

UNIVERSIDAD DE CIENCIAS DE LA RECREACIÓN Y EL DEPORTE

“MANUEL FAJARDO”

FACULTAD HOLGUÍN

TESIS PRESENTADA EN OPCIÓN AL TÍTULO ACADÉMICO DE MÁSTER EN
ACTIVIDAD FÍSICA EN LA COMUNIDAD

ALTERNATIVA FÍSICO - RECREATIVA PARA FAVORECER LA INCLUSIÓN
SOCIAL DE LOS NIÑOS CON RETRASO MENTAL LEVE A LA COMUNIDAD

AUTORA: Lic. Mirza Cruz Montero

TUTORA: MSc. Nitzá González Ramírez

Prof. Auxiliar

TUTOR: MSc. René Álvarez Rodríguez

Prof. Instructor

HOLGUÍN, 2011

PENSAMIENTO

“El aislamiento social que sufre el niño es un ejemplo del defecto secundario y terciario, por eso, darle las vías y estimularlo para que se incorporen al colectivo es importante”.

Vigotsky.

Agradecimientos.

A la grandiosa Revolución Cubana por formarme como educadora y exigirme la constante superación.

A mis padres, Maximino y Elba, por los esfuerzos, apoyo incondicional y la esperanza que siempre depositaron en mí.

A mi tutora, MSc. Nitza González Ramírez por la ayuda, guía y sugerencias brindadas que contribuyeron a elevar el nivel científico de la tesis.

A todos y todas los que colaboraron para hacer realidad este sueño.

A todos mis más sincero agradecimiento.

Dedicatoria.

A nuestro máximo líder, Fidel Castro Ruz, por la importancia que siempre le ha concebido a la Educación.

A mi adorable hijo, René Alvarez Cruz, por ser mi mayor tesoro y la razón de mi vida.

A los trabajadores de la Educación, por su obra de infinito amor y sacrificio personal.

RESUMEN

La inclusión social de los niños con retraso mental leve a la comunidad constituye desde el punto de vista humano, social, biológico y fisiológico una necesidad impostergable. La falta de información, documentación y la no participación de los niños con retraso mental en actividades de la comunidad, son el punto de partida para la presente investigación; se plantea como problema científico, ¿Cómo favorecer la inclusión social de los niños con retraso mental leve en las actividades físico-recreativas en la comunidad Los Edificios del municipio Urbano Noris?, declarando como objetivo aplicar una alternativa físico-recreativa para favorecer la inclusión social de esta población a dichas actividades; la propuesta está sustentada en talleres y actividades adaptadas, consta de cuatro momentos fundamentales: Diagnóstico, Concepción- Elaboración, Implementación y Constatación. La muestra está constituida por 8 niños con retraso mental leve. Para la realización de la presente investigación nos apoyamos en los métodos teóricos y empíricos: Histórico-lógico, Analítico-sintético, Inducción-deducción, Observación, Entrevista y Encuesta. La aplicación del fórum comunitario permitió determinar que la alternativa propuesta es pertinente y que favorece la preparación de los profesores de Recreación y la inclusión social de los niños con retraso mental leve a la comunidad.

INDICE

INTRODUCCIÓN.....	1
CAPÍTULO I FUNDAMENTACIÓN TEÓRICA.....	10
1.1 Fundamentos fisiológicos, sociológicos y psicológicos sobre el retraso mental leve.....	10
1.1.2 Consideraciones sobre el retraso mental.....	13
1.1.3 Características generales de la esfera cognoscitiva de niños con retraso mental leve	16
1.1.4 Características de los niños con retraso mental leve comprendido en la edad entre ocho y diez años.....	18
1.1.5 La inclusión social.....	20
1.1.6 La actividad físico-recreativa. Actividades físicas adaptadas.....	22
1.1.7 Recreación Física. Modelo cubano.....	24
1.1.8 Algunas consideraciones sobre Alternativa.....	26
CAPÍTULO II. PROPUESTA DE ALTERNATIVA FÍSICA-RECREATIVA PARA FAVORECER LA INCLUSIÓN SOCIAL DE LOS NIÑOS CON RETRASO MENTAL LEVE.....	31
2.1 Primera etapa: Diagnóstico.....	31
2.1.1 Diagnóstica inicial.....	32
2.2 Segunda etapa: Concepción y elaboración.....	33
2.2.1 Propuesta de alternativa para los niños con retraso mental leve.....	33
2.3 Tercera etapa. Implementación.....	47
2.3.1 Implementación de la alternativa a través de talleres.....	47
2.4 Cuarta etapa: Constatación.....	53
2.4.1 Determinación de la pertinencia de la alternativa físico-recreativa.....	55
Conclusiones.....	58
Recomendaciones.....	59
Bibliografía.....	60
Anexos	

INTRODUCCION

La práctica del ejercicio físico en todas sus manifestaciones se considera como una actividad de gran importancia para la formación de los niños, también beneficioso para la salud física y mental, así como su desarrollo armónico e integral. Para el trabajo con los niños con retraso mental leve (RML) un principio fundamental es tener en cuenta el diagnóstico precoz científico y diferencial; el que permite determinar el tipo de afección y su complejidad para luego aplicar actividades adecuadas para su corrección y educación. Es por ello que es necesario un sistema de influencia de las diferentes instituciones desde la comunidad y la familia para su posterior inclusión en el sistema educacional.

A propósito, se considera que todos los grupos humanos son heterogéneos, que la sociedad es de todos y que cada uno de ellos ocupa un lugar importante en la misma, que se debe ser más flexible y considerar que todos son más significativos. Se debe ser tolerante en la acepción, manifestar respeto y consideración a las otras personas, aunque estas sean absolutamente diferentes en la manera de actuar, decir, hacer y ser.

En los últimos años en muchos países del mundo se efectúa con éxito numerosas investigaciones, aplicando los medios más modernos, que garantizan un enfoque de mayor objetividad al estudio de los niños que presentan defecto físico o mental. Ante estas investigaciones y desarrollo en cuanto a la Enseñanza Especial (EE) Cuba no quedó rezagada.

Al triunfar la Revolución, existían en el país solo 8 escuelas para atender a niños con Necesidades Educativas Especiales (NEE), dentro de ellos el retraso mental leve. Analizando el tipo de atención que recibían algunos cientos de niños y adolescentes en esos centros se le puede denominar con más acierto asilos que escuelas. La mayoría de estas instituciones eran mantenidas de forma privada o por patronatos. Solo existía una de carácter estatal. La gran mayoría de los deficientes físicos o mentales tenían como única perspectiva la explotación inhumana, el abandono social y la miseria.

Por lo que podemos afirmar que en Cuba la atención organizada y sistemática a las distintas categorías de niños con anomalías en el desarrollo, comienza en el año 1959. Es a partir de este año que este tipo de enseñanza, adquirió un verdadero carácter universal. Con el triunfo de la Revolución, la situación cambia radicalmente por primera vez en nuestra historia la salud pública y la educación pasan a ser una de las preocupaciones más importantes del gobierno y se comienza a crear una red fundamentalmente de instituciones estatales, capaz de resolver el importante problema social que representa el tratamiento a los niños con retraso mental.

Se crean instituciones atendidas por el ministerio de salud (MINSAP) para las patologías que por la profundidad de su defecto no son susceptibles de ser educados en las escuelas que se rigen por el subsistema de la educación general para niños con Necesidades Educativas Especiales (desviaciones del desarrollo, trastornos sensoriales y del lenguaje). En las cuales pueden progresar adecuadamente en relación con la dificultad que presentan. Surgen así numerosas escuelas para niños con Retraso Mental o con Retardo en el Desarrollo Psíquico a lo largo de todo el país, con programas y personas especialmente preparadas, atendiendo sus características y necesidades.

Las nuevas concepciones sobre la atención a los niños con retraso mental tienen sus antecedentes en las ideas de pedagogos, sociólogos y psicólogos, entre los que se destaca L. S. Vigotsky (1960); quien en sus aportes sobre la Zona de Desarrollo Próximo (ZDP) no limita las capacidades de aprendizaje del individuo y le refiere gran importancia a las influencias de toda actividad que se desarrolle con estos fines. Haciendo énfasis a que se potencie el nuevo conocimiento a partir de lo ya conocido.

El trabajo correctivo-compensatorio se basa en la concepción marxista-leninista del desarrollo del hombre, es decir en este caso particular en adecuada comprensión de la influencia que sobre el retraso mental (RM), ejercen los factores biológicos, psicológicos y sociales. La esencia de la concepción marxista-leninista de la personalidad radica en que se forma bajo la influencia decisiva de las relaciones sociales así como la manipulación de las condiciones de vida y educación sin

menospreciar el papel de los factores biológicos que también influyen en el desarrollo.

La concepción actual de la Enseñanza Especial en Cuba es el resultado directo de la experiencia de más de 50 años de ardua labor en la interpretación y aplicación de los más renovadores y modernos enfoques internacionales en esta materia, constituyendo la columna vertebral de un subsistema educacional, que más que una enseñanza representa una política, existen actualmente en el país 430 escuelas a las que asisten más de 55 000 niños con déficit en un área o más del desarrollo humano.

La tarea más importante en los primeros años fueron: elaborar los planes y programas de estudio, preparar los maestros especializados y crear escuelas, adaptando casas y locales apropiados. En el año 1962 se creó en el Ministerio de Educación el Departamento de Enseñanza Diferenciada, en la primera fase se logró la creación de 50 escuelas en todas las provincias y la organización de los Centros de Diagnóstico y Orientación. En el año 1971 se cambia la estructura del Ministerio de Educación y se constituye entonces la Dirección de Educación Especial.

El trabajo correctivo compensatorio se lleva a cabo para incorporar a este tipo de niños a la vida social y laboral activa. De ahí que su propósito sea convertirlos en hombres útiles y con valores morales acorde a la sociedad en que se desarrolla. Otro aspecto importante a tener en cuenta es la enseñanza diferenciada e individualizada para organizar el sistema de influencias pedagógicas de acuerdo a las características y particularidades de cada niño con discapacidad.

Es por eso que la comunidad se vislumbra como el principal escenario donde los profesores de recreación interactúan en aras de alcanzar un desarrollo integral, en plena armonía con el objeto social. Hay que reconocer que la comunidad es un pasaje importante durante todo el desarrollo histórico de la nación y es indudable que en el país existe una voluntad expresada por parte del gobierno de que esta participe en los procesos de transformación. Para ello se han creado múltiples espacios y formas.

Existen estructuras comunitarias que demuestran la unidad del Estado con las masas como son: El Consejo Popular (CP); la Asociación de Agricultores Pequeños (ANAP); los Comité de Defensa de la Revolución (CDR); la Federación de Mujeres Cubanas (FMC); la Asociación de Combatientes de la Revolución Cubana (ACRC); la Organización de Pioneros José Martí (OPJM); la Federación Estudiantil de la Enseñanza Media (FEEM); la Federación Estudiantil Universitaria (FEU); entre otras. Todas ellas de una u otra forma desarrollan programas y proyectos de trabajo comunitario junto a otras instituciones y su eficacia se mide fundamentalmente por la capacidad de influir en su entorno social y de buscar solución a las necesidades de la población.

Debe consignarse que diferentes investigadores nacionales y foráneos se han dedicado a estudiar instrumentos de medición comunitaria, dentro de los que se destacan los chilenos Wautiez y Reyes (2001) quienes plantean una propuesta para la construcción de indicadores con la participación de la comunidad, a través de una alternativa bien definida.

En el contexto nacional se destacan los estudios realizados por Arias (1995), Fernández (2001), el Colectivo de Investigación Educativa (CIE) "Graciela Bustillos", González, Martínez y García (2003), así como Esquivel (2005) que se dedicaron a la caracterización, evaluación, conformación y aplicación de indicadores que propician variados modelos para evaluar los procesos educativos, lograr la integración y participación comunitaria. Sin embargo todavía no se visualizan modelos congruentes para que la propia comunidad construya sus indicadores.

En el 2002 se desarrolló en el municipio el estudio sobre el desarrollo genético y otras discapacidades, los resultados obtenidos arrojaron que el 3.06 % de la población padecía de retraso mental, convirtiéndose de ese modo en el territorio con la segunda mayor tasa a nivel nacional.

La aplicación de diferentes técnicas del nivel empírico, en el trabajo con los niños de la comunidad Los edificios del municipio Urbano Noris permitieron detectar que existen insuficiencias tales como:

- Baja asistencia a las actividades de la comunidad por parte los niños con retraso mental leve.
- Poca participación activa de los niños con retraso mental leve en las actividades comunitarias.
- Insuficiente interrelación de los niños con retraso mental leve con los demás niños de la comunidad.
- Pobre inclusión social de los niños con retraso mental leve a las actividades de la comunidad.
- Poco dominio de los profesores de recreación de las características de los niños con retraso mental leve.
- Limitación de la familia para favorecer el proceso de inclusión social de los niños con retraso mental leve.

Lo antes expuesto refleja la existencia de una **contradicción** entre las insuficiencias teóricas y metodológicas en la concepción actual del trabajo del profesor de recreación y la planificación de actividades físico-recreativas encaminadas a favorecer la inclusión social de los niños con retraso mental leve a la comunidad.

Precisamente para dar solución a esta problemática se declara como **problema científico**: ¿Cómo favorecer la inclusión social de los niños con retraso mental leve a las actividades físico-recreativas en la comunidad Los Edificios del municipio Urbano Noris?

Por lo que la presente investigación tiene como **objetivo**: Aplicar una alternativa físico-recreativa para favorecer la inclusión social de los niños con retraso mental leve a las actividades en la comunidad.

El **Objeto de estudio** se enmarca en el proceso de actividades físico-recreativas comunitarias y el **campo de acción** la inclusión social de los niños con retraso mental leve a las actividades físico-recreativas comunitarias.

Preguntas Científicas:

1. ¿Cuáles son los fundamentos teóricos metodológicos que sustentan la inclusión social de los niños con retraso mental leve a las actividades físico-recreativas?
2. ¿Cuál es el estado actual de la inclusión social de los niños con retraso mental leve a las actividades físico-recreativas en la comunidad Los Edificios?
3. ¿Qué actividades deben integrar la alternativa físico-recreativa para favorecer la inclusión social de los niños con retraso mental leve en la comunidad Los Edificios?
4. ¿Cómo valorar la pertinencia de la alternativa físico-recreativa diseñada para favorecer la inclusión social de los niños con retraso mental leve en la comunidad?

Tareas Científicas

1. Determinar los fundamentos teóricos metodológicos que sustentan la inclusión social de los niños con retraso mental leve a las actividades físico-recreativas de la comunidad.
2. Diagnosticar el estado actual de la inclusión social de los niños con retraso mental leve a las actividades físico-recreativas en la comunidad Los Edificios.
3. Aplicar una alternativa físico-recreativa para favorecer la inclusión social de los niños con retraso mental leve en la comunidad Los Edificios
4. Valorar la pertinencia en la aplicación de la alternativa físico-recreativa diseñada para favorecer la inclusión social de los niños con retraso mental leve en la comunidad.

Para el desarrollo de la presente investigación se aplicaron diferentes **métodos**, tales como:

Métodos del nivel teórico:

- **HISTÓRICO-LÓGICO:** Para analizar el problema y las diferentes formas de enfrentarlo, las tendencias de la relación profesor de recreación – trabajo comunitario, modelos de mediación e inclusión social de los niños con retraso mental leve.
- **ANALÍTICO-SINTÉTICO:** al trabajar con las fuentes para construir el basamento teórico de esta investigación, en el procesamiento de la información sobre el tratamiento de los niños con retraso mental leve, conociendo además el alcance de objetivos relacionados con el tema de investigación que permitan fundamentar la realidad del problema y los fundamentos sobre mediación e inclusión social
- **INDUCCIÓN-DEDUCCIÓN:** En la determinación de tendencias, posiciones teóricas, elaboración de la Concepción Teórico – Metodológica, propuesta de actividades para resolver el problema y poder llegar a conclusiones durante toda la investigación.

Métodos del nivel empírico:

- **OBSERVACIÓN:** Se aplicó durante todo el proceso de investigación para obtener información sobre la asistencia de los niños, participación activa, preparación de la familia y relaciones sociales con los demás niños.
- **ENCUESTA:** Se encuestaron a profesores de recreación para conocer el nivel de información que poseen sobre la inclusión de los niños con retraso mental leve a las actividades físico-recreativa de la comunidad y a los niños antes y después de aplicada la investigación para conocer el estado actual y el progreso de la aplicación de la alternativa.
- **ENTREVISTA:** Se aplicó a las familias de los sujetos de investigación, con el objetivo de conocer como influían estos en la inclusión de los niños en las actividades de la comunidad antes y al final de la para valorar la aceptación que ha tenido la aplicación de la alternativa, a los directivos para conocer el nivel de conocimiento que poseen sobre las actividades que se les imparten a los niños con retraso mental leve y a los profesores de recreación con el

objetivo de conocer el dominio sobre el trabajo con este tipo de discapacidad.

- **FORUM COMUNITARIO:** Se utiliza para constatar la pertinencia de la alternativa valorando el criterio de las personas a través de la técnica de consenso con directivos, profesores, familiares y la muestra seleccionada.

Métodos matemáticos y estadísticos

Cálculo porcentual: como procedimiento matemático, se utilizó para hacer el estudio comparativo entre la constatación inicial y final, además para demostrar la pertinencia de la aplicación de las actividades, permitiendo procesar la información de todos los datos obtenidos.

POBLACIÓN Y MUESTRA

De una población de 8 niños comprendidos en las edades de 8 a 10 años se escogió el 100 % de la misma.

JUSTIFICACIÓN DEL PROBLEMA

La necesidad de contar con una alternativa de actividades físico-recreativas que favorezca la inclusión social de los niños con retraso mental leve a la comunidad, que permita además la preparación de la familia y los profesores a través de talleres donde se traten temas relacionados con las características de los niños con Necesidades Educativas Especiales, la importancia de las actividades físicas, el papel de la familia en el proceso de inclusión, todo lo que permitirá lograr la participación activa de los niños en dichas actividades y por tanto una vida social plena.

Definición de términos.

Alternativa de ejercicios: Se basa en un conjunto de acciones valorada, planificada y bien estructurada para aplicarla durante el proceso de enseñanza y responde a una necesidad.

Necesidades Educativas Especiales (NEE): Es el conjunto de características que se alejan lo suficiente de la norma y las personas son consideradas portadoras de una deficiencia que puede ser física, sensorial, motora, intelectual o psicológica. No

todo lo desviado debe considerarse como una deficiencia. Un concepto tan especial como talento o superdotado también requiere de una educación especial, de métodos y procedimientos diferentes para que el talento no muera.

Inclusión social: es el acercamiento psicológico y social entre ambos grupos, los discapacitados forman parte con los no discapacitados, hay contacto espontáneo y regular y se establecen lazos afectivos.

Para ello se tienen en cuenta los siguientes indicadores:

- Asistencia de los niños con retraso mental leve a las actividades de la comunidad,
- Participación activa de los niños en dichas actividades,
- Disposición de la familia de participar en el proceso de inclusión social de los niños con retraso mental leve, y
- Relaciones sociales e interpersonales de los niños con retraso mental leve y el resto de los coetáneos.

CAPÍTULO I. FUNDAMENTACIÓN TEÓRICA METODOLÓGICA QUE SUSTENTAN LA INCLUSIÓN SOCIAL DE LOS NIÑOS CON RETRASO MENTAL LEVE A LAS ACTIVIDADES FÍSICO-RECREATIVAS

En este capítulo se presentan varios elementos que sirvieron de fundamento a esta investigación como: los fundamentos fisiológicos, sociológicos y psicológicos; consideraciones sobre el retraso mental; la actividad físico deportiva recreativa y su importancia para las personas con retraso mental leve. Además las actividades físicas adaptadas; recreación física y modelo cubano.

1.1. Fundamentos fisiológicos, sociológicos y psicológicos sobre el retraso mental.

Como se ha observado la personalidad se manifiesta en un conjunto de complejos subsistemas de regulación mediante los cuales adquieren un carácter explicativo las diferentes formas de expresión de la misma y se expresa en la integración de esos complejos subsistemas; lo que hace que se manifieste como un sujeto consciente, capaz de autorregularse y autodeterminarse.

Ante un defecto intelectual comienzan las restricciones, los rechazos, las sobreprotecciones, las angustias, los temores, las inseguridades que frenan la realización de actividades, la incorporación y la participación exitosa en eventos sociales que valorizan personal y colectivamente al individuo; el temor a la burla, a la no aceptación limitan la posibilidad de autoexplorar hasta dónde es posible el resultado y cómo lograrlo.

Para Vigotsky (1960) el defecto por sí solo no decide el destino de la personalidad, sino las consecuencias sociales y su realización sociopsicológica. El defecto es una realidad, se impone entonces la aceptación y la orientación a la búsqueda de mecanismos sustitutivos y compensatorios que permitan cumplir con las actividades rectoras que cada grupo etéreo hasta donde sea posible, solo así se sientan las bases para transitar a otra etapa o estadio del desarrollo y se produce el crecimiento personal.

Concentrarse en la evolución física del niño, cómo va, cómo se puede contribuir a que mejore, saber hasta donde puede llegar, conocer bien las particularidades y

posibilidades es la misión del adulto, en este caso el profesor de recreación unida a la orientación del niño y la familia, para que todos actúen de conjunto, abriendo caminos y derrumbando barreras psicológicas. Mejorando por otra parte el sistema de tratamiento integral que se les ofrece. Además se debe permitir que cada quien desde su posición vea realizados sus sueños, aspiraciones, satisfaga sus necesidades y cumpla con sus metas.

De ahí que Vigotsky (1960) también planteara que la posibilidad de perder el equilibrio mental bajo la influencia de las dificultades y la posición sociopsicológica especial creada por la posición exclusiva del niño discapacitado en el medio, son un peligro interno. Por eso, la tarea consiste en prevenir el surgimiento de semejante sentimiento de inferioridad, de desolación, etc.

Se fundamenta de forma dinámica la compensación sobre la base de lo planteado por A. Adler, poniendo énfasis en el papel de lo social, externo, brindándole a su vez el valor necesario a lo psicológico construido a partir de la educación social. La psicología cubana se basa en esta teoría para darle explicación al mismo término y lo define como un complejo mecanismo que le sirve de base al restablecimiento o sustitución de las funciones alteradas o perdidas del organismo, regulado por el sistema nervioso central.

La tarea fundamental que tiene la psicología y la pedagogía especial con los niños con retraso mental leve es lograr el máximo aprovechamiento de sus potencialidades, lo que ocurre a través de la compensación, corrección y restablecimiento de las funciones afectadas por los defectos que presentan, todo lo cual repercute en que puedan incorporarse activamente a la vida social y productiva.

Vigotsky (1960) lo expresa de un modo claro “cualquier defecto, es decir, cualquier insuficiencia corporal pone al organismo ante la tarea de superarlo, de completar la insuficiencia, de compensar el daño que causa. De tal manera la influencia del defecto es siempre doble y contradictorio: por un lado, debilita el organismo, quebranta su actividad y constituye un factor negativo. Por otro lado, precisamente dificulta y perturba la actividad del organismo y sirve de estímulo para

un desarrollo mayor de otras funciones, impulsa y estimula al organismo a una actividad acentuada que pueda compensar la insuficiencia y superar las dificultades; el valor negativo del defecto se transforma en el valor positivo de la compensación. Es decir, según A. Adler la insuficiencia resulta ser un estímulo del desarrollo y de la actividad acentuada la sensación de insuficiencia de los órganos que sirve al individuo como estímulo permanente para el desarrollo psicológico.

Este principio apunta a poner en práctica algunos postulados y resultados de investigaciones de diferentes ciencias tales como las neurociencias, la pedagogía, la psicología, etc. De esta forma se toma en cuenta la gran plasticidad y dinámica del SNC y en especial del cerebro, lo que nos lleva a afirmar que la actividad de todo este sistema resulta dinámica y más compleja.

El trabajo correctivo compensatorio tiene sus antecedentes en diferentes tendencias que existieron en el trabajo con los niños retrasados mentales. Una de las tendencias estuvo representada por M. Montessori (1870-1952), Italia. Ella consideraba que la percepción era el proceso psíquico más afectado en los niños retrasados mentales, Por tanto proponía un sistema de actividades para la educación sensorial, basado en ejercicios dirigidos al desarrollo de los órganos de los sentidos con los cuales ella pensaba infundadamente, que se creaban las bases para el desarrollo de su pensamiento y se producían automáticamente su mejoramiento o perfeccionamiento. Su sistema constituye un reflejo de la corriente funcionalista de la psicología, que entre otras cuestiones, postulaba la separación de las funciones psíquicas con el fin de ejercitarlas.

Otra tendencia estuvo representada por O. Decroly (1871-1933, Bélgica). Quien elaboró sus sistemas de trabajo educativo sobre la base de tres etapas fundamentales: la observación, la asociación y la expresión. La primera es en esencia, el sistema de cultura sensorial desarrollado por M. Montessori, la segunda estaba dirigida al desarrollo del pensamiento mediante asociaciones, y la tercera al trabajo sobre la base de las acciones directas del niño. Su sistema es cualitativamente superior al de Montessori constituye un aporte importante a la educación de retrasados mentales; no obstante sus limitaciones fundamentales

están dadas porque él suponía que el contenido de las actividades debían ser agrupados alrededor de los procesos psicológicos y los instintos del niño.

1.1.2. Consideraciones sobre el retraso mental.

Como se ha expresado anteriormente designar a estas personas ha sido muy controvertido a lo largo de la historia y cada término inclusive ha tenido su propia evolución. A continuación se dan algunas definiciones que se han encontrado, si bien no agotan las existentes sobre retraso mental, pueden servir de ilustración del propio fenómeno y permiten compararlas para comprender sus semejanzas y diferencias.

En 1941, Doll describe el retraso mental como “un estado de incompetencia social, que en su estado más avanzado es resultado de la suspensión del desarrollo de la inteligencia por razones de origen constitucional (hereditario o adquirido): esta condición es esencialmente incurable por medio del tratamiento e irremediable mediante la capacitación a no ser el tratamiento y la capacitación inculquen hábitos que superficialmente compensen las limitaciones de la persona afectada mientras se halle en circunstancias favorables y mediante un lapsus más o menos limitado”

Por su parte Max L.HURT Y R. GWYN Gibbyen en su libro “los niños con retardos mentales” refiere que resulta ser un déficit de funcionamiento intelectual resultado de determinantes interpersonales y/o extrapersonales diversos que tienen como causa común una eficacia disminuida del sistema nervioso lo cual entraña una capacidad general menor de crecimiento en el campo de la interpretación perceptual -conceptual y por consiguiente en ajuste al medio.

Tredgold y Soddy en 1979 refiere que el retraso mental es un estado de desarrollo mental incompleto de tal naturaleza y grado que el individuo no es capaz de adaptarse al medio normal de sus compañeros, por lo cual no puede llevar una existencia carente de supervisión, control o apoyo externo.

Grossman en 1973 interpretando a la asociación americana refiere:”El retraso mental se caracteriza por un funcionamiento intelectual muy por debajo de lo normal que se presenta concurrentemente con situación de déficit en la conducta adaptativa y que se manifiesta durante el período de desarrollo”

Otra definición de retraso mental nos la brinda C. H. Carter 1973 en su libro retraso mental en el niño expresa: “El retraso mental es un proceso caracterizado por el defectuoso desarrollo o pérdida de la inteligencia, que afecta la capacidad de un individuo para aprender y adaptarse a la demanda de la sociedad a un nivel aceptable”

H. Castro en clínicas de retraso mental (1984) propone: “El retraso mental como patología, se refiere a aquellos casos en que por factores hereditarios, genéticos o adquiridos ocurre una lesión del SNC que da lugar a un insuficiente desarrollo de la psiquis en general y en especial de la actividad cognoscitiva, cuyo carácter es estable e irreversible ”

S. Y. Rubinstein nos propone la siguiente definición en su libro psicología del escolar retrasado mental (1989): “se llama mentalmente retrasado al niño cuya actividad cognoscitiva resulta establemente trastomada debido a una lesión orgánica (heredada o adquirida del encéfalo)”

Un grupo de autores cubanos (2006) proponen “El retraso mental es un estado del individuo, en el cual se producen desviaciones de los procesos psíquicos en general, fundamentalmente de la esfera cognoscitiva, los cuales presentan una estabilidad, de esta forma se produce de manera secundaria una lesión orgánica en el SNC de carácter difuso, generalizado e irreversible de etiología diversa”. Este concepto el más completo porque se nutre y sintetiza las definiciones anteriores.

No todos los niños que presentan un defecto son considerados con retraso mental, sin embargo la afirmación contraria si es válida, es decir que no todos los niños con retraso mental presentan cierta deficiencia, al caracterizar un niño con retraso mental se hace partiendo de la situación de desarrollo.

El retraso mental se considera un problema de carácter complejo, multifactorial, interdisciplinario y dialéctico, que constituyen un reto de enorme importancia para la sociedad en general y para especialistas de diversas ramas del saber en particular. En el campo de la ciencia psicólogos y pedagogos se enfrentan desde el punto de vista teórico y metodológico a una situación problémica, que repercute en su actividad práctica, dado por las polémicas en la sistematización, teórico, conceptual

y terminológica del sistema, lo que afecta la calidad del ajuste de de la respuesta social, familiar y psicopedagógica que se brinda a las personas con este diagnóstico.

En el mundo contemporáneo, donde los cambios científicos–técnicos son cada vez más acelerados, se requiere que la educación se desarrolle sobre la base de la justicia social, con equidad, que permita ofrecer un adecuado tratamiento a la diversidad y la cuál se traduzca en igualdad de oportunidades, desde el contexto comunitario. Desde tiempos remotos el infanticidio, la exclusión del núcleo familiar de una persona con un defecto visible era algo normal. No existían instituciones destinadas a la educación e inclusión a la sociedad para estos individuos, estos eran enajenados, menospreciados, personas insípidas, se decían que eran obras del diablo, que no valían nada.

Las corrientes humanistas que fueron maduradas durante los siglos 19 y 20, al calor del impetuoso avance de la ciencia y la técnica y el auge de los movimientos sociales. En la pasada centuria, han propiciado cambios en el pensamiento y la práctica social a favor de los sectores más vulnerables, incluidas las personas discapacitadas, expresadas a propiciar la participación activa de esta en la vida social.

Resulta vital para comprender el término niños con retraso mental la proyección histórico-cultural vigotskiana y sus seguidores. Orientándose en la alternativa marxista- leninista y en los principios de la educación comunista, la enseñanza especial socialista, en el proceso de formación se constituyó como una concepción teórica original, en la lucha contra las teorías idealistas y reaccionarias sobre la educación y enseñanza de los niños con deficiencias físicas y psíquicas.

Según la profundidad del defecto intelectual y teniendo en cuenta la adaptación social el retraso mental se clasifican en cuatro niveles:

- **Retraso mental leve (RML):** Lesión cerebral leve que ocurre en diferentes períodos, con (CI entre 60 y 69)
- **Retraso mental moderado (RMM):** Retraso bastante pronunciado en el desarrollo de funciones psíquicas superiores, con un (CI entre 50 y 59)

- **Retraso mental severo (RMS):** Trastorno graves en el desarrollo psíquico, motor y lenguaje pobre, se afecta la motricidad fina y gruesa. (CI entre 40 y 49)
- **Retraso mental profundo (RMP):** Trastorno graves en el desarrollo psíquico, motor y lenguaje pobre, se afecta la motricidad fina y gruesa. Aprendizaje muy limitado y no se admiten en las escuelas especiales (CI menos de 39)

El retraso mental puede tener también otras clasificaciones. Estas son:

- 1- Teniendo en cuenta la naturaleza y estructura del defecto se puede clasificar en:
 - Oligofrenia
 - Demencia orgánica
 - Retraso mental de etiología posterior
- 2- Teniendo en cuenta la posible causa o etiología la podemos clasificar en :
 - Prenatales
 - Perinatales
 - Postnatales
 - Otras causas o causas combinadas
- 3- Teniendo en cuenta la profundidad del defecto se clasifica en:
 - Leve
 - Moderado
 - Severo
 - Profundo

1.1.3 Características generales de la esfera cognoscitiva del niño con retraso mental.

ESFERA COGNOSCITIVA

SENSOPERCEPCIONES:

- Lentitud en el ritmo perceptual
- Estrechez perceptual

- Poca diferenciación
- Inercia perceptual

ATENCIÓN:

- Alteraciones de la estabilidad, volumen y distribución de la atención
- Alto índice de fatigabilidad
- Tiempo de reacción lento

MEMORIA:

- Lentitud en el proceso de retención
- Olvido con facilidad
- Inexactitud en la reproducción
- Predomina la memoria mecánica, afectándose la lógica-verbal

PENSAMIENTO:

- Predominio del pensamiento concreto
- Lentitud en las operaciones fundamentales: abstracción y generalización
- Debilidad en el papel regulador del pensamiento

LENGUAJE:

- Se afectan los componentes léxico, semántico y gramatical
- Pobreza de vocabulario activo y pasivo
- Alteraciones en la pronunciación

IMAGINACIÓN:

- Poca creatividad y pobre imaginación

Toda labor encaminada a perfeccionar el sistema de acciones constituye una prioridad en la labor social, la orientación oportuna y calificada a todos sus componentes garantiza la estimulación del desarrollo integral para lograr un sistema continuo y coherente. El principal rol está en la estimulación y desarrollo integral dirigidos a evitar que surjan y se desarrollen conductas o inhabilidades secundarias o asociadas que puedan aparecer si no se propicia un ambiente estimulador y potenciador del desarrollo. Por ello apuntó Vigotsky (1952) que el hombre al nacer hereda toda la evolución filogenética, pero el resultado final de su desarrollo estará en correspondencia con las características del medio social en que viva y de las condiciones de educación que reciba.

1.1.4 Características de los niños con retraso mental leve comprendido en la edad entre ocho y diez años.

Este grupo de niños pertenece a la etapa escolar: en esta etapa para ellos continúa siendo la actividad más importante el juego, tienen dificultades para atender a clases, cumplir con las tareas escolares, se retrasan escolarmente, el sistema de comunicación aún es insuficiente, la relación con sus coetáneos son fundamentalmente en la actividad del juego y no en el estudio, no se produce jerarquía motivacional, cumplen con los objetivos que le propone el adulto a corto plazo, los motivos cognitivos están limitados, estos no están bien concientizados, sus intereses son inconstantes, muy dependientes, sus sentimientos y emociones están pobremente desarrollados, pocos perseverantes, presentan dificultades en el desarrollo de la autovaloración, se relacionan con niños de menor edad, son capaces de asimilar normas de conductas y actuar en concordancia de las normas sociales, se mantienen dificultades en la percepción, predomina la atención involuntaria, dificultades en la distribución de su atención.

La afectación de los procesos cognoscitivos es el síntoma fundamental de los niños con retraso mental. Estas afectaciones se manifiestan, principalmente en las formas directas de reflejar la realidad objetiva, es decir en el proceso de percibir, sentir, etc. El pensamiento en los niños con retraso mental leve se forma bajo las condiciones de un conocimiento sensorial incompleto, de una falta de desarrollo del

lenguaje, de una actividad práctica limitada, por esto sus operaciones mentales se desarrollan lentamente y poseen características especiales.

El defecto básico del pensamiento de estos niños es su carácter concreto y la debilidad de la función que regula sus manifestaciones, lo cual se manifiesta en conducta y actitudes inconsecuentes. No son capaces de meditar sus acciones, no prevén sus resultados y no emplean su pensamiento con el fin de actuar consecuentemente. La percepción es de muy poca amplitud se le dificulta orientarse en un nuevo lugar o situación, cuando observan objetos lo hacen de forma insuficientemente diferenciado. Se le dificulta separar los objetos por sus características, no son capaces de establecer comparaciones muy complejas.

Al observar el lugar, la calle donde pasa, observa menos que un niño normal de su misma edad. Su poca amplitud perceptual le dificulta orientarse en un nuevo lugar, en una situación no acostumbrada. La memoria está disminuida de una manera considerable por la debilidad de sus pensamientos, lo que les impide separar lo esencial de lo no esencial, o sea, relacionar entre si elementos aislados y eliminar las asociaciones fortuitas y accesorias.

En la reproducción de narraciones los niños con retraso mental tienden a repetir palabras aisladas, frases de la narración, pero se le dificulta exponer con sus palabras el tema o asunto tratado. Una de las principales características del desarrollo de la memoria en estos niños, es la divergencia en la correlación entre el desarrollo de los procesos voluntarios e involuntarios, correlación esta que se observa en los niños normales. Presentan además incapacidad para de aprender y recordar con un fin determinado.

El lenguaje es el medio fundamental de comunicación entre las personas, al dominar el lenguaje, el individuo puede comunicar sus ideas, sentimientos y deseos a las personas que lo rodean, intercambiar con ellos experiencias y hasta es capaz de influir sobre las formas de pensar y actuar de sus semejantes. El mismo desempeña un papel fundamental en la adquisición de conocimientos, constituye el vínculo de la relación social del individuo y es un factor principal en la formación y desarrollo de los procesos psíquicos de la personalidad.

El lenguaje en estos niños se desarrolla con demora, su vocabulario es pobre, tienen insuficiente dominio del significado de la palabra, poca capacidad de generalización como consecuencia de la lentitud en el desarrollo del lenguaje; muestran debilidad de la función que regula el pensamiento y falta de juicio crítico. Las alteraciones motrices pueden limitar la asimilación de conocimiento, hábitos, habilidades y relaciones interpersonales, no solo a causa de las dificultades propias del defecto, sino también, por el factor emocional que en ocasiones afecta las relaciones del niño con sus compañeros.

En el retraso mental en los primeros años se destaca un retardo en el desarrollo de la motricidad, especialmente de la motricidad fina, manifestándose un retardo en la aparición de la locomoción y perturbaciones en el habla. La esfera emocional-volitiva del retrasado mental se caracteriza por su inmadurez. Esto es provocado por el insuficiente desarrollo de la actividad cognoscitiva; por este motivo ellos se encuentran limitados en la expresión de sus impresiones, sentimientos y emociones.

Sus sentimientos son primitivos, carecen de matices sutiles y poco diferenciados, esto se observa tanto en la actitud que ellos mantienen hacia las personas, como en sus reacciones ante los diversos acontecimientos del mundo que los rodea, no se corresponden las reacciones con los hechos que la determinan, no son capaces de distinguir lo esencial de lo no esencial, pueden manifestarse débilmente ante sucesos serios de la vida o reaccionar intensamente ante un motivo insignificante.

Las reacciones inadecuadas son típicas en estos niños al igual que la incapacidad de reprimir sus deseos, ellos pasan rápidamente de un estado de ánimo a otro, en ocasiones sin causa que lo motiven. En sus acciones siempre hay indicios de impulsividad, sus actos lo realizan sin lucha de motivos. En ocasiones son sugestionables, negativistas e inestables en las actividades.

1.1.5 La inclusión social

En los últimos años mucho se ha escrito, publicado y discutido en torno a la inclusión, la idea se convirtió en una fuerte tendencia y hasta en política de gran número de sistemas educativos declaradas en documentos oficiales, si se analiza

la tesis más general de la integración y sus principales postulados teóricos, podría interpretarse como una forma ideal de concebir la inclusión de la niñez sin la discriminación, sin segregar a nadie por razones de raza, sexo, grupo social al que pertenece, nacionalidad, creencia religiosa o capacidad, de tal manera la inclusión se concibe de manera abierta a la diversidad, desarrolladora, que a la vez que socializa, garantiza una atención diferenciada y personalizada como respuesta a las necesidades especiales, incluyendo aquellas necesidades más complejas que son calificadas como especiales, tales como los casos de déficit sensoriales, motores, verbales, intelectuales o aquellos determinados por dificultades o carencias en el entorno familiar y/o social que influyan negativamente en el desarrollo del niño.

Un fundamento básico de esta concepción es el denominado principio de la normalización, que postula la necesidad de que el niño se eduque en las condiciones más normales posibles, en el medio menos restrictivo, más socializador y desarrollador. Debe existir variedad de opciones y métodos, procedimientos que se adecuen a las necesidades y potencialidades de cada niño y propicien su desarrollo.

Autores y especialistas reconocen que para llevar a la práctica la inclusión de niños con necesidades educativas especiales es necesario crear determinadas condiciones, entre las cuales se destacan:

Cambios en la actitud de la población hacia los niños con retraso mental: se enfatiza en la necesidad de que los padres, el resto de los niños y la comunidad tomen conciencia acerca de las potencialidades de estos niños, del apoyo que necesitan, que comprendan el valor de la socialización, del desempeño de estos en el colectivo con sus coetáneos, en condiciones naturales, normales y de la importancia del estímulo y del reto, no sólo para que sean aceptados, sino para que se sientan capaces de convivir, establecer relaciones y trabajar en equipo a pesar de sus desventajas.

Preparación del profesorado: uno de los primeros requisitos de la preparación de los profesores, es que estos deben de estar en condiciones de descubrir oportunamente las desventajas y potencialidades de los niños, qué pueden hacer

ellos por sí solos y qué tipo de ayuda necesitan, que garanticen el máximo desarrollo posible de cada una de ellos.

1.1.6 La actividad físico-creativa. Actividades físicas adaptadas.

Si se habla de recreación es necesario no separarlas de las actividades físico-recreativas, pues ellas son una fuente inagotable de experiencias, enriquecedora de salud y bienestar. Constituyen un vínculo necesario para la comunicación entre las personas.

Bultler (1963) refiere la gran dificultad para precisar la conceptualización de las actividades físicas del tiempo libre, constituidas por un amplio espectro de funciones, papeles y aplicaciones. Al definir las actividades físico-recreativas, Martínez del Castillo (1986), refiere que son todas las actividades físicas que pueden desarrollarse en el tiempo libre con diversas finalidades (recreativas, lúdicas, educativas, compensatorias, deportivas, competitivas, sin importar el espacio en que se desarrollen, el número de participantes y el cuadro o nivel de organización.

No se puede olvidar que las prácticas físico-recreativas, son prácticas sociales que se desarrollan en la sociedad; las prácticas implican un consumo individual (material necesario para realizar actividades físicas del equipamiento). El estudio de la sociedad es, por tanto, una fuente de información abstracta para realizar el análisis de las actividades físicas.

Definitivamente, se está frente a una actividad que como práctica social será la expresión, materialización y producto de determinadas relaciones sociales. Por lo que se puede definir como el conjunto de actividades de contenido físico-deportivo, turístico o terapéutico, a las cuales el hombre se dedica voluntariamente en su tiempo libre, para el descanso activo, la diversión y el desarrollo individual.

Como sinónimo de recreación física se usan diversos términos, que de una forma u otra, recogen el sentido del mismo. A la recreación física tradicionalmente se le ha querido mirar como una actividad destinada a llenar el tiempo libre del

individuo, junto con otras actividades, estos análisis se han realizado a la luz de concepciones o formulaciones conceptuales que no guardan relación en muchos casos con la valoración que debe tener este concepto en una sociedad contemporánea.

La recreación física o activa no es una forma de llenar el tiempo libre de quienes lo practican, no adopta características discriminatorias en sus diversas manifestaciones, ni mucho menos es una mercancía que se ofrece a quien mejor pueda pagarla; muy por el contrario, ella constituye una actividad básica dentro del desarrollo armónico e integral del hombre y de la sociedad en su conjunto. Por sus características de voluntariedad, de actividad que produce agrado y satisfacción, por ser básicamente una actividad grupal, es decir social, la recreación física se inscribe dentro de las actividades sociales y culturales de la sociedad.

Por ello se considera que la práctica de la actividad física, tanto de juego como formativa, tiene una gran importancia para el desarrollo armónico de los niños con necesidades educativas especiales, el mantenimiento del estado de salud, y su incorporación a la vida social activa. El conocimiento de las necesidades, preferencias y gustos es a lo que llaman gestión de las actividades físicas recreativas; en esta última entran un grupo de acciones que junto a las mencionadas permiten la satisfacción de los participantes. Se habla indistintamente en el proceso de la recreación de variables tales como: gustos, preferencias, necesidades, intereses, oferta y demanda.

No obstante existen problemas de motivación y desinterés por parte de los niños con retraso mental leve en el área de "Los Edificios", en el mismo existen varias causas que afectan el desarrollo de las actividades físico- recreativas, es necesario entonces cambiar la actitud ante las ofertas disponibles de recreación, en la organización de actividades comunitarias, carencia de medios deportivos-recreativos y la pobre preparación que poseen los profesores de recreación para la inclusión de los niños con retraso mental leve.

D. C. Williamson (1988) esquematiza el modelo general de adaptación a la participación deportiva por medio de la representación de un triángulo, en cuyo centro sitúa los objetivos de la participación y en cada uno de los vértices los tres aspectos básicos que van a condicionar dichos objetivos, esto es: el perfil personal del alumno, las implicaciones de la deficiencia y las necesidades específicas de la actividad.

Un modelo general de adaptación a la recreación y al deporte para el disminuido (D. C. Williamson, 1988).

Objetivos de la participación.

Según el autor, los objetivos para los programas físicos adaptados deben pretender:

Ayudar al niño a lograr la adaptación y equilibrio psicológico que requiere su impedimento.

- Capacitarle para la comprensión de tal impedimento, así como de las posibilidades de movimiento y actuación derivadas del mismo.
- Posibilitar al niño la adaptación a sus limitaciones y su compensación.
- Facilitar la independencia y autonomía del niño con necesidades educativas especiales.
- Ayudar al niño en el proceso de identificación e inclusión en su grupo social.
- Las actividades físicas constituyen así una gran área de adaptación al permitir en los programas especiales la participación de los niños en actividades físicas adecuadas a sus posibilidades, posibilitándoles el que se les valore como persona y se les integre en el mismo mundo de los demás.

Lograr la participación activa y consciente de los padres en la educación de sus hijos, tiene en el caso de los niños con discapacidad una expresión particular, ocasionada por el impacto que esta provoca en todos los ámbitos de la vida familiar.

1.1.7. Recreación Física. Modelo cubano.

Santos Guerrero (1977), enfoca la recreación en el contexto social del desarrollo histórico, a través de los diferentes regímenes sociales que han ocurrido en

el país. Muestra, como en las primeras sociedades, las manifestaciones recreativas estaban mezcladas a las formas culturales, rituales y productivas. Posteriormente al aparecer las sociedades divididas en clases, la clase explotadora se apropia del trabajo generado por las fuerzas productivas.

Después del triunfo revolucionario de 1959, cuando se inicia el tránsito hacia el socialismo, esta situación cambia, pues este estado pasa a velar por los intereses espirituales del pueblo y da especial atención a la niñez a través del departamento de recreación. Por lo que al pasar los medios de producción a manos de la clase trabajadora, se introduce el verdadero concepto de recreación para el pueblo, que antes le negaba la sociedad dividida en clases.

En la sociedad actual, la práctica de actividades físico, deportivas-recreativas se ha convertido en una necesidad de gran importancia para todo el pueblo y en especial para los niños. Así mismo sociólogos e investigadores en el campo socio-cultural le han concebido el lugar que le corresponde en los tiempos actuales.

Estas corrientes teóricas nacen de la importancia que le han dado al uso del ocupación del tiempo libre como factor de bienestar social, considerándolo como período que está a la completa disposición del individuo después de haber terminado su labor y cumplido sus otras obligaciones. Variadas son las formas que utiliza el ser humano para emplear su tiempo libre; la orientación de las mismas puede presentar muy diversas acciones que están basadas en sus gustos y preferencias influenciadas por la educación que han recibido.

Por lo que se puede definir como el conjunto de actividades de contenido físico-deportivo, turístico o terapéutico, a las cuales el hombre se dedica voluntariamente en su tiempo libre, para el descanso activo, la diversión y el desarrollo individual. Como sinónimo de recreación física se usan diversos términos, que de una forma u otra, recogen el sentido del mismo.

A la recreación física tradicionalmente se le ha querido mirar como una actividad destinada a llenar el tiempo libre del individuo, junto con otras actividades, estos análisis se han realizado a la luz de concepciones o formulaciones

conceptuales que no guardan relación en muchos casos con la valoración que debe tener este concepto en una sociedad contemporánea.

1.1.8 Algunas consideraciones sobre Alternativa.

En la literatura científica en estos momentos se considera la alternativa como un resultado científico, pues logra la transformación de la realidad, la aplicación de los principios de la concepción del mundo al proceso de conocimiento y a la práctica. En el campo de la investigación científica actual, se ha dado a considerar la alternativa como un recurso para la transformación de la práctica educativa.

Sobre Alternativa, existen diferentes definiciones que están dadas de acuerdo a los problemas que se aborden, es decir de actividades educativas, metodológicas, físicas, recreativas y otras, en dependencia a los problemas a los que están encaminadas para su solución.

Algunas de estas definiciones son:

Alternativa: Es el resultado de un proceso intelectual derivado del estudio del diagnóstico de situaciones educativas, se concreta mediante la diversidad de formas, tales como dilemas, actividades, ejercicios, tareas, entre otras para que sean seleccionadas en dependencia de la conveniencia de su efecto transformador en los sujetos una vez determinadas sus necesidades educativas. (Daudinot, 2003).

Alternativa: Opción entre dos o más variantes con que cuenta el subsistema dirigente (educador) para trabajar con el subsistema dirigido a (educandos), partiendo de las características, posibilidades de estos y de su contexto de actuación. (Sierra, 2002)

Alternativa: Constituye una modalidad, una opción entre dos variantes que estructura determinada práctica dentro del proceso docente-educativo y responde a una necesidad. Puede utilizarse como espacio de concreción el aula u otro lugar que designe el docente y tiene por objetivo incidir en la formación integral de los estudiantes. (González, 2005).

Como se observa aunque estos autores presenten distintas definiciones, las alternativas son creadas para alcanzar resultados positivos y superiores.

Alternativa de ejercicios: Se basa en un conjunto de acciones valorada, planificada y bien estructurada para aplicarla durante el proceso de enseñanza y responde a una necesidad.

Según el Diccionario de la Enciclopedia Encarta, **alternativa** significa: opción entre dos o más cosas, cada una de las cosas entre las cuales se opta. Efecto de alternar (hacer o decir algo por turno). Efecto de alternar (Sucederse unas cosas u otras repetidamente). Acción o derecho que tiene cualquier persona o comunidad para ejecutar algo o gozar de ello alternando con otra.

Según la investigación que nos ocupa, vemos en todas las definiciones elementos positivos pero asumimos la de (Sierra, 2002) porque es la que más se ajusta a la alternativa físico-recreativa para la inclusión de los niños con retraso mental leve de la comunidad Los Edificios del municipio Urbano Noris.

De ahí que se considera la **alternativa físico-recreativa** como el resultado de un estudio diagnóstico en el que emergen acciones concretas conjuntas de recreación y actividad física para alternarla con los programas vigentes en función de formar la personalidad lo mayor posible.

Para su implementación, se tuvo en cuenta los principios de la enseñanza, tales como:

Principio de la accesibilidad: nos permite realizar los ejercicios comenzando de lo fácil a lo difícil, de lo simple a lo complejo, que sean accesibles para los niños.

Principio de la asequibilidad: A través de la familiarización y la adecuación de la alternativa acorde a las características morfofuncionales de los niños.

Principio de la sistematicidad: Basado en la frecuencia de aplicación de los ejercicios para una mejor asimilación de los mismos y poder evaluar su efectividad en la inclusión a las actividades de la comunidad.

Principio de la diferenciación de la actividad física: Utilizado para llevar a cabo el análisis de la dosificación de las actividades acorde a las características individuales de los niños.

Principios ético- morales: Manifestados a través de los valores y las actitudes positivas dentro del colectivo, resaltando el optimismo hacia los resultados del trabajo , la responsabilidad, la asistencia y puntualidad en beneficio de la actividad y la perseverancia para el logro de los objetivos.

Relacionado con estos principios también tenemos las teorías de Vigotsky y sus seguidores, los que también se tuvieron en cuenta para la concepción y elaboración de la alternativa físico-recreativa para la inclusión social de los niños con retraso mental leve a la comunidad; las teorías se sustentan en las posibilidades que poseen para este aprendizaje y sus potencialidades de desarrollo a partir del concepto introducido por el propio Vigotsky sobre la “zona de desarrollo próximo”, como la distancia entre el nivel real de desarrollo, determinado por la capacidad real de desarrollar independientemente un problema y el nivel de desarrollo potencial, la comprensión histórico cultural de la psiquis (el hombre es resultado de la historia y producto de ella, papel de la actividad en el desarrollo de la personalidad, el hombre es hombre porque otros le han enseñado a serlo...), ley de la doble formación (los conocimientos, juicios, valores y sentimientos se construyen dos veces, primero como resultado de la evolución histórico cultural y después en lo individual, en lo personal), relación entre educación y desarrollo y el papel del medio en el desarrollo del niño.

Dentro de los principales tenemos la educación tiene como fin la trasmisión de la experiencia histórico cultural de una generación a otra, el que enseña debe dirigir, mediar, andamiar y una vez logrado determinado grado de desarrollo, debe facilitar y la estrecha relación entre enseñanza y desarrollo.

Se afirma que sus postulados constituyen la base fundamental del presente trabajo, no solo por su teoría marxista, materialista dialéctica, para comprender al mundo, al hombre y al proceso de su desarrollo en su interacción con la realidad en la que está inmerso, sino, por lo pertinente, profundas y vigentes que resultan sus concepciones, acerca del aprendizaje como proceso de apropiación de la experiencia histórico

social, concretizadas en los objetos y fenómenos.

La interiorización de las ideas de Vigotsky hizo comprender la influencia que puede ejercer la familia para la aplicación de la alternativa físico-recreativa para favorecer la inclusión social de los niños con retraso mental leve a las actividades de la comunidad.

También se tomó como referencia la definición de Sierra (2002) sobre la alternativa porque es una opción más para favorecer la inclusión social de los niños con retraso mental leve.

Teniendo en cuenta los fundamentos teóricos analizados en la elaboración e implementación de la alternativa físico-recreativa para la inclusión de los niños con retraso mental leve a la comunidad constituye una secuencia de pasos para la toma de decisiones estratégicas, tácticas y operativas, formado por cuatro etapas con características y particularidades que las diferencian; pero que se encuentran altamente integradas, en su elaboración priman las decisiones de carácter estratégico, de cumplimiento a mediano plazo y los objetivos estratégicos y sus resultados son los componentes principales para que en un año fiscal se materialice.

Se establecen como elementos rectores de la alternativa estas ideas porque ayudan desde el punto vista teórica y práctica, teniendo en cuenta la utilización de un lenguaje claro, preciso de fácil comprensión, con el empleo de ejercicios físicos adaptados y acceso a todos los involucrados.

Resumen del capítulo I:

Existen diferentes aspectos teóricos e investigaciones que sustentan la importancia de la inclusión social de los niños con retraso mental leve para favorecer una vida adulta útil e independiente. Se requiere la utilización de las potencialidades de la comunidad, de sus tradiciones, historia, entorno natural, para diseñar una alternativa físico-recreativa.

Los niños con retraso mental leve presentan características que los hacen marginarse de la sociedad con mucha facilidad si no son atendidos correctamente, sin embargo, poseen potencialidades que si se estimulan puede ser muy bueno

para la sociedad; ellos deben recibir la influencia de la comunidad, de su familia y del profesor de recreación para que sean participantes activos de su formación y transformación.

Por todo lo anteriormente expresado se hace necesario buscar vías para darle solución a la problemática de inclusión social a la comunidad “Los Edificios”. La respuesta que se ofrece es una alternativa físico-recreativa para la inclusión social de los niños con retraso mental leve a la comunidad que se expone en el capítulo II.

CAPÍTULO II. PROPUESTA DE ALTERNATIVA FÍSICA-RECREATIVA PARA FAVORECER LA INCLUSIÓN SOCIAL DE LOS NIÑOS CON RETRASO MENTAL LEVE.

En el presente capítulo se abordan los elementos de la alternativa para favorecer la inclusión de los niños con retraso mental leve a la comunidad y se exponen los resultados del proceso de aplicación de la alternativa diseñada.

La concepción y elaboración de la alternativa físico-recreativa para la inclusión social de los niños con retraso mental leve a la comunidad se sustenta en las teorías de Vigotsky y sus seguidores: Leontiev, Luria, Rubinsteins, Galperin, Zaporozhets, Davidov, Talizina... tomando las posibilidades que poseen para este aprendizaje y sus potencialidades de desarrollo a partir del concepto introducido por el propio Vigotsky sobre la “zona de desarrollo próximo”

Para su elaboración, implementación y evaluación se tienen en cuenta cuatro etapas, ellas son: Diagnóstico, Concepción y elaboración, Implementación y Constatación.

A continuación se detallarán cada una de estas etapas.

2.1 Primera etapa: Diagnóstico

Esta etapa consta de dos acciones:

-1ra Selección de la muestra para la investigación.

-2da Aplicación de los instrumentos para medir el nivel de inclusión de los niños con retraso mental leve en las actividades receptivas de la comunidad, la preparación de la familia en el proceso de inclusión de sus hijos en las actividades comunitarias y el nivel de conocimiento que poseen los profesores de recreación para ofrecer un correcto tratamiento en la inclusión de estos niños en las actividades que ellos desarrollan en la comunidad.

2.1.1 Diagnóstica inicial

En el diagnóstico inicial, encuesta aplicada a los niños con retraso mental leve de Los Edificios del Consejo Popular Norte del municipio “Urbano Noris” (**Anexo 1**), un niño manifestó que si se realizan actividades físico-recreativas, que representa el 12.5 %, 5 plantean que no para el 62.5 % y 2 que a veces para el 25.0 %; alegaron 2, que representan el 25.0 % que participan de forma activa porque le gustan las actividades, 6 que representan el 75.0 % expresaron que no participan porque en ocasiones han asistido y no hacían equipo y apuntaron 5, que representan el 62.5 % que les gustaría jugar con otros niños y 3 que representan el 37.5% que les gustaría jugar solos; 5 que representan el 62.5 % emitieron que les gustaría realizar las actividades como parchí, dómينو, rompecabezas, la escalera, voleibol, fútbol, béisbol, baile de la silla, bola, baile de la escoba, tracción de la soga, papalote, festivales recreativos, programa “ A Jugar ” y otras actividades que estén a su alcance y que formen parte de los equipos y 3 que les gustaría que se incluyeran el juego de bolas, el baile del trompo y el ula-ula, que representan el 37.5 %.

En la entrevista a la familia de niños con retraso mental leve (**Anexo 2**), arrojó que 6 conocen el diagnóstico de su hijo para el 75.0 % y 2 que lo desconocen para el 25.0 %; 3 que representan el 37.5 % conocen las características con relación al diagnóstico de su hijo, 2 no conocen las conocen para el 25.0 % y 3 conocen algunas de sus características para el 37.5 % , como son lentitud en el aprendizaje y que olvidan con facilidad lo aprendido; 4 que representan el 50.0 % conocen las posibilidades de sus hijos en la realización de las actividades recreativas y los restantes 4 que también representan el 50.0 % no las conocen y 7 que representan el 87.5 % desean que sus hijos participen en las actividades recreativas que se desarrollan en la comunidad porque crean amistades y aprenden a ser independientes y 1 que representa el 12.5 dijo que no le gustaría que su hijo participara en las actividades de la comunidad porque de todas formas no va a aprender nada y evitar que se rían de él.

En la encuesta aplicada a profesores de recreación (**Anexo 3**), uno no conoce en qué consiste el retraso mental, que representa el 25 %; uno lo conoce a medias, para

el 25% y los otros 2 no lo conocen, para el 50 %, uno sabe como desarrollar las actividades teniendo en cuenta las características de estos niños, para el 25.0 % y 3 no para el 75.0 %; todos expresaron que recibieron preparación sobre el tema en la carrera de Licenciatura en Cultura Física, no siendo así en su desempeño laboral; todos consideran que es importante la participación de estos niños en las actividades que se desarrollan porque indudablemente van a desarrollarse mejor, crean relaciones con sus coetáneos y se van preparando para su futura vida adulta e independiente; a 3 les gustaría prepararse para trabajar con este tipo de población porque carecen de cariño y ven en ellos posibilidades físicas de desarrollo similar a los demás niños y uno manifestó que no porque se le hace engorroso darle tratamiento para la mejor comprensión de las actividades.

En la observación a las actividades físico-recreativas (**Anexo 4**) se apreció inicialmente que había una asistencia promedio de 2, para el 25.0 %; participaban activamente en las actividades 1, para el 12.5 %; tenía disposición de participar en el proceso de inclusión social de los niños con retraso mental leve 3 familias para el 37.5 %, y 5 que representan el 62.5 % se relacionan con sus coetáneos solamente durante el desarrollo de las actividades.

2.2 Segunda etapa: Concepción y elaboración.

Esta etapa consta de tres acciones:

- 1ra acción: selección de los elementos que formarán la alternativa. Características
- 2da acción: Elaboración de la alternativa físico-recreativa y su estructura metodológica, se concibe a partir del análisis de los fundamentos psicológicos de los niños con retraso mental leve.
- 3ra acción Valoración de la alternativa propuesta por parte de los profesores, la familia, los directivos del INDER y el combinado deportivo

2.2.1 Propuesta de actividades para los niños con retraso mental leve.

Actividades físico-recreativas para niños con retraso mental leve, del área” Los Edificios”

Objetivo general.

Propiciar un ambiente comunicativo de convivencia social y relaciones interpersonales a través de actividades físico- recreativas en los niños con retraso mental leve, el surgimiento de las nuevas relaciones sociales, el mejoramiento de habilidades y capacidades motrices de este tipo de población.

Objetivo específico. Lograr la inclusión social a la comunidad de los niños con retraso mental leve a través de la participación en las actividades físico-recreativa

Las actividades físico- recreativas propuestas para los niños tendrán la siguiente estructura: título, objetivo, materiales, organización, variante y nota aclaratoria

Se realiza la divulgación de las mismas. Para esta se utilizarán varias vías como son: murales, carteles informativos, cartelera promocional, información directa a los implicados. Para alcanzar los objetivos propuestos, se hace necesario el control y evaluación de cada una de las actividades específicas que vayan desarrollando, y se recoge también la opinión de los participantes en ellos.

La puesta en práctica de la alternativa físico recreativa posibilita:

- La inclusión social
- Liberar tensiones y/o emociones.
- Orientar positivamente las angustias cotidianas.
- Reflexionar.
- Divertirse.
- Aumentar el número de amistades.
- Acrecentar el acervo cultural.
- Compromisos colectivos.
- Integración y disposición a otros quehaceres de la vida.

Además, mediante la alternativa físico- recreativa se efectúa, en muchas oportunidades, la transmisión cultural generacional, lo que favorece con su práctica, el entendimiento intergeneracional, cuando se crean los espacios de

participación de padre - hijo –amigos, permite la interacción con los miembros del grupo, disfrutar de actividades grupales y motivar el actuar de cada uno de ellos.

Para la planificación de las actividades que incluyen la alternativa físico - recreativas, se tuvo en cuenta: edad, sexo, gustos, intereses, preferencias y tradiciones de sus habitantes.

Descripción de las actividades.

Actividades

Juegos de mesa.

Actividad: 1

Título: Las tarjetas que ayudan.

Objetivo: Ordenar tarjeta de forma lógica.

Materiales: Tarjetas.

Organización: El profesor repartirá las tarjetas boca abajo, a la orden del profesor esta se voltea y comienzan a ordenarlas de forma lógica según las acciones que indican a su vez esta ayudar a fijar el procedimiento.

Nota: Se activan y compensan los procesos afectados.

Actividad 2

Título: Armar rompecabezas.

Objetivo: Ordenar piezas de forma lógica

Materiales: Rompecabezas.

Organización: Distribuir los rompecabezas en láminas cortadas en piezas, las que al ser unidas los niños podrán describirlas, responder preguntas que se relaciones con ellos, teniendo en cuenta la edad, el nivel escolar y la discapacidad.

Variante: El número de piezas del rompecabezas estará en dependencia del desarrollo de la habilidad en cada niño.

Nota: Se trabaja la percepción visual y la orientación en el plano

Actividad 3

Título: Aprendiendo a escuchar.

Objetivo: Desarrollar la habilidad de escuchar

Materiales: Objetos, tarjetas.

Organización: Se le colocará en línea 3 ó 4 objetos, el profesor de recreación dará la orden sin demostración de cómo quiere que sea el orden que se realiza la actividad, este repetirá varias veces el orden a seguir, luego el niño lo ejecutará de forma práctica.

Ejemplo: Sombrero, cinto, espejuelos y bastón. (Orden de colocación de los objetos)

Ejemplo de ejecución: espejuelos, cinto, sombrero y bastón.

Variante: se le puede variar el orden a los objetos.

Nota: Se trabaja la comprensión y concentración de la atención.

Actividad 4

Título: La lotería.

Objetivo: Asociar correctamente la acción con el objeto ilustrado.

Materiales: Tarjeta, cuerpo humano.

Organización: El profesor de recreación colocará tarjetas con palabras o ilustraciones, boca abajo, el niño volteará una de las tarjetas e imitará la acción descrita en la ilustración.

Variante: Esta actividad también se podrá utilizar al finalizar un recorrido de un juego determinado

Nota: En esta actividad se activa el pensamiento, la creación y se aprovecha la experiencia motriz que posee el niño.

Actividad 5

Título: La pesca.

Objetivo: Desarrollar el vocabulario y motricidad fina.

Materiales: caja, tarjetas, ilustraciones.

Organización: Se colocará en una caja varias tarjetas imantadas con ilustraciones, los niños utilizarán una vara y pescarán las mismas, pronunciarán las palabras que le correspondan en la ilustración.

Variante: esta actividad la pueden realizar después de un recorrido y luego la regresan a darle salida al siguiente niño.

Ejemplo:

Primer nivel de ayuda: Llama la atención sobre el error: ¿Fíjate bien?, ¿Estás seguro?

Segundo nivel de ayuda: se le hacen preguntas de apoyo y estímulo.

Tercer nivel: Se le propone un ejemplo o demostración.

Cuarto nivel: Se demuestra tantas veces como sea posible.

Nota: En cada actividad el profesor le brindará al niño los niveles de ayuda que cada niño requiera.

Actividad 6: Juego de voleibol.

Título: Balón Volando.

Objetivo: Incentivar el juego cumpliendo las reglas establecidas con la participación masiva de los niños con retraso mental leve.

Materiales: Pelota, silbato, net, conos o banderitas.

Organización: El área se divide en dos campos, con una cuerda o net a la altura de dos metros, participan de 6 a 12 jugadores. En cada equipo cuando el profesor de recreación indique saca el equipo que tiene el balón hasta pasar el balón al campo contrario el que recibe defiende el balón, así sucesivamente. Gana el equipo que más tanto acumule.

Regla:

1- No se debe sacar el balón hasta que el profesor de recreación no indique.

2-El balón es tocado después de picar en el área una vez.

3-El saque se podrá realizar lanzando el balón con una mano o de la forma que comúnmente se establece de manera oficial.

Variante: La altura de la net y las dimensiones del terreno varían de acuerdo al nivel de habilidades de los alumnos.

Nota: el pase y la recepción del balón será la convencional.

Actividad 7: Juego de fútbol con vallas.

Título: Anota tu gol.

Objetivo: Incentivar el juego cumpliendo las reglas establecidas con la participación masiva de los niños con retraso mental leve.

Materiales: Pelota, vallas.

Organización: Se divide en dos campos, el área; participan de 5-7 jugadores en cada equipo; cuando el profesor indique, saca el equipo que tiene el balón hasta poner el balón en juego, el que recibe se lo lleva hacia la portería contraria, gana el equipo que más goles anote.

Reglas:

1- Se jugará hasta 10 minutos, gana el equipo que más goles anote.

2- En caso de empate se realizara un penal sin portero; desde la mitad del terreno, cada equipo tendrá tres oportunidades, en caso de empate continuarán de uno en uno hasta definir al ganador.

Variante: La altura de las vallas y las dimensiones del terreno varían de acuerdo al nivel de habilidades de los alumnos.

Actividad 8: Juego de snooker

Título: Quién anota más tanto.

Objetivo: Incentivar el juego cumpliendo las reglas establecidas con la participación masiva de los niños con retraso mental leve.

Materiales: Tablero, peloticas, vara y tarjetas de colores.

Organización: En un área rectangular jugarán una o dos parejas en un tiempo de 15 min, se utilizan varias peloticas de distintos colores, las cuales tendrán un valor según su color, con una vara en manos del jugador golpeará la pelotica blanca y esta a las demás para que caigan a los orificios del área rectangular, si falla sede el turno al próximo jugador, al concluir el tiempo ganará la pareja que más puntos acumule.

Reglas:

- 1- Gana el equipo que más punto acumule al concluir el tiempo de juego.
- 2-Cada jugador en cada turno tiene derecho a jugar hasta que falle.
- 3-La vara debe golpear a la pelotica de color blanco solamente.

Variante: Utilizar el juego tradicional de bola.

Nota: Las pelotas a utilizar se le debe pedir desde la actividad anterior para que ellos mismos la confeccionen.

Actividad 9: Lanzamiento de precisión.

Título: Quién encesta más tanto.

Objetivo: Lograr la cohesión de los niños con retraso mental leve haciendo énfasis en la anotación de manera consecutiva.

Materiales: Balones, mayas, tableros y aros de baloncesto.

Organización: Se realizará de forma competitiva, por afinidad (dúos, tríos), se convoca a los que deseen participar y se invitarán a equipos de otras circunscripciones. Se realizarán en el horario de la tarde en el área donde existan las condiciones para el mismo.

Reglas:

- 1- No se permite acciones violenta, el ganador será el que anote de manera consecutiva, 3 canastas.
- 2-No se puede realizar más de dos pases.
- 3-Cumplir con las reglas establecidas.

Nota: Colocar los aros a una altura prudencial.

Actividad 10: Juegos de béisbol.

Título: Corre y anota.

Objetivo: Incentivar el juego cumpliendo las reglas establecidas con la participación masiva de los niños con retraso mental leve.

Materiales: Pelota, bate, guante.

Organización: Se divide el grupo por equipos de 6 participantes en cada equipo hasta jugar 7 Inning., gana el equipo que más carreras anote.

Reglas:

1-Se jugará con dos bases.

2-Si se llega al final de los juegos empatados, ganará el primero en anotar una carrera.

Variante: Se aumentan el número de jugadores y los Inning en dependencia del número de bases.

Nota: No se debe jugar al duro para evitar que salga alguno lastimado.

Actividad 11: Juegos de mesa.

Título: La escalera

Objetivo: Ascender en orden lógico teniendo en cuenta la secuencia de los números.

Materiales: tablero enumerado del uno al cien, un dado y fichas de diferentes colores

Organización: jugaran varios niños, el juego comienza lanzando el dado y caminará tantos pasos como caigan, si cae en una casilla donde hay una escalera que indica hacia arriba este caminará hacia esa casilla pero si esta indica lo contrario irá hacia abajo gana el que primero llegue a alcanzar los cien puntos que es la meta.

Reglas:

1. Se debe cumplir la indicación de cada casilla
2. Gana el que primero alcance la meta
3. En cada ronda, tendrán una oportunidad a lanzar el dado.

Variante: Utilizar tableros de menos numeración.

Nota: Trabajar los colores, fila, columna y formas geométricas.

Actividad 12: Juegos de mesa.

Título: Juego de parchí.

Objetivo: Incorporar al juego limpio la mayor cantidad de los niños con retraso mental leve de manera sana y físico-recreativa.

Materiales: Tablero, fichas, mesa, silla.

Organización: Se efectuará todos contra todos de forma eliminatoria, hasta sacar el ganador.

Reglas:

1- No se permite cambios o trueques de lo que está establecido para cada juego.

Nota: Trabajar la honestidad, perseverancia

Actividad 13: Juegos de mesa.

Título: Juego de dómينو.

Objetivo: Incorporar al juego limpio la mayor cantidad de los niños con retraso mental leve de manera sana y físico-recreativa.

Materiales: dómينو, mesa, silla, lápiz, libreta para anotar.

Organización: Participan todas las parejas que quieran.

Reglas:

1- Cada pareja enfrentará 3 partidos, el que gane 2 seguirá avanzando hasta seleccionar el ganador.

2-La salida en el juego se efectuará escogiendo la ficha de mayor cantidad (el doble seis).

3--Solo se jugara a 40 tantos.

4-No se permiten cambios de parejas.

Variante: Además del dómimo tradicional se pueden utilizar el de frutas, animales o animados infantiles.

Nota: Hablarles de lo que representa el juego de dómimo para los cubanos

Actividad 14: Festival físico recreativo.

Título: Programa: A Jugar.

Objetivo: Incentivar a través de juegos el cumplimiento de reglas establecidas así, como la participación masiva de los niños con retraso mental leve.

Materiales: Pelotas, banderas, aros, suizas, sacos, batones, conos o banderitas.

Organización: Se forman dos equipos con 12 participantes, a la voz del profesor los primeros alumnos salen corriendo hasta donde está el balón, lo recoge, pasan por encima de la valla, le dan la vuelta a la bandera y regresan corriendo hasta entregárselo al próximo jugador, así sucesivamente hasta que todos hayan participado. Gana el equipo que primero termine.

Regla:

1- No se puede salir hasta que su compañero no lo haya tocado.

2-Hay que darle la vuelta completa ala bandera de no ser así el equipo pierde un punto.

3- S i se cae el balón hay que recogerlo y comenzar por donde este se cayo.

Nota: Desarrollar la amistad, la cooperación

Actividad 15: Tracción de la sogá.

Título: El más fuerte.

Objetivo: Competir sanamente logrando el colectivismo entre todos los niños con retraso mental leve.

Materiales: sogas gruesas, silbato, cronómetros, conos o banderitas.

Organización: Se forman dos equipos con 12 participantes en cada equipo, el profesor de recreación establece el límite de salida; cuando indique, ambos equipos agarrarán la soga y comenzarán a halar fuerte al sonido del silbato, ganando el equipo que primero llegue a la meta señalada.

Regla:

- 1- No se debe incorporar otro niño para halar la soga si no es miembro del equipo.
- 2- Se realizarán 5 repeticiones y gana el primero que gane 3 repeticiones.
- 3- Después de cada repetición, los equipos cambiarán para el lado contrario.

Nota: Pueden variar acorde al juego que se este desarrollando, con variadas formas de tracción de soga.

Actividad 16: Competencia de baile.

Título: Baile de la escoba el semáforo.

Objetivo: Bailar diferentes ritmos incentivando la participación masiva de los niños con retraso mental leve.

Materiales: Escoba. Equipo de audio.

Organización: Formados en círculos al compás de la música se irán pasando la escoba; cuando la música pare, se dice el color de las luz del semáforo el verde es parar y el rojo continuar; el que se quede con la escoba será el perdedor.

Regla:

- 1- Se debe estar bailando mientras se pase la escoba

Nota: Cuidadosamente lograr que todos bailen

Actividad 17: Mi amigo elegido.

Título: Buscar mi elegido.

Objetivo: Incentivar la relación afectuosa entre los niños de la comunidad.

Materiales: silbato, pañoleta.

Organización: Los niños estarán dispersos en un área limitada, cuando el profesor de recreación indique a formar grupos de dúos, tríos, cuartetos etc. los niños corren a seleccionar sus grupos según indique el profesor.

Reglas:

1- El que pierda cumplirá otras acciones.

2-No se pueden formar los grupos antes de que el profesor indique.

Nota: Desarrollar el colectivismo

Actividad 18: Los juegos tradicionales.

Título: El baile de la silla.

Objetivo: Bailar diferentes ritmos incentivando la participación masiva de los niños con retraso mental leve.

Materiales: Silla, equipo de música.

Organización: Dispersos en el área, cuando comienza la música, los niños con retraso mental leve bailan alrededor de la silla, cuando pare la música tratan de sentarse para coger una silla, el que se quede sin silla, sale y se va sacando una silla hasta quedar el ganador.

Regla:

1- Siempre debe haber un jugador más que la cantidad de sillas.

2- No se pueden sentar antes de que la música pare.

Nota: Lograr que todos, incluyendo los tímidos, participen

Actividad 19: Acampada iluminada.

Título: Mi zona por una recreación unida.

Objetivo: Incentivar la relación afectuosa entre los niños de la zona.

Materiales: Aseo personal, linterna, bordón, etc.

Organización: Se desarrollarán actividades en correspondencia con la edad y sexo de forma competitiva establecidas en el programa de pioneros exploradores.

Regla:

1-Se realizarán equipos con la misma cantidad de participantes.

2-Preparan actividades culturales.

3-Gana el equipo que más actividades prepare.

Nota: Se debe tener extremo cuidado con la utilización de fósforos y subirse encima de los árboles.

Actividad 20: Actividad Cultural.

Título: El karaoke

Objetivo: Socializar de forma individual y colectiva a los niños con retraso mental leve en la participación de estas actividades, haciendo énfasis en las diferentes manifestaciones culturales

Materiales: Equipo de sonido, micrófonos, vídeos.

Organización: Se pueden realizar de manera espontánea, no existiendo límites de edad, ni sexo; los participantes mostrarán sus aptitudes en las diferentes manifestaciones culturales como el karaoke, bailes.

Reglas:

1-El participante tiene que concentrarse en la tarea que va desarrollar.

Nota: Precaer para que no se rían de los que no lo hacen bien.

Actividad: 21 Ciclismo popular.

Título: Ciclismo popular.

Objetivo: Crear hábitos de voluntad en los niños con retraso mental leve a través de la participación masiva en ciclismo; hacer énfasis en las reglas para esta actividad.

Materiales: Bicicletas

Organización: Se trazaré un recorrido que se le dará a conocer a los participantes, así como las reglas y las posibles contingencias; estos tendrán marcado un número que los identifiquen.

Reglas:

- 1- Las bicicletas no pueden tener cambio.
- 2- Participan competidores de ambos sexos.

Materiales: Cronómetro, silbato, bicicletas.

Nota: Trabajar el código de tránsito

Actividad 23: Festivales de juegos tradicionales

Título: Festivales de juegos tradicionales

Objetivo: Crear hábitos de respeto y solidaridad en los niños con retraso mental leve sobre las principales actividades de carácter cotidiano y cultural que se desarrollan en la comunidad, teniendo en cuenta la diversidad de los juegos.

Materiales: Equipo de sonido, tarjetas

Organización: Debe tenerse en cuenta determinadas consideraciones por la diversidad de los juegos que se presentan y los medios para el desarrollo de los mismos, además de establecer las formas de participación, así como las actividades a realizar, sistema de puntuación, la organización general, premiación según el resultado.

Reglas: Los medios serán de uso personal y creado por el propio participante

- Carreras de relevo.
- Quimbumbia.
- Papalote.
- Zancos.

Nota: Pedirle desde la clase anterior la contribución de ellos y su familia con los materiales

2.3 Tercera etapa. Implementación.

Esta etapa consta de tres acciones:

- 1ra acción: Determinar los referentes teóricos de los talleres como forma de organización de la actividad en la transmisión del conocimiento para la preparación de los profesores de recreación
- 2da acción: Descripción de los talleres.
- 3ra acción: Propuesta de juegos Adaptados.

2.3.1 Implementación de la alternativa a través de talleres.

La alternativa se implementa a través de talleres, comenzando por los referentes teóricos como forma de organización de la actividad en la transmisión del conocimiento, pero para una mejor comprensión es importante conocer que el "taller" es una forma de organización del proceso de enseñanza-aprendizaje, que ha sido trabajada por algunos autores cubanos y latinoamericanos para la formación inicial y continua. En el campo de la Pedagogía y la Didáctica el "taller" se caracteriza como método, procedimiento y técnica y/o forma de organización del proceso de enseñanza-aprendizaje, visto este proceso en un "sentido amplio" como aquel en que se materializa la ley de la unidad entre la instrucción y la educación en un proceso conscientemente organizado con el fin de impulsar el desarrollo de la personalidad.

También existen otros tipos de talleres: "Taller" vinculado a actividades grupales relacionadas con una práctica interdisciplinaria, por ejemplo taller científico, de artes, de literatura, de investigación, entre otros. El "taller" que se utiliza para nombrar convocatorias colectivas para la problematización sobre temáticas específicas de una rama del saber humano, por ejemplo taller de Educación Sexual, de Didáctica, por citar algunos

Melba Reyes Gómez (Argentina, 1977) describe el taller como "una realidad integradora, compleja, reflexiva, en que se unen la teoría y la práctica, siendo fuerza motriz en el proceso de apropiación del conocimiento, orientado a una comunicación constante con la realidad social", mientras que Ezequiel Ander-Egg (Argentina,

1988), lo describe como una modalidad esencialmente pedagógica de aprender haciendo y se apoya en el principio de aprendizaje formulado por Foebel (1826) que plantea que aprender una cosa viéndola y haciéndola es algo mucho más formador, cultivador, vigorizante que aprenderla simplemente con comunicación verbal de las ideas. Citado por Pupo Palma, M. A. (2008)

Los talleres persiguen como fin la inclusión social y una vida adulta útil e independiente.

- Se conciben de manera que se logre la participación activa de los implicados a través de, ejercicios, actividades, ilustraciones, entre otras.

-Contienen temas de actualidad e importancia en correspondencia con las necesidades físico-recreativas a quienes está dirigido.

-Se utiliza un lenguaje claro, preciso, asequible, para ser impartido sin que se pierda el rigor científico.

-Son elaborados a partir de referentes teóricos que aporta preparación científica.

-Poseen una función socializadora a través de la interacción del hombre con el medio, sustentado en el enfoque socio-histórico-cultural vigotskiano.

- La organización didáctica de los talleres se estructuran en tres momentos fundamentales: Primer momento, segundo momento o desarrollo y un tercer momento o cierre, lo que permitió una estrecha relación entre cada uno de ellos.

Primer momento: Se hace una motivación a través de una situación interesante (adivinanza, frase, video, situación problémica) que perdure todo el tiempo y permita informar el objetivo y el tema.

Segundo momento: Se desarrolla el taller planificado (orienta lo planificado, se brindan impulsos heurísticos, provoca la interacción entre ellos hasta cumplir con el objetivo)

Tercer momento: Concluye con la evaluación, tanto colectiva como individual del objetivo planificado, lleva implícito la autoevaluación y la evaluación por parte de

ellos de sus compañeros, se estimulan los mejores y se exhortan a los demás para el próximo taller.

A continuación se ofrece el desarrollo de los talleres dirigidos a los profesores de recreación y la familia por coincidir en la falta de conocimientos sobre cómo favorecer la inclusión social de los niños con retraso mental leve a las actividades de la comunidad, se desarrollarán los martes y jueves de 2:00 pm a 4:00 pm y contarán con la siguiente estructura: tema, objetivos, método, procedimiento, medios de enseñanza y evaluación.

Taller metodológico # 1

Tema: El retraso mental. Clasificación y Características. Potencialidades.

Objetivo: Caracterizar los diferentes tipos de retraso mental para su mejor atención.

Método: Expositivo, trabajo independiente por grupos.

Medios de enseñanza:

Pizarra, computadora, material impreso y hojas didácticas.

Libros:

Procedimiento:

Técnica participativa

Se entrega el material impreso con los contenidos a tratar en el taller.

Se entrega una hoja didáctica que contiene la siguiente actividad.

- a) Realiza un resumen de los diferentes tipos de retraso mental.
 - b) Enumere las características de cada uno de los tipos de retraso mental.
 - c) ¿Qué potencialidades poseen niños con retraso mental leve?
- “El Retraso Mental en la sociedad”
 - Características
 - Posibilidades

- Comportamiento en las actividades físicas
- Derecho del niño y de la niña.

Taller metodológico # 2

Tema: Papel de la familia de los niños con retraso mental leve.

Objetivo: Preparar a las familias de los niños con retraso mental leve.

Método: Elaboración conjunta.

Procedimiento:

1. Breve conversación para sensibilizar a las familias de los niños con retraso mental leve.
2. Observación de un material didáctica acerca del papel de la familia que tiene hijos con retraso mental leve.
3. Debate del material didáctica acerca del papel de familia que tiene hijos con retraso mental leve.
4. Estimulación de las familias que sus hijos se destaquen.

Medios de enseñanza:

- DVD
- Tarjetas
- Pizarra

Taller metodológico # 3

Tema: Las actividades Adaptadas.

La actividad física adaptada para los niños con retraso mental leve. Los juegos adaptados.

Propuesta de actividades a desarrollar con los niños con retraso mental leve.

Objetivos: Conocer que son las actividades físicas adaptadas ,cómo proceder a su empleo, qué requisitos requieren y cómo ayudar a los niños con retraso mental leve en las actividades recreativas.

Método: Expositivo, trabajo independiente por grupos.

Medios de enseñanza: Pizarra, computadora, material impreso y hojas didácticas.

Procedimiento:

Primer momento. Introducción

Para dar inicio se lanza al aire la interrogante: ¿Qué hará falta para que los niños con retraso mental leve se sientan bien en un grupo?

Se escucharán varias opiniones y se presenta el tema del taller y los objetivos que se persiguen con el mismo.

Seguidamente se aplica la técnica participativa “Respondiendo Adivinanzas”. Se colocan en herradura todos los participantes. Encima de la mesa se colocan varias tarjetas que contienen adivinanzas que se responden de forma individual, el que no logre responder se le pondrá un castigo.

Se valorará por qué no se pudo cumplir el castigo, y de forma colectiva se llegará a la conclusión que se sugiere “no se pudo cumplir porque no está acorde con sus características...” por determinadas causas, se relaciona con la el tema que se orientó en la clase anterior.

Se revisa el estudio independiente.

Segundo momento. Desarrollo

Presentar el tema del taller a través de la técnica “La Bola” con el objetivo de comprender la importancia de la transmisión clara de un mensaje.

El facilitador dice al oído el título del taller que se va a trabajar a uno de los participantes y éste pasa el mensaje de igual manera a un compañero del grupo y

y así sucesivamente. Cuando llega al facilitador nuevamente, este colocará en un cartel cuál es el mensaje que mandó y cuál es el que recibió. Comparar los mensajes y destacar la importancia de transmitir adecuadamente una orden, orientación o mensaje. Queda expuesto el título del taller.

Esta técnica es significativa para que los profesores comprendan la importancia que tiene para estos sujetos la orientación clara de las actividades que van a realizar.

Control del estudio independiente orientado en el taller anterior.

El facilitador explica e intercambia con los participantes sobre las características que deben tener las actividades físicas adaptadas.

Nivel de complejidad

Estimulación

Autovaloración

Beneficios físicos, psicológicos, sociales, recreativos

Ritmos de aprendizaje

Potencialidades

Nivel de comunicación entre los miembros del equipo , entre otros.

Tercer momento. Integración

Uno o varios estudiantes resumirán los principales aspectos tratados en el taller y que deben ser recogidos como importantes.

Se ordena dividir el grupo en tres equipos y se desarrolla la técnica participativa "Piensa y enlaza"

Se escriben en la pizarra varias frases para que los participantes la enlacen según corresponda con definiciones, acciones, sistemas de apoyos, niveles de ayuda, características de las actividades físicas adaptadas, que permitan fijar los contenidos tratados.

Se concluirá con las respuestas de los participantes a las siguientes preguntas:

- ✓ ¿Por qué consideran importante adaptar las actividades físicas?
- ✓ ¿Consideran que de esa manera se gane en mejorar las interrelaciones en los niños y con ellos la inclusión?
- ✓ ¿Que le aportó este taller?

Actividad independiente. Elaborar un sistema de actividades recreativas, para ponerlo en práctica en la alternativa.

Tercera acción: Propuesta de juegos Adaptados.

La propuesta contempla una serie de adaptaciones que intelectuales permiten incluir a los niños con retraso mental leve dentro de la dinámica del grupo, procurando que este proceso no sea percibido por los compañeros como una discriminación positiva, lo cual podría dificultar la creación de un clima positivo en el espacio seleccionado. Por tanto las adaptaciones que se utilicen estarán al alcance de todos y se situarán dentro de la dinámica habitual de la comunidad, teniendo en cuenta las indicaciones a considerar al planificar las actividades físicas para estos niños.

2.4 Cuarta etapa: Constatación

Esta etapa consta de una acción:

- Primera acción: Constatación de la aplicación de la alternativa físico-recreativa en la muestra seleccionada.

En las observaciones a las actividades (**Anexo 4**) se constató finalmente, después de implementarse la alternativa físico-recreativa que asistían como promedio los 8, para el 100 %; participaban activamente los 8, para el 100 %; tenían la disposición de participar en el proceso de inclusión de sus hijos se relacionaban 7 familias para el 87.5 % porque llevan a sus hijos a las actividades, cumplen las tareas que se les asignan, velan por la disciplina de los niños, brindan su disposición para apoyar en todas las actividades y por la existencia de materiales para el desarrollo de las actividades y sólo no se logró incorporar una familia, que representa el 12.5 % , alegó no tener tiempo para esas cosas y los 8 niños establecieron relaciones sociales e interpersonales con el resto de sus coetáneos.

En la encuesta final a los niños con retraso mental leve (**Anexo 5**) los 8 niños, que representan el 100 % plantearon que les gustó las actividades recreativas que se hicieron en la comunidad, las actividades de mayor agrado son las colectivas, las más dinámicas, los juegos con pelotas y en las que siempre integran equipos, todos plantearon sentirse bien en las actividades porque el profesor los incluía en los equipos y se divertían; 7 que representan el 87.5 expresaron que lograron amistades en las actividades recreativas y uno que representa el 12.5 que logró algunas amistades por características de su personalidad; 6 que representan el 75.0 % opinaron que siempre participaban en las actividades y 2 que representan el 25.0 % que casi siempre y 7 que representan el 87.5 % dijeron que siempre su familia les permitían que fueran a la actividades de la comunidad y uno que no que representa el 12.5 %.

A continuación se muestra una tabla comparativa del momento inicial y final de la investigación, donde se aprecian los logros en la asistencia, la participación activa y relaciones sociales de los niños con retraso mental leve con sus coetáneos y el nivel de preparación de las familias para la inclusión social de sus hijos en las actividades de la comunidad.

No	INDICADORES	Momento Inicial				Momento final			
		SI		NO		SI		NO	
		T	%	T	%	T	%	T	%
1	Asistencia a las actividades.	2	25.0	6	75.0	8	100	0	0
2	Participación activa en las actividades.	1	12.5	7	87.5	8	100	0	0
3	Nivel de preparación de la familia de los niños con retraso mental leve.	3	37.5	5	62.5	7	87.5	1	12.5
4	Relaciones sociales de los niños con retraso mental leve con sus coetáneos.	5	62.5	3	37.5	8	100	0	0

En la entrevista al director del combinado y dirigentes del INDER en el territorio **(Anexo 6)** se obtuvo que de los 7 entrevistados, 6 que representan el 85.7 % conocen la planificación específicas de las actividades para los niños con retraso mental leve evidenciados en los resultados de las visitas efectuadas; 5 que representan el 71.4 % emitieron que a los profesores se les ha impartido temas relacionado con los niveles de ayuda que se le pueden prestar a estos niños en la ejecución de las actividades, cómo estimular y motivar su preparación en las actividades, estos temas fueron impartidos por maestros defectólogos y profesores de Educación Física con experiencia en esta actividad y el 100 % de los entrevistados expresaron saber de un programa que se aplicó en la comunidad de Calera "El trabajo comunitario desde la educación popular para la integración social plena a egresados con retraso mental" y una "alternativa físico-recreativa que favorece la inclusión social de los niños con retraso mental leve comprendidos entre 8 y 10 años de edad" que se está aplicando en la comunidad Los Edificios donde se ha logrado buena asistencia y participación de los niños como actores y ejecutores en las actividades que se desarrollan en la comunidad donde han ampliado sus relaciones sociales e interpersonales con sus coetáneos, en las familias se logró una mayor conscientización de la importancia que ellos ejercen en el proceso de inclusión de sus hijos permitiéndoles desarrollarse desde el punto de vista físico y mental para lograr una vida social activa.

Teniendo en cuenta los resultados alcanzados luego de la aplicación de la alternativa y realizando una comparación con los resultados iniciales se aprecia un aumento favorable en los indicadores propuestos **(Anexo 7)**, lo que demuestra la pertinencia de la alternativa elaborada.

2.4.1 Determinación de la pertinencia de la alternativa físico-recreativa

Para determinar la pertinencia de la alternativa físico-recreativa se realizó un forum con los profesores de recreación de la comunidad Los Edificios, padres de los niños con retraso mental leve y directivos del combinado, dicho forum estuvo precedido por la técnica del grupo nominal.

Se realizaron dos grupos nominales en los cuales se valoran las Necesidades Educativas Especiales en los niños con retraso mental leve y las Actividades Físicas Adaptadas.

El primer grupo integrado por 5 profesores y directivos del combinado. El tema a debatir fue Actividad Física Adaptada. El debate giró sobre importancia de la actividad físicas adaptadas para el beneficio psicológico, social y biológico y el proceso de inclusión social, los mismos llegaron a la conclusión de la importancia de las actividades recreativas desarrolladas en la comunidad para el desarrollo de la personalidad de estos niños permitiéndole una mayor participación en estas y con ello la inclusión social a las actividades de la comunidad.

El segundo grupo nominal se organizó con las familias de los niños objeto de investigación integrado por siete, padres y madres, el presidente del Consejo Popular, un maestro defectólogo. Los temas a debatir fueron las características que presentan los niños con retraso mental leve, su atención diferenciada y el papel de la familia en el cuidado de estos niños.

El forum se realizó en el Joven Club de computación de la comunidad “Los edificios” con dirigentes y representantes de la comunidad, INDER y educación, de los catorce en total. Los mismos pertenecen a los siguientes organismos:

- Presidente del Consejo Popular
- Representantes del INDER
- Representantes de Educación Especial

Como introducción se realizó una conferencia sobre atención a la diversidad (retraso mental leve) y su relación con las actividades físicas. Los temas presentados al forum para su valoración, fueron los siguientes:

- Características generales de los niños con retraso mental leve y su valoración.
- Potencialidades de las actividades físicas en el desarrollo de la personalidad y la inclusión social.

- La propuesta de la alternativa físico-recreativa con todos los componentes para su implementación en la práctica, en la comunidad "Los Edificios".

La propuesta fue aprobada en su integridad y se reconoció la labor de investigadora en su recopilación.

Se reconocieron las potencialidades que brindan las actividades físicos-recreativas en la socialización de los sujetos con retraso mental leve, realizándose algunos aportes:

1. La participación como actores y ejecutores en las actividades a los niños con retraso mental leve en la comunidad.
2. La preparación de la familia en función de adquirir los conocimientos que le permitan apoyar y ayudar a sus hijos para una adecuada inclusión social.
3. La preparación de los profesores de recreación para la atención e inclusión de los niños con retraso mental leve a las actividades.

Se aprobó la alternativa físico-recreativa en su integralidad, no obstante se plantearon nuevos procedimientos en algunas acciones. Entre ellos se señalaron:

1. Que se incorporen otras actividades.
2. Que se implemente y se socialicen los resultados obtenidos.

En conclusiones, la investigación fue valorada de muy positiva, como una alternativa de gran valor para los niños con retraso mental leve y su familia, alcanzando un gran impacto en la comunidad.

La alternativa físico-recreativa fue considerada pertinente, cuyas direcciones y acciones tienen posibilidad de ser aplicadas por los principales organismos e instituciones del municipio, además de presentar posibilidades de medir los cambios con efectividad.

CONCLUSIONES

1. La revisión bibliográfica permitió determinar los fundamentos teóricos metodológicos que existen acerca de las características de los niños con retraso mental leve, sus potencialidades para el desarrollo de actividades físico-recreativas y la participación como seres independientes, capaces de participar e incluirse socialmente a las actividades de la comunidad.
2. El diagnóstico realizado a niños con retraso mental leve, la familia, los profesores y directivos del Combinado Deportivo demostró que existen insuficiencias en la participación de los niños con retraso mental leve a las actividades físico-recreativas de la comunidad, así como desconocimiento por parte de estos últimos y la familia para el trabajo con este tipo de niños.
3. La alternativa físico-recreativa propuesta consta de talleres y ejercicios a partir de los intereses y preferencias de los niños, la elevación del nivel metodológico del los profesores de recreación y la preparación de la familia en los conocimientos que le permitan potenciar la inclusión de sus hijos a la comunidad.
4. Se comprobó con la aplicación del fórum comunitario que la alternativa físico-recreativa es pertinente y que su aplicación favorece la inclusión social de los niños con retraso mental leve a la comunidad.

RECOMENDACIONES

1. Generalizar la alternativa físico-recreativa en otras comunidades donde existan niños con retraso mental leve.

BIBLIOGRAFÍA

1. Aamayo M. (2001) La persona con discapacidades y su familia. Una evaluación cualitativa. Fondo. Editorial de la Universidad Central de a. Venezuela, Pág. 86-108.
2. Arameda, Patricia y Hernán Aumada. (1991) Educación Especial. ¿Integración o separación? Santiago de Chile UNESCO-OREALC.
3. Ares Muzio, Patricia. (1990) “Mi familia es así”. La Habana. ED de Ciencias Sociales. Pág. 343 – 355.
4. Arias, G. (1999) El valor teórico y metodológico de la obra de L.S. Vigotsky, en Revista cubana de Psicología – 161-166p
5. Arias Herrera, H. (1995) La comunidad y su estudio. La Habana. Editorial Pueblo y Educación, – 120p.
6. Bell Rodríguez Rafael y Ramón López Machín. (2002) Convocados por la Diversidad. Ciudad de La Habana Editorial Pueblo y Educación.
7. Berruezo, P.P. (2000). El contenido de la Psicomotricidad. Madrid: CEPE.
8. Bower, T. G. R. (1979). El Desarrollo del Niño Pequeño. Madrid: Debate
Ggg Burke, B. María Teresa. (1999). De quién es la responsabilidad, la escuela la familia. Ciudad de La Habana, Editorial Ciencias Sociales. 132p.
9. Bustillo, Graciela (2003) Selección de Lecturas sobre. Comunicación y Grupo. La Habana, Cuba, 151p.
10. Castero (1984) Código de la niñez y la juventud. Ciudad de La Habana, Ed. Ciencias Sociales. 91p.
11. Castro Ruz, Fidel (2005). Fidel y el deporte. P.65
12. Colectivo de autores (1997) Sublime profesión de amor. Ciudad de La Habana, Ed. Pueblo y Educación. 49p
13. Colectivo de autores (2007). Maestría en Actividad Física Comunitaria. CD-ROM.

14. Durivage, J. (1987). Educación y psicomotricidad. México. Ed. Trillas.
15. Ferrari, A. (1994). El maravilloso mundo del juego. La Rioja, Argentina. Ed. Canguro.
16. Galvis, P. (2000). Correlación entre el coeficiente emocional y el desarrollo motor. Universidad Libre, Seccional Bogotá. 6p.
17. Garaigordobil, M. (1990). Juego y Desarrollo Infantil. Madrid. Seco Olea.
18. García Batista, Gilberto y Ramírez Romero, Virginia. (2010) Fundamentos de la educación especial. La Habana: ED. Pueblo y Educación.- 60p.
19. Gomendio, Margarita. 2000. Educación Física para la integración de niños con necesidades educativas especiales. Programa de actividad física para niños de 6 a 12 años. Madrid: Gymnos. Editorial Deportiva.
20. González Ramírez, Nitza. (2009) Estrategia recreativa para favorecer la inclusión social de los niños y las niñas con NEE intelectuales leves en las actividades recreativas de la comunidad. Holguín. Tesis en opción al título de Máster en Actividad Física Comunitaria.
21. Guerra Iglesias, Sonia (2005). La educación de alumnos con diagnóstico de retraso mental. Ed Pueblo y Educación. 56p
22. _____ (2006) Hacia una concepción didáctica potenciadora del desarrollo de los esclares con NEE. La Habana. Editorial Pueblo y Educación.
23. Hernández, B. (2009). Propuesta de juegos para el desarrollo motriz, en las clases de Educación Física, para los escolares de segundo grado con retraso mental moderado. 14p.
24. Hernández Cañizares, Martha (2008) La psicología en la actividad física. Ed. Deportes, 233p
25. Hernández, J.: El diagnóstico participativo: una propuesta de taller comunitario, Versión digital, 11p

26. Hernández Vázquez, F. J. (1994). Actividades Físicas Adaptadas: perspectiva interdisciplinar y bases conceptuales. Apuntes. Educación Física y Deportes, (2), 12-20.
27. Jiménez, Paco y otros. (1999). Educación Especial e integración escolar y social. Cuba. Ediciones Aljibe, S. L. Archidona, Málaga R.
28. Jean Piaget. (1996) Tendencias pedagógicas contemporáneas. Ed. El Poira Editores e Impresores. S. A. Ibagué. Colombia. Primera edición. Páginas 120
29. Lagrange, G. (1978): Educación psicomotriz. Barcelona: Fontanella.
30. Le Boulch, J. (1986), La educación por el movimiento en la edad escolar. Barcelona: Paidós. 168p.
31. Liamina, G. y col. (1990). La Educación de los Niños en Edad Temprana. La Habana. Editorial Pueblo y Educación.
32. López Hurtado, Josefina. (1998) Juntos podemos: cuaderno para niños de cinco años que se preparan para la escuela. La Habana. Editorial. Pueblo y Educación. 67 p.
33. López Machín, R. 2000. Educación de alumnos con necesidades educativas especiales. Fundamentos y actualidad. La Habana: Editorial Pueblo y Educación.
34. Miranda, J. (1989). El Juego y la Educación Física. Apuntes, No16-17, 52-
35. Moreno, J. y Rodríguez, P. (1996). El Aprendizaje por el Juego Motriz en la Etapa Infantil. Barcelona. Paidós. 35p.
36. Pascual Fis, Ana (2009). Actividad física adaptada. Educación Especial. La Habana. Ed. Deportes.
37. Pérez, G. (1992) Metodología de la investigación educacional. Ciudad de La Habana, Editorial Pueblo y Educación. 312 p.
38. Petrovsky, A.V. Psicología Pedagógica y de las Edades. Editorial Pueblo y Educación.

39. Pupo Palma, M. A. (2008) Programa de Educación Familiar dirigido a la preparación del PGI de la ETP, mediante talleres para favorecer la comunicación familia-adolescente-escuela. Holguín, ISPH (Tesis para optar por el título de Máster en Ciencias de la Educación).
40. Rico Montero, Pilar (2003). La Zona de Desarrollo Próximo (ZDP). Procedimientos Y Tareas de Aprendizaje. – soporte magnético. – 45 p.
41. Ríos, M, & al (1.998) Actividad física Adaptada. El juego y los alumnos con discapacidad. Barcelona: Paidotribo.
42. Tanner, M. J. (1998) Educación y desarrollo físico. Ciudad de la Habana, Instituto Cubano del Libro, 232 p.
43. Toro, S; Zarco, J. (1998): Educación Física para niños y niñas con necesidades educativas especiales. Málaga: Aljibe.
44. Torres, C M (2002) Conceptos, en asignatura diagnóstico y evaluación (material mimeografiado), CELAEE, La Habana.
45. Torres, C. M. y Col. (2003) Programa Director de Promoción y Educación para la Salud en el Sistema Nacional de Educación. Ciudad de La Habana. p.5 – 16
46. Vayer, P. (1977). El niño frente al mundo. Científico Médica, Madrid.
47. Velázquez Garnica, Eulalia Martha. (2009) alternativa educativa dirigida a la preparación de las embarazadas de 16 a 24 semanas para la recuperación en el puerperio a través de los ejercicios físicos. Holguín. Tesis en opción al título de Máster en Actividad Física Comunitaria.
48. Vigotski, S. L. (1981). Obras completas tomo v. –La Habana: Ed. Pueblo y Educación, 337p.
49. Zabalza, M. (1987). Didáctica de la educación infantil. Madrid: Narcea. 118p.

50. Zapata, O. y Aquino, F. (1986). Psicopedagogía de la Educación Motriz en la Etapa del Aprendizaje Escolar. México. Editorial Trillas.
51. Zhukovskaia, R. I. (1978). La educación del niño en el juego. La Habana. Ed. Pueblo y Educación.

Anexo # 1

Encuesta inicial a los niños con retraso mental leve de Los Edificios del Consejo Norte del municipio "Urbano Noris".

Objetivo: Determinar el nivel de participación en las actividades físico -recreativas de su comunidad. La misma se realiza a los niños en presencia de los padres.

Estimado niño las preguntas que te realizamos a continuación quisiéramos nos las respondieras lo más sincero posibles, te agradecemos de antemano la valiosa colaboración.

Edad: _____

1.- ¿Se realizan en el barrio actividades recreativas?

Sí ----- No ----- A veces -----.

2.- ¿Participas en ellas ?

Sí ----- No ----- Por qué? _____

3.- ¿Te gustaría participar en actividades recreativas en la comunidad sólo o con otros niños de tu edad?

Solo _____ con otros niños _____

4. Marca con una X las actividades que te gustaría realizar

___ Parchí ___ Dominó ___ Rompecabezas ___ La escalera

___ Voleibol ___ Fútbol ___ Beisbol ___

___ Baile de la silla ___ Bola ___ Baile de la escoba ___ Tracción de la soga ___ Papalote

___ Festivales recreativos

___ Programa " A Jugar "

___ Otras actividades (Cuales) _____

Muchas Gracias.

Anexo #2

Entrevista a la familia de niños con retraso mental leve.

Objetivo: Comprobar el nivel de conocimiento de la familia acerca de las características de sus hijos para favorecer el proceso de inclusión social.

Querido (a) padre/madre: Estamos realizando una investigación acerca de la participación de sus hijos en las actividades físico-recreativas de la comunidad, le solicitamos nos responda con sinceridad las siguientes preguntas.

Cuestionario:

1. ¿Conoces el diagnóstico actual de tu niño?
Si _____ No _____
2. ¿Sabes cuales son sus características?
Si _____ No _____ Algunas _____ ¿Cuáles? _____
3. ¿Sabes cuales son sus posibilidades para el desarrollo de actividades recreativas?
Si _____ No _____
4. ¿Te gustaría que tu niño participara en actividades recreativas en la comunidad con otros niños? ¿Por qué?
Si _____ No _____ ¿Por qué? _____

Por su colaboración

Gracias.

Anexo #3

Encuesta a profesores de recreación.

Objetivo: Comprobar el nivel de conocimiento de los profesores de recreación acerca de las características de los niños con retraso mental.

Compañero profesor(a), se realiza una investigación con el objetivo de favorecer la inclusión social de los niños con retraso mental leve a partir de actividades físico-recreativas, por lo que se le solicita sea lo más sincero.

Cuestionario:

1. ¿Conoce en que consiste el retraso mental?
Si _____ No_____ A media: _____

2. ¿Sabes cómo desarrollar las actividades teniendo en cuenta las características de estos niños?
Si _____ No_____ Más o menos _____
3. ¿Has recibido preparación sobre el tema?
Si _____ No_____
a) En caso de haber recibido preparación diga dónde _____
4. Consideras que es importante la participación de estos niños en las actividades que se desarrollan ¿por qué?

5. ¿Te gustaría prepararte para trabajar en la atención a este tipo de población?
Si _____ No_____ ¿por qué?_____

Por su colaboración

Gracias.

Anexo # 4

Guía de observación a las actividades del profesor de recreación en la comunidad.

Tipo de Observación: Directa y Abierta

Objetivos: Constatar como contribuyen los profesores de recreación de la comunidad Los Edificios a través de las actividades a la inclusión social de los niños con retraso mental leve.

No.	ASPECTOS A VALORAR (INDICADORES)	SI	NO
1	Asistencia de los niños con retraso mental leve a las actividades de la comunidad		
2	Participación activa de los niños con retraso mental leve en las actividades		
3	Disposición de la familia de participar en el proceso de inclusión social de los niños con retraso mental leve.		
4	Relaciones sociales e interpersonales de los niños con retraso mental leve y el resto de los coetáneos.		

Anexo # 5

Encuesta final a los niños con retraso mental leve de Los Edificios del Consejo Norte del municipio "Urbano Noris".

Objetivo: Determinar el nivel de inclusión social de los niños con retraso mental leve a las actividades de la comunidad.

Estimado niño, las preguntas que te realizaremos a continuación, quisiéramos que las respondieras lo más sincero posible, te agradecemos de antemano la valiosa colaboración.

1. Te gustaron las actividades recreativas que se hicieron en la comunidad.
Si ___ No ___ Algunas ___
2. Cuales fueron las actividades que más te gustaron: _____
3. ¿Cómo te sentiste cuando realizabas las actividades?
Bien ___ Mal ___ Regular ___
a) ¿Por qué? _____
4. Lograste amistades en las actividades recreativas.
___ Muchas ___ Pocas ___ Algunas ___ Ninguna
5. ¿Con qué frecuencia tu participabas en las actividades que se realizaban en la comunidad?
___ Siempre ___ Casi siempre ___ A veces ___ Nunca
6. Tu familia te exigía que fueras a las actividades de la comunidad:
___ Siempre ___ Nunca ___ A veces

Muchas Gracias.

Anexo # 6

Entrevista al director del combinado y dirigentes del INDER en el territorio.

Objetivo: Comprobar el nivel de conocimiento de los directivos del INDER acerca del trabajo que se desarrolla en la comunidad con los niños retrasados mentales leves.

Compañero(a), se realiza una investigación con el objetivo de favorecer la inclusión social de los niños con retraso mental leve a partir de actividades físico-recreativas, por lo que se le solicita sea lo más sincero.

Cuestionario:

1. Los profesores de recreación tienen en cuenta las características de los niños con retraso mental para la planificación de actividades físicas recreativas, argumente.
2. Imparten alguna preparación a los profesores de recreación relacionada con las características de este tipo de niños.
 - a) De impartirse, diga cuáles
3. Qué programa recreativo usted conoce para los niños con retraso mental leve.

Gracias por su colaboración

Anexo # 7

Gráfico No 1

ANÁLISIS DE LA OBSERVACIÓN INICIAL Y FINAL.

