

Revisión

Juegos pre-deportivos de fútbol y sus beneficios para estudiantes con discapacidad intelectual

Pre-sport games of soccer and their benefits for students with intellectual limitation

Yamila Román Majín. Universidad de Sancti Spíritus. Sancti Spíritus. Cuba.
[yroman@uniss.edu.cu] .

María de las Mercedes Zaballa González. Universidad de Sancti Spíritus. Sancti Spíritus. Cuba. [pentonraiza@gmail.com] .

Denis Lara Caveda. Universidad de Sancti Spíritus. Sancti Spíritus. Cuba.
[denislaracaveda@gmail.com] .

Emerio Zenobio Consuegra Morgado. Universidad de Sancti Spíritus. Sancti Spíritus. Cuba. [emerio@uniss.edu.cu] .

Recibido: 14 de mayo de 2021 / **Aceptado:** 13 de agosto de 2021

Resumen

En el contexto de las transformaciones actuales de la escuela primaria, la inclusión educativa constituye una prioridad. La presente investigación aborda aspectos vinculados con la atención educativa integral a los educandos con necesidades educativas especiales, de tipo intelectual. Sobre la base de las posibilidades que ofrecen los juegos pre-deportivos a una mejor interacción social dentro y fuera de la escuela. Las particularidades del artículo estuvieron dadas en el uso de métodos científicos de los niveles teóricos, fundamentales para la revisión y análisis. Se constatan los beneficios del empleo de juegos pre-deportivos, específicamente de fútbol, para estudiantes con discapacidad intelectual. Destacándose sobre todo los relacionados con el trabajo en equipo, la ayuda mutua y el disfrute colectivo.

Palabras claves: juegos pre-deportivos de fútbol, discapacidad intelectual.

Abstract

In the context of the current transformations of the primary school, the educational inclusion constitutes a priority. The present investigation approaches aspects linked

with the integral educational attention to the students with special educational necessities, of intellectual type. On the base of the possibilities that you/they offer the pre-sport games to a better social interaction inside of and outside of the school. The particularities of the article were given in the use of scientific methods of the theoretical levels, fundamental for the revision and analysis. The benefits of the employment of pre-sport games are verified, specifically of soccer, for students with light intellectual limitation. Standing out those mainly related with the work in team, the mutual help and the collective enjoyment.

Key words: pre-sport games of soccer, light intellectual limitation.

Introducción

La atención integral a los educandos con necesidades educativas especiales en Cuba es fruto de la Revolución, la cual reclamó desde su triunfo el derecho de todos los escolares a que se les eduque y se comenzó a trabajar progresivamente en este noble empeño, dando lugar al surgimiento del Subsistema de Educación Especial. Desde sus inicios este tipo de educación se ha asumido con una postura de igualdad y justicia social y ha tenido como fin fundamental el que sus egresados puedan acceder a niveles superiores de desarrollo y lograr una adecuada incorporación a la vida social y laboral.

En Cuba, como antes se ha mencionado, la política de integración fue aceptada e instrumentada con calidad, de ahí que a partir de la década de los 90 se abogue por la inclusión de educandos con necesidades educativas especiales en la Educación Primaria como una filosofía que comienza a implementarse, y constituye uno de los cambios más notables en la educación de dichos escolares, lo que conlleva el desarrollo de políticas educativas que respondan a una escuela abierta a la diversidad, en la que todos los escolares aprendan juntos, independientemente de sus condiciones personales.

La inclusión debe verse como un proceso de perfeccionamiento escolar relativo a la puesta en marcha, precisamente, de procesos de innovación y mejora que acerquen a los centros al objetivo de promover la presencia, la participación y el rendimiento de todos los escolares de su localidad incluidos aquellos más vulnerables a los procesos de exclusión, aprendiendo de esa forma a vivir con la diferencia y a mejorar gracias a esas mismas diferencias entre los escolares. (Moriña 2008)

Es de señalar que la discapacidad intelectual implica una serie de limitaciones en las habilidades que la persona aprende para funcionar en su vida diaria y que le permiten responder ante distintas situaciones y lugares, de igual manera que esta se expresa en la relación con el entorno; por tanto, depende tanto de la propia persona como de las barreras u obstáculos que tiene alrededor. Si logramos un entorno más fácil y accesible, las personas con discapacidad intelectual tendrán menos dificultades, y por ello, su discapacidad parecerá menor. (Moriña 2008)

La discapacidad intelectual generalmente es permanente, es decir, para toda la vida, y tiene un impacto importante en la vida de la persona y de su familia. Es importante señalar además que la discapacidad intelectual no es una enfermedad mental; que cada una de estas personas tiene capacidades, gustos, sueños y necesidades particulares, así como, posibilidades de progresar si le damos el apoyo adecuado. (Crisol et al, 2015)

Estas razones nos conducen a la siguiente interrogante: ¿qué beneficios ofrece el uso de juegos pre-deportivos de fútbol a estudiantes con discapacidad intelectual en función de una adecuada interacción social?

El objetivo que guiará la investigación se centra en: abordar los beneficios de los juegos pre-deportivos de Fútbol, dirigidos a educandos con discapacidad intelectual, en el logro de una mejor interacción social, dentro y fuera del ámbito escolar.

Desarrollo

La Educación Física y el deporte escolar, dan respuesta a estas demandas en la actualidad, se hacen accesibles a los educandos con discapacidades escolarizados e integrados en escuelas especiales de enseñanza, así como para aquellos que siguen su propio proceso educativo en centros específicos de enseñanza. Todos necesitan del deporte y/o del juego, no sólo para satisfacer sus necesidades básicas de relación y maduración, sino además, para el propio disfrute personal. (Arribas y Fernández, 2015).

En el ámbito escolar, la promoción de la actividad física y del deporte ha de constituirse como uno de los pilares básicos, ya que hace posible la adopción de actitudes de respeto, compañerismo y solidaridad. A través de la Educación Física y la integración de los educandos con algún tipo de discapacidad, podemos inculcar una serie de actitudes positivas y constructivas, que van desde el respeto a las diferencias y a las propias necesidades e intereses individuales, hasta los

sentimientos de solidaridad, compañerismo y valoración personal de las aptitudes propias y ajenas. (Pérez-Samaniego, 2012)

Es por ello por lo que otorgamos la importancia de la inclusión por medio del deporte. Según Hernández (citado por Arribas y Fernández; 2015, p. 49) el concepto de deporte inclusivo es el de diferencia; la diferencia es algo singular que a la vez es común, es decir, la diferencia no nos puede permitir hablar de personas con tal discapacidad o tal otra, sino de una persona o de otra, porque las diferencias afectan a la persona en particular.

Aunque podamos encontrar algunas características comunes, no debemos perder de vista que la atención no es al colectivo, sino a la persona en concreto. Para este autor el trabajo sobre la diferencia se convierte en un posible centro de este modelo de deporte inclusivo.

Varios han sido los autores que han investigado al respecto, destacándose en el campo internacional Moberg (2001), UNESCO (2005), Koistinen (2010), Crisol Moya et al (2015); Ocete (2016) y en el campo nacional: López (2006); Quintero (2008); Cobas y Gayle (2008); Borges, et al. (2014); Castillo (2015); Guerra (2018) entre otros.

Como aporte significativo y de coincidencia, dado por estos estudiosos de la temática en cuestión, en torno a las manifestaciones de educandos con discapacidad intelectual, se pueden resaltar las siguientes: (De Carlos et al, s/f)

- Evidente sensibilidad ante el fracaso.
- Niveles bajos de tolerancia a las frustraciones, especialmente las afectivas.
- Dificultades de significar en las relaciones con los otros educandos y de igual modo en las situaciones sociales en general.

Disponer de profesionales preparados, pero sobre todo de indicaciones, guías, materiales metodológicos u otras formas de orientación para la realización de actividades con educandos con discapacidad intelectual son condiciones indispensables para el planteamiento y desarrollo de programas deportivos inclusivos.

Como definía Luckasson y cols y descrito anteriormente, las personas con discapacidad intelectual tienen limitaciones significativas en el funcionamiento intelectual y la capacidad adaptativa, expresadas en habilidades conceptuales, sociales y prácticas. (Schalock, 2009)

El deporte aporta una serie de competencias a las personas con discapacidad intelectual que mejora sus limitaciones propias de la discapacidad intelectual; aporta competencias en el desarrollo motor y físico, a su vez, habilidades para una vida independiente, habilidades de comunicación con el grupo y habilidades sociales como las relaciones personales, la participación social.

El deporte aporta una serie de oportunidades para que la persona con discapacidad intelectual tenga un nivel de competencia mayor y por lo tanto mayor autonomía e independencia en su vida diaria. (Schalock, 1999)

Según Verdugo y Schalock, todas las personas en nuestra vida debemos cubrir nuestras ocho necesidades para favorecer nuestra autonomía personal, para lo que es necesario un bienestar emocional, tener relaciones interpersonales, bienestar material, desarrollo personal, bienestar físico, autodeterminación, inclusión social y protección a nuestros derechos. (Verdugo y Schalock, 2001)

A partir de aquí hay que destacar las consecuencias positivas, pero también algunas connotaciones negativas que deben atenderse para evitar estas últimas.

Consecuencias positivas:

- El deporte es considerado como una herramienta que produce beneficios para la salud en general.
- Puede ayudar al tratamiento y prevención de las drogodependencias, y de enfermedades.
- Reduce los niveles de estrés y de ansiedad.
- Evita trastornos del sueño.
- Reduce la depresión.
- Fomenta que las personas se impliquen y se responsabilicen sobre su propia salud, mejorando la alimentación y su higiene y reduciendo los malos hábitos.
- Aumenta la autoestima y el auto concepto de las personas que lo realizan.
- Adquisición de determinados valores educativos que se transmiten con el deporte, como el esfuerzo y la perseverancia.
- Favorece la socialización, la relación y la comunicación con otras personas.
- Evita la soledad y los efectos negativos que esta produce.
- Fomenta el respeto y tolerancia entre culturas.

Connotaciones negativas que se deben evitar:

- Evitar que la práctica de deporte impida o dificulte el acceso a los niños.

- Control de la agresividad durante su práctica.
- La formación de grupos fijos donde solo participen los mejores además de evitar los grupos mixtos.
- Surgimiento de un líder que lleve al grupo por un camino inadecuado.

En este sentido, el deporte practicado por personas con discapacidad intelectual los capacita para ser más autodeterminante en su vida diaria y mejorar su autonomía personal mediante la realización de deporte. Si proporcionamos los apoyos apropiados, que permiten compensar las limitaciones de la persona, vamos a contribuir a la participación de las personas con discapacidad en la comunidad. (Luckasson et al, 2012)

Al mismo tiempo, es reconocido también que la actividad física y el deporte constituyen eje importante para desarrollar destrezas de afrontamiento y manejo de la propia discapacidad intelectual y para la mejora de la calidad de vida de las personas que la presentan. (Fox et al, 2020)

Los estudios de investigación acerca de los beneficios de la práctica deportiva en personas con discapacidad intelectual, han demostrado que existe una mejora en la condición y aptitud física de las personas que lo practican, la capacidad motora, las habilidades sociales, promueve una mayor confianza en sí mismo, y mejora la autoestima. Mejoran sus competencias y la experiencia en su vida diaria, tanto en el hogar, como en el trabajo o la comunidad. (Glenn y Mariusz, 2006).

Todos los factores mencionados anteriormente, influyen en la autodeterminación y la motivación de la persona con discapacidad intelectual que practica alguna actividad físico-deportiva, ya que existe un mayor grado de compromiso y una mejor disposición a la hora de la realización de tareas o trabajos, permite una mayor preparación para tener una vida más autónoma e independiente y la mejora en la habilidad de la toma de decisiones y en la ejecución de las mismas. (FEMADDI, 2011)

Es evidente que el modelo de apoyos es un aspecto clave en la concepción actual de la discapacidad intelectual. La visión actual de los apoyos está directamente relacionada con la incorporación de una perspectiva de planificación centrada en la persona, de resultados referidos a ésta, de promoción de la competencia, de las capacidades y, sobre todo, también de un impulso de la autodeterminación (Verdugo, citado por Ríos et al., 2014).

Los apoyos tienen que permitir a las personas a acceder a recursos, información y relaciones dentro de entornos integrados (Ríos et al., 2014).

El deporte inclusivo responde a las necesidades y demandas que existen hoy en día en el entorno escolar donde la participación de los alumnos reclama ser inclusiva durante las clases o actividades que se planifiquen en los entornos naturales de juego, buscando un enfoque más recreativo, saludable y de iniciación deportiva (Arribas y Fernández, 2015).

Antes de acceder a los deportes colectivos será importante tener presente que hay que intentar que se entienda y se asimile el significado de saber cooperar, es decir, que jugar en equipo no es sólo cosa de uno, compartir el material con los otros, que ganar es importante, pero que todavía lo es más importante saber perder. (Sierra, 2016)

En el caso específico del fútbol inclusivo, nos apoyaremos para el análisis en autores como Sierra (2016), quien aborda un programa teniendo en cuenta, desde el primer momento, las barreras que impiden la participación de las personas con discapacidad, analiza los problemas de funcionamiento y gestiona la provisión de apoyos para llevar a cabo el proyecto de pleno derecho.

El mencionado autor cita a Giménez y Rodríguez (2006) para abordar las finalidades básicas de iniciación al fútbol, tales como:

- Aprendizaje de las habilidades genéricas aplicadas al fútbol e inicio en el aprendizaje de las habilidades específicas más básicas.
- Proceso lúdico y participativo para llegar al máximo número posible niños y niñas.
- Desarrollo de la condición física y motriz de forma saludable
- Aprendizaje progresivo de las reglas.
- Fomentos de hábitos de práctica de actividad física de forma continuada.
- Fomentar y desarrollar una verdadera educación en valores entre todo el alumnado.

Se destaca también en este aspecto (Ortega et al, 2015) quienes establecen una serie de principios para promover los valores positivos que debe tener cualquier deporte.

- La iniciación al fútbol debe basarse en principios de inclusión.

- Mantener la motivación y el aprendizaje correcto de los contenidos técnicos y tácticos básicos.
- Los profesionales (maestros, entrenadores) son vitales para esta etapa deportiva y educativa, por lo que su actuación debe ser la de un verdadero educador, promotor y orientador.
- Apostaremos por una metodología específica para el entrenamiento e iniciación, en nuestro caso el aprendizaje cooperativo, completamente distinta al alto rendimiento.
- Promocionar los verdaderos valores educativos y prioridades fundamentales del proceso de formación de los participantes.
- El proceso de enseñanza se debe de adaptar a la edad y características de nuestros jugadores.
- La competición debe entenderse como un medio más de aprendizaje y motivación de los jugadores. Desechar la importancia de los resultados.
- Involucrar a la familia en todo proceso educativo y deportivo.

Aporte significativo constituye también los de Ríos et al (2014), que plasma orientaciones didácticas para favorecer la participación de las personas con discapacidad intelectual. Destaca en ellas la comunicación, espacio, material y la sesión de trabajo. Además, destacan otras consideraciones como:

- Crear un ritual y/o estructura de trabajo para aportar seguridad.
- Comenzar siempre con tareas que ellos sean capaces de realizar. Les proporciona confianza y seguridad.
- Dar la información y realizar demostraciones para facilitarles la comprensión de la tarea o actividad que se les propone.
- Utilizar refuerzos positivos para estimular y motivar la participación. Utilizar el trabajo cooperativo.
- Hacer nuevas propuestas a partir de conductas observadas.
- Dar información inmediata después de la ejecución de la tarea/actividad
- Ayudarles a centrar la atención. Tareas cortas.
- Simplificar tareas.
- Potenciar en la medida de lo posible y en cualquier momento la creatividad.
- Proponer actividades en las que se potencie la autonomía y se posibilite la elección.
- El profesor de refuerzo facilita y favorece el aprendizaje.

El fútbol, como deporte colectivo puede ser un medio de inclusión social pues se realiza en un espacio abierto, contribuyendo a que la población en riesgo de exclusión se integre a la práctica en su tiempo libre de manera más fácil que otras actividades.

Suscita la capacidad de auto superación y autorrealización; a través de este, las personas pueden ver que son capaces de conseguir ciertas metas y esto puede llevar a una mejor confianza y autoestima por parte de aquellos que lo practican. Fomenta una vida saludable, llena de buenos hábitos, fomenta la comunicación entre sus participantes, contribuye a la unión, la sociabilización, el respeto por sus compañeros y rivales.

El fútbol puede ser valorado como herramienta pedagógica dado que uno aprende mientras juega y al mismo tiempo se divierte. Tiene la facultad de enseñar sin que el beneficiado sea consciente; además, exige poner en práctica valores como el trabajo en equipo, la solidaridad, la generosidad, la disciplina, la aceptación de la derrota o el juego limpio.

La utilización de los juegos predeportivos en el trabajo con las personas que presentan necesidades educativas especiales juega un rol fundamental en los procesos de formación; los mismos deben estar basados en el carácter lúdico del aprendizaje y en la coordinación dinámica general. Se debe siempre procurar estimular el desarrollo máximo de las habilidades motrices básicas tales como correr, trepar, lanzar, así como el manejo y participación en juegos globales en los que se utilicen reglas adaptadas que permitan fomentar el aspecto participativo y formativo. (Sailema-Torres et al, 2018)

A consideración de estos propios autores, “un aspecto que requiere gran consideración es lo relacionado con las características y motivaciones que provocan estos juegos, de ahí que en los mismos se debe evitar la monotonía, el aburrimiento, la falta de implementos pero sí debe darse paso a la realización de tareas motrices potenciando la imaginación e intuición de los niños” (Sailema-Torres et al, 2018; p 4-5).

Para Morales, Lorenzo y Concepción (2008) en sentido general los juegos predeportivos están estrechamente ligados a la iniciación deportiva, pero en el caso de su utilización en personas con necesidades educativas especiales, para lograr el

éxito tanto en la etapa de iniciación deportiva adaptada como en la inclusión sistemática y progresiva de personas con necesidades educativas especiales a la práctica de actividades físicas deportivas se hace necesario delimitar las variables que inciden significativamente en el proceso, modelando el escenario de estudio de forma eficaz.

Es importante saber que la discapacidad intelectual no es una enfermedad mental, no limita al individuo para poder aprender, dificultad para concentrarse, las actividades prácticas-deportivas le facilitaran problemas para memorizar, el desarrollo puede manifestarse lento en comparación con los demás por eso de es recomendable realizar ejercicios básicos, paso a paso.

Conclusiones

Las personas con discapacidad intelectual pueden aprender, disfrutar y beneficiarse de su participación activa en la práctica de actividades deportivas. Es una forma de participación activa en la comunidad, que potencia la aceptación social, facilitando un mayor grado de inclusión y reconocimiento.

La iniciación a la práctica deportiva, a través de juegos predeportivos, es una gran oportunidad para desarrollar y potenciar capacidades de niños con discapacidad intelectual. Los beneficios del deporte se ponen de manifiesto en lo físico (mejora la orientación espacial, postura corporal, equilibrio estático, coordinación motora, previene la aparición de enfermedades); psíquico (disminuye el grado de ansiedad, estrés o depresión, mejora el sueño y autoestima) y social (favorece la integración social y las relaciones interpersonales)

Referencias bibliográficas

- arribas, h. y fernández, d. (2015). deporte adaptado y escuela. editorial graó. españa. isbn: 978-84-9980-629-7.
- borges, s., et al. (2014). pedagogía especial e inclusión educativa. mined. la habana. sello editor. educación cubana.
- castillo briseño, c. (2015). posicionando la educación inclusiva: una forma diferente de mirar el horizonte educativo. revista educación, 39(2), 123-152.
- cobas ochoa, c. l. y gayle morejón, a. (2008). relación currículo-estilos de aprendizaje. la habana, cuba: editorial pueblo y educación.
- crisol moya, e.; martínez moya, j. y el homrani, m. (2015). el aula inclusiva. condiciones didáctica y organizativas. revista nacional e internacional de educación inclusiva. issn (impreso): 1889-4208. volumen 8, número 3, noviembre. recuperado de: <https://revistaeducacioninclusiva.es/index.php/rei/article/viewfile/100/97>
- de carlos garcía, a; a. arregi martínez y t. rubio carcedo (s/f). las necesidades educativas especiales en la educación primaria. instituto para el desarrollo curricular y la formación del profesorado. área de necesidades educativas especiales. recuperado de: www.euskadi.eus/.../dig...neespeci/...nee.../110008c doc ej nee primaria c.
- estévez, m. y otros (2004). la investigación científica en la actividad física: su metodología. editorial deportes. la habana. cuba
- federación madrileña de deportistas con discapacidad intelectual (femaddi). (2011). beneficios de practicar deporte con personas con di. revista femaddi.
- fox, k. r. et al. (2020). the case for exercise in the promotion of mental health and psychological well-being. en: biddle sjh, fox kr, butcher sh (eds.). physical activity and psychological wellbeing. london; routledge;. p: 1-9.
- glenn, m. r. y mariusz d. (2006). a review of completed research in sports for individuals with intellectual disability. researchyearbook. medsportpress, volume 12, nr 2, 181-183.
- guerra, s. (2018). los estudiantes con necesidades educativas especiales. recursos y apoyos para su atención educativa. revista electrónica en educación y pedagogía, 2 (2), 51-66. [doi:http://dx.doi.org/10.15658/rev.electron.educ.pedagog18.03020204](http://dx.doi.org/10.15658/rev.electron.educ.pedagog18.03020204)
- koistinen, m. (2010). hacia la vida adulta independiente. kolmas lina. helsinki.

- lópez machín, r. (2006). diversidad e igualdad de oportunidades en la escuela. selección de temas para docentes. editorial pueblo y educación.
- luckasson, r. et al. (2012). mental retardation: definition, classification, and systems of supports. 10th ed. washington, dc: american association on mental retardation.
- moberg (2001). la educación inclusiva desde el punto de vista del maestro. en: murto, p. naukarinen, a.; saloviita, t. (comps.). págs. 82-95.
- morales, s. c., lorenzo, a. f., & concepción, r. r. f. (2008). estudio de variables clave para el análisis del control del rendimiento técnico-táctico del voleibol de alto nivel. lecturas: educación física y deportes. (121) 17. recuperado de: <http://www.efdeportes.com/efd121/control-delrendimiento-tecnico-tactico-del-voleibol.htm>
- moriña, a. (2008). estrategias metodológicas que promueven la inclusión en educación infantil, primaria y secundaria. revista internacional de educación para la justicia social, 2020, 9(1), 81-98. recuperado de: <https://revistas.uam.es/riejs/article/view/riejs2020.9.1.004/12028>
- ocete calvo, c. (2016). deporte inclusivo en la escuela: diseño y análisis de un programa de intervención para promover la inclusión del alumnado con discapacidad en educación física. universidad politécnica de madrid. madrid: tesis doctoral.
- ortega, g.; abad, m.; durán, l.; franco, j.; giménez, f.; jiménez, p. jiménez, a. (2015). entrenando fútbol: enseñando valores. ediciones gráficas fundación real madrid. madrid.
- pérez-samaniego, v. (2012). actividad física, inclusión y calidad de vida. didáctica de la educación física, issn 1577-0834, nº 38.
- quintero, i. (2008). atención al alumnado con discapacidad en la educación física escolar: análisis de criterios y estrategias de intervención en la práctica desde una perspectiva inclusiva. recuperado de <http://www.competenciamotriz.com/2010/01/efdtenerife08.htm>
- ríos, m.; sanchez, p.; carol, n. (2014). la inclusión en la actividad física y deportiva. paidotribo. barcelona.
- schalock, r. l. (2009). la nueva definición de la discapacidad intelectual, apoyos individuales y resultados personales. siglo cero: revista española sobre discapacidad intelectual.; 40 (229): 22-39.

- schalock, r. l. (1999). hacia una nueva concepción de la discapacidad. iii jornadas científicas de investigación sobre personas con discapacidad. salamanca, españa.
- unesco (2005). guidelines for inclusión: ensuring access to education for all. parís. recuperado de: <http://unesco.org/educacion/inclusive>
- verdugo, m. a. y schalock, r. l (2001). el concepto de calidad de vida en los servicios humanos. salamanca: amarú; p. 105-112.
- sierra, j. v. (2016). propuesta de fútbol inclusivo. university of castilla-la mancha. recuperado de: <https://www.researchgate.net/publication/323127043>
- saillema-torres, ángel a., sailema-torres, m., pérez constante, m. b., & zapata-mocha, e. g. (2018). juegos predeportivos, proyectos de vinculación e iniciación deportiva adaptada: una trilogía necesaria para la inclusión (original). revista científica olimpia, 15(49), 237-247. recuperado a partir de <https://revistas.udg.co.cu/index.php/olimpia/article/view/76>