que se realizan en la comunidad, revelar la existencia del problema y la significación de la investigación.

Cálculo porcentual: en el procesamiento de la información y su interpretación con el fin de analizar cuantitativamente los resultados de la investigación.

Entrevistas: se realiza a profesores de Educación Física y técnicos del programa, para conocer el nivel de preparación de éstos sobre el desarrollo de la actividad física en los discapacitados con el objetivo de constatar criterios acerca del tratamiento que se les brinda a estas personas.

Encuestas: a los estudiantes discapacitados: para conocer el nivel de orientación de éstos sobre el desarrollo de las actividades recreativas física en las escuelas.

Resultados

La población seleccionada para la investigación tuvo en cuenta la densidad poblacional de las escuelas especiales “Antonio Fernández León”: 143 alumnos y “Eduardo Mesa Llull”: 73 alumnos. La muestra utilizada es de 42 estudiantes, de ellos 4 invidentes y 17 baja visión lo cual representa el 50 % de la población seleccionada de la escuela especial Antonio Fernández León, además de 21 sordos que representan el 50 % de la población seleccionada de la escuela especial Eduardo Mesa Llull, todos son estudiantes con una edad promedio de 13 a 14 años, con un régimen de estudio interno, manifiestan una estrecha comunicación y relación interpersonal.

La incorporación de las personas discapacitadas a las actividades recreativas las definimos como acciones con un enfoque sistémico, coherente y articulado, sobre conocimientos, habilidades, actitudes y valores, a la mejora de las relaciones interpersonales, la utilización de servicios de la comunidad, la participación en actos sociales, culturales recreativos y al funcionamiento autónomo en la sociedad, orientado a solucionar los problemas actuales y futuros sobre la preparación para la vida, con la

finalidad de lograr la integración social de todas las personas con discapacidad y que se traducen en calidad de vida.

Entre las características que deben cumplir las actividades recreativas propuestas en aras de favorecer una implementación adecuada se encuentran:

- Deben ser planificadas: Su desarrollo debe partir de una planificación, de las acciones más sencillas y tratando siempre de involucrar a toda la familia y a los diferentes sectores de la comunidad con tareas concretas.
- Debe ser orientadoras: Sirve de guía a los diferentes sectores socializadores que laboran en las escuelas, para la orientación y preparación de los factores para la incorporación a la práctica sistemática de actividades deportivas-recreativas de los estudiantes.
- Deben ser dinámicas: Porque no debe ser un dogma deben estar interrelacionada entre sí, se desarrolla en el proceso de las actividades recreativas, deportivas y culturales, en constante movimientos, cambios, teniendo en cuenta las características de la personalidad de cada individuo.
- Deben ser flexibles: En la medida de su implementación pueden sufrir modificaciones o adecuaciones que permitan lograr el objetivo propuesto sobre situaciones que se presenten en la comunidad.

De la Propuesta de las Actividades deportivas-recreativas para la Interrelación de los estudiantes Sordos y con Baja visión mediante el deporte Atletismo de las escuelas especiales provinciales de Santiago de Cuba, se exponen 3 a manera de ejemplificación
Actividad: Carrera de Fartlek incluyendo el apoyo de un guía sordo para el alumno ciego.
(en caso de que se necesite.)

Tipo: Actividad recreativa.

Tiempo de duración: 15 minutos

Responsable: profesores de Educación Física.

Participan: estudiantes discapacitados.

Objetivo: realizar carrera a una distancia de 150m y luego caminaran la misma distancia, este ejercicio se realizara 4 veces consecutivas.

Evaluación: Se tendrá en cuenta la participación y motivación de los discapacitados por la actividad.

Actividad: Adivina y corre

Tipo: Actividad recreativa

Tiempo de duración: 15 minutos

Responsable: profesores de Educación Física

Participan: estudiantes discapacitados.

Objetivo: Realizar carreras a una distancia de 40m logrando la integración y la interrelación entre los estudiantes

Evaluación: El estudiante que llegue primero se le otorgara una puntuación adicional. Se tendrá en cuenta la participación y motivación de los discapacitados por la actividad.

Actividad: Carrera de relevos mixtos (de diferentes discapacidad) a diferentes distancias (60 y 80m).

Tipo: Actividad recreativa.

Tiempo de duración: 15 minutos

Responsable: profesores de Educación Física.

Participan: estudiantes discapacitados.

Objetivo: Realizar carreras de relevos con equipos de estudiantes de diferentes discapacidad y sexo, logrando la integración y interrelación entre los estudiantes.

Evaluación: Se tendrá en cuenta la participación y motivación de los discapacitados por la actividad.

Indicaciones Metodológicas para la realización de las actividades deportivas-recreativas con personas discapacitadas:

- En el caso de los alumnos baja visión darle una clara y precisa orientación espacial del lugar donde está situado, del punto de referencia. Inspirarle confianza, motivarlo a que estos puntos no constituyen barrera para ellos.
- Familiarización y exploración del terreno mediante la técnica del guía y otras técnicas según la requieran. Si algún juego requiere de la ayuda de un guía se pueden utilizar.

- En el caso de los sordos deben ser orientados por los intérpretes, por algún familiar o por el propio técnico del programa que debe dominar los sistemas de lengua de señas que existen para los mismos.
- En las actividades físicas insistir en la adopción de la postura correcta, la posición de la cabeza al frente, los brazos relajados, para que se acostumbren a moverse coordinadamente con elegancia y soltura.
- Las actividades se recomiendan realizarse en horas tempranas del día o al finalizar el mismo.
- Los sonidos percutivos deben ser uniforme y a un ritmo moderado de manera que los alumnos baja visión e hipoacúsico lo puedan interiorizar poco a poco hasta lograr la ejecución adecuada.
- Propiciar una adecuada socialización a partir de los intereses de los participantes, hablarle con voz agradable, que el contacto no sea solo verbal, sino además también físico en el caso de los que tienen baja visión; a fin de evitar inhibiciones y prejuicios que limiten el desarrollo de los participantes.
- Estimularlos durante las realizaciones de las actividades para darle confianza y seguridad, incentivándolos y apoyándolos con frases como: tú puedes lograrlo, un poquito más, después lo hará mejor.

A partir de las observaciones realizadas se aprecian avances significativos en las personas discapacitadas. La siguiente tabla ilustra los resultados obtenidos en el desarrollo de la percepción visual a partir de los siguientes indicadores: asimilación reproductiva, nivel de ayuda de los discapacitados e interrelación deportiva.

Tabla 1. Efectividad de la propuesta aplicada a las personas discapacitadas.

Indicadores	% Inicial	% Final
Asimilación reproductiva	70	94
Nivel de ayuda de los discapacitados	65	95
interrelación deportiva	56	97

Discusión

A partir de los referentes teóricos citados en este artículo: Bell y López (2016); Fernández (2017); Gomendio (2019); Pascual (2019), se evidencia, desde la mirada tradicional una pobre interrelación deportiva-recreativa. A partir de la puesta en práctica de las actividades se obtuvieron resultados superiores a propuestas anteriores, entre ellos:

- Mayor contribución a la interrelación deportiva-recreativa de los estudiantes sordos y con baja visión mediante el atletismo con actividades deportivas y recreativas para propiciar la salud y el bienestar social, mejorando las relaciones interpersonales entre dichas personas y la calidad de vida.
- Desarrollo de las facultades perceptivas motrices que le permitan un conocimiento de las organizaciones espaciales, temporales y corporales.
- Favorecimiento al desarrollo psicomotor, coordinación motriz y movimientos de asociación y disociación, equilibrio, marcha y tonicidad y sensorial-perceptivo.
- Se dotó al discapacitado de vivencias enriquecedoras, estimulando sus actividades psíquicas, físicas y emocionales.
- Se reforzó la autoestima y personalidad mediante la autorrealización, así como la sensibilización de valores estéticos y morales.
- Desarrollar capacidades intelectuales como la imaginación, inteligencia creadora, atención, memoria, comprensión de conceptos, concentración, agilidad mental, vivacidad y fantasía.

Con esta investigación se logró relacionar a los estudiantes de diferentes escuelas especiales, a través del deporte de Atletismo a integrarse más a la sociedad, a relacionarse más entre ellos, contribuyendo a mejorar sus expresiones culturales y deportivas.

La diversidad plantea la conveniencia de adaptar los medios disponibles en las comunidades para la práctica de la actividad deportiva recreativa a las peculiaridades de sus pobladores. La nueva concepción de actividad física deportiva adaptada a la diversidad configura una propuesta pedagógica basada en la flexibilidad, contextualización y funcionalidad para la promoción de salud mediante la Cultura Física en diferentes grupos etarios.

Los presupuestos teóricos analizados permiten demostrar que las diferentes discapacidades traen implicaciones en el desarrollo normal y social del individuo. Las actividades físicas deportivas y recreativas constituyen los medios idóneos para conseguir superar las deficiencias de los practicantes, facilitándole el proceso de su integración social y el mejoramiento de la calidad de vida.

El desarrollo de las actividades físicas - recreativas han sido investigado por diferentes autores con concepciones teóricas que si bien han aportado elementos claves, no brindan una suficiente respuesta a las necesidades de las personas discapacitadas, la valoración de la vía de acceso al conocimiento a partir de los analizadores conservados (compensación), además de los presupuestos de una didáctica desarrolladora.

Conclusiones

- 1. En el estudio diagnóstico realizado se demostró que no se planifican actividades de interés que garanticen la motivación hacia la interrelación deportiva fusionada de los estudiantes con diferentes discapacidades.*
- 2. El diseño de actividades recreativas y deportivas de forma fusionada entre personas sordas y de baja visión constituye vía idónea para mejorar la interrelación deportiva y la calidad de vida en las personas discapacitadas si se tienen en cuenta las particularidades de los mismos.*
- 3. La propuesta de actividades recreativas y deportivas tuvo como sustento los gustos y preferencias de los estudiantes baja visión y sordos sobre la base de la interrelación deportiva, posibilitando orientar y desarrollar actividades recreativas y deportivas con las personas discapacitadas.*
- 4. Las valoraciones realizadas por los especialistas sobre las actividades recreativas y deportivas propuestas, permiten obtener juicios de valores favorables sobre su viabilidad en la práctica para la interrelación deportiva de las personas discapacitadas de baja visión y sordos en las escuelas especiales.*

5. Referencias bibliográficas

1. Almond, L. (2018). El ejercicio físico y la salud en la escuela. Nuevas perspectivas en la Educación Física. Barcelona: Editorial Inde.
2. Arvez P., M. (2014). Estrategia docente para promover el aprendizaje desarrollador sustentado en vivencias emocionales. (Tesis de doctorado). UCP, La Habana, Cuba.
3. Barreras E., A. (2016). *Filosofía y Ciencia de la salud*. La Habana: Editorial MINSAP.
4. Bell R., R., y López M., R. (2016). *Convocados por la diversidad*. La Habana: Editorial Pueblo y Educación.
5. Bermúdez S., R., y Rodríguez R., M. (2016). *Teoría y Metodología de la Enseñanza y el Aprendizaje*. La Habana: Editorial Pueblo y Educación.

6. Fernández N., Y. (2017). *Prevención de las Necesidades Educativas Especiales (NEE)*. La Habana: Editorial Pueblo y Educación.
7. Gomendio, M. (2019). *Educación Física para la integración de niños con necesidades educativas especiales. Programa de actividad física para niños de 6 a 12 años*. Madrid: Editorial Deportiva Gymnos.
8. Hernández V., F. J. (2014). *Actividades Físicas Adaptadas: perspectiva interdisciplinaria y bases conceptuales*. Medellín: Editorial Apunts.
9. López M., R. (2015). *Educación de alumnos con necesidades educativas especiales*. La Habana: Editorial Pueblo y Educación.
10. Pascual F., A. (2019). *Actividad física adaptada, Educación especial*. La Habana: Editorial Deportes.