

Revisión

Estimulación cognitiva en escolares con discapacidad intelectual desde la recreación física

Cognitive stimulation in schoolchildren with intellectual disabilities from physical recreation

Lic. Rosaida Rosabal Sosa. Dirección Provincial de Deportes. Cuba. rrosabals@udg.co.cu

Dr. C. José Ezequiel Garcés Carracedo, Profesor auxiliar, Facultad de Cultura Física

Universidad de Granma, Cuba, jgarces@udg.co.cu

Recibido: 21 de mayo de 2019 Aceptado 31 de julio de 2019

Resumen

La estimulación cognitiva es el conjunto de medios, técnicas y actividades con una base científica, aplicada en forma sistemática y secuencial, que se emplea en niños desde su nacimiento hasta los seis años o edad escolar, con el fin de desarrollar al máximo sus capacidades físicas, psíquicas y superiores, evitar estados no deseados en el desarrollo y ayudar a la familia. Se confirma que la estimulación cognitiva es necesaria desde edades tempranas y durante las etapas de desarrollo del ser humano. El presente trabajo investigativo tiene como objetivo reflexionar acerca de algunas consideraciones teóricas - metodológicas sobre los procesos cognitivos básicos de atención y percepción, discapacidad intelectual, recreación física escolar y estimulación cognitiva. Este artículo servirá de material de consulta para que estudiantes en formación, docentes y especialistas profundicen en algunas conceptualizaciones, características y funciones de algunos procesos que intervienen en el aprendizaje de los educandos con discapacidad intelectual. Los fundamentos teóricos planteados podrán ser aplicados mediante intervenciones psicopedagógicas para estimular el desarrollo cognitivo, ya que son notables las dificultades que presentan los educandos en la ejecución de tareas educativas que intervienen en el aprendizaje, dada las características del diagnóstico de los mismos.

Palabras claves: estimulación cognitiva, discapacidad intelectual; recreación física escolar

Abstract

Cognitive stimulation is the set of means, techniques and activities with a scientific basis, applied in a systematic and sequential, which is used in children from birth to six years or school age in order to develop their physical capabilities to the maximum, psychic and superior, avoid unwanted states in development and help the family. It is confirmed that cognitive stimulation is necessary from an early age and during the stages of development of the human being. The objective of this research work is to reflect on some theoretical - methodological considerations about the basic cognitive processes of attention and

perception, intellectual disability, physical school recreation and cognitive stimulation. This article will serve as a reference material for students in training, teachers and specialists to delve into some conceptualizations, characteristics and functions of the processes involved in the learning of students with intellectual disabilities. The theoretical foundations proposed may be applied through psycho-pedagogical interventions to stimulate cognitive development, since the difficulties that students have in the execution of educational tasks that intervene in learning are remarkable, given the characteristics of their diagnosis.

Key words: cognitive stimulation; intellectual disability; school physical recreation.

Introducción.

La educación cubana le concede vital importancia a la atención en la primera infancia. Numerosos investigadores han concebido la estimulación de los procesos cognitivos desde edades tempranas de manera dirigida, organizada y sistemática como elemento importante que guía el desarrollo para todos los niños, incluidos los que presentan necesidades educativas especiales.

El carácter universal de la atención de los menores con necesidades educativas especiales exige el desarrollo sistemático y profundo de la caracterización y el diagnóstico, el cual debe ser cada día más certero y precoz a modo de poder establecer desde las edades más tempranas el trabajo correctivo compensatorio que cada niño requiere, a partir de la determinación de sus potencialidades, de su zona de desarrollo próximo, lo cual permite que cada escuela especial y docentes que en ella laboran puedan trazar las estrategias de intervención que necesitan, para lograr los objetivos generales y específicos que se proponen. Maza, R. (2005)

El desarrollo del aprendizaje está relacionado con las funciones cognitivas básicas a medida que el niño crece el cerebro va madurando y permite adquirir poco a poco estas habilidades. En esta maduración intervienen factores genéticos, factores sociales y culturales.

Dentro de los factores sociales la escuela juega un papel fundamental ya que la sociedad le ha encargado a la escuela la tarea de apoyar a la familia en la socialización de los niños, la escuela materializa un derecho de hombres y mujeres a acceder a la educación escolarizada. Ibarra, L. (2008)

La educación escolarizada se rige por un currículo base conformado por diversos contenidos dentro de los cuáles se incluye la educación física, la cual tiene como componente la recreación física que transita por la práctica de actividades lúdicas.

La recreación se asocia también con el factor intelectual y educativo. Investigaciones han demostrado que los niños aprenden mucho más en ambientes relajados, sin presión. Es por

ello que la recreación es fundamental para el desarrollo intelectual de las personas. A la vez, el recrearse proporciona en sí, una forma de aprendizaje, a través de experiencias propias y de la relación de la persona con el exterior.

Las investigaciones consultadas en el ámbito internacional reflejan estudios para estimular los procesos cognitivos .Pinto , A. R (2015),Nieto , M.M . (2015), González, F.L .(2015) Rodríguez, P. (2016), Quiroz, A,L y Torres , J (2016) Carrasco, M. (2017) coincidieron al destacar la necesidad de buscar métodos y procedimientos que propiciaran la estimulación del desarrollo de los procesos cognitivos de atención y percepción.

En Cuba autores como De Vega, M .(2003) Maza , R (2005), Hernández , M.(2005), Rigueiferos, T., Martín , S.O., García, E. (2012) Vera,C .(2015) , Gonzáles , M (2017),realizaron estudios sobre la actividad cognoscitiva de la personalidad haciendo referencia a los procesos de atención y percepción .

Para llevar adelante esta investigación resulta necesario precisar que es la estimulación cognitiva.El término estimulación cognitiva hace referencia a todas aquellas actividades dirigidas a mejorar el rendimiento cognitivo general o alguno de sus procesos y componentes (atención, memoria, lenguaje, funciones ejecutivas, cálculo, etc.), ya sea ésta en sujetos sanos o en pacientes con algún tipo de lesión en el sistema nervioso central. (OMS, 2001).

Según García(citado en Manrique y Salazar,2018) define la estimulación cognitiva como una disciplina de intervención psicológica que integra todo un conjunto de técnicas y estrategias sistemáticas y estandarizadas que tienen por objetivo activar y ejercitar las distintas capacidades y funciones cognitivas del individuo con el fin último de mejorar su rendimiento.

Por otra parte Barrios, J., Espinosa, L., Jofré, L., Portigo, M.E., Rivera, C.,Villalón, J. (2014),consideran por estimulación cognitiva la acción de impulsar o incitar a un sujeto determinado a desarrollar una actividad cuyas consecuencias son el aprendizaje de múltiples habilidades y destrezas.Este tipo de estimulación se puede trabajar y aplicar con cualquier individuo, en muchas ocasiones se aplica con fines terapéuticos con población que manifiesta algún tipo de déficit o deterioro cognitivo importante y significativo, tales como; discapacidad intelectual, trastornos del desarrollo, personas con daño cerebral, demencias, entre otros. La estimulación cognitiva es también considerada una forma de “gimnasia mental” estructurada y sistematizada.

La estimulación cognitiva exige profundos estudios desde el punto de vista pedagógico y, psicológico. Actualmente se realizan investigaciones a nivel internacional y se establecen criterios que fundamentan su análisis desde diferentes ámbitos. Sin embargo se requieren

de investigaciones contextualizadas, orientadas a las características de los educandos con discapacidad intelectual en Cuba y a las condiciones concretas de preparación para estimularlos cognitivamente.

Objetivo: Valorar las consideraciones existentes a la estimulación de los procesos cognitivos en los educandos con discapacidad intelectual.

Desarrollo.

Consideraciones sobre los procesos cognitivos.

La actividad cognoscitiva del hombre se ha ido desarrollando a la par en que él ha ido conociendo y transformando la naturaleza, la realidad en función de la satisfacción de sus necesidades. En la medida que el hombre ha ido guardando conocimientos y experiencias se ha ido transformando la forma de la cognición y se han hecho más complejas. Por lo que la actividad cognoscitiva tiene una naturaleza histórica social. González , V., Castellanos , D., Córdova, M.D. ,Rebollar, M., Martínes, A ., Fernández ,A.M., Martínez, N. , Pérez , M .(2017)

Por otra parte Carrazco, M. (2017), define que al conjunto de procesos mediante los cuales la información sensorial entrante (input) es transformada, reducida, elaborada, almacenada, recordada o utilizada se le denomina cognición. Así, cognición equivale a capacidad de procesamiento de la información a partir de la percepción y la experiencia, pero también de las inferencias, la motivación o las expectativas, y para ello es necesario que se pongan en marcha otros procesos como la atención, la memoria, el aprendizaje, el pensamiento, etc. En este sistema cognitivo o sistema general de procesamiento de la información, la percepción vendría a ser el pilar básico en el que se asientan los procesos cognitivos básicos o simples y los complejos (lenguaje, pensamiento, inteligencia).

Nieto, M. M. (2015), considera que los procesos cognitivos básicos, también llamados simples o de primero orden, son aquellas funciones mentales naturales de comportamiento como resistencia o respuesta al ambiente que están determinadas genéticamente y las comparten tanto animales como personas. Estos procesos son seis: sensación, percepción, atención, memoria, motivación y emoción.

En dichos procesos cognitivos, se producen operaciones cerebrales responsables de las capacidades cognitivas, las cuales, ocurren principalmente en la corteza cerebral conformada por: la materia gris surcada que cubre los hemisferios cerebrales. En cada uno de los dos hemisferios del cerebro, la corteza superpuesta se divide en cuatro lóbulos anatómicamente distintos: frontal, parietal, temporal y occipital, originalmente nombrado para los huesos del cráneo que los encierran. Estos lóbulos tienen funciones especializadas. El lóbulo frontal se ocupa en gran medida de la planificación del futuro, la acción y el control del

movimiento; El lóbulo parietal de la sensación somática, formando una imagen corporal y relacionando la imagen corporal con el espacio extrapersonal; El lóbulo occipital con la visión; El lóbulo temporal con la audición; y a través de sus estructuras profundas el hipocampo y los núcleos amigdaloides con aspectos de aprendizaje. Carrasco, M. (2017)

La autora coincide con la definición propuesta por Carrasco, M. (2017) al definir que al conjunto de procesos mediante los cuales la información sensorial entrante (input) es transformada, reducida, elaborada, almacenada, recordada o utilizada se le denomina cognición.

Consideraciones teóricas sobre la discapacidad intelectual o retraso mental.

El estudio de personas que presentan dificultades, fundamentalmente en el área intelectual, denominadas actualmente como personas con discapacidad intelectual, o con necesidades educativas especiales, se remonta a épocas pasadas.

Autores como García , M.T y Áreas, B. (2006) plantean , en el periodo que sucedió a la revolución francesa pedagogos y psicólogos comenzaron a dar los primeros pasos en aras de educar y rehabilitar a los retrasados mentales; constituyen evidencias de este planteamiento los siguientes: Esquirol, J.E (1818), se refiere por primera vez la definición de idiota, diferenciándola de la demencia y de la confusión mental. Según este autor, el retraso mental se caracteriza por ser un déficit intelectual constatable, de origen orgánico, e incurable. Se trataría así de un estado de agenesia intelectual, en que la inteligencia nunca ha llegado a desarrollarse, a diferencia de la demencia que constituiría una alteración irreversible., y Itard, J., quien demostró por primera vez la posibilidad de estos sujetos de aprender. Pudo demostrar que aun en estados muy avanzados de su culturalización se podía alcanzar cierta mejoría y perfeccionamiento a través de una atención directa y especial.

Rubinsteins(citado enGarcía, M.TyÁreas, B. (2006),define como retrasado mental al “sujeto cuya actividad cognoscitiva resulta establemente trastornada debido a una lesión orgánica (heredada o adquirida) del encéfalo”. Aclara que la lesión orgánica no es cualquier lesión simple, ni superable y que se presenta de forma difusa. También plantea que para los niños de edad escolar la actividad fundamental es la docente y cognoscitiva, además no excluye afectaciones en la esfera emotivo-volitiva y la posibilidad de desarrollo, siendo consecuente con la concepción actual de desarrollo de las potencialidades y el papel de la Educación Especial en el trabajo correctivo-compensatorio y desarrollador.

Por su parte Castro (citado enGarcía, M.T y Áreas, B. (2006),considera:“el retraso mental como patología se refiere a aquellos casos en que por factores hereditarios, genéticos o adquiridos ocurre una lesión del sistema nervioso central que da lugar a un insuficiente

desarrollo de la psique en general y en especial de la actividad cognoscitiva, cuyo carácter es estable e irreversible.

La Asociación Americana de Retraso Mental (2010), reconceptualiza el término de retraso mental, al considerar que: “La discapacidad intelectual se caracteriza por limitaciones significativas tanto en el funcionamiento intelectual como en la conducta adaptativa que se expresan en las habilidades adaptativas conceptuales, sociales y prácticas. Esta discapacidad aparece antes de los 18 años”.

Este término supuso una renovación del planteamiento tradicional en favor de un enfoque multidimensional, definiendo la discapacidad intelectual a través de distintos aspectos de las personas, psicológicos, emocionales, físicos, salud, así como el ambiente en el que se desarrolla.

En la actualidad existen definiciones de referencia emanadas de organizaciones e instituciones científicas que trascienden internacionalmente entre las que se destacan las de la Clasificación Internacional de enfermedades (CIE10), la del Manual Diagnóstico y Estadístico de los Trastornos Mentales (DSM IV) y la conocida Asociación Americana sobre Retraso Mental (AARM) que desde el año 2002 pasó a ser denominada como como la Asociación Americana para el desarrollo de la Discapacidad Intelectual y Discapacidades del Desarrollo (AADID) siendo esta última definición mayormente aceptada a nivel mundial.

Se asume la conceptualización emitida por la Asociación Americana para el desarrollo de la Discapacidad Intelectual ya que desde hace varios años ha sido insertada por el Ministerio de Educación en Cuba, retomando que la deficiencia intelectual es menos despectiva que el término retraso mental, ya que el primero hace referencia a la disminución en una de las tantas habilidades de la persona, la cognitiva y no a una reducción de la persona desde la mirada patológica.

Algunas de las características de los educandos con discapacidad intelectual se manifiestan en un retraso psicomotor que influye en el desarrollo de tareas o actividades que impliquen precisión en la coordinación viso- motora, así como torpeza motriz general y manual. Su ritmo de aprendizaje es más lento, alterándose el equilibrio entre la edad cronológica y el grado de su desarrollo, por lo que existe la diferencia entre su aprendizaje y los aprendizajes que logran sus compañeros de la misma edad, evidenciándose más a partir de la adolescencia. Se esfuerzan por aprender, siempre y cuando estén bien motivados. Aprenden con facilidad rutinas. Comprenden mejor las imágenes que las palabras. Memorizan y retienen información concreta, dadas las características de su pensamiento.

La discapacidad intelectual ha sido clasificada por diferentes asociaciones tales como :La décima edición española del Manual Diagnóstico y Estadístico de los Trastornos Mentales

D.S.M.IV (1995). El Manual de los Trastornos Mentales y del Comportamiento CIE-10(Organización Mundial de Salud .OMS,1998)). La AADID (Asociación Americana de Discapacidad Intelectual y Discapacidades del Desarrollo .El autor asume la clasificación del Manual Diagnóstico y Estadístico de los Trastornos Mentales (DSM- IV) pues se adapta al sistema de atención escolar cubanoteniendo en cuenta sus grados de afectación :

- Discapacidad intelectual leve CI 50-55 a 70.
- Discapacidad intelectual moderada CI 35-40 a 50-55.
- Discapacidad intelectual grave CI 20-25 a 35-40.
- Discapacidad intelectual profunda CI 20-25.
- Discapacidad intelectual de gravedad no especificada.

Fundamentos Teóricos-Metodológicos sobre el estudio de la Recreación Física Escolar.

La recreación física juega un papel fundamental en la vida moderna, en todas las sociedades del mundo actual, constituyendo un soporte integral en el desarrollo de la vida de las personas. Por lo que no se concibe una sociedad sin actividades físico recreativas.

En la actualidad, la concepción de Pérez (2003, 24), coincidente con la de Camerino y Castañer (1984), sobre el término de recreación física, es interpretada como: “toda experiencia o actividad que produce al ser humano satisfacción en libertad, permitiendo su reencuentro consigo mismo como ser, favoreciendo su desarrollo integral, su integración a la sociedad, permitiendo la expresión de su creatividad, de acuerdo con sus condiciones y antecedentes étnicos, socio culturales y el grupo etario al cual pertenece, sin presiones ajenas o externas en el lugar y tiempo de su preferencia”.

En la sociedad contemporánea la Recreación Física del mismo modo que otras esferas de la vida responde a parámetros o de organización y planificación consciente, forma mediante la cual se logra cumplimiento a los objetivos que la enmarcan.

La Recreación Física organizada es aquella en que el papel de promotor y organizador de la actividad es una institución u organización la cual de hecho debe garantizar todos los recursos, tales como equipos, instalaciones, personal técnico y de servicios, etc.

Pérez, A. (2003), plantea: “Otro de los contextos donde toma características verdaderamente importantes es en las escuelas ,la satisfacción de las necesidades de movimiento en la edad escolar no es cubierta totalmente con las frecuencias curriculares de la Educación Física; la Recreación Física y sus manifestaciones ocupan espacios importantes en las demandas de actividades físicas de los escolares; el profesor de Educación Física tiene una gran responsabilidad en la organización y dirección de actividades del tiempo libre en los escolares, sobre bases que coadyuven al desarrollo multifacético y la creación de patrones

de un estado de vida higiénico y sano. Son múltiples las actividades que pueden y deben realizarse en el tiempo libre.”

La educación y formación durante el tiempo libre operan basada en la motivación y en las necesidades recreativas de los niños, en sus gustos y preferencias, permitiéndoles desarrollar hábitos, conocer tradiciones, potenciar los valores, la ética y, sobre todo, opera basado en la voluntariedad, en la "libertad" de sus formas y sus contenidos, "opuestos" a las regulaciones, restricciones, reglamentos e imposiciones.

En los educandos con discapacidad intelectual es necesario que las actividades físicas adaptadas se dirijan desde edades tempranas. Antes de iniciar un número de actividades hay que tener en cuenta que generalmente muchas de las actividades que se presentan para estas personas son básicamente las mismas que en las de cualquier programa. Sin embargo, debido a las características especiales del sujeto, a veces estas actividades requieren cierta modificación y hay que adaptar ejercicios y métodos de enseñanza para presentar la actividad. Por lo que se hace necesario estimular a los educandos con estas características desde edades tempranas.

La “estimulación cognitiva hace referencia a todas aquellas actividades dirigidas a mejorar el rendimiento cognitivo general o alguno de sus procesos y componentes (por ejemplo la atención, la percepción. Es por ello que para estimular estos procesos se deben de mencionar algunas de sus conceptualizaciones, características y funciones.

El proceso de atención ha sido evaluado por varios autores, entre los que se destaca (Luria, 1975, citado en Rodríguez, 2016) se refiere a la atención como un proceso selectivo de la información necesaria, la fijación de los programas de acción elegibles y la conservación de un control permanente sobre el curso de los mismos. Este autor manifiesta que se pueden dar dos tipos de atención, la cual puede ser voluntaria o involuntaria.

- Atención involuntaria: Es la atención producida por un estímulo intenso, nuevo e interesante para la persona, tiene que ver con el reflejo de orientación.
- Atención voluntaria: Involucra a la concentración y control, se relaciona con la voluntad y radica en la selección de algunos estímulos independientemente de otros.

(García 1997, citado en Rodríguez, 2016) señala que la atención está relacionada con la activación y el funcionamiento de los procesos de selección, distribución y sostenimiento de la actividad psicológica. Así, el proceso de atención implica la existencia de un control por parte del organismo, de la elección de los estímulos que, a su vez, controlarán su conducta. Para González, V., Castellanos, D., Córdova, D., Rebollar, M., Martínez, M., Fernández, A.M., Martínez, N. Pérez, D. (2017) la atención del ser humano expresa su orientación hacia algo. Se define por varios autores como la tendencia de la actividad psíquica y de su

concentración sobre un objeto que tiene para la personalidad determinada significación. Es la inclinación y concentración de la psiquis en determinados objetos que suponen una evaluación del nivel de actividad, sensorial, intelectual y motriz.

La autora coincide con la definición de González, V. “*et als.*” “*y cols*” (2017) al referirse a la atención como un proceso que expresa su orientación hacia algo, la cual es definida por varios autores como la tendencia de la actividad psíquica y de su concentración sobre un objeto, ya que el hombre selecciona o rechaza la información recibida por el medio en dependencia de la importancia o significación que tengan los estímulos para este. Es la inclinación y concentración de la psiquis en determinados objetos que suponen una evaluación del nivel de actividad, sensorial, intelectual y motriz.

Dentro de las funciones que se atribuyen a la atención están por ejemplo, ayudar al ser humano a ser más receptivo a los sucesos del ambiente y a tener un adecuado análisis de la realidad, facilita la activación y funcionamiento de otros procesos psicológicos, ésta una de las más importantes, y por último se puede resumir en que permite al ser humano ejecutar eficazmente las tareas, especialmente aquella en donde se requiere un esfuerzo mayor. Pinto, A .R (2015).

Autores como Gonzáles, et al. (2017). Consideran que algunas de las características del proceso de atención son:

- Estabilidad o constancia: La atención se mantiene orientada y concentrada hacia una actividad en general por un espacio de tiempo prolongado. Se determina por el tiempo durante el cual se puede mantener la atención .Señala la extensión temporal de la atención.
- Volumen: Se entiende por la cantidad de estímulos u objetos que simultáneamente abarca la atención del sujeto que realiza la actividad. Es la limitación del campo de la atención, por lo tanto es una magnitud variable y depende de hasta qué punto los contenidos en los cuales se concentra la atención estén vinculados entre sí y la posibilidad para relacionar lógicamente los datos o material y estructurarlos.
- Distribución: Consiste en poder atender a dos más acciones casi simultáneamente debido a que las dos presentan un nivel casi determinado de automatización o nexos lógicos entre ellas.
- Oscilación o fluctuaciones: Se refiere a oscilaciones involuntarias periódicas de corta duración en la atención.
- Traslación o cambio: La atención es móvil, fluctúa de una actividad a otra.

Se han estudiado algunos desordenes o perturbación de la atención tales como:

- Distracción: es una insuficiente estabilidad de la atención en la cual no se encuentran a plenitud los factores que facilitan su estabilidad y por lo tanto tiene lugar esta manifestación.
- Dispersión: Es un aspecto negativo de la atención que tiene lugar en aquellas cosas en que el sujeto no se concentra sobre algo por el tiempo exigido para la realización exitosa de la actividad.

La percepción es otro de los procesos cognitivos estudiados por numerosos autores. Vega, M. (2002), refiere que la percepción se apoya en los fenómenos de codificación pero implica una integración de las propiedades codificadas en una unidad cognitiva de nivel superior. Supone el reconocimiento o identificación de un patrón sensorial o su categorización como un objeto o evento conocido.

Lescano, P. (2013), considera que el concepto de percepción proviene el término latino perceptio y se refiere a la acción y efecto de percibir (recibir por uno de los sentidos las imágenes, impresiones o sensaciones externas o comprender y conocer algo).

Tradicionalmente los campos de investigación relacionados con la percepción están organizados según los sentidos clásicos, visión, audición, tacto, olfato y gusto, sin embargo la lista completa de sentidos relacionados con la percepción es mucho más amplia: percepción visual, espacial, olfativa, auditiva, cenestesia, percepción táctil, térmica, percepción del dolor, gustativa, percepción del equilibrio, cinestesia, percepción del tiempo, de la forma y del campo magnético.

La percepción es el primer proceso cognoscitivo a través del cual los sujetos captan información del entorno. La actividad cognoscitiva de la personalidad incluye los procesos de penetración gradual en la esencia de los objetos y fenómenos de la realidad, posibilitándole al hombre el conocimiento más completo y exacto de los mismos y el de las particularidades generales y esenciales de los vínculos entre ellos. Desde el hombre primitivo al hombre contemporáneo, las formas de sensopercepción han ido evolucionando y perfeccionándose en la misma medida que los hombres han sido capaces de conocer y transformar la naturaleza.

Según Mesa, P. (2012), la percepción es el reflejo del objeto en una completa integración de sus distintas cualidades, como resultado de la actuación directa de los estímulos sobre nuestros analizadores. Es el reflejo del objeto en forma de imagen concreta e inmediata. Este reflejo cognoscitivo es más completo que la sensación, nos permite actuar en un mundo de objetos, fenómenos, personas y no en un mundo de sonidos, colores, olores, etc. La autora se acoge al concepto de Mesa, P. (2012), al referirse a la percepción como un proceso en el que se reflejan los objetos a través de nuestros analizadores visuales en forma

de imagen en el vínculo entre la persona, los objetos y el medio teniendo como referencia las características propias de cada uno de ellos.

La percepción humana, presenta una serie de características generales las cuales han sido constatadas en diferentes estudios realizados. Mesa, P (2012) considera que el proceso de percepción tiene:

- **Carácter activo:** se expresa en el papel que desempeñan los componentes motores, es decir en los movimientos de los ojos que recogen las dimensiones y los contornos de los objetos y las manos que palpan los objetos.
- **Carácter objetal:** la información contenida en la imagen perceptual es dada a los sujetos por los propios objetos percibidos que existen realmente fuera de ellos, de ahí su adecuación. , la que resulta básica para la organización y orientación de la actividad práctica del hombre en el medio.
- **Integridad:** es una cualidad distintiva en la percepción. El objeto en sus diferentes partes y propiedades se percibe como un todo único.
- **Constancia:** consiste en la capacidad de compensar las variaciones de las condiciones.
- **Comprensión:** las imágenes de la percepción siempre tiene un significado para nosotros, ya que los conocimientos y experiencias existen en una indisoluble relación.
- **Selectividad:** en la percepción se puede acentuar una parte de un objeto con respecto al otro, o el predominio de una persona en el contexto de otras. Esto puede estar influenciado por sus causas objetivas como son fuerza, movilidad y contraste de los estímulos, entre otros factores, o por aspectos subjetivos como son las necesidades y los motivos, la experiencia y los estados de ánimo.

Este autor clasifica las percepciones atendiendo a:

- **Percepción del Espacio:** es el reflejo del espacio que existe objetivamente incluyendo la percepción de la forma del tamaño, la distancia y la dirección. Depende de la experiencia acumulada por el sujeto y de la manipulación que este haga con los objetos, formando asociaciones visuales y motoras. en este tipo de percepción actúan los analizadores visuales, táctiles, vestibulares y cinéticos, desempeña un rol fundamental en la orientación del individuo, en su medio circundante permitirle interactuar correctamente con él.
- **Percepción de la forma:** se obtiene por los movimientos oculares que siguen los contornos de los objetos, también cuando se palpa el objeto porque la mano recorre el objeto o este se mueve sobre los dedos y la palma de la mano. Intervienen las sensaciones visuales, táctiles y cinéticas.

- Percepción de la distancia: refleja las dimensiones de los objetos a través de los mecanismos de adaptación ocular como son: la acomodación del cristalino y la convergencia de los ejes. Influye la distancia a que se encuentra el objeto, así como la constancia del reflejo. Las sensaciones que la garantizan son las visuales y cinéticas.
- Percepción de la dirección: depende de la posición del cuerpo que se percibe en el espacio. Intervienen las sensaciones cinéticas del equilibrio, visuales, auditivas y hasta las olfatorias para así precisar no solo la dirección, sino también la posición de los objetos.
- Percepción del tiempo: brinda un reflejo objetivo de la duración, la velocidad y la sucesión de los fenómenos reales, participan fundamentalmente los analizadores cinéticos y acústicos.
- Percepción del movimiento: es el reflejo de la variación de la posición de los objetos o del propio observador en el espacio y el tiempo.

Por tanto la senso-percepción es de suma importancia para el aprendizaje debido a que es la primera experiencia de conocimiento que tiene el ser humano, sin estos dos procesos (sensación y percepción) sería imposible captar y aprender algo del mundo exterior.

Existen diversos factores que pueden afectar la percepción causando diferentes errores perceptuales que pueden perjudicar el proceso del aprendizaje. Hay que tener en cuenta que la sensación es un acto de conocimiento que nos pone en contacto con el mundo exterior y nos da una descripción objetiva de la realidad. Por ende la sensación no puede equivocarse. Donde puede haber error es en la fase perceptiva ya que se puede dar una interpretación equivocada cuando esta se desliga del objeto.

Teniendo en cuenta algunas de las definiciones y características de los procesos cognitivos antes mencionados, el autor considera la recreación física escolar como una de las formas de estimular cognitivamente a los estudiantes con discapacidad intelectual, centrándose en las actividades de juego.

En este sentido Torres, J., Padrón, F., y Cristalino, F. (2007), refieren desde la esfera cognoscitiva, relacionada con todos los cambios en las habilidades del pensamiento, actividades y organización mental, el juego es un gran colaborador en cuanto a:

La adquisición de conceptos dentro de la misma práctica lúdica como tamaño, colores, formas, nociones de cantidades, clasificación, seriación, manejo de las variables de espacio (arriba, abajo, izquierda, derecha, delante, detrás) y tiempo (antes, durante, después, lento, moderado, rápido). Posibilita la comprensión de situaciones, elaboración de estrategias, la anticipación de acontecimientos, la solución de problemas, colaborando con la

construcción paulatina de un pensamiento lógico objetivo, dejando progresivamente el pensamiento egocéntrico. Facilita el conocimiento y la comprensión del mundo que le rodea sobre el cual irá regulando sus actitudes y conductas. Potencia la imaginación, el pensamiento simbólico y la creatividad.

El juego en la vida escolar adquiere un papel muy significativo, pues las estrategias que fomenta ayudan a mejorar los procesos cognitivos que intervienen en el aprendizaje. El juego proporciona a los niños habilidades que les permiten explorar situaciones nuevas, estar en estados de alerta, desarrollar sensibilidad ante las percepciones, fortalecer la independencia en la toma de decisiones y reacción. Las propuestas lúdicas en el ambiente escolar estimulan y sirven de soporte para una gran variedad de destrezas cognitivas, sociales, comunicativas e incluso madurativas.

Conclusiones

- Los referentes teóricos metodológicos consultados permitieron sistematizar algunos presupuestos sobre los procesos cognitivos, discapacidad intelectual, recreación física escolar, así como la importancia del juego para la estimulación de los procesos cognitivos básicos de atención y percepción.
- La estimulación cognitiva desde la recreación física escolar es insuficiente ya que son pocas las acciones e investigaciones que se realizan desde la base para estimular los procesos de atención y percepción, las actividades de recreación física están centradas en desarrollar habilidades y capacidades físicas.

Referencias Bibliográficas.

1. Barrios, J. (2014). *Propuesta psicopedagógica de estimulación psicomotriz para el desarrollo cognitivo de niños y niñas entre 5 y 13 años que presentan retraso en el desarrollo psicomotor. Un material de apoyo dirigido a las cuidadoras de trato directo de la residencia a los Ceibos pertenecientes a Coanil*. Seminario de grado para la obtención al título de Psicopedagogo y al grado de Licenciado en Educación. Santiago de Chile.
2. Carrasco, M. (2017). *Impacto del proceso cognitivo de la atención, de un programa de actividad física basado en exergames, en escolares entre 13 y 16 años en Bogotá*. Trabajo de grado para la obtención del título de Magister en Actividad Física para la Salud. Universidad Santo Tomás.
3. De Vega, M. (2002). *Introducción a la psicología cognitiva*. Madrid: Alianza Editoria

4. García, M. E.P y Áreas, B. (2006). *Psicología especial Tomo II*. La Habana: Editorial Félix Varela.
5. González, V. (2017). *Psicología para educadores*. La Habana: Editorial Pueblo y Educación.
6. Ibarra, L.M. (2008). *Psicología y Educación. Una relación necesaria*. La Habana: Editorial Ciencias Médicas.
7. Lescano, P. (2013). *La percepción visual en el desarrollo de los procesos cognitivos en niños de 3 a 5 años en el centro de desarrollo infantil UNIKIDS de la ciudad de Ambato*. Requisito previo para optar por el título de Licenciada en Estimulación Temprana.
8. Maza, R.(2005). *Estimulación del desarrollo del pensamiento de niños retrasados mentales*. Ciudad de la Habana.
9. Mesa, P. (2012) .*Compendio de métodos y técnicas para el trabajo de los centros de diagnóstico y orientación tomo I*. La Habana: Editorial pueblo y Educación.
10. Manrique, K.L., Salazar, R.E.(2018). *Importancia del conocimiento del cuidador sobre los estímulos cognitivos en niños con necesidades especiales cognitivas de 5 a 10 años en la unidad educativa Manuela Espejo*. Trabajo de titulación previo a la obtención del título de Licenciado en enfermería.Universidad de Guayaquil.
11. Nieto , M.M.(2015) *Análisis de los procesos cognitivos en el alumnado de enseñanzas profesionales de danza*. Tesis doctoral. Universidad de Málaga.
12. Pérez, A. (2003).*Recreación. Fundamentos teóricos metodológicos*. Instituto superior de Cultura Física Manuel Piti Fajardo. Santiago de Cuba.
13. Pinto, A .R. (2015). *Estrategias didácticas para el fortalecimiento de la atención como pre requisito cognitivo en el desarrollo del aprendizaje autónomo con estudiantes de tercero de primaria de la Institución Educativa Técnico Agroindustrial El Espino*. Una especialización en pedagogía para el desarrollo del aprendizaje autónomo. Escuela de ciencias de la Educación. Duitama.
14. Rodríguez, P.C. (2016). *Propuesta de un programa de intervención psicopedagógica para trabajar habilidades cognitivas en una estudiante de zona rural con déficit intelectual*. Trabajo fin de máster. Facultad de educación. Universidad internacional de la Rioja. Bogotá.
15. Torres, J. Padrón, F., Cristalino,F.(enero-abril, 2007).*El juego un espacio para la formación de valores*. Omnia, vol. 13, núm. 1, pp. 51-78Universidad del Zulia. Maracaibo, Venezuela.