



Propuesta de Unidad Didáctica para Educación Física: Iniciación a los Deportes Paralímpicos en la Escuela Inclusiva

Ruiz Reyes, José Manuel

*Extracto del Trabajo Fin de Máster en Atención a Necesidades
Educativas Especiales en Educación Infantil y Primaria
Curso 2017-2018. Universidad Rey Juan Carlos*

Tutor: José Luis López Bastías. Prof. URJC

Resumen

Esta propuesta educativa pretende recoger los aspectos básicos y de iniciación a diferentes disciplinas deportivas específicas practicadas por personas con discapacidad (Boccia y Goalball) y otras disciplinas deportivas adaptadas del deporte normalizado (Tenis de Mesa adaptado y Voleibol sentado), todas forman parte del programa oficial de los juegos paralímpicos. Por tanto, la finalidad de esta unidad didáctica es, por un lado, dar a conocer la aplicación que puede tener el deporte adaptado en Educación Primaria (centrándonos en alumnos de 10 y 11 años, y por otro, ofrecer la posibilidad a los alumnos y alumnas de mejorar sus capacidades perceptivas y motoras, así como llegar a conocer, vivenciar y experimentar las limitaciones y sobre todo las posibilidades y potencial que tiene una persona con discapacidad física y/o sensorial para practicar deporte.

Palabras clave

Educación física, actividad física adaptada, discapacidad, deporte, inclusión.

Title

Proposal of teaching unit for Physical Education: Paralympic Sports at inclusive School or Initiation to Paralympic Sports.

Abstract

This educational proposal aims to collect the basic aspects and initiation to different specific sports disciplines practiced by people with disabilities (Boccia and Goalball) and other sports disciplines adapted from standardized sports (ParaTable Tennis and Sitting Volleyball) all are part of the official program of the Paralympic games. Therefore, the purpose of this didactic unit is, on the one hand, to publicize the application that can have the adapted sport in Primary Education (third level), and on the other, to offer the possibility to the students to improve their perceptive abilities and motor skills, as well as getting to know, experience and experience the limitations and especially the possibilities and potential of a person with physical and / or sensory disability to practice sports.

Keywords

physical education, adapted physical activity, disability, sport, inclusion.

1. Introducción

Existen diferentes datos sobre el origen de la práctica deportiva para personas con discapacidad, hay relatos que fijan el inicio del deporte de discapacitados hacia el año 1900, o incluso en fechas anteriores, con el objetivo de rehabilitar a los combatientes heridos en las diferentes guerras.

Así mismo, parece aceptado que el origen del deporte reglado para discapacitados se produce en el año 1944, en el hospital Stocke Mandeville (Inglaterra). El Dr. Ludwig Guttman, Director del servicio de Neurología de este hospital, adapta la práctica deportiva para personas con graves secuelas producidas por la Segunda Guerra Mundial, buscando un objetivo rehabilitador y de reinserción en la vida laboral.

A partir de esta fecha, el deporte adaptado ha sufrido una evolución vertiginosa hasta llegar a nuestras fechas, donde la práctica deportiva por personas con discapacidad se produce en diferentes ámbitos de aplicación, desde el ámbito competitivo (Campeonatos nacionales, continentales, mundiales y Juegos Paralímpicos), pasando por el de ocio y tiempo libre, como en el ámbito educativo.

El deporte adaptado es un término amplio y generalista que pretende recoger los ámbitos de actividad deportiva que no abarca el deporte normalizado. Por lo tanto, el deporte adaptado se materializa cuando la práctica deportiva se dirige a grupos de población con determinadas particularidades (discapacitados, tercera edad, grupos específicos, etc.).

La realidad educativa actual se transforma continuamente hasta el punto de que la memoria, lo más valorado en la escuela, apenas tiene sentido para la vida actual (Bauman, 2005). Esto se debe al continuo cambio del mundo, ya nada es estático, y no se acumulan conocimientos que algún día podrán resultar válidos (Barba, 2006). Estos cambios están favoreciendo un individualismo feroz, que está desmontando la sociedad del bienestar (Barba, 2006; Muniesa, 2008;

Ovejero-Bernal, 2004) con alumnos más independientes. Por tanto, la educación no sólo debe educar para esto, sino que los docentes deben generar en el alumnado una postura crítica ante los continuos cambios que se están produciendo y saber adaptarse a ellos.

La práctica de deporte y actividad física en el ámbito educativo supone, en la teoría, un contexto ideal para la formación de los alumnos. En la literatura científica, son numerosos los trabajos que estudian y analizan la importancia de una Educación Física (en adelante, E.F) inclusiva que favorezca una participación activa de los alumnos durante la etapa educativa, y su continuación a lo largo de la vida (Calderón, Martínez, & Martínez, 2013).

La Educación Inclusiva tiene que buscar y abogar por la igualdad de oportunidades entre los estudiantes con diversas habilidades en el logro del conocimiento (Erkilic & Durak, 2013). "La atención a la diversidad se establece como principio fundamental que debe de regir toda la enseñanza básica, con el objetivo de ofrecer a todo el alumnado una educación adecuada a sus características y necesidades" (Mendoza-Laiz, 2009). Para ello, los profesionales de la Educación deben de involucrarse por completo en el proceso de enseñanza-aprendizaje (Sadioglu, Bilgin, Batu & Oksal, 2013).

El docente debe saber manejar y aplicar las adaptaciones curriculares y los apoyos necesarios en coordinación con el alumno, los padres, los otros docentes y el mismo centro educativo. Es decir, el colegio o instituto de hoy debe ser inclusivo por principio y no por ley. Por ello, se recomienda implementar nuevas políticas preventivas y normas para eliminar las burlas o las discriminaciones, y así crear entornos de E.F. óptimos e inclusivos a todos los estudiantes (Gamonal, 2016). La inclusión de todos los alumnos en los diferentes cursos educativos pueden dificultar el proceso de enseñanza-aprendizaje, y en este sentido, la clase de E.F no es una excepción (Hansen, 2014). Actualmente siguen apareciendo

situaciones educativas que requieren de acciones de inclusión por parte de los docentes. La ausencia de medidas adecuadas para llevar a cabo una exitosa acción inclusiva en la clase de E.F es una cuestión primordial en la actualidad educativa (Gamonaes, 2016).

Es fundamental concienciar a todos los miembros de la Comunidad Educativa. De esta manera, los profesores sabrán cómo actuar y qué estrategias son necesarias para resolver los conflictos, pues el propósito de la inclusión del alumnado con o sin discapacidad en las clases de E.F es que todos puedan desarrollar las destrezas y actitudes necesarias para aprender y poderlas llevar a la vida cotidiana (Gamonaes, 2016).

La E.F debe ser una materia abierta y accesible para todo el alumnado, ya que según lo establecido por la UNESCO (1978) todo ser humano tiene derecho fundamental de acceder a la E.F y al deporte ya que son imprescindibles para lograr un desarrollo pleno de su personalidad que permite desarrollar en el individuo sus facultades físicas, intelectuales y morales. Además, permite la consecución de hábitos de vida saludable (Granado-Ferrero, 2012). Por consiguiente, los profesionales de la E.F pueden utilizar el deporte adaptado y específico para personas con diversidad funcional como herramienta de inclusión y para dar respuestas educativas (Gamonaes, 2017^a).

2. Deporte para personas con diversidad funcional

Llegado este punto, hemos de decir que el deporte adaptado, como una parte más de la AFA, engloba a todas aquellas modalidades deportivas que se adaptan al colectivo de personas con algún tipo de discapacidad, bien porque se han realizado una serie de adaptaciones y/o modificaciones para facilitar la práctica de ese colectivo, o porque la propia estructura del deporte permite su práctica (Hernández, 2000; Pérez, 2003b; Reina, 2010). De esta forma, algunos deportes

convencionales han adaptado una serie de parámetros para poder ajustarse a las necesidades del colectivo que lo va a practicar (e.g. baloncesto en silla de ruedas) y, en otros casos, el deporte se ha diseñado a partir de las necesidades y especificidades de la discapacidad (ej. Goalball para personas con discapacidad visual).

Aspectos educativos desarrollados con el planteamiento

Con este planteamiento que se acaba de exponer, quiero destacar, por encima de otros existentes, el trabajo de diferentes aspectos a nivel educativo:

- **Autonomía.** Este aspecto educativo se fomenta al darles total libertad a los propios equipos, y a los participantes, en tener que elegir qué pruebas querían realizar y cómo se iban a organizar durante los "entrenamientos".
- **Toma de decisiones.** La toma de decisiones está presente en todo momento desde que se plantean las pruebas y los equipos. Cada participante tiene que elegir qué pruebas entrenar, qué pruebas elegir, cuándo hablar con el equipo y llegar a un acuerdo, cuándo apuntarse a la competición, ayudar a algún compañero a mejorar en alguna prueba, animar a sus compañeros o seguir practicando...
- **Responsabilidad.** Este aspecto educativo está muy ligado a los anteriores, debido que será responsabilidad de cada participante lo que haga. Al no estar sometido a una guía, serán ellos mismos los que tengan que asumir la responsabilidad de sus actos. Así si se apuntan tarde, perderán un punto, si no entrenan bien repercutirá en los resultados, si eligen mal la prueba a participar no obtendrán los resultados deseados, etc.
- **Trabajo en equipo.** Se está fomentando un trabajo de colaboración y cooperación, en el que las consecuencias y acciones de cada uno de sus componentes tendrá una repercusión

directa en el propio equipo. Si establecen una buena estrategia de equipo se verá beneficiado cada participante.

Conclusiones acerca de los juegos paralímpicos

A día de hoy, seguramente nunca había sido tan socialmente reconocido el deporte para personas con discapacidad (Pérez-Tejero, Reina & Sanz, 2012). Es una actividad física-deportiva que puede dar respuesta a diferentes necesidades: terapéuticas, educativas, recreativas y competitivas (Lagar, 2003). Se adapta al colectivo de personas con discapacidad o con una condición especial de salud, ya sea porque se ha realizado una serie de adaptaciones para facilitar su participación, o porque la estructura del deporte permite su práctica (Reina, 2010).

Algunos deportes convencionales han adaptado sus características para permitir la participación de un determinado colectivo de personas con discapacidad (Rugby en silla de ruedas o Tenis de Mesa). En otros casos, se ha creado una modalidad deportiva nueva a partir de las características específicas de un determinado colectivo de personas con discapacidad (Moya, 2014) o diversidad funcional, denominadas deportes específicos (Boccia o Goalball).

Una característica fundamental del deporte adaptado es el concepto de clasificación funcional: el deportista es clasificado en función de su capacidad de movimiento a la hora de la práctica de un deporte concreto (Tweedy & Vanlandewijck, 2010). Es necesario pues definir cuál es la discapacidad mínima para competir en un determinado deporte adaptado (noción de "minimal handicap") a partir del "potencial funcional" del deportista. El propósito de una clasificación deportiva es permitir a cada competidor, independientemente de la severidad de la discapacidad, competir de forma justa con el resto de deportistas, con una habilidad/discapacidad similar (Ritcher, Adams-Mushett, Ferrara & McCann, 1992). Las principales adaptaciones de los

deportes convencionales suelen plantearse sobre el reglamento, el material, los aspectos técnico-tácticos o la instalación deportiva.

Para llevar a cabo esta UD, los docentes de E.F acudirán, como casi siempre, a su imaginación y creatividad para llevar a cabo una práctica de cualquier modalidad deportiva para personas con diversidad funcional en clase contarán con recursos materiales específicos. Para desarrollar una sesión de Goalball, se debe contar con antifaces o gafas opacas así como balones sonoros. Sin embargo, no todos los centros educativos cuentan con este material.

Los antifaces o lentes opacas pueden ser sustituidos por gafas de natación mediante la colocación de cinta adhesiva, papel de precinto o pintarlas de color oscuro para conseguir el efecto deseado: reducir o eliminar el campo visual del alumnado (Peñarrubia, 2014). Para poder llevar a cabo los ejercicios con balón, se pueden envolver los balones en bolsas de plásticos (Gamonales, 2017a) o bien reciclar pelotas en mal estado rellenándolas con cascabeles o similares (Peñarrubia, 2014).

Esta propuesta servirá de herramienta docente para concienciar y sensibilizar al alumnado sobre la realidad y situación de las personas con discapacidad en la práctica deportiva (Ocete, Pérez-Tejero & Coterón, 2015). Siguiendo a Romañach & Lobato (2005), el concepto pretende suprimir las nomenclaturas negativas que se han aplicado tradicionalmente a las personas con discapacidad (siendo "dis-capacidad" un claro ejemplo de las mismas).

3. Propuesta de Unidad Didáctica "Los Deportes Paralímpicos en la Escuela Inclusiva"

A) Justificación – Descripción

El origen de la práctica deportiva para personas con discapacidad no es claro. En la literatura científica, fijan el origen del deporte para personas con diversidad funcional hacia el año 1900 o incluso en fechas anteriores, con la finalidad de

rehabilitar a los combatientes heridos en las diferentes guerras. Son modalidades deportivas que han evolucionado desde su concepción como actividad rehabilitadora o de ocio hasta la conceptualización actual de deporte como actividad integradora, socioeducativa y competitiva. Es un término amplio y generalista que pretende recoger los ámbitos de actividad deportiva que no abarca el deporte normalizado (Contreras, 2011).

El deporte para personas con diversidad funcional se entiende bajo las premisas de las Actividades Físicas Adaptadas (en adelante, AFA). La AFA es una de las disciplinas de conocimiento dentro del directorio de las Ciencias del Deporte publicado por el Consejo Internacional para la Ciencias del Deporte y la Educación Física de la ONU (CIEFCD o ICSSPE), (Borms, 2008); y se puede definir como *todo movimiento, actividad física y deporte en los que se pone especial énfasis en los intereses y capacidades de las personas con condiciones limitantes, como discapacidad, problemas de salud o personas mayores* (DePauw & Doll-Topper, 1989). Por tanto, debe ser competencia del sistema educativo y en concreto del profesorado de E.F el saber utilizar la AFA con el fin de lograr una Educación Inclusiva, en la que todos los alumnos participen activamente por igual durante el proceso de enseñanza-aprendizaje, independientemente de sus fortalezas o debilidades (Lamata, 2016).

La E.F permite la consecución de hábitos de vida saludable. Por ello, es un inmejorable elemento de prevención e inversión en el sistema social (Granado-Ferrero, 2012). La materia de E.F se presenta como indispensable a la hora de favorecer la inclusión y normalización, debido a la cantidad de beneficios psíquicos, físicos y sociales que proporciona (Pérez-Cabanas, 2017). También, en base a todo lo mencionado anteriormente, es necesario la actuación y el compromiso de los docentes para que todos y cada uno de los alumnos del sistema gocen del derecho a participar activamente en las sesiones de E.F (Ríos-Hernández, 2005).

B) Objetivos

Como ya se ha mencionado anteriormente, se proponen una serie de objetivos para esta unidad didáctica:

Generales:

- Trabajar la empatía hacia las personas con cualquier tipo y grado de discapacidad.
- Promover la práctica inclusiva en los centros educativos.
- Ampliar el bagaje motor a través de movimientos que no suelen formar parte de nuestro día a día.
- Conocer, sin entrar en profundidad, el movimiento paralímpico y disciplinas deportivas que forman parte de los juegos paralímpicos mediante una metodología inclusiva.

Específicos:

- Vivenciar y experimentar mediante la práctica físico-deportiva sensaciones que puede presentar una persona afectada con discapacidad.
- Potenciar y valorar la cooperación, el trabajo en equipo y la colaboración para la consecución de metas comunes.
- Consolidar y desarrollar las habilidades motrices a través de los juegos y deportes.

Además de estos objetivos se han fomentado otros aspectos educativos como la autonomía, la toma de decisiones, la responsabilidad y el trabajo en equipo.

C) Contenidos

Cada docente debe de utilizar sus propios contenidos para desarrollar los objetivos propuestos para sus alumnos. Algunos de los contenidos son:

- a. Educación en la diversidad funcional.
- b. Diversidades funcionales relacionadas con las capacidades físicas y sensoriales, así como las características de los jugadores.

- c. Deportes para personas con diversidad funcional: Boccia, Voleibol adaptado, Tenis de mesa adaptado y Goalball.
- d. El deporte como fenómeno social y cultural (Juegos Paralímpicos).
- e. Reglamento específico de los deportes incluidos en el programa de los JJPP.
- f. Respeto y aceptación de nuestras propias capacidades y habilidades motrices, así como la de los demás.
- g. Normas de seguridad y cuidado del material.

D) Criterios metodológicos

Tal y como hemos comentado en la introducción, el objetivo principal de esta unidad didáctica es que el alumnado conozca, vivencie y experimente mediante la práctica deportiva las sensaciones que pueden presentar una persona afectada por parálisis cerebral, ceguera o algún tipo de discapacidad física. Para ello se han seleccionado cuatro deportes practicados por deportistas discapacitados como son la Boccia, Voleibol Adaptado, el Tenis de Mesa Adaptado y el Goalball.

A priori, estas modalidades deportivas presentan diferentes lógicas internas y estructuras de juego por lo que necesariamente el método de enseñanza utilizado debe diferir en cada uno de ellos, se recomienda utilizar una metodología: dinámica, flexible y participativa, donde los alumnos se conviertan en agentes directos de sus propias creaciones. No obstante, el estilo de enseñanza utilizado mayoritariamente será la asignación de tareas para llevar a cabo las diferentes sesiones, no olvidando otros métodos como el descubrimiento guiado, la libre exploración...

Así mismo, hay que tener en cuenta que para la mayoría del alumnado, estas actividades deportivas son totalmente desconocidas, por lo que en algunos casos se recurrirá a una enseñanza mediante la instrucción directa (presentación clara de los ejercicios por parte del profesor), para posteriormente evolucionar hacia

la enseñanza mediante la búsqueda, en la que el profesor únicamente presenta el objetivo a alcanzar y el contenido de trabajo, dejando que sean los propios alumnos/as los protagonistas del proceso de enseñanza – aprendizaje.

Respecto a las estrategias de práctica, se invita a utilizar estrategias globales, donde se realiza el deporte en la situación real de juego, y en algunas ocasiones se emplea la estrategia global con modificación de la situación real, por cuestiones de espacio y diferentes limitaciones. Además, el feedback debe ser constante dando información al alumnado acerca de cómo está realizando las tareas y cómo poderlo mejorar.

Fundamentación teórica

En este apartado debemos poner énfasis en la búsqueda de la autonomía, individualización, participación activa, construcción de aprendizajes significativos, funcionalidad de los aprendizajes, actitud crítica, socialización, fomento de las relaciones interpersonales y utilizar el juego como recurso didáctico con un gran carácter motivador.

Los principios metodológicos, como no podría ser de otra manera, se centrarán en el desarrollo integral del alumno y los distintos ámbitos de la persona; social, cognitivo, afectivo y motriz. Además de estos principios que impregnan en el currículo, se debe tener en cuenta algunos criterios o pautas de actuación como son:

- Plantear actividades lo suficientemente abiertas como para que el alumno pueda acogerse a su nivel y estilo de aprendizaje.
- Partir de lo global para llegar a lo específico, facilitando una autonomía progresiva y valorando mucho el esfuerzo personal.
- Dar más importancia a la variedad de actividades que a la especialización.

Respecto a la organización de la clase, se tendrá en cuenta la máxima participación del alumnado mediante una

Nº	Nombre	Objetivos	Instalación
1	Deportes Paralímpicos	Tomar contacto con diferentes disciplinas adaptadas y específicas paralímpicas mediante la proyección de imágenes y vídeos (Test Previo).	Aula convencional, de informática o de audiovisuales.
2	Boccia I	Vivenciar y sensibilizar a los alumnos sobre las dificultades de la práctica deportiva para personas con diversidad funcional a través de la Boccia.	Pabellón, Gimnasio o Aula de E. F.
3	Boccia II	Familiarizarse con la práctica de la Boccia mediante una situación de partido individual.	Gimnasio o Aula de E. F.
4	Voleibol Adaptado I	Conocer y experimentar las limitaciones físicas que tienen las personas con diversidad funcional en este deporte adaptado. Descubrir nuevas formas de desplazamiento y juego con o sin balón.	Pabellón, Gimnasio o Aula de E. F.
5	Voleibol Adaptado II	Adaptar sus limitaciones para conseguir una autonomía y poder llevar a cabo el desarrollo integral del juego. Mejorar las habilidades específicas en voleibol sin la utilización de tren inferior (piernas) en los desplazamientos.	Pabellón, Gimnasio o Aula de E. F.
6	Tenis de Mesa Adaptado I	Vivenciar y conocer el tenis de mesa así como sus normas de juego.	Pabellón, Gimnasio o Aula de E. F.
7	Tenis de Mesa Adaptado II	Practicar el tenis de mesa adaptado en diferentes situaciones de juego (sentado, apoyando un solo pie en el suelo...).	Pabellón, Gimnasio o Aula de E. F.
8	Goalball I	Vivenciar y sensibilizar a los alumnos sobre las dificultades de la práctica deportiva para personas con diversidad funcional a través del Goalball. Mejorar el desarrollo de las habilidades básicas y desarrollo de los sentidos táctil y auditivo.	Pabellón, Gimnasio o Aula de E. F.
9	Goalball II	Practicar el Goalball mediante una situación de juego real, pero adaptada.	Pabellón, Gimnasio o Aula de E. F.
10	¿Qué hemos aprendido?	Evaluar los conocimientos adquiridos así como valorar los criterios de evaluación y estándares de aprendizaje.	Aula de E. F o convencional.

Tabla 1. Sesiones de la Unidad Didáctica.

individualización de la enseñanza. Luego, se aconseja crear un buen clima afectivo así como desarrollar dinámicas.

En relación a los agrupamientos de los alumnos, exponer que dependerán del tipo de actividad pero siempre deben de asegurar la calidad de la información, la seguridad en la utilización del material y a ganar tiempo para que la intervención docente sea realmente eficaz.

Para ello, se encomienda tener un diseño de clase muy definido con una serie de rutinas organizativas; y que sea ante todo, lo más personal posible. En definitiva, el profesional de la E.F debe de actuar como un orientador y establecer la relación entre lo que el alumno sabe (conocimientos previos) y los nuevos contenidos que debe incorporar.

Por tanto, se trata de ayudar al estudiante no sólo a construir conocimientos que puede aplicar en diversas circunstancias, sino también a utilizar sus nuevos saberes en la consecución de otros aprendizajes, es decir, que aprenda a aprender.

Temporalización de sesiones

En la tabla 1, se muestra el número de sesiones que comprende la Unidad Didáctica junto con los nombres de cada sesión y sus objetivos.

(En Anexo 1 se desarrolla una sesión a modo de ejemplo).

E) Recursos y materiales didácticos

Los recursos y materiales didácticos son todo el conjunto de elementos, útiles o estrategias que el profesional de la E.F emplea, o puede utilizar como soporte, complemento o ayuda en su tarea docente. Por ello, no se debe pensar que los recursos y materiales didácticos son los elementos más importantes en la educación. Si bien, algunos de ellos, son imprescindibles para poder realizar la práctica educativa.

Por ejemplo: no se puede realizar actividades acuáticas, si no se dispone de un medio adecuado. Por tanto, pueden

referirse a todos los elementos que un centro educativo y su entorno pueden poseer, desde el propio edificio hasta todo aquel material de tipo mobiliario, audiovisual o informático, esté disponible para el docente.

Los recursos y materiales didácticos deben de cumplir con las funciones básicas de soporte de los contenidos curriculares y de convertirse en elementos posibilitadores de las actividades de enseñanza-aprendizaje. De manera, concreta y bajo una perspectiva más amplia, se puede decir que los recursos y materiales didácticos deben, entre otras funciones cumplir con las siguientes: motivadora, estructuradora, estrictamente didáctica, facilitadora de los aprendizajes así como de soporte al docente.

Las características del área así como el gran número de variables que inciden sobre la propia E.F, hacen que los recursos se centren sobre conjuntos de elementos concretos y significativos, los cuales a su vez constituyen un gran repertorio de posibles materiales y recursos propios de la utilización.

Por tanto, es necesario que el docente de E.F cuando planifique el curso escolar, prevea todas las actividades en las que será necesaria los diferentes recursos (comunitarios - espaciales, funcionales o humanos) y procesa siguiendo un esquema de trabajo próximo al siguiente:

- Planificar las actividades.
- Contactar con los recursos de la comunidad previstos.
- Concretar y programar con detalle la actividad a realizar.
- Ejecutar o realizar la/s actividad/es.
- Evaluación de la/s actividad/es y de los recursos utilizados.

Para desarrollar la UD se debe contar con diferentes recursos y materiales didácticos, y dependerá de la existencia o no dentro del Centro Educativo así como la disponibilidad para ser utilizados. Se

recomienda contar como mínimo con un espacio amplio y de superficie lisa para poder desarrollar las diferentes actividades. Respecto al material no convencional de E.F, sería interesante poder contar con pelotas sonoras (con cascabeles), gafas de pérdida de visión (antifaces) e incluso juegos completos de Boccia.

En caso, de no poder contar con el material citado, se podrá solicitar a las diferentes federaciones o clubes o fabricar en el propio centro.

F) Evaluación

Será muy importante realizar diferentes actividades de evaluación al inicio, durante y al finalizar la Unidad Didáctica.

La evaluación del aprendizaje será continua, con tres fases:

a) Inicial:

Primera sesión: cuestionario de conocimientos previos y ficha personal.

Sesión Inicial de cada Deporte: juego representativo de cada unidad didáctica.

b) Procesual: Ininterrumpida, mediante: lista de control, escala de valoración y actividades de clase. Algunos criterios:

Procedimientos (lista de control):

- Participar activamente en los juegos.
- Cooperar con el grupo en las actividades que así lo requieran.

Actitudes (escala de valoración):

- Respetar las normas de clase.
- Aceptar de buen grado la participación en grupos mixtos.

c) Sumativa: sobre la sesión quinta, mediante: lista de control, escala de valoración (completándolas), verbalización y cuestionarios (co-evaluación y auto evaluación).

Algunos criterios:

Conceptos (verbalización)

- Conocer las reglas de los diferentes deportes.

De la enseñanza: mediante la confrontación de dos perspectivas, la del alumnado (recogida en la puesta en común de la segunda sesión (la última de ese deporte), a través de un debate con preguntas clave) y la del docente (registrada el apartado "observaciones" del diseño teórico de las sesiones).

La evaluación es un análisis de la información de los datos obtenidos a través de los instrumentos utilizados para evaluar al alumnado. Debe de afectar a todos los elementos del proceso de enseñanza-aprendizaje (Contreras, 2011) como son la actuación del docente (Anexo1), la acción del alumnado así como la adecuación de los propios objetivos, contenidos o criterios de evaluación. Para ello, nuestro referente básico son los criterios de evaluación que reflejan el tipo y el grado de enseñanza-aprendizaje que se espera que desarrollen los alumnos en relación a los contenidos prescriptivos del currículo, los cuales serán aquellos que habrán presentado en cada una de las plantillas de las unidades didácticas.

Además, sería aconsejable tener en cuenta una serie de criterios de evaluación fijos para todas las unidades didácticas.

En la tabla 2, se muestran los aspectos de la evaluación de la propuesta de Unidad Didáctica.

(E.A. Estándares de aprendizaje según Decreto 98/2016.

C.C. Competencias curriculares según Decreto 98/2016.)

Criterios de evaluación de la Unidad Didáctica	Instrumento	E.A.	C.C.	%
<p>Conoce y diferencia los deportes paralímpicos.</p> <p>Practica juegos y deportes sin mostrar actitudes de menosprecio o discriminación por razón social.</p> <p>Identifica las limitaciones que tiene una persona con discapacidad.</p> <p>Se preocupa y pone atención sobre el tema de la discapacidad.</p> <p>Es capaz de sensibilizarse con el resto de compañeros sobre las dificultades que entraña desarrollar deportes inclusivos.</p>	Hoja de observación (Anexo 2)	1.1 1.2 1.3 2.2	Aprender a aprender.	35%
<p>Resuelve problemas, situaciones lúdicas, que exigen el dominio de habilidades motrices básicas y genéricas.</p> <p>Tiene buena actitud con respecto a las actividades proyectadas.</p> <p>Participa activamente en los diferentes deportes inclusivos.</p> <p>Respeto las normas del reglamento.</p> <p>Asimila el rol de entrenador o guía en las diferentes tareas propuestas.</p>	Hoja de evaluación (Anexo 3)	2.5 3.1 5.1 5.3 7.2	Competencias sociales y cívicas. Competencia digital.	30%
Conoce el reglamento y las normas básicas de los juegos y deportes planteados.	Prueba escrita			20%
Criterios de evaluación fijos	Instrumento	E.A.	C.C.	%
<p>Entiende el enunciado de las actividades al leerlo.</p> <p>Representa correctamente a través de dibujos.</p> <p>Redacta correctamente.</p> <p>Cuida el material de la clase.</p> <p>Es responsable con sus cosas y con las de los demás.</p> <p>Participa en los debates siguiendo la conversación.</p> <p>Participa en las tareas propuestas.</p> <p>Trae habitualmente la ropa adecuada para E.F.</p> <p>Es cuidadoso con la ropa al cambiarse.</p> <p>Realiza las tareas propuestas para casa.</p> <p>Deja hablar a los demás y permanece atento/a.</p> <p>Respeto las ideas de los demás.</p> <p>Resuelve situaciones sencillas que requieren de una reflexión inicial.</p>	Hoja de observación y diario del docente	5.1 5.2 5.3 6.1 7.1 7.2 8.1 8.2 8.3		15%

Tabla 1. Sesiones de la Unidad Didáctica.

G) Interdisciplinariedad

Se recomienda trabajar de forma interdisciplinar. A modo de guía, la propuesta tendrá una clara finalidad de colaboración y participación con las diferentes asignaturas. Por ejemplo: con la materia de Educación Plástica, Visual y Audiovisual se pueden realizar los diferentes materiales que no hayan podido conseguirse como pelotas rellenas de chinos/piedrecitas para ser utilizados para la Boccia o los antifaces para el Goalball. Por tanto, de manera indirecta se está haciendo participe tanto alumnado como al docente de la materia.

H) Elementos transversales

Los diferentes elementos transversales que se pueden trabajar en la Unidad Didáctica: Los Deportes Paralímpicos en la Escuela propuesta son:

- Educación para el consumo.
- Igualdad entre hombres y mujeres.
- Utilización de las TIC's.
- Prevención y condena de toda clase de racismo, xenofobia y violencia.
- Educación para la salud.
- Respeto a las personas con discapacidad.

I) Atención a la diversidad

Adaptaciones curriculares

Deberemos realizar adaptaciones curriculares no significativas, dirigidas a aquellos alumnos/as que bien sigan un ritmo más lento o para aquellos que puedan seguir un ritmo más rápido de aprendizaje; algunas de estas adaptaciones curriculares no significativas podrían ser las siguientes;

Alumnado con ritmo de aprendizaje más lento.

- Adaptaciones metodológicas en cuanto al estilo (utilizar formas de organizar la clase individualizadas en cada capacidad, mayor interacción docente en la

explicación o aplicación de los diferentes métodos); en lo que se refiere a la técnica de enseñanza (comunicar sólo los aspectos más relevantes del modelo, presentar el modelo de forma más personalizada). Ampliación del tiempo para alcanzar un determinado contenido (se plantea el objetivo al final de la unidad didáctica).

- Refuerzo permanente de los logros obtenidos.
- Creación de un clima en el aula en el que el alumnado no tema expresar sus dificultades.

Alumnado con ritmo de aprendizaje más rápido

- Sugerirles actividades que les permitan profundizar en los diversos contenidos alcanzando objetivos superiores (plantear niveles de conocimiento y de ejecución superiores).
- Implicación en programas de acción tutorial con compañeros que han manifestado retrasos en su aprendizaje.

4. Conclusión

Esta propuesta se elabora a partir de aspectos que se consideran de interés para el alumnado, tanto dentro como fuera del contexto educativo, y a la vez que permitan desarrollar los objetivos programados.

De esta manera, el docente puede utilizar el deporte inclusivo como medio (contenidos) para desarrollar y favorecer los objetivos propuestos en el área de Educación Física. Además, se oferta una propuesta innovadora para trabajar las actividades deportivas en el contexto educativo, y se intuye que puede ser todo un éxito, puesto que es una propuesta muy versátil y novedosa en cuanto a nivel de experiencias y sensibilización de las personas con discapacidad. Por ello, los docentes deberán saber orientar los juegos y deportes para personas con o sin diversidad funcional hacia el desarrollo y el fomento de la educación en valores, buscando la creación de hábitos de vida

saludable, así como ocupación activa del tiempo libre y de ocio. También, se debe desarrollar a partir de la vertiente lúdica y la experimentación de nuevas posibilidades motrices.

Es decir, crear un clima de aula que facilite la integración e inclusión de los alumnos con o sin necesidades educativas especiales. Pues, el objetivo principal que se busca con esta propuesta es sensibilizar a los alumnos con estos deportes adaptados y específicos así como el conocimiento de los mismos. Todo ello, apoyado y respaldado con la metodología adecuada e inclusiva, favoreciendo así la participación activa del alumnado así como sus niveles motivacionales. Para finalizar, indicar que es oportuno y recomendable llevar a cabo propuestas similares a la asignatura de Educación Física, en todos sus niveles, pues como se ha mencionado anteriormente, tiene numerosos beneficiosos para todos los implicados en el proceso de enseñanza-aprendizaje.

5. Bibliografía

- Angelescu, N. (1988). El tenis de mesa. Barcelona: Juventud, S.A.
- Armstrong, N., & Welsman, J. R. (2006). The Physical Activity patterns of European youth with reference to methods of assessment. *Sports Medicine*, 36(12), 1067-1086.
- Arráez Martínez, J. M. (2000): ¿Puedo jugar yo?. Proyecto Sur. Granada.
- Barba, J.J. (2010). Diferencias entre el aprendizaje cooperativo y la asignación de tareas en la Escuela Rural. Comparación de dos estudios de caso en una unidad didáctica de Acrosport en segundo ciclo de primaria. *RETOS: Nuevas tendencias en Educación Física, Deporte y Recreación*, 18, 14-11.
- Bauman, Z. (2005). Los retos de la educación en la modernidad líquida. Barcelona: Gedisa.
- Bermejo, J.L. (1991). Tenis de mesa. Madrid: F.E.T.M. C.O.E.
- Borms, J. (2008). Directory of sport science (5th edition). A journey through time – the changing face of ICSSPE. Berlín: ICSSPE-CIEPSS.
- Calderón, A., Martínez, D & Martínez, I.A. (2013). Influencia de las habilidad física percibida sobre la actitud del alumnado tras una unidad didáctica basada en Educación Deportiva. *RETOS: Nuevas tendencias en Educación Física, Deporte y Recreación*, 24, 16-20.
- Contreras, C. (2011). Unidad didáctica de educación física adaptada para secundaria. *Revista Digital EFDeportes*, 16(157), 1- 1.
- DePauw, K. P., & Doll-Tepper, G. (1989). European perspectives on Adapted Physical activity. *Adapted Physical Activity Quarterly*, 6(2), 95-99.
- Erkilic, M., & Durak, S. (2013). Tolerable and inclusive Learning spaces: an evaluation of policies and specifications for Physical environments that promote inclusion in Turkish Primary Schools. *International Journal of Inclusive Education*, 17(5), 462-479.
- Escribano-Gómez, P. (2007). Diario inacabado de un maestro. Capítulo 1. Viaje por el mundo de Jalovo. Cablegraphics.
- Fairclough, S. J., & Stratton, G. (2006). A review of Physical Activity levels during elementary School Physical education. *Journal of Teaching in Physical Education*, 25, 239-257.
- Fejgin, N., Talmor, R., & Erlich, I. (2004). Inclusion and burnout: Factors concerned with Physical Education teacher burnout in inclusive education. *Megamot*, 43(3), 519-545.
- Gamonales, J. M. (2016). La Educación Física como herramienta de inclusión. *Publicaciones Didácticas*, 70(1), 26-33.
- Gamonales, J. M. y Campos, S. (2017). Propuesta de Unidad Didáctica para Educación Física: Conociendo los Deportes Paralímpicos. Publicaciones

Didácticas.

- Granado-Ferrero, I. (2012). Educación Física y Salud: Un análisis de sus relaciones y dimensión social. *Encuentros multidisciplinares*, 14(42), 21-29.
- Grenier, M. A. (2011). Coteaching in psysical education: a strategy for inclusive practice. *Adapted Psysical Activity Quarterly*, 28(2), 95-112.
- Jofre, A. (2011). El reto de la integración del deporte adaptado español en el deporte convencional. En Pérez, J. y Sanz, D. (eds.) *Avanzando Juntos Hacia la Integración*. 1ª Conferencia Nacional de Deporte Adaptado (pp. 47-54). Madrid: Universidad Politécnica de Madrid.
- Hansen, N. (2014). Education and disability: Apacewherewebelongoris historyrepeatingitself? *The routledgeinternationalcompanion to educationalpsychology*. (pp. 225-234) Routledge/Taylor & Francis Group, New York.
- Harris, J., Cale, L., & Musson, H. (2012). The predicament of primary Physical Education: a consequence of insuficiente ITT and ineffective CPD?. *Physical Education and Sport Pedagogy*, 17(4), 367-381.
- Lagar, J. A. (2003). Deporte y discapacidad. *Redactor Deportivo Radio Nacional de España*, 1-16.
- Lamata, C. (2016). Deporte inclusivo en la escuela: propuesta de adecuación a la LOMCE. Trabajo de Fin de Máster en Formación del Profesorado de Educación Secundaria Obligatoria, Bachillerato y Formación Profesional. Universidad Politécnica de Madrid.
- Mendoza-Laiz, N. (2009). La formación del profesorado en Educación Física con relación a las personas con discapacidad. *Ágora para la Educación Física y el Deporte*, 9, 43-56
- Minc, F. (2001). Tenis de mesa: fundamentos metodológicos para profesores. *Lecturas: Educación Física y Deportes, Revista Digital*. Buenos Aries, Nº 39.
- Moya, R. M. (2014). *Deporte Adaptado*. Madrid: Ceapat-Imserso.
- Muniesa, B. (2008). *Libertada, liberalismo y democracia*. Barcelona: El viejo topo.
- Ocete, C., Pérez-Tejero, J., & Coterón, J. (2015). Propuesta de un programa de intervención educativa para facilitar la inclusión de alumnos con discapacidad en educación física. *RETOS: Nuevas Tendencias en Educación Física, Deporte y Recreación*, (27),140-145.
- Ovejero-Bernal, A. (2004). *Globalización, sociedad y escuela*. Valladolid: Universidad de Valladolid.
- Peñarrubia, C. (2014). El goalball: una experiencia de integración y educación inclusive. *Revista Digital EFDeportes*, 19(192), 1-2.
- Pérez-Cabanas, R. (2017). Educación física y enfermedades raras: diseño de una comunidad virtual para docentes. 13º Congreso Internacional de Ciencias del Deporte y la Salud. Medicina, Enfermería, Fisioterapia, Psicología, Nutrición, Educación Física y Deporte. SPortis, Formación Deportiva. Universidad de Pontevedra. Pontevedra (España).
- Pérez-Tejero, J., Reina, R., & Sanz, D. (2012). La actividad física adaptada para personas con discapacidad en España: perspectivas científicas y de aplicación actual. *Cultura, Ciencia y Deporte*, 21(7), 213-224.
- Perlman, D. J. (2012). Change in affect and needs satisfaction for amotivated students with in the sport Education model. *Journal of Teaching in Physical Education*, 29(4), 433-445.
- Poulsen, A. A., & Ziviani, J. M. (2004). Health enhancing Physical activity: factors influencing engagement patterns in children. *Australian Occupational*

Therapy Journal, 2(11), 69-79.

- Reina, R. (2010). La actividad física y deporte adaptado ante el Espacio Europeo de Enseñanza Superior. Sevilla: Wanceulen.
- Ríos-Hernández, M. (2005). Manual de Educación Física adaptada al alumno con discapacidad. Barcelona: Paidotribo.
- Romañach, J., & Lobato, M. (2005). Diversidad funcional, nuevo término para la lucha por la dignidad en la diversidad del ser humano. Foro de vida Independiente. Recuperado el 21 de Abril de 2017 en http://www.minusval2000.com/relaciones/vidaIndependiente/pdf/diversidad_funcional.pdf
- Sadioglu, Ö., Bilgin, A., Batu, S., & Oksal, A. (2013). Problems, expectations, and suggestions of elementary teachers regarding inclusion. Kuram Ve Uygulamada Egitim Bilimleri, 13(3), 1760-1765.
- Sánchez Hernández, S. y Victoria Soler, S. (2010). El tenis de mesa en educación primaria y secundaria. Propuesta: tomo la iniciativa con mi saque. Disponible en: <http://www.efdeportes.com/efd150/el-tenis-de-mesa-tomo-la-iniciativa-con-mi-saque.htm>.
- Santana, P., & Garoz, I. (2013). Actitudes hacia la discapacidad e intervención docentes desde el deporte adaptado. Revista Internacional de Medicina de la Actividad Física y el Deporte, 13(49), 1-17.
- Tweedy, S.M. & Vanlandewijck, Y. (2010). International Paralympic Committee position stand-background and scientific principles of classification in Paralympic Sport. British Journal of Sports Medicine, 45, 259-269.
- Méndez Giménez, A. (2005). Hacia una evaluación de los aprendizajes consecuente con los modelos alternativos de iniciación deportiva. In Tandem, 17 (38-58). Monográfico sobre la evaluación en Educación Física. Barcelona: Graó.

- Unesco (1978). Carta Internacional de la Educación Física y el Deporte. Recuperado el 20 de Abril de 2017 de: <http://unesdoc.unesco.org/>.

6. Anexos

Anexo 1. Ejemplo de desarrollo de una sesión de esta unidad didáctica Ejemplo de sesión tenis de mesa adaptado

Para llevar a cabo la práctica contamos con raquetas para todos los participantes y utilizaremos tanto pelotas propias del tenis de mesa como de gomaespuma de las mismas dimensiones (40 mm).

Si a la hora de la práctica en las mesas no hay mesas suficientes para jugar cuatro alumnos y que nadie se quede mirando, se propondrán actividades alternativas.

La sesión se llevará a cabo en un pabellón cerrado, gimnasio o aula, donde las condiciones meteorológicas permitan el desarrollo normal de la sesión.

Las actividades y ejercicios planteados deben, en su mayoría, aproximarse progresivamente a las condiciones reales de juego (Angelescu, 1988).

Objetivos:

En esta sesión he propuesto los siguientes objetivos generales:

- Familiarizarse con las dimensiones de la raqueta y la pelota.
- Controlar la pelota cuando realizamos diferentes tipos de desplazamientos, apoyos y segmentos corporales.
- Colaborar en equipo para realizar las tareas propuestas.

Estructura de la sesión:

La sesión tendrá una duración de 45 minutos y constará va a estructurar en tres partes: Calentamiento, Parte principal y vuelta a la calma. Se comenzará de una forma más individual para acabar trabajando por grupos.

Calentamiento (10')

Cada alumno coge una raqueta y dos pelotas: una de gomaespuma, que ralentizará el juego y otra para el juego normal.

Ejercicio 1



Imagen 1. Ejercicio 1.1 efdeportes.

Descripción

Individualmente. Golpear la pelota: (se pondrá especial atención en golpearla con el centro de la raqueta).

- Sobre la misma cara de la pala. Con cambio al otro lado.
- Alternando lado rojo y negro de la pala.
- Igual, pero con la mano no dominante.
- Igual, pero desplazándonos por la pista y chocando las manos de los compañeros con la mano libre.
- Contra el suelo, siguiendo el rastro de una línea de la pista polideportiva.

Variantes: Sentados, sobre una pierna, con la mano no dominante...

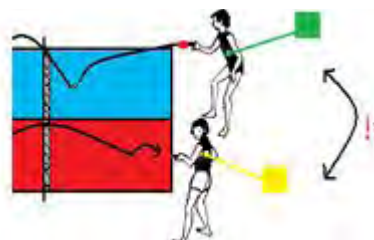
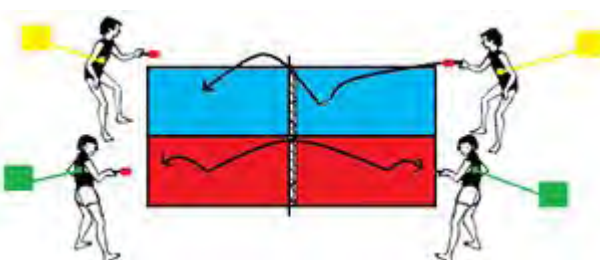
Aquellos alumnos que tengan dificultad en realizar este ejercicio y sus variantes, se les permitirá que la pelota de un bote en el suelo entre un golpeo y otro.

Todo ello deberá realizarse alternando las pelotas de distinto material que hemos cogido al principio.

Parte Principal (30')

Los ejercicios que a continuación se detallan implican cierta complejidad puesto que se tratará de simular una situación de juego simulada con sus variantes (sentados, sobre una pierna, con la mano no dominante...). A pesar de esto, no hemos querido perder dinamismo en

la sesión, por lo que en la mayoría de las ocasiones se han creado situaciones de juego en las que aplicar estos elementos técnicos. Podremos ver casos en los que al modificar la situación de juego normal, el jugador deberá adaptarse con distintos desplazamientos para golpear la pelota.



Imágenes 2 y 3. Ejercicio 2.1 efdeportes.

Ejercicio 2

Descripción

Colaboración por parejas, establecemos un peloteo en cada mitad de la mesa. La pareja debe dar el máximo número de golpes seguidos y contabilizarlos.

Empezarán de pie, para ir pasando por las diferentes variantes (sentados, sobre una pierna, con la mano no dominante...) de menor a mayor complejidad si llegan a 10 golpes alternativos entre los 2 miembros de la pareja. Como variante se propone realizar la misma actividad de forma cruzada (en diagonal).

La pareja ganadora será quien más puntos acumule al finalizar el ejercicio.

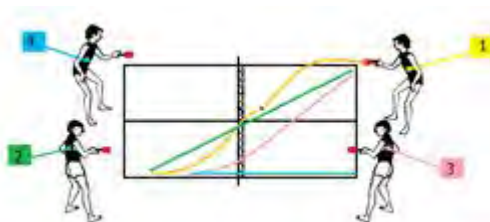


Imagen 4. Ejercicio 2.1 efdeportes.

Para el resto de compañeros que no realicen esta actividad por escasez de mesas se proponen una serie de ejercicios alternativos mientras esperan su turno para jugar en la mesa.

Por parejas. Sentados en el suelo y frente a una pared, jugamos contra nuestra pareja. Utilizando una cuerda y dos soportes que la eleven, construimos la red, y la separamos unos centímetros de la pared golpeando de forma alternativa cada uno por encima de la red y tras botar en el suelo.

Otra variante sería, utilizando el mismo material y a modo de minipista de tenis, conseguir el mayor número posible de golpes.

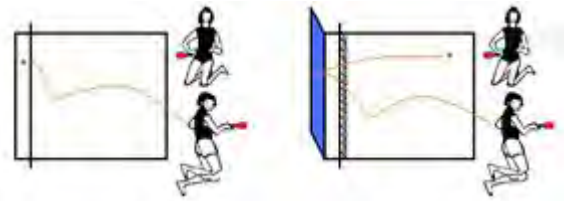


Imagen 5. Ejercicio 2.1 efdeportes.

Vuelta a la Calma (5´)

Se realizará una reflexión crítica de la sesión, donde se analizarán todas las dificultades y problemas aparecidos en cada uno de los ejercicios.

Además, se procederá a recoger el material.

Anexo 2: Ejemplo de Autoevaluación (a cumplimentar por el docente)

Fecha:	Unidad Didáctica:
Preguntas	Curso:
¿Revisé mis conocimientos acerca del tema? ¿Consulté bibliografía/recursos digitales?	
¿Cómo planifiqué mis clases?	
¿Consigné los objetivos? ¿Se los hice saber a mis alumnos? ¿Para formularlos tuve en cuenta las expectativas de logro?	
¿Tuve en cuenta el contexto?	

Anexo 3: Ejemplo de Evaluación inicial (a cumplimentar por el docente)

Nombre y Apellidos:	Curso:		
Comportamientos Observacionales	Realizado	En Proceso	No Realizado
Conoce los deportes paralímpicos.			
Identifica las limitaciones que tiene una persona con discapacidad.			
Muestra interés sobre el tema de la discapacidad.			
Es capaz de sensibilizarse con el resto de compañeros sobre las dificultades que entraña desarrollar deportes inclusivos.			

Anexo 4: Ejemplo de Evaluación formativa (a cumplimentar por el docente)

Nombre y Apellidos:	Curso:		
Comportamientos Observacionales	Realizado	En Proceso	No Realizado
Presenta buena actitud en las actividades proyectadas.			
Participa de forma activa en los deportes propuestos.			
Respeto el reglamento.			