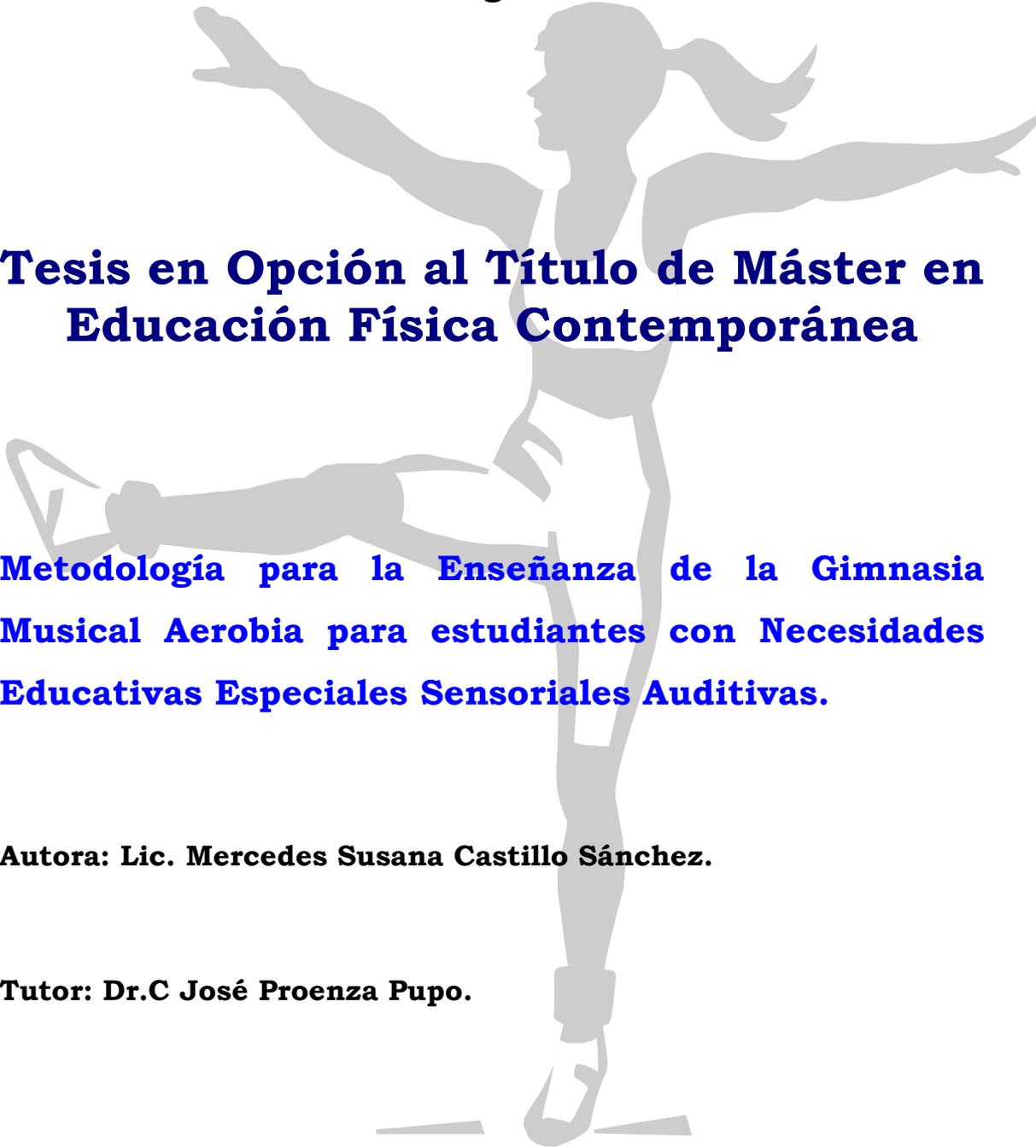


**Instituto Superior de Cultura Física  
"Manuel Piti Fajardo"  
Holguín**



**Tesis en Opción al Título de Máster en  
Educación Física Contemporánea**

**Metodología para la Enseñanza de la Gimnasia  
Musical Aerobia para estudiantes con Necesidades  
Educativas Especiales Sensoriales Auditivas.**

**Autora: Lic. Mercedes Susana Castillo Sánchez.**

**Tutor: Dr.C José Proenza Pupo.**

**2003**

## ***DEDICATORIA***

Para que aquellos que viven en el mundo del silencio tengan una opción más de oír en sus corazones el ritmo alegre de la vida.

## ***AGRADECIMIENTOS***

*A mi madre, por su ayuda incondicional de siempre.*

*A Rodolfo, por su apoyo.*

*A mi hija, que es quien me ayuda a avanzar.*

*A todos mis familiares.*

*A Sandra, ella es mi paradigma de profesional.*

*A Ilka, porque no tengo idea de cómo hubiera sido sin su ayuda.*

*A mi tutor, por todo el tiempo dedicado, por el valor de sus orientaciones y aclaraciones.*

*A Edith, por ser el punto final de esta Tesis.*

*A todas mis amigas y amigos.*

*A todos los que me han ayudado, escuchado y brindado su apoyo y ayuda operativamente - justo a tiempo- mil gracias, saben que tienen un lugarcito en mi corazón.*

*Una vez más gracias a todos.*

## RESUMEN

Nuestro trabajo tiene como propósito presentar una metodología para la enseñanza de la Gimnasia Musical Aerobia a los adolescentes con Necesidades Educativas Especiales Sensoriales Auditivas, problemática dada por la carencia de un estudio investigativo del tema.

Este novedoso trabajo tiene gran importancia porque dota a entrenadores y profesores de la escuela “Le Thi Rieng” de otra opción deportiva. A través de nuestra propuesta metodológica que consta de VI etapas, ilustramos las vías para lograr el objetivo propuesto.

Esta investigación constituye un valioso documento para todo el personal docente que trabaja con niños y adolescentes con esta patología. Divulga una vez más las posibilidades de los sordos e hipoacúsicos de integrarse a la sociedad a través de una actividad deportiva.

En las recomendaciones por etapas de nuestro trabajo aparecen sugerencias para desarrollar con éxito la enseñanza de la Gimnasia Musical Aerobia a los adolescentes con deficiencias auditivas.

# INDICE

Introducción

Capítulo I. Fundamentos generales de la educación del adolescente con Necesidades Educativas Especiales Sensoriales Auditivas.

I.1. Visión histórica de la educación del sordomudo.

I.2. Características psicológicas del adolescente con discapacidad auditiva.

I.3. Particularidades del proceso docente educativo en la clase de Educación Física en las escuelas para sordos e hipoacúsicos.

Capítulo II. Metodología de la enseñanza de la Gimnasia Musical Aerobia para potenciar la participación de sordos e hipoacúsicos en actividades deportivas.

II.1. Fundamentación de la metodología propuesta.

II.2. Momentos por los que transcurre la metodología.

II.2.1. Diagnóstico.

II.2.2. Planificación del proceso.

II.2.3. Ejecución del proceso.

II.2.4. Evaluación del aprendizaje.

Conclusiones

Recomendaciones

Bibliografía

## INTRODUCCION

La discapacidad de los sordos es un tema controvertido. Cuando uno entra al mundo de los sordos, se da cuenta de que la discapacidad es un factor que no existe en sus vidas. Una persona oyente que no conoce el lenguaje de la comunidad sorda se sentirá en desventaja entre ellos.

Muchos sordos tienen la convicción de que si se les dejara con sus propios recursos serían autosuficientes y se ocuparían exitosamente de sus asuntos. Pero la problemática de la educación del sordo continúa vigente y son numerosos los factores que inciden en ello. Con citar solo algunos podemos darnos cuenta de su amplitud y complejidad: la detección tardía de la pérdida auditiva, insuficiente apoyo del entorno familiar.

VIGOTSKI (Tomo V Obras Completas) plantea: ***“La sordera es un estado normal y no patógeno para el niño sordo, y el defecto señalado lo siente solo de un modo mediatizado, secundario, como resultado de su experiencia social reflejado en el mismo ¿Qué significa por si solo el defecto de la audición? ...Es necesario asimilar la idea de que la sordera no significa otra cosa que la falta de las vías para la formación de los enlaces condicionados con el medio.*** (72, p89)

Teniendo en cuenta estos elementos, la surdopedagogía cubana actual se ha dado a la tarea de profundizar en ellos, trazando diferentes líneas investigativas; una de ellas responde a la esfera inductora y ejecutora en los deficientes auditivos, con vistas a poder encaminar y diseñar mejor la estrategia de estimulación desde edades tempranas.

La atención y formación de las generaciones de discapacitados y su incorporación cada vez más activa y plena a la sociedad constituye una tarea de primer orden del Partido y el Estado cubano, al tener como objetivo esencial lograr el

perfeccionamiento de los procesos educativos y de influencia social sobre estas personas, para lograr un desarrollo armónico de su personalidad, posibilitarles que piensen, actúen creadoramente y estén aptos para ayudar a construir nuestro proyecto social y defiendan las conquistas de la Revolución.

En el trabajo a desarrollar con los discapacitados sensoriales auditivos se deben incluir dos aspectos fundamentales:

- ◆ Desarrollar sus propias potencialidades y recursos de vida.
- ◆ Preparar continuamente todo el personal que trabaja directamente con ellos, fundamentalmente maestros y profesores, responsabilizándolos con llevar a la práctica las aspiraciones y necesidades sociales de este grupo poblacional, en cuestiones vitales como el deporte la cultura y el trabajo.

Mejorar la calidad de la enseñanza constituye un objetivo común para todos los estamos inmersos en el proceso docente-educativo. Sin embargo, existen en la actualidad diferencias sobre algunos criterios generales que configuren la calidad del sistema educativo, como es la falta de programas especiales de Educación Física para los niños y jóvenes sordos e hipoacúsicos.

Estudios realizados anteriormente han mostrado las ventajas del empleo de la Gimnasia Musical Aerobia para la normalización del estado neuropsíquico y físico de los practicantes.

La práctica de la Gimnasia Musical Aerobia (GMA) ha cobrado gran popularidad en nuestro país, ganando numerosos adeptos, ya sea como una forma de acondicionamiento físico general o como un deporte de carácter competitivo, basado en rutinas de corta duración y alta intensidad que contienen ejercicios obligatorios y otros de libre creación.

Para obtener un mayor desarrollo tanto en la motricidad como en el rendimiento físico de los adolescentes con NEESA (necesidades educativas especiales

sensoriales auditivas), es necesario el fortalecimiento del organismo y estimular la ejecución de movimientos, así como propiciar el desarrollo sensorial de los mismos, para lograr una mayor habilidad en la realización de acciones con determinado ritmo.

El sordo gracias, a la visión, tiene la posibilidad de controlar sus propios movimientos, que en él pueden tener lugar con una precisión absolutamente normal, puesto que conserva las posibilidades físicas, del desarrollo corporal, de la adquisición de hábitos y habilidades de trabajo.

Todos los tipos de actividad laboral pueden ser accesibles al sordo, a excepción de muy pocas esferas relacionadas con el sonido.

Estos niños y adolescentes, por las características de su personalidad, se inclinan a la danza, sienten afición por el deporte, en la mayoría de los casos son afectivos, muestran intranquilidad y agresividad cuando no se les comprende, y tienden a ser dependientes, les gusta que se les sobreproteja y sentirse importantes en el grupo, en presencia de niños oyentes se retraen y tienen pocas amistades debido al trastorno de la audición.

Con la práctica de la GMA se pretende contribuir al un mayor desarrollo de sus potencialidades, crear una base audiovisual cualitativamente nueva, y un aspecto muy importante, mejorar la autoestima, la socialización de estos estudiantes y motivarlos más hacia la práctica de actividades deportivas.

Sobre la base de lo expuesto se identificó el **PROBLEMA CIENTIFICO** siguiente: Insuficiente desarrollo en las capacidades coordinativas en adolescentes con Necesidades Educativas Especiales Sensoriales Auditivas para el aprendizaje de la Gimnasia Musical Aerobia en la clase de Educación Física.

En correspondencia con el problema científico se asumió como **TEMA**: Metodología científica para la enseñanza de la Gimnasia Musical Aerobia a estudiantes con Necesidades Educativas Especiales Sensoriales Auditivas.

El **OBJETO** de esta investigación es el proceso de enseñanza – aprendizaje de la Educación Física en estudiantes adolescentes sordos e hipoacúsicos. Su **CAMPO** lo constituye la enseñanza de la Gimnasia Musical Aerobia en adolescentes sordos e hipoacúsicos.

Esta investigación tuvo como **OBJETIVO** elaborar una Metodología para la enseñanza de la Gimnasia Musical Aerobia a los adolescentes con Necesidades Educativas Especiales Sensoriales Auditivas que contribuya al desarrollo de capacidades coordinativas dentro de la clase de Educación Física.

Su dimensión condujo a formular las siguientes **PREGUNTAS CIENTIFICAS**:

1. ¿Qué se conoce acerca del desarrollo histórico de la educación del sordomudo?
2. ¿Cuáles son las principales características psicológicas de los adolescentes sordos e hipoacúsicos?
3. ¿Cuáles son las particularidades de la Educación Física en la escuela especial para sordos e hipoacúsicos?
4. ¿Qué fundamentos sustentan la elaboración de una Metodología para la enseñanza de la GMA a sordos e hipoacúsicos?
5. ¿Cuáles son los elementos que deben integrar la metodología para la enseñanza de GMA a sordos e hipoacúsicos?

Para cumplir el objetivo propuesto se determinaron las siguientes **TAREAS**:

- 1- Fundamentar teóricamente el desarrollo histórico de la educación del sordomudo.
- 2- Analizar las características psicológicas de los adolescentes sordos.

- 3- Caracterizar el proceso docente educativo de la Educación Física en las escuelas de sordos. .
- 4- Fundamentar las potencialidades que ofrece la práctica de la GMA para el desarrollo integral de la personalidad del deficiente auditivo.
- 5- Determinar los principales aspectos teóricos y metodológicos a tener en cuenta para la elaboración de una nueva metodología para la enseñanza de la GMA que responda a los adolescentes con NEESA.
- 6- Diseñar la metodología desde el punto de vista estructural y funcional.

#### **NOVEDAD CIENTIFICA:**

La tesis aporta elementos novedosos y científicos desde los punto de vista teórico, metodológico y práctico.

En el orden teórico, se conceptualiza un enfoque antropológico para el tratamiento de las personas sordas en la práctica de la Cultura Física, ya que se superan concepciones médicas y sociales de sobreproteccion que limitan a estas personas.

En el orden metodológico y práctico, la investigación constituye una vía que permite interpretar y ejecutar la GMA en personas personas NEESA, a partir del uso del analizador visual y el desarrollo del ritmo grupal como elemento rector en el proceso de enseñanza - aprendizaje.

En la metodología de forma sistémica, se integran los componentes estructurales de objetivo, contenido y métodos, que por su esencia funcional garantizan el éxito del aprendizaje de las acciones motrices en la especialidad abordada.

En el trabajo se emplearon **METODOS:** Teóricos y procesos lógicos del pensamiento:

- ◆ Histórico-Lógico: Para el estudio de las diferentes tendencias históricas del desarrollo evolutivo de la educación del sordomudo, así como otras

concepciones teóricas de gran valor para la fundamentación del objeto de estudio. Permitirá el estudio evolutivo del problema.

- ◆ **Análítico-Sintético:** Para la conceptualización de los aspectos esenciales investigados en el marco teórico. Facilitó la interpretación de los datos y permitió al arribo a conclusiones y recomendaciones.
- ◆ **Enfoque sistémico:** Se utilizará para la concepción y estructuración de la metodología propuesta, ya que garantizará la unidad y relación funcional entre las etapas que componen la misma.
- ◆ **Inducción-Deducción:** Para hacer análisis de la bibliografía consultada, llegar a generalizaciones sobre el problema de investigación y elaborar el informe final, así como valorar los instrumentos aplicados para el diagnóstico y llegar a concebir la propuesta.

Empíricos:

- ◆ *Observación:* Para registrar la marcha del proceso de enseñanza-aprendizaje al observar clases a diferentes docentes.
- ◆ *Entrevista:* Para obtener una información confiable sobre la actividad deportiva en la Escuela Especial para sordos e hipoacúsicos.

## **CAPÍTULO I: Fundamentos generales de la educación del adolescente con Necesidades Educativas Especiales Sensoriales Auditivas (NEESA).**

Con este capítulo se persigue el propósito de conformar una plataforma de fundamentos históricos sobre el proceso evolutivo de la preparación y educación de personas con deficiencias auditivas, así como las principales tendencias manifiestas en el campo de la Educación Física en la escuela especial cubana, para adolescentes con estas patologías. También se toman otros fundamentos que particularizan las características psicológicas de estos sujetos y se presentan de manera general las regularidades del proceso docente educativo de la Educación Física que se desarrolla con estos alumnos.

### **1.1 Visión histórica de la educación del sordomudo.**

El sordomudo fue considerado en las primeras etapas de nuestra historia como un individuo incompleto, antisocial y algunos no lo consideraban como persona.

Los griegos y los romanos consideraban al sordomudo como un ser incapaz de recibir cualquier tipo de educación.

MOISES ( S XVIII ac ) experimenta en sí mismo, dificultades con el habla y por eso afirmó: "No debemos maldecir al sordo ni poner obstáculos al ciego".

SALOMON (1033-975 ac) aconsejaba a su pueblo "Hablad por los que no lo pueden hacer".

En el TALMUD (libro sagrado de los hebreos) podemos leer lo siguiente "No coloquéis al sordo y al mudo dentro de la categoría de los idiotas y de los niños,

como seres privados de responsabilidad moral, porque ellos pueden ser instruidos y hechos inteligentes”.

HIPÓCRATES (S IV ac ) padre de la medicina científica, no veía ninguna relación entre la sordera y la mudez, afirmaba que los sordomudos no pueden discurrir y que si dicen algo inteligible dependerá del control de la movilidad de la lengua que poseen.

HERODOTO (484-420 ac) decía que los sordomudos eran seres que habían sido castigados por los dioses para remendar los errores cometidos por sus antepasados.

El desarrollo de la surdopedagogía tiene una historia bastante larga. Los primeros experimentos que daban posibilidades de investigar y superar la sordera se refieren a la remota antigüedad. Con el transcurso de muchos siglos, en la Pedagogía se acumulaban conocimientos sobre la naturaleza de la sordera, los procedimientos de la enseñanza y la educación de los sordos. Lenta, pero rigurosamente, se perfeccionaban los medios y métodos de la surdopedagogía. El conocimiento de su historia ayuda a comprender mejor y a solucionar con éxito los problemas contemporáneos de esta.

La comunidad primitiva está de nosotros a una distancia de miles de años y hasta nuestro tiempo, no se han conservado testimonios verídicos de cómo, con qué procedimientos y métodos se realizaba la educación de los niños sordos en aquellos tiempos remotos. Apoyándose en las investigaciones de otras ciencias, los historiadores surdopedagógicos pueden reconstruir, con una certeza relativa, los rasgos comunes del proceso de educación a los niños sordos de aquella época.

Esa educación se determinaba según el carácter de las relaciones entre los niños y los adultos y también por la intencionada, aunque primitiva, dirección por parte de los más viejos miembros de la comunidad.

Es evidente que los niños sordos también participaban en la actividad laboral. En las etapas primarias de la sociedad primitiva, la presencia de los sordos no engendraba problemas especiales como en los períodos posteriores. En los tiempos cuando el habla bien articulada y la lengua no estaban suficientemente desarrolladas y la gente recurría con frecuencia a los gestos y la mímica, no era difícil la intercomunicación entre los sordos y las personas con el oído normal. La presencia de los sordos al lado de los oyentes contribuía a la asimilación, por los primeros, del trabajo más sencillo.

En los tiempos posteriores, junto con la complicación de la actividad socio-laboral y el desarrollo de la lengua, se agravaba el aislamiento de los sordos de las personas normales en el aspecto físico. Su comprensión mutua iba disminuyendo. El lenguaje de los gestos se convertía cada vez más en el medio de comunicación delimitado de los sordos con sus familiares. Con el tiempo, disminuía una parte de géneros de la actividad humana accesibles para los sordos.

En todo el período del feudalismo temprano se conoce apenas el caso único de tentativa de enseñar al sordo, lo cual tuvo una resonancia no ordinaria. El obispo John de Hexham (Inglaterra), cerca de las puertas de su casa encontraba diariamente a un mendigo sordo, cuya cara siempre expresaba un conmovedor agradecimiento por la limosna. El obispo observó que el sordo podía meditar y por lo tanto sería capaz de estudiar. Consiguió enseñarle unas cuantas palabras, lo que fue percibido como un milagro.

En la Inglaterra del siglo XVII, el científico – físico J.Bulver se ocupaba exitosamente de los problemas de enseñar a los sordos. Sus pensamientos sobre el desarrollo mental de los sordos, su singular modo de comunicación por medio

del habla "manual", la expuso en el libro editado en el año 1944 que se componía de "Jirología" (el habla natural con las manos) y "Jironomía" (la conversación artificial con las manos). El libro estaba basado en las observaciones del proceso de comunicación de los sordos entre sí, por medio de gestos y el habla dactilar (el alfabeto de dedos).

También en esta época, el célebre científico, profesor de Geometría y Teología de la Universidad de Oxford, John Vallis (1616-1703) se ocupaba con éxito de la enseñanza individual a los sordos. Trataba de resolver algunas tareas como: superar la mudez que acompaña al sordo por medio de enseñarlo a pronunciar y saber utilizar la lengua hablada, según las reglas de la gramática, enseñar al sordo que ya sabe pronunciar a leer de los labios y enseñar al sordo a expresar libremente sus pensamientos en forma escrita.

En el siglo XVII, en España, se conoció un maestro llamado Enmanuel Ramírez Carrión (1579-1652) que enseñaba a los sordos de la familia de un noble español. Carrión tenía miedo de La Inquisición y por eso enmascaraba sus estudios con distintos procedimientos médicos. Se apoyaba en el sentido táctil - vibratorio e incluso en los restos del oído. Con el fin de protegerse contra las sospechas de la iglesia católica, él utilizaba los medios medicinales.

En Barcelona a finales del siglo XVIII, Juan Albert, educaba por su propia iniciativa a un pequeño grupo de sordos. El 27 de Marzo de 1802, se constituye la Real Escuela de Sordomudos en la Plaza Mayor de Madrid, la que estaba subvencionada por la Sociedad Económica de Amigos del País y su director, Joset Rouyer, inicialmente solo acogió a niños y a partir de 1816 también a niñas.

En 1852, el español Juan Ballester marcó una etapa del renacimiento pedagógico de valor incalculable para la educación del deficiente auditivo.

Aproximadamente en 1756 comenzó en París el funcionamiento de dos sesiones educativas a la semana para sordos. Esto inspiró la creación de instituciones para sordos en diversos países europeos.

En el siglo XVIII, en Francia, el maestro Ya. R. Pereira (1715-1780) enseñaba con éxito a algunos alumnos sordos, la lengua hablada. Por causa de tener una hermana sorda, él empezó a enseñar a los niños con este defecto. En lo sucesivo, Pereira se convirtió en el maestro profesional de los sordos.

Otro francés de este mismo siglo, R. Ernaud, prestó atención a los restos del oído en los niños sordos, trataba de reanimar y fortalecer el oído de los sordos por medio de ejercicios auditivos especiales. Ernaud no utilizaba la lengua dactilar, prefiriendo enseñar por medio de la lectura de los labios, según su opinión, excluía la necesidad de utilizar la lengua dactilar. Él prestaba mucha atención a la enseñanza de los sordos, utilizando para esto la lectura y también el juego "Conjunto tipográfico".

En Alemania, los primeros intentos de enseñar a los sordos fueron emprendidos por el médico V. Kerker. Él enseñaba a los sordos los sonidos del habla. Además, Kerker prestaba bastante atención al desarrollo de la lengua hablada en el proceso de aprendizaje de la gramática y especialmente la sintaxis.

El maestro alemán G. Rafel (1673-1740) realizó también la enseñanza individual, su interés por los sordos se explicó por causas de índole personal: de sus seis hijos, tres eran sordos. Él prestaba mucha atención a la enseñanza de la gramática.

En el siglo XIX, sobre todo en su segunda mitad, tuvo lugar un significativo desarrollo de las ciencias. Los métodos científicos generales se planteaban también en las investigaciones surdopedagógicas, que se realizaban con la práctica didáctica y la educación de los niños sordos.

En este siglo crecía la red de colegios especiales y escuelas para los niños sordos. Durante este período, los institutos (colegios) para los sordos se abren en todos los países de Europa Occidental y en los Estados Unidos. En Europa, en el primer cuarto del siglo XIX, hubo solo unas 50 instituciones de tal índole, pero a finales del siglo, ya había más de 400.

En los últimos años del siglo XIX, en Dinamarca, Suecia, Noruega se aprobaron las leyes sobre la enseñanza obligatoria a los sordos. En otros países, leyes semejantes fueron aprobadas mucho más tarde, ya en el siglo XX.

Con el aumento de la cantidad de instituciones didáctico-educativas para los niños sordos tuvieron lugar cambios organizativos en la enseñanza. El colegio (instituto) cada vez más se parecía a la escuela popular. Para fines del siglo XIX los

institutos de los sordos representaban un tipo de escuela popular con el período prolongado de estudio, de 8-9 años. Un grupo de alumnos contaba de diez personas, la edad de ingreso en la primera clase era de 7-8 años.

En este siglo, la surdopedagogía observaba una tendencia de transformar la enseñanza de la lengua hablada de los sordos con el método único nombrado **"oral puro"**.

J.J.Valad-Gabel, uno de los maestros del Instituto Nacional de sordomudos de París, abrió unas secciones de educación para los sordos, anexas a las escuelas distritales. En ellos, los alumnos estaban reunidos en clases especiales, mientras que los semisordos estudiaban junto con los niños oyentes. Según el resultado de la enseñanza a los sordos, en la escuela primaria popular se hacían balances y por ello se podía juzgar sobre los éxitos de los sordos y cómo los trataban los niños oyentes.

Los intentos de la enseñanza individual a los sordos en los Estados Unidos estaban relacionados con la enseñanza de los niños sordos en la familia. El primer instituto o escuela para sordos fue organizado en la ciudad de Jarfurt por la iniciativa del padre de una niña sorda que aprendió el lenguaje oral, gracias a los esfuerzos del estudiante Tomas Gollode (1787-1851). Los éxitos obtenidos por la niña impulsaron al padre a crear un instituto para sordomudos y ayudar a recibir una enseñanza especial al maestro de Alisa.

En el año 1817, se abrió el Instituto para los sordomudos encabezado por Gollode, donde estudiaban sólo 7 alumnos. Pero pronto en otros estados del país empezaron a aparecer diferentes institutos para niños sordos.

En la primera mitad del Siglo XIX, la enseñanza a los niños sordos en América del Norte se realizaba principalmente por el método francés, con la utilización de la escritura, los gestos y el alfabeto manual. Pero este método no satisfacía a los surdopedagogos norteamericanos y los filántropos, los cuales comprendían que los colegios norteamericanos se quedaban atrás, en comparación con los europeos, porque la metodología de la enseñanza del lenguaje oral en estos no alcanzó el nivel deseado.

En la segunda mitad del Siglo XIX, entre los destacados surdopedagogos de Estados Unidos apareció el nombre de Alexander Melvil Bell (1819-1905). Este científico inventó la llamada lengua visible, cada sonido tenía su signo que señalaba la articulación. La lengua visible representaba un sistema fonético de la articulación de los sonidos. El sistema elaborado se perfeccionaba gradualmente y se utilizaba con éxito en la enseñanza de los sordos.

La actividad enérgica de A.M.Bell provocó gran resonancia y fue reconocida por la opinión pública surdopedagógica y por los padres. En los Estados Unidos, hoy día estudian según este método, el 80% de los niños sordos. A Bell también le perteneció la organización de la instrucción temprana de los sordos.

A finales del Siglo XIX y principios del XX, los pedagogos progresivos continuaban luchando por conceder a los colegios para los sordos el status de Instituciones Didáctico Educativa Estatales, por reconocerlos como escuelas con todos los derechos dentro del sistema de instrucción pública. Ellos planteaban la cuestión sobre la escuela de censo para los sordos, sobre su igualdad a la escuela pública, pero conservando el plazo prolongado de la enseñanza. Al mismo tiempo la surdopedagogía progresiva elaboraba los problemas de diferenciación del fenómeno de la sordera; dentro de la masa común de los sordos ella separó a los débilmente oyentes y los ensordecidos después del nacimiento. A la par, se incrementaba el interés por los problemas de la educación preescolar y la enseñanza temprana de la lengua oral. Las metodologías del estudio experimental de la psicología del niño sordo y de la enseñanza inicial a los sordos del habla como medio de comunicación y adquisición de conocimientos generales con más envergadura.

En este período, en una serie de países capitalistas los colegios para sordos, aunque con algunas limitaciones, fueron reconocidos como instituciones estatales, donde podían estudiar sólo los que podían pagar. La masa principal de los niños sordos quedaba fuera de los colegios. En aquellos casos, cuando la manutención de los sordos era garantizada por la beneficencia privada o pública éstos tenían suerte de visitar el colegio.

A finales del Siglo XIX, en las escuelas para los sordos de Dinamarca, empezó a realizarse la enseñanza especializada, cuyo punto de partida era el grado de sentido del oído restante y el nivel de desarrollo intelectual de los alumnos. El colegio para los sordos en Copenhague fue determinado para los niños sordos, mentalmente atrasados. En la ciudad de Niborg, se abrió una escuela para los niños débilmente oyentes. En Fridericcia, en las clases estudiaban los niños sordos, con el intelecto desarrollado. Anexas al colegio en Fridericcia, funcionaban clases preparatorias, donde se determinaban las posibilidades del oído y el intelecto de los educandos. Al terminar estas clases, los niños se distribuían por las instituciones diferenciadas de Dinamarca.

Para el año 1891 se formó el sistema de la enseñanza a los sordos en Dinamarca. Algunos niños sordos aventajados vivían con familias oyentes y otros se dirigían al colegio para los sordos de Copenhague.

V.Urbanchich (1847-1921) era médico otorrinolaringólogo y realizaba su actividad médica en la clínica de la Universidad de la ciudad de Viena. Urbanchich no sólo aspiraba a descubrir el oído restante en el sordo, sino también a desarrollarlo y perfeccionarlo. Con este objetivo, introdujo el sistema de ejercicios de entrenamiento, dirigido a la estimulación de la actividad de la función auditiva del niño sordo.

Antes de recomendar los ejercicios especiales para el desarrollo del oído restante en las clases para los sordos, Urbanchich durante dos años realizaba en la clínica

la enseñanza individual de un niño sordo, con el objetivo de educar en él la destreza de utilizar los restos del oído. El alumno logró tantos éxitos que pudo estudiar en la escuela pública junto con los niños oyentes.

Después de este experimento exitoso, en 1892 Urbanchich daba clases de ejercicios para el oído restante, en una de las escuelas para sordos en las afueras de Viena. Las lecciones se realizaban por un método especial: él recomendó enseñar a todos los niños sordos por el método de la gimnasia auditiva.

La actividad de Urbanchich tenía una importancia significativa. Su gimnasia auditiva recibió una difusión bastante amplia. Sin embargo, se empleaba mucho tiempo para realizarla y los modestos resultados obtenidos desilusionaban a los pedagogos prácticos. Los surdopedagogos se negaban a estos ejercicios y los otolaringólogos continuaban la búsqueda de vías más racionales para descubrir el oído restante y las posibilidades de su empleo en la amplia práctica de la enseñanza a los sordos.

Desde mediados del Siglo XX en unos países se intensifica la tendencia de aislar a los sordos de los oyentes débilmente. Se perfeccionaba el registro de los niños sordos por las organizaciones correspondientes. En ciertos países de Europa Occidental se consideraba obligatorio comunicar a las instancias correspondientes sobre la sordera de los niños.

Desde los años 50, en los países capitalistas, se atribuye cada vez más importancia a los problemas del contacto con la familia y a la influencia de la familia en el estudio de los niños sordos.

En una serie de países de Europa Occidental, la dirección de la enseñanza profesional a los sordos la realizan instituciones especiales, se elaboran programas de la enseñanza, instrucciones y manuales de trabajo profesional. Todos estos materiales didácticos están lejos de ser perfectos. Escuelas especiales colaboran con las comisiones estatales u organizaciones filantrópicas, lo que asegura la distribución más racional de los sordos junto con otros grupos de jóvenes con unos u otros defectos físicos, en distintas ramas de la producción.

Al triunfar la Revolución Socialista de Octubre, en la U.R.S.S se crearon las premisas en las transformaciones radicales de la esfera escolar; los alumnos sordos tuvieron la posibilidad de asistir a escuelas especiales estatales, creándose tres tipos de instituciones para niños con defectos auditivos de acuerdo con el nivel escolar en que se encontraban y donde se preparaban para un futuro laboral.

En 1970 en el congreso internacional de Estocolmo, despertó gran interés el informe del científico soviético S.A. Zýkov que expuso el sistema de la enseñanza inicial de la lengua por el principio de comunicación lingüística y la experiencia práctica de la enseñanza a los sordos, con el uso de objetos. Se discutían los problemas del uso de los medios técnicos y visuales, de los aparatos acústicos para los sordos y débilmente oyentes, los aparatos que transforman la información

acústica en señales visuales, el televisor y el cine didácticos y la enseñanza programada.

Los congresos mundiales de enseñanza y de educación a los sordos desempeñaron un gran papel en el desarrollo de la teoría y la práctica de la surdopedagogía y contribuyeron al intercambio de información sobre los adelantos de esta rama en distintos países.

En esta etapa se centró la atención en las cuestiones de la influencia de la familia en la enseñanza y educación a los niños sordos desde la edad temprana. En la práctica, estos problemas se resolvían consolidando las relaciones con la familia y con los así llamados padres adoptivos.

En este mismo tiempo, se practicaba la preparación temprana de los niños en jardines infantiles, anexos a algunas escuelas, donde con ayuda de aparatos especiales se investiga el oído, se enseña a los sordos y los débilmente oyentes. Pero no todas las escuelas y países podían llevar esto a la práctica.

La clase, como regla, contaba con 10 ó 12 personas, pero a menudo esta cifra se sobrepasaba.

En los años 60-80 del siglo XX se registró el acercamiento de la teoría y la práctica didáctica educativa de los niños sordos con éstas, respecto a niños oyentes, a base de las ideas pedagógicas progresistas de aquél tiempo.

La apertura de nuevos colegios (el de Moscú, Kazañ y otros), la ampliación de la actividad didáctico educativa en los colegios ya existente estaban relacionado con el aprovechamiento crítico de la experiencia surdopedagógica y su argumentación teórica.

En este trabajo y en la generalización de la experiencia de los maestros de las escuelas especiales para sordos desempeñaron un papel importante los Institutos Científico-Prácticos de Moscú, Leningrado, los laboratorios defectológicos y las facultades defectológicas de los Institutos Pedagógicos. Los resultados de las investigaciones científico-prácticas, de los colectivos pedagógicos y de algunos maestros, ocupados en el terreno de la surdopedagogía, encontraron reflexión en libros y monografías.

El logro más importante de la surdopedagogía soviética fue la creación de las condiciones en las que prácticamente todos los niños con defectos auditivos podrían recibir instrucción primaria y secundaria completa en la escuela especial.

En nuestro país , la creación de la red de centros y escuelas especiales, es uno de los logros de la Revolución Cubana, en el marco de las grandes

transformaciones que se han producido en la educación y son muestras de la grandeza y el humanismo de sus principios y su preocupación constante por las nuevas generaciones.

Desde el año 1959 se iniciaron las labores correspondientes a la creación de un sistema de Educación Especial que permitiera dar una solución adecuada y progresiva a la atención y educación de los niños con deficiencias físicas y mentales.

Las escuelas para este tipo de alumnos han sido equipadas para propiciar el aprendizaje de los estudiantes y un ejemplo de esto lo tenemos en nuestra provincia, en la escuela “Le Thi Rieng” situada en el municipio Holguín.

En la actualidad, el sistema cubano de instituciones para niños con defectos auditivos sigue perfeccionándose. La enseñanza de los niños en estas instituciones es obligatoria y gratuita, se determinó el sistema de medidas para mejorar la enseñanza, la instalación al trabajo y el seguro social a las personas con defectos del desarrollo mental y físico, lo que abrió las perspectivas del desarrollo ulterior de todo el sistema de la enseñanza y educación de los sordos y débilmente oyentes.

## **1.2 Características psicológicas del adolescente deficiente auditivo.**

Las fronteras del período de la adolescencia coinciden aproximadamente con el proceso de enseñanza de los niños desde 7mo hasta 12mo grado y abarcan la edad de 11 a 17 años.

La situación particular del período de la adolescencia en el ciclo del desarrollo infantil está reflejada con diferentes denominaciones – “de transición”, “difícil”, “crítico”. En ellas está fijada la complejidad e importancia de los procesos de desarrollo que se producen en esta edad, vinculados al paso de una época de vida a otra.

El paso de la infancia a la madurez constituye el contenido básico y la distinción específica de todos los aspectos del desarrollo en este período físico, intelectual, moral y social. El asentamiento de las formaciones cualitativamente nuevas se produce en todas las direcciones. Aparecen elementos de madurez como resultado de la reestructuración del organismo, autoconciencia, tipos de relaciones con los adultos y compañeros, modos de interacción social con ellos, intereses, actividad cognitiva y de estudio, parte del contenido de las instancias éticas que mediatizan la conducta, la actividad y las relaciones. En esta etapa, se producen importantes cambios en los sistemas de actividades y comunicación. Si bien el adolescente continúa inmerso en la actividad de estudio, en este período se produce un cambio esencial en la misma, tanto por su contenido como por su forma. Este cambio está dado por la diferenciación de un conjunto de asignaturas que poseen un contenido esencialmente científico y para cuya asimilación el adolescente debe desarrollar nuevos métodos de conocimiento que conduzcan al desarrollo del pensamiento. Esta situación se traduce en una nueva actitud cognitiva del adolescente hacia las materias que se le imparten en las escuelas y hacia la asimilación de conocimientos en general.

En esta etapa se amplía el círculo de actividades a las que el adolescente se vincula con mayor espontaneidad (actividades culturales y deportivas).

En cuanto al sistema de comunicación podemos señalar, en primer lugar, que la relación adolescente-maestro adquiere características diferentes a las que presentaba en la etapa anterior. La conducta del adolescente va a ser analizada por diferentes maestros que emiten valoraciones de su personalidad y de diversos aspectos de la realidad que, a su vez, influyen en el adolescente, cuyos juicios ganan en independencia.

También las relaciones del adolescente en la esfera familiar varían. La familia exige un comportamiento más maduro, acorde a sus posibilidades físicas e intelectuales.

Las relaciones del adolescente con sus coetáneos pasa a desempeñar un papel fundamental en su vida; esta relación íntimo personal constituye una fuente esencial de profundas vivencias y reflexiones.

En esta etapa, por tanto, aparece una nueva “situación social del desarrollo”, condicionada por los cambios en los sistemas de actividad y comunicación antes analizados, lo que, unido a las particularidades psicológicas formadas con anterioridad, posibilitará el surgimiento de las nuevas adquisiciones psicológicas típicas de esta etapa.

Esta “situación social del desarrollo” es también portadora de un conjunto de contradicciones que dan lugar a la llamada “crisis de la adolescencia”, contradicciones que no van a estar vinculadas a la actividad motriz, sino que tienen un profundo carácter psicológico y se expresan en la necesidad de independencia del adolescente, su tendencia a la autoafirmación, su fuerte necesidad de realización, etc.

La solución de esta contradicción conduce paulatinamente al surgimiento de un conjunto de particularidades psicológicas, típicas de este período que preparan el tránsito hacia la edad juvenil.

En este sentido, es de destacar en lo relativo al desarrollo de la esfera moral, la aparición de juicios propios relativamente estables que el adolescente defiende con firmeza, así como el desarrollo de ideales morales que pueden convertirse en reguladores ejecutivos del comportamiento del adolescente. No obstante, por la ausencia de una concepción moral del mundo, las fundamentaciones que hace el adolescente de sus juicios y de su modelo ideal no tiene suficiente profundidad y solidez, produciéndose una falta de correspondencia, en muchas ocasiones, entre sus elevadas aspiraciones y su conducta diaria.

El desarrollo de la autoconciencia alcanza un nuevo nivel que repercute en el desarrollo de la autovaloración, por cuanto la primera adquiere un carácter más generalizado en función de la necesidad que tiene el adolescente de conocerse a sí mismo, para lograr cumplir las exigencias crecientes que hacen a su conducta quienes lo rodean y además, por la necesidad de ocupar, en el colectivo de coetáneos, el lugar al que él aspira.

La autovaloración se va independizando de los criterios externos y se convierte en un regulador interno del comportamiento, aunque sin lograr el vínculo suficiente entre las cualidades concretas y de carácter general que deben estar presente en esta formación.

En el desarrollo de estas formaciones desempeña un papel fundamental el colectivo, las normas y los valores que regulan las relaciones y exigencias entre sus miembros, quedando sentadas las bases para el tránsito a un nivel superior de autorregulación del comportamiento.

El adolescente sordo tiene un comportamiento que se corresponde esencialmente con lo descrito en la literatura psicológica sobre este período etéreo, por lo que a nuestro juicio, su discapacidad sensorial no incide de manera fundamental en la aparición de características psicológicas no típicas del período, no obstante ello, sí se pudieron constatar algunas manifestaciones conductuales muy particulares, en este grupo de personas que obedecen a las características de su lenguaje, a la comunidad de la que son partícipes activos y a la falta de comunicación satisfactoria con el mundo oyente.

Los deficientes auditivos pueden desarrollar su memoria por imágenes desde muy pequeños. Su actividad cognoscitiva transcurre singularmente. Al percibir los objetos, en los sordos es más característico señalar todo aquello que salta a la vista. Además, señalar propiedades secundarias de los objetos, dejando pasar propiedades esenciales, aunque sean notables. Es por eso que sus imágenes se

diferencian por su contenido. Ellos o ellas son más rápidos en encontrar lo específico, lo independiente, que lo principal, lo general.

En fin, que en mayor medida que los oyentes, confunden objetos percibidos, lo que conlleva a que su reconocimiento y representaciones no sean exactos.

Existen diferencias en cuanto a la organización del material ilustrado. Emplean, en menor medida que los oyentes, medios o procedimientos que le faciliten la reproducción, o sea, proceso de “búsqueda” de imágenes en la memoria.

Se constató que su motivación hacia el estudio y su preocupación hacia el avance intelectual está poco desarrollado y sus intereses por las asignaturas suele ser bajo, con excepción de aquellas que tienen un carácter más práctico, como la Educación Laboral y la Educación Física. Se destaca un rechazo generalizado por las asignaturas del área de humanidades, especialmente Lengua Española, y como su lenguaje es visual, pierden la concentración en las clases con facilidad. Este rechazo a las asignaturas del área de humanidades obedece esencialmente a las serias dificultades que presentan en el uso de la lengua española, especialmente en la lecto-escritura y la comprensión de textos.

Mantienen muy buena relación entre ellos, les gusta conversar mucho, intercambiar puntos de vista y opiniones, lo cual evidencia que la comunicación íntima entre ellos es una actividad de nivel jerarquizador subordinante.

En las actividades de carácter deportivo se muestran muy interesados, se observa gran satisfacción con su cumplimiento y disposición a asumir los roles que se les asignan. Cuando se trata de hacer valoraciones de carácter teórico sobre diferentes esferas del conocimiento, poseen poca profundidad de los mismos, conocimientos limitados y superficiales, lo que a nuestro juicio constituye una de las principales causas, de que su motivación hacia el conocimiento sea muy pobre, repercutiendo desfavorablemente en el desarrollo de sentidos intelectuales.

En sentido general, se pudo observar que son puntuales, carentes de iniciativas y creatividad dentro del proceso docente. Realizan las actividades a partir de la orientación y dirección del profesor, cuando los dejan solos presentan dificultades para lograr el éxito.

En las actividades de esencia intelectual, hay que estarlos motivando, sin embargo, para las actividades extradocentes (recreativas y deportivas) muestran mayor interés, cuando se les habla de educación sexual que está en correspondencia con la etapa de la adolescencia, subordinan todas las actividades y planes para satisfacer estas necesidades.

Cuando han recibido atención y cariño familiar desarrollan sentimientos de amor, solidaridad y hermandad, igual que una persona no discapacitada con buena educación familiar y social.

Con respecto al comportamiento de los alumnos sordos se constató que está en dependencia de los intereses que tengan acerca de las diferentes actividades que realizan, así como las exigencias que se les hagan por parte de los maestros y que su comportamiento es normal, de acuerdo a las características de la adolescencia. En la participación de las actividades de la escuela, se incorporan si estas los motivan, una vez motivados, tienen una participación activa.

La participación está relacionada con los intereses propios de ellos, los cuales giran alrededor de actividades prácticas, actividades extradocentes, las de orientación y educación sexual y no así las docentes.

Los intereses se inclinaron hacia el trabajo en el taller, aprender un oficio, deporte, música, televisión, video, el sexo, la recreación y en algunos casos el estudio, donde los intereses son iguales a los coetáneos no discapacitados de su edad.

Sobre el desarrollo de las emociones y los sentimientos se pueden generalizar y enmarcar dos posiciones:

- Adolescentes que presentan una formación y desarrollo de vivencias afectivas positivas y con tendencia positiva
- Adolescentes que presentan un desarrollo pobre y tendencia negativa en la afectividad.

En los adolescente sordos que han tenido una vida familiar positiva, cuyas familias han sido preocupadas, y les han dado el calor y el amor necesario, se observan sentimientos de solidaridad, respeto, de amor a los compañeros, a los maestros, a la familia y en consecuencia con ello, una actitud favorecedora.

Los adolescentes sordos que provienen de familias poco preocupadas, con desarrollo cultural bajo y que no le han brindado todo el amor y cariño que estos necesitan, no han desarrollado sentimientos de hermandad, de solidaridad, ni de respeto al nivel que exigen la escuela y la sociedad.

Los sentimientos superiores (morales, intelectuales y estéticos) están poco desarrollados por falta de información del mundo exterior. En otros casos, los

morales están distorsionados, los estéticos, e intelectuales, afectados por su propia discapacidad.

El valor que le dan a los sentimientos familiares son muy variables y dependen generalmente del medio familiar,. Hay sordos muy cariñosos, ligados afectivamente a su papá, mamá y hermanos; en otros casos son poco cariñosos, pues no se les han inculcado estos sentimientos.

Por lo general estos adolescentes provienen de un medio familiar desfavorable, pasan la familia a un segundo plano, pues para ellos la escuela es lo fundamental, ya que es donde los comprenden. También en la mayoría de los casos no existe un desarrollo normal de este sentimiento, debido a la falta de comunicación que existe entre los familiares por no dominar estos la lengua de señas.

Los adolescentes sordos son perseverantes, valientes, decididos, voluntariosos, se desilusionan fácilmente y pierden la confianza en sí mismos, pero a pesar de todo, ellos logran vencer las dificultades y se enfrentan a situaciones difíciles e inesperadas.

Con relación a la honestidad, la sinceridad, la valentía, la responsabilidad, lo meticulouso, interesado, amoroso y lo crítico, se constató que estas cualidades en sentido general presentan un alto desarrollo en el adolescente sordo.

Con respecto a la puntualidad y lo autocrítico se observó un desarrollo promedio de estas cualidades.

En sentido general, los sordos adolescentes presentan poco desarrollo de las cualidades decidido, organizado, solidario. De la misma, manera las cualidades independientes, creativos, preocupados y moralistas no están muy desarrolladas. La disciplina, perseverancia, el colectivismo no alcanzan el nivel que poseen los adolescentes oyentes.

Con los objetos y la naturaleza son responsables, poco trabajadores, muy cuidadosos y meticulosos.

En una de las actividades fundamentales, que en el caso de ellos es el estudio, se muestran responsables. Hacia sí mismos son independientes, muy interesados y un poco justos, sin embargo son poco perseverantes y poco moralistas.

Las características psicológicas del adolescente sordo, relacionadas con la formación psicológica generalizadora del carácter tienen similar tipicidad con las características descritas en la literatura sobre adolescentes no discapacitados.

El mayor desarrollo de las cualidades caracterológicas del adolescente sordo en la dirección positiva de su conducta son: la honestidad, sinceridad, valentía, responsabilidad, lo puntual, amoroso, interesado, justo, lo crítico y autocrítico.

Presentan poco desarrollo en los rasgos caracterológicos de: la decisión, disciplina, independencia, creatividad, preocupación, perseverancia, lo estudioso, organizado, trabajador, el colectivismo y lo moral.

El adolescente sordo, independientemente de su discapacidad está en condiciones y posibilidades de desarrollar los rasgos psicológicos del carácter que contribuyan a alcanzar niveles superiores de regulación comportamental, siempre y cuando se organice una situación social favorecedora y se aprovechen óptimamente su desarrollo psicológico real y la zona de desarrollo próximo, en este período.

Las dificultades en el orden comunicacional son las principales causas en originar y desarrollar conductas negativas que, al reforzarse, pasan a formar rasgos caracterológicos, que aunque típicos en este grupo poblacional, no son resultado

directo de la discapacidad y si se logra crear un mecanismo favorable en esta dirección se puede erradicar.

Existe de manera generalizada en ellos el sentimiento de discapacidad y cierta tendencia a sentirse rechazados y subvalorados por los oyentes, por lo que se hace imprescindible elevar su autoestima y lograr su confianza a partir de considerarlos personas con plena capacidad para incorporarse a la vida social, conocer el espectro de actividades que desarrollan en el plano social y cultural y hacer una justa valoración de sus posibilidades.

Debemos participar con ellos en las diferentes actividades que realizan ya sean deportivas, culturales, recreativas, etc., desarrollar la capacidad de tolerancia y flexibilidad, pues se hace necesaria la repetición del mensaje para poder ser comprendido. También se deben conocer y respetar las normas y costumbres de su comunidad, evitando el uso indiscriminado de intervenciones, correcciones o sugerencias, así como evitar las contradicciones antagónicas y resolver las situaciones difíciles mediante la comprensión y la persuasión.

La comunidad sorda se caracteriza por una fuerte identidad entre sus miembros, cuyo enlace fundamental se realiza a través de la lengua de señas, lo cual constituye una producción socio-cultural propia que afecta en esencia la manera en que promueven su modo y estilo de vida. El sordo carece esencialmente de la capacidad auditiva; pero es ágil visual. La información visual para ellos representa el canal fundamental para la obtención de información y conocimiento, por lo que a la hora de establecer comunicación con ellos y seleccionar los medios, formas, registros y dirección de las situaciones comunicativas, no se puede obviar este elemento, sino por el contrario, tenerlo muy presente, aprovecharlo y estimularlo.

Es por ello que un profesional que desarrolla un trabajo con discapacitados sensoriales auditivos debe desarrollar e incorporar a su actividad profesional y

humana toda una serie de conocimientos y habilidades que constituyen la base esencial de su trabajo.

### **1.3 Particularidades del proceso docente educativo de la clase de Educación Física en escuelas para sordos e hipoacúsicos.**

La existencia del proceso docente educativo está determinada por un problema específico, basado en la necesidad de formar y educar a nuestros niños (as), adolescentes y jóvenes en el aspecto intelectual y en el desarrollo de sus cualidades morales, permitiéndoles prepararse para la vida, lo que ha venido a constituir el objetivo primero de la escuela especial cubana, sin tener en cuenta distinciones de raza, sexo, religión y alguna u otra limitación intelectual, física, motora o sensorial.

Sobre la definición del proceso docente educativo son muchos los autores que han expuesto sus puntos de vista: nosotros tomaremos como referencia el expresado por Carlos Álvarez de Zayas, quien afirma:

***“... el proceso docente educativo constituye el complemento del encargo social planteado a la escuela como problema a resolver; es el fin de egresar a los estudiantes en correspondencia con los intereses de nuestra sociedad socialista”. (3, p.37)***

En sus definiciones podemos ver la esencia del proceso docente educativo revelada específicamente en los Planes de Estudio y Programas, documentos de carácter estatal que dan respuesta al encargo social planteado a la escuela, a fin de lograr en los adolescentes deficientes auditivos una personalidad en correspondencia con las necesidades de la sociedad: lo que resulta ser la primera Ley de la Didáctica, que establece las relaciones entre el proceso docente educativo y el contenido social.

**La expresión docente educativa de esta Ley está dada en la relación problema-objetivo. El objetivo es la condición sistémica del proceso, visto como la aspiración a lograr para satisfacer dicho encargo social, el cual no podemos separar del resto de los componentes, por poseer el carácter rector del proceso, estando el contenido comprometido con la selección de los elementos de la cultura general que deben ser conocidos por nuestros estudiantes, el método como vía de acción, las formas de organización, el medio como recurso material de apoyo encaminado a ser más consciente y real en la actividad docente, el problema con situación inherente al objeto que induce a la necesidad de solucionarlo y el resultado como consolidación de lo deseado.**

**De gran importancia para el éxito del proceso docente educativo en la escuela especial para los alumnos deficientes auditivos es la preparación integral y el desarrollo de una personalidad de acuerdo con las exigencias sociales actuales para el desempeño futuro de estos educandos: por lo que para el desarrollo de nuestra propuesta metodológica estarán implícitas las leyes enunciadas por Álvarez de Zayas referidas a la actividad pedagógica y reconocidas como:**

- ❖ La Ley de la Relación del proceso docente educativo con la sociedad y con la vida.
  
- ❖ La Ley de la Dinámica interna de los componentes del proceso docente educativo.

Estas leyes se observan de manera real y específica en las relaciones particulares de carácter dialéctico que ofrecen una representación del proceso, lo que permite verlo, analizarlo y comprenderlo como un todo, así como en las formas de materializarlo en la clase, como la célula principal de la actividad docente.

La psicología contribuye decisivamente a determinar las características y regularidades del proceso pedagógico, permitiendo hacer un análisis para la selección adecuada de los objetivos y contenidos en una secuencia lógica de aprendizaje en el alumno (a).

Desde el punto de vista psicológico, podemos plantear que el ejercicio físico, como principal manifestación práctica del proceso docente educativo de la educación física, constituye una de las formas más significativas de la actividad humana, donde las características físicas y psíquicas de la personalidad se manifiestan y se perfeccionan.

Con el ejercicio físico, se desarrollan las sensaciones motrices del equilibrio, las sensaciones ópticas y las sensaciones táctiles. La Educación Física y el deporte desarrollan las percepciones, las representaciones, el pensamiento, la memoria, los intereses, los sentimientos y las convicciones; las cuales deben tener un tratamiento debidamente organizado e individualizado, en el trabajo con el escolar deficiente auditivo.

Del mismo modo; se puede apreciar cómo el juego la gimnasia y el deporte desarrollan las representaciones ópticas, acústicas y quinestésicas, que propician el desarrollo de la memoria motriz.

Por otra parte, el desarrollo de las habilidades motrices está estrechamente unido al pensamiento. La formación de estas habilidades y las acciones de los componentes de cada objetivo y tarea sólo son posibles por la repetición sistemática de cada uno de los movimientos dados por el ejercicio físico. El más simple de cada uno de estos movimientos transcurre a través de la unión del pensamiento y las sensaciones de la forma de ese movimiento, es decir, entre las representaciones y las sensaciones propioceptivas.

Específicamente en la formación del escolar deficiente auditivo, la escuela especial como institución social, está plenamente relacionada con la sociedad que la origina y para la cual debe servir y preparar a cada uno de sus miembros.

De la Pedagogía se toman aquellas experiencias de la práctica pedagógica que parten del reconocimiento de la complejidad del proceso de enseñanza-aprendizaje oponiéndose a las concepciones lineales automatizadas del proceso docente-educativo que se considera como proyecto de ejecución y que se materializa en la clase.

El proceso pedagógico de la educación física se desarrolla también sobre la base de leyes y regularidades que abarcan las esferas de la ciencia pedagógica y de la cultura física como ciencia.

De las ciencias pedagógicas se derivan las regularidades del proceso instructivo-educativo del escolar, tanto en sus conexiones regulares como en el desarrollo social y con el desarrollo de la personalidad, como una de las regularidades internas del propio proceso docente-educativo. De la cultura física como ciencia se derivan las regularidades biológicas y sociales del perfeccionamiento físico del individuo como unidad psicofísica, sus cualidades esenciales y las relaciones causales del proceso.

Tanto los conocimientos científicos de las ciencias pedagógicas, como los de la cultura física se conjugan en la realización de las actividades de cultura física para desarrollar un proceso pedagógico integrado que propicie el perfeccionamiento físico del educando, expresión esta que se representa como reflejo de la integración armónico biosocial, una categoría histórica concreta de normas sociales deseables en la esfera de la salud, de sus valores morales, de la preparación para la sociedad con un rendimiento físico aceptable de nuestros niños (as), adolescentes y jóvenes en general.

El proceso docente educativo de la educación física es necesario verlo desde un enfoque sistémico, teniendo en cuenta la interrelación de sus componentes pues junto a la dirección científica que se le dé al trabajo pedagógico nos conduce al éxito de la asimilación de los contenidos en los escolares deficientes auditivos, en correspondencia con sus posibilidades intelectuales, el desarrollo de sus capacidades, sus motivaciones y niveles de independencia para enfrentarse a la vida cotidiana con una actitud activa, lo que viene a estar estrechamente ligado a la proyección del trabajo de la escuela especial para niños (as) y adolescentes deficientes auditivos, la preparación para la vida adulta e independiente, la promoción de salud y la elevación de la calidad de vida de estos escolares con necesidades educativas especiales.

De manera particular, la Educación Física reconoce en la propia naturaleza de su proceso docente-educativo la importancia que reviste para el escolar deficiente auditivo la actividad práctica del ejercicio físico, regida por regularidades de tipo biológico, así como su significación en las vivencias de las relaciones sociales establecidas en el seno del colectivo escolar y del propio estudiante con la naturaleza y su entorno expresado en la integración de los componentes de la estructura funcional y lógica del proceso pedagógico.

Del mismo modo que otras asignaturas, el proceso docente-educativo de la educación física en la escuela especial para sordos e hipoacúsicos está encaminado a cumplimentar las tres funciones: instructiva, educativa y de desarrollo que tienen salida en la clase.

Para lograr la comunicación en la clase de esta asignatura, es importante que el contenido que se imparta sea claro y ameno, en correspondencia con los intereses y posibilidades de los estudiantes, lo que lleva a comprender el significado de lo que se enseña.

Es por ello que los objetivos y contenidos de la educación física no deben verse en la clase como una imposición a los estudiantes, deben resultarles atractivos, interesantes por su importancia para la salud y la utilidad que pueden tener en su vida adulta, lo cual los llevará a desarrollar sentimientos positivos hacia la actividad.

Una condición indispensable para que fluya la comunicación durante la tarea docente es el clima pedagógico, creado para satisfacer las necesidades y aspiraciones de los estudiantes con los cuales trabajamos. Relacionada con esta idea, Silvestre Oramas plantea: ***“Es muy importante que el maestro logre establecer una atmósfera emocional positiva de confianza en las posibilidades individuales y de colaboración mutua.”*** (60, p.17)

Esta expresión nos hace reflexionar en el desarrollo de nuestro trabajo en la incidencia que tiene la debida organización y dirección del proceso pedagógico, que permita promover una interesante actividad docente, en condiciones favorables, donde se logre la asimilación de los contenidos. Así se desarrollará la independencia, creatividad y formas de actuación tanto individual como en el colectivo escolar, lo cual se logra a partir de la planificación de actividades donde todos tengan las mismas posibilidades de participación y utilizar los métodos y procedimientos didácticos que brinden una carga física apropiada, así como emplear las formas que propicien alegría y satisfacción con la práctica del ejercicio físico.

La actividad docente con el escolar deficiente auditivo requiere promover un sistema de influencias sobre el aspecto psíquico y en general, de su conducta, en correspondencia con la necesidad de conocer y desarrollar determinadas habilidades útiles para su vida, así como las relaciones que se establecen en el colectivo donde debe fluir la interacción entre sujeto-objeto y sus aspiraciones para contribuir a su modo de actuación.

En el proceso docente-educativo de la educación física, se establecen las relaciones maestro-alumno, alumno-alumno, alumno-medio de enseñanza y contenido-medio de enseñanza. Estas relaciones que se producen en el proceso de la educación física establecen la unidad de acción e interrelaciones entre los componentes del proceso pedagógico donde se materializan más concretamente las mismas, en virtud de la unidad de intereses, motivos, necesidades y sentimientos.

Estas poderosas influencias educativas que se producen en el marco de la clase de educación física, son tan significativas que obligan al docente a prestarle una esmerada atención en todo momento, para que estas condiciones favorables no se subviertan y repercutan de forma negativa en el desarrollo de la personalidad del escolar deficiente auditivo.

Referente a la responsabilidad del profesor en cuanto al desarrollo de la actividad docente, Horacio Días fundamenta: ***“... en todo proyecto pedagógico, el alma es el maestro. Él es el artífice por excelencia del desarrollo del trabajo con los alumnos y de labrar el alma humana que es lo más importante de la obra educacional...”*** (24, p.24)

Esta afirmación nos permite ver al docente como facilitador por excelencia de la transmisión de cualquier tipo de conocimientos importantes para la vida que el deficiente auditivo recibe a través de las clases u otra actividad extraclasses o extradocente donde se crean las condiciones propicias para que todos los alumnos (as) alcancen los niveles de desarrollo físico, cognoscitivos y educativos previstos, así como su formación general e integral con proyecciones futuras para su vida laboral y social.

Sobre el tema clase tomamos en consideración lo planteado por Klingberc en su obra Instrucción a la Didáctica General al precisar: ***“El acontecimiento pedagógico clase no puede realizarse solamente como un proceso técnico***

***siempre es necesario tener en cuenta los destinos del hombre y por ello cuestiones de la moral y la ética socialista.” (47, p.391)***

Partiendo del criterio del mencionado autor, el cual se suma la autora de este trabajo, reconoce que la clase es la materialización de todo un proceso, en el cual convergen factores internos del aspecto educativo y factores externos de carácter social, los cuales, unidos, determinan la forma de actuación del ser humano, pues le desarrollan los conocimientos, motivaciones, sentimientos y principios morales de su personalidad.

Para que exista la clase deben existir los objetivos del proceso de manera anticipada. Muchas son las definiciones que se le han dado a los objetivos: algunos autores lo reconocen como meta, propósito y otros lo señalan como resultado anticipado de lo que se desea alcanzar.

El carácter rector de los objetivos no sólo es visto hoy en día, en el proceso docente-educativo, sino que preside las líneas del trabajo metodológico y educativo en un determinado nivel de enseñanza, prevista desde los niveles superiores de dirección hasta la clase dirigida a la formación general del estudiante. Para lograr la meta final: egresar de la escuela a un educando con una determinada preparación socio-laboral de acuerdo con sus posibilidades reales de actuación, en correspondencia con esta meta, tiene que estar configurado el objetivo que promueva la organización del proceso docente-educativo en la educación física para el deficiente auditivo.

Al analizar el tema referente al objetivo como rector del proceso pedagógico, nos adentramos en el contenido como la segunda categoría en importancia para el desarrollo de dicho proceso, el cual es la expresión concreta del objetivo de la educación en determinado contexto social. El contenido va a representar la materia de enseñanza que es necesario transmitir al estudiante para su formación, lo que se traduce en un sistema de conocimientos, hábitos, habilidades,

capacidades y normas de conducta que promueven el desarrollo de una personalidad acorde con las exigencias de la sociedad en que se desarrollan los alumnos (as).

Gran significación adquiere el contenido de la enseñanza en el proceso docente-educativo, pues de la concepción que se tenga en cuanto a qué enseñar depende el desarrollo cultural que deben alcanzar los estudiantes, el mismo podrá conocer diferentes tareas que promuevan sus intereses, vocaciones y actitudes hacia determinada proyección futura.

Esto queda resumido, si a partir de una buena selección del contenido, unido al adecuado uso de los demás componentes del proceso pedagógico y el conocimiento de las características psicológicas del deficiente auditivo, se puede enfrentar una enseñanza desarrolladora que, debidamente organizada, propiciará los mecanismos necesarios de corrección y/o compensación, a partir del reconocimiento de las potencialidades de los estudiantes. Para enfrentar este proceso, así como la aplicación consciente de la llamada zona de desarrollo próximo, en la cual, a partir de los logros obtenidos se proyecta la actividad docente con nuevas estrategias pedagógicas que permitan al estudiante establecer un puente entre lo conocido y lo que debe conocer, hasta lograr primero una participación guiada y luego una acción independiente que permita vencer nuevos objetivos en el futuro. Esta teoría, al igual que otros procesos docentes, son los puntales armadores del trabajo de la educación física con el deficiente auditivo en sus funciones instructivas, educativas y terapéuticas.

Estas manifestaciones del ejercicio físico van a estar constituidas por el juego, la gimnasia y el deporte que adaptan sus peculiaridades en dependencia de potencialidades y necesidades existentes en este tipo de alumnos, todo, con el fin de promover el desarrollo de habilidades motrices básicas y deportivas, así como las capacidades físicas imprescindibles para su desempeño social y la educación

psicomotriz como actividad integradora para el trabajo correctivo y/o compensatorio.

En la educación de los adolescentes sordos e hipoacúsicos, el ejercicio físico, como manifestación fundamental del contenido de la enseñanza, va a constituir una poderosa arma que influye en los procesos de corrección y/o compensación, como vía para generar la estimulación de las potencialidades, la posibilidad de crear, variar o hacer más complejos los ejercicios y crear las condiciones para perfeccionar constantemente el desarrollo físico y psíquico del escolar y su motricidad en general.

La eficiencia en la formación de hábitos locomotrices en el estudiante deficiente auditivo, depende mucho de otros componentes no menos importantes del proceso docente-educativo, lo que viene a estar determinado por la correcta elección de los métodos y procedimientos que permitan una eficaz dirección de la enseñanza. La selección de los métodos y procedimientos se realizará de forma apropiada según objetivos y contenidos propuestos, su aplicación en sistema con los métodos educativos constituyen las exigencias pedagógicas contemporáneas para el trabajo con los adolescentes sordos e hipoacúsicos. En relación con los métodos, debemos reconocer que son el componente más dinámico del proceso, y están dirigidos a alcanzar un resultado que se corresponda con el objetivo propuesto.

En la Educación Física, también se tratan los procedimientos didácticos que vienen a ser una parte integrante del método de enseñanza. Estos procedimientos generales (como la explicación, demostración, observación) son fundamentales en el trabajo con el escolar deficiente auditivo; pero de manera particular, la oportuna corrección de errores y la ayuda directa del profesor ofrecen seguridad y confianza para la ejecución y desarrollo de los movimientos que, unidos al método de la estimulación y la persuasión, propician la integración activa a la actividad físico deportiva. También son reconocidos otros procedimientos de carácter

organizativos, como vía para la optimización de la efectividad de la clase de Educación Física.

La Educación Física que se imparte a los estudiantes con NEESA (Necesidades Educativas Especiales Sensoriales Auditivas) debe servir como sostén para transformar la personalidad del escolar, en función del proceso docente-educativo, a partir de que se logre la familiarización del alumno con la actividad práctica, en lo que tendrá gran influencia el papel del docente en su preparación y la interrelación lógica de cada uno de los componentes del proceso.

A través de la actividad sistemática de la práctica del ejercicio físico los adolescentes con NEESA alcanzan el desarrollo integral de su personalidad.

Contribuir y participar en las actividades concebidas para la formación de estos estudiantes es algo de vital importancia, ya que en el alumno deficiente auditivo no sólo existe la influencia del contexto escolar, sino también la de la familia y la comunidad, medios que también inciden en su desarrollo social. Es por ello que la labor del docente de la asignatura no puede ser desarrollada de manera empírica, sino con la debida profundidad, con la organización consciente y científica del proceso docente-educativo, sólo así se puede alcanzar el resultado que la sociedad exige para la escuela especial cubana.

Sostener esta valoración, desde nuestro punto de vista, es entrar en contacto con el Maestro de maestros, con el guía de la política educacional cubana, José Martí, cuando valoró la educación física como baluarte para purificar las almas y dentro de sus reflexiones, el reconocimiento a quienes acometen la labor de instruir y educar a esos con los que la naturaleza no fue virtuosa en su creación, apuntando: “**¡Benditas sean las manos que rectifican estas equivocaciones y endulzan estos errores sombríos de la ciega madre creación!**” (54, p.133)

## **CAPÍTULO II: Metodología de la enseñanza de la Gimnasia Musical Aerobia para potenciar la participación de sordos e hipoacúsicos en actividades deportivas.**

Este capítulo fundamenta, de una manera exhaustiva, todo lo relacionado con las potencialidades de la Gimnasia Musical Aerobia para el desarrollo multilateral de la personalidad del sordo y define las particularidades del proceso docente educativo de este deporte.

Como resultado final se propone la Metodología para la enseñanza de la GMA a adolescentes con deficiencias auditivas. Esto viene a suplir una insuficiencia dentro de la práctica de actividades deportivas en alumnos con esta discapacidad, y servirá de ayuda a los profesores de Educación Física para que resuelvan, de una forma más eficaz, las dificultades en el orden teórico-práctico que se presenten en el proceso docente educativo de la práctica de la GMA.

### **MUESTRA DE LA INVESTIGACION.**

La población objeto de estudio son las 16 estudiantes del sexo femenino de Secundaria Básica de la Escuela Especial "Le Thi Rieng" para deficientes auditivos de la Provincia de Holguín comprendidos entre 7mo a 9no grados, con 12 a 16 años de edad, que a consideración de esta investigadora son los que mayores condiciones tienen desde el punto de vista motivacional para la práctica de la GMA.

Se utilizó como procesamiento estadístico el muestreo intencional puro.

Excepto 2 estudiantes todas las demás ingresaron a la escuela desde la primaria. Ninguna presenta limitaciones físicas. Todas las estudiantes reciben la Educación Física 2 veces a la semana en la sesión de la tarde.

Mediante la observación, se procedió a caracterizar el grupo. Luego del estudio de las particularidades psicológicas del mismo, seleccionamos a una estudiante

hipoacúsica aventajada que nos ayudó en la comunicación con las alumnas y en el trabajo para el desarrollo del ritmo y acople grupal.

## **2.1 Fundamentación de la Metodología propuesta.**

La metodología para la enseñanza de la Gimnasia Musical Aerobia a sordos e hipoacúsicos se fundamenta en el carácter sistémico de los aspectos didácticos psicológicos y físicos en el desarrollo del proceso de enseñanza-aprendizaje en la clase de Educación Física.

Esta metodología sirve de guía al docente en cada una de las etapas por la que transcurre la misma, en tanto orienta aspectos esenciales que deben ser atendidos en el decursar del proceso en aras de imprimirle un carácter participativo, que promueva la práctica de esta modalidad deportiva a través de las situaciones de aprendizaje que están orientadas a que los estudiantes se conviertan en partícipes activos y concienticen sus potencialidades como ser social.

Las situaciones de aprendizaje tendrán funciones instructivas y educativas que nos ayudarán a lograr los objetivos propuestos en cada etapa de esta metodología. Estas serán promovidos a través de los pasos básicos de la Gimnasia Musical Aerobia.

La utilización de la actividad física como medio para el mantenimiento y la mejora de la salud es un tema que en la actualidad está siendo objeto de gran apoyo político y social. Ello se debe, en gran medida, al conjunto de adaptaciones morfofuncionales que se producen en el organismo como consecuencia de la práctica cotidiana del ejercicio físico, adaptaciones que definen el nivel de condición física y que implica un incremento en la capacidad funcional.

Las situaciones de aprendizaje movilizan la participación activa de los estudiantes sordos e hipoacúsicos a la práctica de la GMA que es una forma popular de ejercicio para mejorar y mantener la condición aeróbica y está basada en una variedad de ejercicios físicos, con una intensidad de moderada a alta - no agotadora -, realizada durante largos períodos de tiempo, estructurados, lógicamente secuenciados, acompañados por ritmos musicales, con la finalidad de

lograr una mejora cardiovascular, pulmonar y psicofísica general, aspectos que se pretende reforzar con esta propuesta metodológica.

Esta modalidad deportiva requiere un grado moderado-alto de gasto energético, tiene el potencial para aportar la calidad y cantidad de ejercicios necesarios para el desarrollo y mantenimiento de la forma cardiorrespiratoria y para la modificación de la composición corporal.

Las actividades aeróbicas ayudan al desarrollo perceptual motor, específicamente imagen y control corporal, orientación espacial, discriminación sensorial, imitación de movimiento, equilibrio y memoria cinestésica. Además de estos, la participación en actividades aeróbicas desarrolla la socialización, trabajo en grupo, cooperación y, por otro lado, ayudan a liberar tensión y energía. También mejoran el sentido del ritmo, las habilidades motrices básicas y la confianza en sí mismos, cualidades estas que están directamente relacionadas con la maduración física y el rendimiento escolar.

El movimiento significa vida, libertad, placer, comunicación y disfrute sensorio. El individuo aprende por experiencia directa el sentido de la participación total y gana en la comprensión de su relación física con el mundo real.

El movimiento pone en vibración todo el sistema nervioso, el aparato sensorial conduce al cerebro el estímulo inicial, el cerebro elabora el dato, lo hace consciente, lo graba en la memoria y transmite a los músculos dando la orden por la cual el movimiento se realizará en el espacio. El movimiento facilita la flexibilidad del cuerpo al mover los músculos y las articulaciones, alcanzando así rapidez y seguridad de los reflejos. Además, el movimiento ayuda a desarrollar el sentido de balance y equilibrio, lo que es muy importante para sordos e hipoacúsicos. También desarrolla la percepción de la distancia y los movimientos en el espacio de manera individual y grupal.

El movimiento forma parte integrante del desarrollo de la personalidad, pues a través de la educación motriz se desarrollan aspectos cognitivos, emocionales, sociales y elevan la autoestima de los estudiantes que la practican, cuestiones de mucha importancia en la educación del sordo y que esta metodología favorece.

La importancia de la expresión de la emoción a través del movimiento, la disponibilidad corporal y el control muscular son indispensables para el desarrollo mental y afectivo de la personalidad del sordo e hipoacúsico.

Con la práctica sistemática de la GMA, se producen cambios significativos en el aumento de la fuerza de las extremidades inferiores, la fuerza-resistencia de los músculos abdominales, disminuye el porcentaje de grasa, disminuye los valores de la frecuencia cardíaca y fortalece el sistema respiratorio.

Se ha demostrado que la práctica de GMA se asocia con rápidas disminuciones de la tensión, ansiedad y depresión. Mediante la aplicación se le da una mayor oportunidad a los estudiantes discapacitados sensoriales auditivos de implicarse en una actividad que eligieron voluntariamente y que aparentemente disfrutan, permitiendo olvidar tensiones o situaciones emocionalmente conflictivas que estuviesen experimentando debido a la misma "crisis de la adolescencia" con sus contradicciones y sus particularidades en los adolescentes deficientes auditivos como se detalla en el Capítulo I.

Son numerosas las investigaciones realizadas, acerca de los cambios emocionales asociados con el ejercicio físico. Muchos ejercicios son agentes antidepresivos; la Gimnasia Aerobia no es una excepción y se le ha comparado con varios agentes farmacológicos y además se ha sugerido que la GMA tiene el mismo efecto que los tranquilizantes sobre el sistema neuromuscular.

La GMA ha monopolizado la industria de la condición física. Las razones de este fenómeno social son muchas sesiones dirigidas por la televisión, creación de videos, organización de encuentros y competencias en todo el país.

El principal objetivo de la GMA es aumentar la capacidad de autocuidado, mejorar la calidad de vida y desarrollar fundamentalmente, la resistencia, la fuerza, la flexibilidad, la coordinación y el equilibrio.

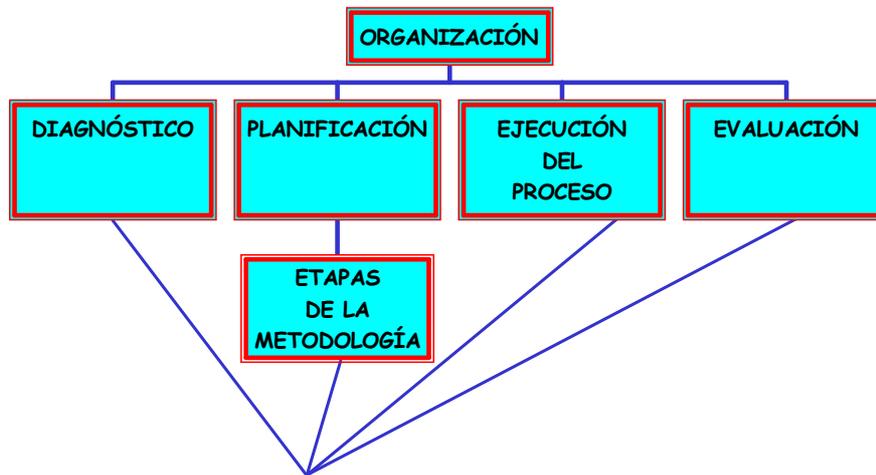
Con la práctica sistemática de la GMA, se elevan los niveles de socialización debido a la gran interacción social que ocurre en la actividad grupal, lo que es muy importante para sordos e hipoacúsicos.

A través de la práctica regular de la GMA se pretende influir en el comportamiento de los practicantes en el terreno psicosociológico de forma positiva, pues favorece

la disminución de la tensión nerviosa, de las angustias y las depresiones, mejora el drenaje sanguíneo que aporta más oxígeno y elementos ricos de energía a cada célula, incluidas las del cerebro. La actividad aumenta la producción de varias sustancias químicas del cerebro como las endorfinas y estas a su vez:

- ✓ Favorecen el buen humor y el entusiasmo.
- ✓ Permiten soportar mejor el estrés.
- ✓ Favorecen la regulación del sueño.
- ✓ Favorecen la regulación del apetito.
- ✓ Desarrollan la confianza y el dominio en sí mismo.
- ✓ Despiertan la conciencia corporal.
- ✓ Disminución del ritmo cardíaco en reposo.
- ✓ Disminución del porcentaje de grasa en los tejidos.
- ✓ Aumento de la masa muscular.
- ✓ Aumento de la ventilación pulmonar.
- ✓ Disminución de la tensión de reposo y durante el ejercicio.
- ✓ Mejora de la termorregulación del organismo.
- ✓ Aumento del proceso metabólico.
- ✓ Producción de energía, la fatiga muscular es menor.
- ✓ Mejora del sistema cardiovascular.
  - El corazón es más resistente, expulsa con mayor eficacia y rapidez la sangre hacia los músculos que trabajan.
- ✓ Las articulaciones y los huesos son más sólidos.
- ✓ Mejora la columna vertebral y el equilibrio.

**DISEÑO GRÁFICO DE LA METODOLOGÍA PARA LA ENSEÑANZA  
DE LA  
GIMNASIA MUSICAL AEROBIA A SORDOS E HIPOACÚSICOS.**



## **2.2 MOMENTOS POR LOS QUE TRASCURRE LA METODOLOGÍA PARA LA ENSEÑANZA DE LA GMA A SORDOS E HIPOACÚSICOS**

La metodología propuesta está relacionada con todos los componentes que la integran, con su interacción sistémica, que pretende fundamentalmente mostrar al profesor el camino a seguir para enseñar cada elemento de la coreografía, cómo y en qué momento ejecutarlo.

Constituye un instrumento metodológico para el proceso de enseñanza-aprendizaje de la Gimnasia Musical Aerobia a sordos e hipoacúsicos que, además de decir cómo y cuándo hacerlo, sugiere la utilización de algunos métodos y procedimientos importantes para lograr el éxito, en la cual no sólo el docente ejecuta todos sus pasos, sino también los estudiantes tienen participación activa a la par del profesor.

La metodología se convierte en un instrumento para evaluar el proceso docente-educativo, nos muestra los eslabones más débiles que deben ser reforzados por el profesor y en la transición de un paso a otro, se cumple con el Principio pedagógico de la Sistematización. Cada paso va sirviendo de base al otro y los contenidos se relacionan según las características de cada etapa.

La metodología que se propone se concibe en 4 momentos en los que están presentes los aspectos didácticos, psicológicos y físicos que como se han planteado son promovidos a través de la clase de Educación Física.

En el proceso de enseñanza-aprendizaje de esta metodología se indican los pasos, métodos y procedimientos a seguir para su aplicación.

### **2.2.1 1er MOMENTO: DIAGNÓSTICO**

Si bien el diagnóstico no constituye un eslabón del proceso de enseñanza-aprendizaje, el mismo es el punto de partida en esta metodología, pues su realización permite conocer el estado del fenómeno que se investiga para así poder trabajar en función de eliminar o disminuir las dificultades que se detectan.

Para la realización del diagnóstico se sugiere la aplicación de métodos empíricos de investigación (observación y entrevista) desde el propio proceso de enseñanza-aprendizaje, así como lograr la familiarización con los estudiantes, elevar el nivel motivacional, romper barreras de la comunicación y a la vez lograr desarrollar cualidades positivas de la personalidad como son el colectivismo, la disciplina, la autoestima y la perseverancia.

Es importante que el diagnóstico se realice al inicio del curso pues de ahí se derivaran las estrategias para la futura acción.

Los resultados de diagnóstico permiten al docente planificar y organizar el proceso para su posterior ejecución y evaluación con el objetivo de intervenir en las dificultades detectadas, sistematizar el trabajo de corrección, lo que redundará en el perfeccionamiento tanto desde el punto de vista de asimilación de los contenidos como en el desarrollo de las capacidades físicas y habilidades.

El diagnóstico que se realice debe estar en correspondencia con la etapa del desarrollo psíquico en que se está trabajando, en el caso que nos ocupa es la adolescencia en el discapacitado sensorial auditivo, que es un periodo que oscila entre 12 y 16 años, hay que atender que en el transcurso de esta etapa se amplía el círculo de actividades a las que el adolescente sordo se vincula con mayor espontaneidad, ya sean deportivas o culturales, aspectos estos que el profesor

debe tener en cuenta a la hora de plantear tareas para el desarrollo de las capacidades físicas.

Es además importante conocer el nivel motivacional que presentan los estudiantes para la práctica de la GMA lo que ayudará en gran medida a la asimilación consciente de los requerimientos de esta nueva modalidad deportiva para sordos e hipoacúsico.

Otro aspecto importante es valorar las relaciones que se establecen entre los miembros del grupo y la existencia de líderes durante la actividad.

Durante el proceso de diagnóstico que se realizó como desarrollo de esta metodología se aplicaron métodos empíricos descritos en la introducción cuyo resultado permitieron profundizar en el problema científico planteado.

La observación aplicada a las clases de Educación Física en la Escuela Especial de Sordos permitió determinar que las condiciones físicas de los estudiantes son favorables para la práctica de cualquier modalidad deportiva, debido a que tiene suficiente desarrollo de sus capacidades físicas y habilidades motrices en correspondencia con su edad cronológica y la enseñanza recibida anteriormente.

Se constató además que la relación entre los miembros del grupo son buenas, existen líderes dentro de la clase y que el elemento que mayor incidencia negativa presenta es el de la comunicación entre profesor y alumno, independientemente que se logra un nivel satisfactorio a través de la lengua de seña.

En la entrevista realizada, se pudo determinar que a los estudiantes sordos les gusta la práctica del deporte, se interesan por las diferentes modalidades y sienten determinada insatisfacción porque no han podido practicar algunos de estos como es el caso de la G.M.A.

Los profesores entrevistados refirieron que los sordos si pueden practicar la G.M.A., por sus características físicas y sus potencialidades, pero nunca habían desarrollado esta modalidad por no venir en los programas y no tener la suficiente preparación técnica para desarrollarlo, así como ausencias de orientaciones metodológicas para que les facilite este trabajo, se habían limitado a montar pequeñas tablas gimnásticas con buenos resultados para el cual los estudiantes mostraron gran motivación y alta disposición.

También se aplicó a los estudiantes un test de ritmo y coordinación para determinar las aptitudes de la muestra. Se les demostró un patrón rítmicos a base de palmadas para que fueran imitadas por ella, y el test de coordinación que consistió en un enlace sencillo de 6 ejercicios que incluyó 8 movimientos de brazos con 4 de piernas.

Con este diagnóstico se comprobó que el sordo tiene su ritmo personal y puede ajustarse a un ritmo de colectivo y con el test de coordinación se constato que el desarrollo de la coordinación no es el mejor, pues presentan dificultades al ejecutar los ejercicios con movimientos combinados.

### **2.2.2 2do MOMENTO: PLANIFICACIÓN DEL PROCESO**

Este momento rectorea a las demás si partimos que en la misma se plantean la etapas de la metodología para la enseñanza de la GMA a sordos e hipoacúsicos.

En esta se preveen las vías, métodos y procedimientos para dar cumplimiento a los objetivos propuestos en cada etapa de la metodología a partir del diagnóstico realizado.

Aunque la planificación y organización del proceso está centrado fundamentalmente en el docente, esto no niega la necesidad de pensar en el estudiante, en sus potencialidades, particularidades psicosociales, intereses, motivaciones, inquietudes, téngase en cuenta que el estudiante es el centro del proceso en su aprendizaje, por lo que es necesario dejarle espacio de participación y creatividad, para que así haga suyo este proceso, lo que indica que desde la misma concepción de la clase, cuando se precisan los objetivos en correspondencia con el contenido y se definan los métodos a utilizar, hay que tener en cuenta la estrecha relación a establecer en el contexto docente con los estudiantes, así como pensar en la manera en que será captado el mensaje que se transmite, que en definitiva garantizará la comprensión del contenido que luego podrá sistematizarse.

Es necesario en este proceso extraer a los estudiantes sus infinitas potencialidades creadoras y que en el mismo prevalezca el vínculo entre lo afectivo y lo cognitivo.

En este 2do momento se concibe todo el proceso de enseñanza-aprendizaje de la GMA a sordos e hipoacúsicos. A continuación se detallan las etapas que conforman la metodología. Consideramos que son las que más se ajustan al contexto práctico de este deporte y a las características psicológicas de los adolescentes sordos e hipoacúsicos, sin dejar de manifestar que se deja un espectro de posibilidades a los profesores para que hagan uso de otros métodos y medios en las etapas (si así lo consideran necesario) según las condiciones reales de sus centros de estudio .

### **I. Etapa – Desarrollo del ritmo grupal.**

**Objetivo:** Lograr, a partir de cada ritmo individual, un ritmo colectivo como base que sustenta el trabajo de una clase de Gimnasia Musical Aerobia.

En la metodología que se propone, esta etapa está considerada no sólo necesaria, si no crucial, como base para el trabajo posterior de enseñanza de esta modalidad deportiva a los jóvenes con NEESA.

Para iniciar el desarrollo del ritmo grupal, con apoyo del conteo, percusión con los dedos, sonidos guturales emitidos a un mismo tiempo, ejecución de juegos rítmicos con palmadas, pisadas e instrumentos de percusión, así como la interpretación con movimientos improvisados de brazos y piernas de un patrón rítmico dado, se desarrollará a partir de cada ritmo individual, un ritmo grupal, que no es más que la esencia de una tabla de GMA.

Durante este período, se debe lograr la familiarización con las estudiantes y ganan en comunicación con ellas. De esta forma irán perdiendo el miedo escénico, a la vez que se desarrollarán cualidades positivas de la personalidad como son : el colectivismo, la disciplina, la autoestima y la perseverancia.

#### **Orientaciones:**

- Al profesor no le debe preocupar la técnica con que se realicen los movimientos, lo más importante es que logren el ritmo y el trabajo coordinado del grupo.

- Con aquellos estudiantes que presenten dificultades para el acople al ritmo grupal, se debe realizar trabajo individual.
- Debido a la importancia de esta etapa, no se debe limitar la cantidad de clases que se utilicen para lograr los objetivos de la misma.

## **II. Etapa - Dirección del complejo aerobio.**

**Objetivo:** Determinar la dirección del complejo aerobio para el desarrollo de habilidades y capacidades físicas.

Esta etapa consiste en definir el objetivo del complejo, teniendo en cuenta las individualidades de los alumnos y su nivel de desarrollo de las capacidades físicas, condicionales y coordinativas. Se debe tener en cuenta que la organización de los ejercicios físicos que estos estudiantes realizan estará encaminada a lograr el objetivo de fortalecer y desarrollar su organismo y a su vez, ejercer una influencia favorable, en particular, en los sistemas cardiovascular y respiratorios.

El complejo de ejercicios puede tener como objetivo desarrollar ritmo, coordinación, equilibrio, flexibilidad, fuerza, resistencia, etc.

Después de un análisis de las características anatómo-fisiológicas de las estudiantes, de su discapacidad y además, por ser principiantes en la práctica de este deporte, se recomienda encaminar el trabajo hacia el desarrollo de algunas habilidades motrices, así como influir en determinadas capacidades coordinativas como ritmo, equilibrio y coordinación.

## **III. Etapa – Edición Musical.**

**Objetivo:** Seleccionar la música que llevará implícito el ritmo de ejecución de los ejercicios y el control de la carga.

Esta etapa es de mucha importancia, pues se plantea que la calidad de un complejo aerobio depende, en gran parte, de la calidad de la edición musical. En este deporte la música es un elemento indispensable, la rutina basa todos sus componentes en ella, ya que es la que rige el ritmo de ejecución y la intensidad con que se trabaja. Para seleccionar la música, hay que tener en cuenta las características de los estudiantes con que se va a trabajar. La edición se puede realizar tomando varios fragmentos de obras musicales o puede ser monotemática. Los segmentos musicales se escogen según el contenido, la finalidad, el tiempo, el ritmo de los ejercicios y van acompañados del cálculo del tiempo musical en cuartos y octavos.

Al hacer estas ediciones musicales, se deben cortar las músicas en los cierres de frases musicales, para que resulte más cómodo el empate y para que se vea una terminación o cierre del movimiento con la música.

Las músicas no deben tener saltos bruscos en cuanto a velocidad y tampoco ser tan lentas o tan rápidas que no permitan el trabajo característico de los ejercicios aeróbicos. No deben existir espacios en blanco entre una música y otra.

Se recomienda realizar la selección del tiempo de la música y su carácter emocional, teniendo en cuenta que las frases musicales deben estar en un rango de 90 a 120 beats por minuto ( contemplado como música moderada ).

Con la ejecución de diferentes posiciones de brazos y piernas, se deben realizar movimientos con el objetivo de identificarse y familiarizarse con la rapidez a que obligan los tiempos de la música.

#### **IV. Etapa- Selección de los ejercicios.**

**Objetivo:** Escoger los ejercicios que conformarán la rutina aerobia.

Para conformar el complejo de ejercicios, hay que tener en cuenta su influencia positiva en el organismo y las características individuales y anatómo-fisiológicas (estado de salud, nivel de preparación física, sexo , edad) de los alumnos. Cuando

se comienza a estructurar el sistema de ejercicios es indispensable, ante todo, ver bien el contenido de la edición musical escogida.

Teniendo en cuenta la dirección del complejo, serán seleccionados movimientos fáciles por su estructura, que no exijan contracciones fuertes, ni una concentración muy elevada de la atención.

Se emplearán ejercicios asequibles y variados . Estos serán ejecutados con todos los bioeslabones del cuerpo, con velocidad y amplitud variables, en distintas direcciones y con diferentes esfuerzos musculares.

Se tendrá en cuenta para la confección de las rutinas aeróbicas, la alternancia razonable de ejercicios fáciles con difíciles, tratando de que la posición final de uno, sea la posición inicial del siguiente o por lo menos, que se parezcan por su estructura. Los mismos deben propiciar una influencia multifacética, para contribuir así a evitar sobrecarga y mucho agotamiento en las alumnas.

Se deben incluir:

1. Pasos de bajo impacto:

- Marcha.
- Hop.
- Piernas separadas.
- Paso de toque.
- Rodillas al pecho.
- Paso cruzado.
- Lange.

2. Pasos de alto impacto:

- Jumping Jack.
- Lange aéreo.
- Pataditas al frente, al lado y atrás.
- Patadas al frente y al lateral.
- Lange al lado y atrás

### 3. Pasos auxiliares:

- Paso "V".
- Paso "L".
- Paso cuadrado.
- Doble paso lateral.

### 4. Flexiones ventrales y laterales.

### 5. Ejercicios de equilibrio y coordinación.

La coreografía o rutina debe mostrar equilibrio entre los patrones de movimientos aeróbicos, es decir, combinaciones de bajo y alto impacto. Debe ser, además, creativa, dinámica, expresiva y poseer transiciones de movimientos fluidos, dichos elementos se enseñan, primero por separados y luego en combinaciones sencillas.

## **V. Etapa- Montaje del complejo aeróbico.**

**Objetivo:** Enseñar los patrones de movimiento que conformarán la rutina aeróbica.

Los ejercicios serán ejecutados, primeramente, con conteo por parte de la profesora y las estudiantes, es decir, con sonidos guturales, también con palmadas y luego con movimientos sencillos de brazos (al frente, laterales) hasta lograr el acople en el trabajo grupal, que es la especificidad de la GMA, como se apuntaba anteriormente.

Poco a poco, se aumentará la complejidad en la ejecución, con movimientos donde se exigirá mayor gasto energético, alternándolos con ejercicios de coordinación y equilibrio. Debido a la afección del aparato vestibular que sufren los sordos e hipoacúsicos pueden presentarse dificultades en el aprendizaje de los ejercicios de equilibrio, por los que se recomienda dedicar mayor tiempo a la enseñanza de los mismos. Los profesores deben estar preparados para recurrir a

la improvisación, pues los ejercicios planificados pueden ser rechazados por las alumnas. Estas oportunidades serán aprovechadas para darles la posibilidad de montar sus propios enlaces y combinaciones y de esa forma, desarrollar la independencia y la creatividad.

Para lograr el aprendizaje se hace necesario realizar los ejercicios lentamente, después repetirlos varias veces y por último, ejecutarlos al ritmo que exige la música.

Recordemos que la ejecución correcta de un ejercicio en la GMA es necesario verla desde los puntos de vista estético y emocional. Una incorrecta ejecución disminuye significativamente la efectividad del ejercicio. Por ello, en el proceso de montaje del complejo, tienen gran peso las orientaciones dadas por el docente, ya que este se convierte en el intermediario entre la música y las estudiantes.

Los ejercicios se demostrarán de frente (como un espejo), y de lado, nunca de espaldas al grupo, para propiciar la lectura labio-facial por parte de las alumnas, además, para corregir mejor los errores y mantener el control del grupo, pues estas estudiantes se caracterizan por perder con facilidad la concentración. En correspondencia con el dominio que tengan las alumnas de la lectura labio-facial, se utilizará o no la dactilología.

Es importante realizar simultáneamente la explicación y la demostración para permitirle al alumno una representación adecuada de lo que se trata. La demostración debe asegurar una imagen fiel del ejercicio, pues toda la información es recibida visualmente.

En esta etapa, se deben unir todos los elementos que componen la rutina. El profesor debe ser muy cuidadoso con la corrección de errores, ya que si los movimientos se repiten con dificultad, sería muy difícil eliminar en los estudiantes estos patrones.

## **VI. Etapa- Memorización del complejo.**

**Objetivo:** Ejecutar cada movimiento con el mismo tiempo de la música, con idéntica velocidad y técnica.

Según Ozolin, el dominio de las técnicas deportivas se realiza en el proceso de aprendizaje de acuerdo con el siguiente orden: primeramente, en el deportista se crean representaciones motoras; después, vienen los intentos por realizarlas prácticamente, más tarde, por medio de las repeticiones de lo estudiado, se adquiere el conocimiento que, posteriormente, habrá de convertirse en hábito motor.

La práctica de la GMA no escapa a este algoritmo, pues a través de la sistematización, es decir, repeticiones reiteradas del complejo aerobio, es que se logra la memorización del mismo. Es un trabajo bastante minucioso y agotador. No se pueden lograr resultados positivos en esta etapa si no se tiene una buena memoria motriz y preparación física.

En todos los organismos vivos, está presente una maravillosa propiedad. Su esencia consiste en que después de la realización de cualquier trabajo el organismo no sólo recupera los recursos perdidos, sino que los compensa y con excesos.

Si entre clases pasa demasiado tiempo, este efecto se pierde. Es decir, se pierden esas necesarias propiedades del organismo (en primer orden la capacidad de trabajo) que fueron adquiridas después del esfuerzo. Por eso, la sistematización de las clases presupone una secuencia de carga y descanso, durante la cual, la clase siguiente se basa en los resultados de la anterior.

La experiencia de este trabajo con adolescentes deficientes auditivos aconseja practicar la GMA 2-3 veces a la semana, con un tiempo de 45 minutos.

En esta etapa, se deben ejecutar los movimientos con la mayor exactitud posible, como fue aprendido anteriormente en el mismo tiempo de la música, pues en este deporte no se busca mejorar tiempos y marcas, aunque sí se trabaja con un tiempo determinado.

Para lograr la memorización y perfeccionamiento de la rutina es necesario ejecutar repetidamente cada movimiento y de esta forma, desarrollar habilidades y

capacidades al eliminar los movimientos innecesarios. La utilización del método de repetición en esta etapa es imprescindible.

El proceso de enseñanza de la GMA para sordos e hipoacúsicos incluyó métodos de trabajo que favorecieron el aprendizaje, en los que el profesor y el alumno forman parte activa.

Los métodos nos ayudan a alcanzar el objetivo propuesto, ya que son el instrumento didáctico más importante para dirigir el proceso de enseñanza-aprendizaje.

En la práctica, se emplearon muchos métodos, pero a continuación expondremos aquellos que más nos aportaron en el desarrollo de nuestra investigación.

- ☞ *Método de explicación:* explicar de frente al alumno, lentamente, para propiciar la lectura labio-facial.
- ☞ *Método de demostración:* se realizarán las demostraciones de frente (como un espejo) y luego de lado.
- ☞ *Método de la enseñanza total:* el alumno realizará el ejercicio, inmediatamente después de la demostración, sin fraccionar el ejercicio ni utilizar ejercicios auxiliares.
- ☞ *Método fraccionado:* el alumno fracciona el ejercicio en sus partes, las va asimilando poco a poco y luego lo realiza en su totalidad.
- ☞ *Método de repetición:* a través de este método logramos la automatización del movimiento, hasta llegar al hábito motor.

### **2.2.3 3er MOMENTO: EJECUCIÓN DEL PROCESO**

Aquí es donde se pone en práctica todo lo planificado a partir del diagnóstico realizado, la misma requiere motivación positiva, comprensión y sistematización del proceso.

Es importante que el profesor preste atención al momento interactivo en el proceso y estimule al estudiante en cada intervención que se produzca, en especial cuando aún no exista un florecimiento de las relaciones entre los estudiantes e incluso con el profesor, esto ayuda a que paulatinamente se eliminen las barreras que puedan manifestarse y así contribuir a la construcción de

su conocimiento especialmente cuando se trabaja con discapacitados sensoriales auditivos donde es condición indispensable la utilización de la lengua de señas por parte del docente, ya que permitirá crear un clima psicológico favorecedor y una transmisión más exacta y más profunda de la información, ya que se está produciendo el enfrentamiento a una nueva modalidad deportiva.

Para poner en práctica este momento de la metodología el profesor puede apoyarse en las siguientes operaciones:

- A. Crear relaciones positivas y situaciones de comunicación favorables.
  - Ser cortés
  - No agredir
  - Dar valor a sus ideas
  - Comprenderlos
  - Hacer observaciones adecuadas
- B. Explicar los contenidos de manera sencilla, lógica, armónica y ascequible.
  - Atender las características psicosociales
  - Ser preciso en la explicación
  - La demostración debe representar una imagen fiel del ejercicio
- C. Promover la dinámica participativa y de roles en los estudiantes.
  - Explotar las potencialidades físicas y cognoscitivas del discapacitado sensorial auditivo.
  - Utilizar diferentes situaciones de aprendizaje.
- D. Atender las individualidades de los participantes y del proceso a partir del diagnóstico realizado.

#### **2.2.4 4to MOMENTO: EVALUACIÓN DEL APRENDIZAJE**

En el proceso de aprendizaje es innegable que la evaluación es un eslabón del proceso de enseñanza aprendizaje, nos dará la medida de cuándo pasar a una nueva etapa del aprendizaje, pues la evaluación es un proceso de retroalimentación y da la medida del cumplimiento de lo planificado. Debe constituir momento de ayuda y mayor acercamiento a los estudiantes.

La evaluación debe ser tanto un proceso grupal como individual, en el cual el docente debe dar seguimiento a los cambios que se van produciendo, hacer los señalamientos oportunos, precisando las tareas a realizar para enmendar los errores y estimularlos para enfrentarlos a un nuevo estadio en el aprendizaje.

Es importante lograr que el estudiante exprese sus criterios y haga valoraciones acerca del contenido y los resultados que se van obteniendo.

El profesor debe tener en cuenta que la evaluación además de ser un proceso grupal e individualizado es interactiva, por lo que la relación maestro-alumno desempeña un importante papel en la estimulación a los logros lo que servirá como un fuerte motivo para proponerse nuevas metas.

La evaluación debe constituir momento propicio para provocar en el estudiante la seguridad en sus potencialidades, posibilidades de asimilación y sistematización del contenido, lo que ayudará a la realización más adecuada de la autoevaluación que la realizarán los estudiantes a través de la pulsometría al finalizar cada parte de la clase, como un aspecto que influye en la elevación del nivel motivacional de los estudiantes.

Es de vital importancia la observación pedagógica dentro del proceso para percatarse del nivel de participación de los estudiantes, disposición para desempeñar los roles, intereses, motivación, nivel de asimilación y cooperación. Estos indicadores deben tenerse en cuenta en los diferentes momentos que transcurre el proceso enseñanza-aprendizaje de las GMA a sordos e hipoacúsicos. La forma fundamental de poner en práctica la metodología propuesta con todos los beneficios que pueden aportar a los estudiantes sordos e hipoacúsicos es mediante la clase de GMA.

La clase está considerada como la forma más adecuada para el logro de los objetivos de la escuela socialista, porque en ella están dadas las condiciones necesarias para fundir, en un proceso único, la instrucción y la educación.

En la clase de GMA, el profesor organiza y dirige la actividad instructiva-educativa de sus alumnos, teniendo en cuenta las diferencias individuales de estos y utilizando adecuadamente los métodos, procedimientos y formas de trabajo en su labor pedagógica, los cuales crean las condiciones propicias para que todos los

educandos alcancen los niveles de desarrollo físico, cognoscitivos y educativos previstos.

Podemos decir que la clase es el factor esencial, la forma organizativa fundamental dentro del sistema de actividades docentes, extradocentes y extraescolares de carácter físico-deportivas, con las cuales se encuentra íntegramente vinculada.

La estructura de la clase abarca aspectos de carácter psicológico pedagógicos, fisiológicos y didáctico-metodológicos que se traducen en tareas concretas que se deben cumplimentar en cada una de sus partes, estrechamente vinculadas entre sí y determinadas por el objetivo y el contenido. Pero esto no debe entenderse como si se tratara de porciones delimitadas que se suman de una forma simple y lineal para formar un todo, sino como un sistema en sí, como una unidad de desarrollo que depende, fundamentalmente, de la iniciativa creadora y la individualidad del profesor.

La clase de Gimnasia Musical Aerobia no difiere de la clase tradicional de Educación Física, es un proceso concatenado donde se proponen y desarrollan técnicas para el desarrollo de la resistencia aerobia.

### **La clase mantiene el siguiente formato:**

Tiempo de duración ideal: 1 hora.

Partes de la clase:

#### **Parte preparatoria.**

**Dura entre 10 y 12 minutos.**

Es donde se forma el grupo, se informan brevemente los objetivos de la clase, (esta clase tiene como objetivo principal el desarrollo de la resistencia Aerobia) y se realiza la primera toma de pulso.

Posteriormente, se pasa al calentamiento, donde se realizan ejercicios de fácil ejecución y bajos en carga, que permitan preparar al organismo para enfrentar las tareas de la parte principal de la clase. Se incluyen estiramientos estáticos, círculos de las articulaciones, flexiones y extensiones de estas.

El calentamiento prepara el cuerpo para la actividad deportiva que vamos a

realizar, reduciendo el riesgo de posibles lesiones y mejorando la ejecución.

El calentamiento se realizará:

- ◆ Permitiendo que el corazón pase, de forma gradual, de un estado prácticamente en reposo a un estado de entrenamiento aeróbico (elevando poco a poco la frecuencia cardíaca).
- ◆ Lubricando las articulaciones: se produce un cambio en el líquido sinovial para evitar el desgaste óseo.
- ◆ Activando músculos, tendones y ligamentos, que empezarán a cobrar cierta elasticidad.
- ◆ Aumentando la temperatura corporal.
- ◆ La frecuencia cardíaca se elevará entre un 40 y un 50% de la frecuencia cardíaca máxima.

En el calentamiento, se deben realizar movimientos sencillos que mejoren las funciones neuro-musculares, de modo que los mensajes del cerebro a los músculos se transmitan más rápida y eficazmente. Con ello preparamos las articulaciones y los principales grupos musculares.

La selección y combinación de los ejercicios del calentamiento estará orientada a la preparación de la actividad que vamos a realizar, por lo que no podemos dejar de trabajar, en esta parte de la clase, los grupos musculares que se utilizarán en el posterior trabajo de la tanda aerobia.

El calentamiento no debe ser difícil ni rebuscado, debe ser equilibrado (derecha, izquierda), no debe cansar, ni agotar, ni producir dolor, la cabeza deberá estar en alineación con la espalda, no se deben realizar movimientos laterales de cintura sin antes haber calentado la región lumbar.

### **Parte Principal.**

Denominada también Cardio Vascular. Es la parte más importante de la clase, en ella se trabajan los ejercicios destinados al desarrollo de la resistencia, esta se inicia con la segunda toma de pulso.

El tiempo de duración de esta parte oscila entre los 40 y 45 minutos, de los cuales el 80 % se destina a la resistencia y el otro 20 % a la gimnasia localizada, si es

que esta forma parte de los objetivos de la clase, si no puede dedicarse todo este tiempo a los aeróbicos.

Los movimientos que más se utilizan en esta parte son los pasos básicos, los auxiliares y sus combinaciones, también movimientos de iguales características a estos pero creados por los profesores.

Es aquí donde se aplican los ejercicios de bajo y alto impacto.

El bajo impacto es cuando trabajamos siempre con uno de los dos pies en contacto con el piso y cuando las pulsaciones se elevan entre un 40 y un 60 % del pulso de reposo.

Esta modalidad (bajo impacto) es apropiada para todos los participantes y en especial, para personas principiantes o en período de recuperación de una lesión.

Para elevar la intensidad en esta etapa, debemos apoyarnos en los movimientos de brazos y desplazamientos amplios por el salón y movimientos generales muy amplios.

Los ejercicios de alto impacto, son aquellos que se realizan con pequeños saltos, estos elevan las pulsaciones de reposo, entre un 60 y un 85 % del pulso de reposo.

En este segmento, utilizaremos pasos saltando o lo que es lo mismo, durante su realización los pies se separan del suelo. Es muy fácil en esta modalidad (alto impacto) elevar la intensidad; pero no debemos olvidar que también requiere precaución en su práctica, ya que el impacto con los saltos supone un estrés más fuerte que el de bajo impacto, sobre todo, en nuestras articulaciones.

En esta parte de la clase también podemos combinar pasos de bajo y alto impacto y es a lo que llamamos Combo. Este tipo de coreografía, además de ser la más usada nos ayudará a mantener la motivación dentro de la clase.

La fase aeróbica de la clase comenzará lentamente y se irá aumentando su intensidad de forma gradual, elevando la velocidad y el rango o amplitud de los movimientos.

Para la progresión o efecto de la carga aeróbica se deberán tener en cuenta los siguientes principios:

1. *Duración*: Teniendo en cuenta las características del alumno se recomienda que las primeras clases comiencen teniendo una duración de 20 a 30 minutos

para ir aumentando con el tiempo, en los principiantes un tiempo más prolongado puede provocar estrés.

2. *Frecuencia*: Comenzaremos con 2 ó 3 días por semana y esta frecuencia la podemos ir aumentando a medida que se superen los niveles de carga física.
3. *Intensidad*: El ejercicio será lo suficientemente vigoroso para producir un ritmo cardíaco entre el 60 y el 80% de la capacidad cardíaca máxima del alumno.

El objetivo de la parte principal de la clase es alcanzar el nivel de carga física deseado y por ser la fase de mayor intensidad, las precauciones deben ser extremas.

Esta sección de la clase puede desarrollarse tradicionalmente utilizando el procedimiento frontal, o también usando los circuitos aeróbicos, y los intervalos de trabajo para la gimnasia localizada.

La gimnasia localizada, es un poco más lenta en su ritmo que la parte aeróbica.

El objetivo de esta etapa es el desarrollo de las capacidades condicionales y coordinativas, teniendo siempre presente las características propias del alumno, edad, sexo, condición física, para que los resultados sean lo más satisfactorios posibles.

Finalizados estos ejercicios, pasamos a la **Parte Final** de la clase. Ella tiene como objetivo recuperar el organismo de los participantes, buscando que su pulso baje, hasta índices cercanos a los del inicio de la clase. Aquí se ejecutan ejercicios respiratorios de recuperación y estiramientos de los músculos más utilizados durante la clase, se buscan ejercicios más suaves para calmar la excitación producida durante la actividad.

Los movimientos en esta parte final serán sencillos, suaves, amplios y de baja intensidad, para que ayuden a la correcta redistribución de la sangre por todo el cuerpo.

El enfriamiento completo tendrá una duración de 3 a 6 minutos aproximadamente, aunque en aquellos alumnos que tardan en recuperarse, se podrá alargar un poco más.

Se hará hincapié en todos los grupos musculares que hayamos trabajado durante la clase tanto en la parte principal como en los ejercicios de la gimnasia localizada. Se respirará normalmente al iniciar el estiramiento y a la vez que estiramos y relajamos el músculo se exhalará.

## CONCLUSIONES

1. El desarrollo histórico de la enseñanza de la Educación Física en el sordo a partir de su concepción y orientación se ha dirigido con un enfoque tradicional y excluyente, limitando la práctica de algunas modalidades deportivas, como la Gimnasia Musical Aerobia, que no solo permite el desarrollo de sus capacidades físicas y habilidades, sino que además amplía conocimientos, eleva la autoestima, motiva a sus practicantes y los incorpora más plenamente a todas las prácticas sociales de nuestra Educación Socialista.
2. La persona sorda tiene todas las potencialidades físicas y psicológicas para desarrollar el aprendizaje de la GMA, pues cuenta con un ritmo personal y puede ajustarse a un ritmo de colectivo factible de lograr con la práctica de esta modalidad deportiva.
3. La metodología propuesta para el desarrollo de la GMA a partir de sus momentos y etapas y tomando en cuenta las características psicológicas de los adolescentes sordos constituye una alternativa pedagógica, capaz de desarrollar la práctica de esta modalidad deportiva de una forma positiva permitiendo el desarrollo de habilidades motrices y capacidades físicas en los sordos e hipoacúsicos.

## **RECOMENDACIONES GENERALES**

1. Generalizar la aplicación de esta metodología en la Escuela Especial de sordos de la provincia Holguín sobre la base de la preparación de los profesores de Educación Física en el conocimiento de la GMA.
2. Redimensionar los programas de Educación Física para sordos en el que se incluyan las orientaciones reales y objetivos para que los sordos practiquen cualquier modalidad deportiva, especialmente la GMA ya que sus potencialidades psicológicas y físicas se los permiten.

## BIBLIOGRAFÍA

1. Acebedo, M. (1994) La Gimnasia Aerobia como base d'attivita motora preparatoria agli, altri sport. España, Editorial Gymnos.
2. Albaladejo, Lauren. (1996) Aerobic: para todos. Madrid, Ed. Gymnos.
3. Alvarez de Zayas, Carlos y Sierra Lombardía Virginia. ( 1998 ). Metodología de La Investigación. La Habana. MES.
4. Anderson, Bob. y Jean Anderson. (1990) Stretching. Bolmas, C.A
5. Andreieva, G.M. ( 1984 ) Psicología Social. Editorial Universidad de Moscú.336p.
6. Bañuelos, Fernando. (1997) Bases para una didáctica de la Educación Física y el Deporte. España, Editorial Gymnos.
7. Baura Ortega. J.C. (1993) Las Nuevas Tecnologías y su Aplicación a la Discapacidad. Madrid, Material Fotocopiado de la Revista Universal.
8. Bein, E.S. y col. (1989) Epílogo al conjunto de estudios sobre la Defectología Contemporánea. La Habana, Editorial Pueblo y Educación.
9. Bell Rodríguez, Rafael. (1996) Sublime profesión de amor. Ciudad de La Habana, Editorial Pueblo y Educación.
10. \_\_\_\_\_ (1997) Educación especial: Razones, visión actual y desafío. Ciudad de La Habana, Editorial Pueblo y Educación.
11. Biriuk, E.V. (1986) Gimnasia Rítmica: recomendaciones metodológicas. Kiev, Editorial "Molod".
12. Boccato. S. (1994) Il condizionamento muscolare nella ginnastica aerobica. España, Editorial Gymnos.
13. Bossona, Paulina. (1984) La educación para la danza. Barcelona, Editorial Paldos.
14. Caballero González, Leyda y H. Pérez Cabrera (1992) La Educación Especial, La Habana : ISCF 116p.

15. Carretero, D. ( 1993 ) Comunicación no Verbal: Expresión Corporal Musical, p 16-21. *Revista Puente Nuevo*, No 19. España.
16. Cid, Rafael F. (1998) Formación Especializada para atender necesidades educativas especiales. *Revista especializada # 624*. Volumen 16. Madrid. España.
17. Clemente, R. A. y col.(1993) Estilo Materno y Adquisición Lingüística. El Caso Particular del Niño Sordo. Madrid, Material Fotocopiado de la Revista Interuniversitaria de la Formación del Profesorado.
18. Colectivo de autores. (1990) CEPROSOR. La increíble y triste historia de la sordera. Centro Provincial para Sordos 1ra Edición.
19. Colectivo de Autores. (1995) La Cultura Física Terapéutica en la Comunidad: Experiencia Cubana. Conferencia Magistral. Cuba Deportes S.A.
20. Colectivo de Autores. (1996) Manual del Profesor de Educación Física. Ciudad de La Habana.
21. Cooper, K. The aerobics program for total well-being. Moscú, Fisicultura y Sport.
22. Charola, Ana. (1996) Manual práctico de Aeróbica : Las claves para un cuerpo vivo. Madrid, Ed. Gymnos.
23. Díaz Lucea, Jordi. (1999) La enseñanza y aprendizaje de las habilidades y destrezas motrices básicas. Barcelona, INDE Publicaciones, Primera Edición.
24. Díaz, Horacio. (2000) En Educación de los alumnos con necesidades educativas especiales. Fundamentos y actualidad. Editorial Pueblo y Educación. Ciudad de la Habana. p24.
25. Dorta Sasco, A.F. (1984) Nociones de Psicología de la Educación Física y el Deporte. La Habana, Editorial Pueblo y Educación.
26. En investigaciones acerca de Formación Moral de las Nuevas Generaciones. Facultad de Psicología. Universidad de La Habana. La Habana.
27. Equipo de expertos. (1995) Curso básico de gimnasia. Barcelona, Editorial DE Vecchi.

28. Fernández Viader, M. (1992) Comunicación Preverbal y Deficiencia Auditiva. Reflexiones para la Intervención Psicopedagógica e Investigación. Madrid. Material fotocopiado de la Revista Interuniversitaria de la Formación del Profesorado.
29. Filippi, Crarpin, Anne Marie. (1994) Las nuevas gimnasias. Barcelona. Editorial Paidotribo.
30. Florence, Jacques. (1991) Tareas significativas en Educación Física: Una metodología para la enseñanza de los ejercicios en la animación del grupo clase. INDE Publicaciones.
31. Fredrich, Fetz. (1986) .Ed. ...3 impr. Buenos Aires, Ed. Kapelous.
32. Gómez Gutiérrez, Luis I. (1997) Conferencia Magistral en el II Congreso Iberoamericano sobre Educación Especial. Cuba, Editorial Pueblo y Educación.
33. Gómez Labrada, A. ( 1985 ) Características Sociopsicológicas de la Percepción Interpersonal en la Relación Maestro Alumno. Trabajo de Diploma. Tutor: Emilio Ortiz Torres. Licenciatura en Educación. Instituto Superior Pedagógico "José de la Luz y Caballero ". Holguín.
34. González Rey, F ( 1989 a ) Psicología. Principios y Categorías. La Habana, Edit. Ciencias Sociales.
35. González Rey, F y Mitjans M, A. ( 1989 ) La Personalidad, Su Educación y Desarrollo. La Habana, Editorial Pueblo y Educación.
36. González Rey, F y Valdés H. ( 1994 ) Psicología Humanista. Actualidad y Desarrollo. Editorial de Ciencias sociales, La Habana.

37. González Rey, F. ( 1985 a ) Psicología de la Personalidad. La Habana, Edit Pueblo y Educación.
38. González Rey, F. ( 1995 a ) La Comunicación Pedagógica. Su Manejo en la Institución Escolar. Curso Pre- Evento. Evento Pedagogía 95. Palacio de las Convenciones. La Habana.
39. Gran Rubio, C. (1994) Educación Especial. Necesidades Educativas Especiales. España, Editorial Promolibro. Capítulo IX.
40. Gutiérrez F. ( 1985 ) Educación Participativa, p 109-117. En Diálogo e Interacción en el Proceso Pedagógico. México, D.F, Ediciones Caballito.
41. Hovareau, Marie-José. (1986) Guía práctica de las Gimnasias suaves Barcelona, Ed. Martínez Roca.
42. INDER. (1998) Sistema de Ciencia e Innovación Tecnológica (SCIT) Cuba. La Habana, Editorial Deportes.
43. Infante Díaz, M y Pimentel Favelo, B. ( 1990 ) El Entrenamiento como Vía Para Desarrollar Habilidades Comunicativas en Maestros de Enseñanza Media.
44. J. Alter, Michael. (1993) Los estiramientos. Desarrollo de ejercicios. Barcelona, Editorial Paidotribo.
45. Jackman, Joan. (1993) Técnicas y juegos gimnásticos. Barcelona. Editorial Paidotribo.
46. Junyent Saburit, María Victoria. (1997) 1023 ejercicios y juegos de equilibrios y acrobacias gimnásticas. Barcelona, Editorial Paidotribo.
47. Klingberc, Lothar. (1972). Introducción a la Didáctica General. Ciudad de La Habana, Editorial Pueblo y Educación.
48. Kraftchencko, O. (1990) Papel de la Comunicación Pedagógica y del Profesor como Modelo en la Formación de adolescentes y Jóvenes. P 83-88.
49. Lisistkaia, T.C. (1987) Ritmo y plástica. Moscú, Fiscultura y Sport.
50. López Machín, Ramón. (1996) ¿Qué es la integración escolar?. Artículo.

Ciudad de la Habana.

51. \_\_\_\_\_ (1986) Actualidad en educación de alumnos con necesidades educativas especiales. Artículo. Ciudad de la Habana.
52. \_\_\_\_\_ (2000) Educación de los alumnos con Necesidades Educativas Especiales. Fundamentos y actualidad. Ciudad de la Habana.
53. Marina, M. (1990) Valoración de la frecuencia cardíaca en Gimnasia Artística. *Revista de Entrenamiento Deportivo*, Volumen 4 No.5.
54. Martí, José. (1990) Ideario Pedagógico. Ciudad de la Habana, Centro de Estudios Martianos y Editorial Pueblo y Educación. p133.
55. Mateu, Serrá, Mercé. (1996) 1300 ejercicios y juegos aplicados a las actividades gimnásticas. Barcelona, Editorial Paidotribo.
56. Ministerio de Educación. (1982) Educación musical y danzaria. Orientaciones Metodológicas. La Habana, Editorial Pueblo y Educación.
57. \_\_\_\_\_. (1982) La Educación Especial en Cuba. La Habana, Editorial Pueblo y Educación.
58. \_\_\_\_\_. (1983) Educación auditiva. Orientaciones Metodológicas. La Habana, Editorial Pueblo y Educación.
59. O'Farril, A. (1993) Conferencia Metodológica Deportiva. IMD, OMS. La Habana.
60. Oramas, Silvestre. (2000). Aprendizaje, Educación y Desarrollo. Editorial Pueblo y Educación UNICEF. p.17.
61. Ozolin, N.G. (1983) Sistema contemporáneo de entrenamiento deportivo. Ciudad de La Habana, Editorial Científico Técnica.
62. Petrosvki, A. (1980) Psicología General. Moscú, Editorial Progreso.
63. Proenza Pupo, José. (2001). El perfeccionamiento del Proceso de

Comunicación con el discapacitado sensorial auditivo en la práctica del deporte y la Educación Física. Tesis de Grado (Doctor en Ciencias de la Cultura Física) Holguín. Instituto Superior de Cultura Física "Manuel Fajardo".

64. Saiz Vallina, Haymeé. (1994) ¿ Aerobics? México, Comisión Nacional de Deportes.
65. Sánchez Manzano, Esteban. (1994) Introducción a la Educación Especial. Madrid. España, Editorial Complutense.
66. Solbera de Sanchiz, Vidia. (1991) Una práctica de humanismo pedagógico. Conferencias dictadas en el ISPH. Nov. (En los fondos de la Biblioteca Cervantes).
67. Torres Monreal, Santiago. y col. (1999) Deficiencias auditivas. Guía para profesionales y padres. Málaga. España, Ediciones Aljibe.
68. \_\_\_\_\_ (2000) Deficiencias auditivas. Aspectos psicoevolutivos y educativos. España, Editorial Rafael Bautista.
69. Trabajo de Diploma. Tutor Emilio Ortiz Torres. Licenciatura en Educación Instituto superior Pedagógico " José de la Luz y Caballero ". Holguín.
70. V. Pedraz, Miguel. (1988) Teoría Pedagógica de la Actividad Física. España, Editorial Gymnos.
71. Varela Alonso, Orlando. (1990) La formación de hábitos y habilidades. Ciencias Pedagógicas. La Habana.
72. Vigotski, L.S. (1989). Fundamentos de la Defectología. Editorial Pueblo y Educación. Ciudad de La Habana. p.89.
73. Virosta, Alberto. (1994) Deporte alternativo en el ámbito de la Educación Física. España, Editorial Gymnos.

## **GUÍA DE OBSERVACIÓN**

**Objetivo:** Valorar la calidad de las clases de Educación Física que se desarrollan con el adolescente sordo.

### **Indicadores a observar:**

- ◆ Métodos pedagógicos que se utilizan en la clase
- ◆ Procedimientos organizativos.
- ◆ Desarrollo de habilidades y capacidades.
- ◆ Rendimiento de la clase.
- ◆ Comunicación entre el profesor y los estudiantes.
- ◆ Empleo de medios.
- ◆ Cumplimiento de los objetivos.
- ◆ Motivación.

**GUIA DE ENTREVISTA AL PROFESOR DE EDUCACIÓN FÍSICA.**

**OBJETIVO:** Valorar el comportamiento del adolescente sordo en las diferentes actividades docentes y extradocentes.

1. ¿Cómo es el comportamiento de los alumnos sordos en las actividades docentes y extradocentes?
2. ¿Cuáles son las principales necesidades y los principales intereses de los adolescentes sordos?
3. ¿Cómo se expresa conductualmente el adolescente sordo hacia la familia?
4. ¿Cómo valora usted el desarrollo de los sentimientos y las emociones en los adolescentes sordos?

**GUIA DE ENTREVISTA A LOS ESTUDIANTES.**

**Objetivo:** Valorar la motivación de los estudiantes hacia la clase de Educación Física.

1. ¿Cómo te sientes en las clases de Educación Física?.
2. ¿Cuáles deportes prefieres que te enseñen en la Educación Física?
3. ¿Has practicado la GMA en la clase de educación física?
4. ¿Te gustaría practicar esta modalidad deportiva?

## GUIA DE OBSERVACIÓN.

**Objetivo:** Observar manifestaciones psicológicas de los estudiantes durante las actividades deportivas.

Aspectos a observar:

- Relaciones que se establecen entre los miembros del grupo ( B. R. M.).
- Miembros del colectivo que permanecen aislados (nunca, ocasionalmente y frecuentemente).
- Existencia de líderes durante la actividad (sí – no – quién).
- Relación comunicativa que se establece entre los profesores y sus alumnos (B. R. M.).
- Aceptación por el colectivo de la nueva tarea y del equipo de investigadores (MA. A. Rechazada).

**TEST DE RITMO.**

Valorar el ritmo personal de los estudiantes.

Consistirá en la realización de un patrón rítmico de 6 palmadas con un valor de 5 puntos. Esto se promedian y dan la nota final.

5 puntos – ejecución correcta.

4 puntos – ejecución con ausencia de una palmada.

3 puntos – ejecución con ausencia de dos palmadas.

0 punto – no ejecuta el patrón.

**TEST DE COORDINACION.**

Valorar el nivel de coordinación de las estudiantes.

Este consistió en observar la coordinación de movimientos a través de un enlace sencillo de seis ejercicios que incluirá 8 movimientos de brazos y 4 de piernas.

5 puntos – ejecución correcta sin faltas.

4 puntos – ejecución con una falta y pobre coordinación.

3 puntos – ejecución con dos faltas y sin coordinación.

0 punto – sin ejecución.

**GUÍA DE OBSERVACIÓN.**

**Objetivo:** Observar el comportamiento de los alumnos en las diferentes etapas del proceso de enseñanza-aprendizaje del complejo aerobio.

- Atención (buena, pobre, interés)
- Interés (interesados, medianamente interesados, desinteresados).
- Capacidad de trabajo (alta, media, baja)
- Cooperación (alta, media, baja)
- Nivel de asimilación (rápido, medianamente rápida, lento)