

Actividades físico-recreativas para la inclusión de adolescentes con retraso mental leve

Indira de las Mercedes Saínez-Reyes

Máster en Ciencias. Profesora Auxiliar del Departamento de Cultura Física. Facultad de Cultura Física. Universidad de Holguín. Cuba

isainz@uho.edu.cu

Yanelis Aballe-Pérez

Máster en Ciencias. Profesora Auxiliar del Departamento de Cultura Física. Facultad de Cultura Física. Universidad de Holguín. Cuba

yaballe@uho.edu.cu

Liset de los Ángeles Moreno-Suárez

Máster en Ciencias. Profesora Asistente del Departamento de Cultura Física. Facultad de Cultura Física. Universidad de Holguín. Cuba

lmoreno@uho.edu.cu

Recibido: 3/06/2020

Aprobado: 7/07/2020

Publicado: 1/10/20

Resumen: El Sistema Nacional de Educación cubano tiene entre sus líneas de accionar la inclusión y en ese sentido la escuela se convierte en un factor clave en la implementación de la educación inclusiva. El fundamento básico de la integración social y en especial de la sociedad inclusiva de las personas con necesidades educativas especiales intelectuales, lo constituye el denominado principio de la normalización. El proceso de inclusión no puede limitarse al trabajo que en las escuelas especiales se desarrolla, ya que es mucho más abarcador; se refiere a la participación plena de estos individuos en la sociedad, fuera de ese marco escolar, en su entorno comunitario. La actividad física juega un papel necesario en el desarrollo de las potencialidades de los niños portadores de Necesidades Educativas Especiales Intelectuales en el entorno comunitario. El objetivo de la investigación consistió en aplicar una estrategia de actividades físico-recreativas a 14 adolescentes de 12-14 años con retraso mental leve de la circunscripción 272 del municipio de Holguín, para favorecer su inclusión en actividades comunitarias. Investigación desarrollada en cuatro etapas. Luego de aplicada la estrategia, se observó cómo estos adolescentes fueron capaces de integrarse a las actividades, aunque unos con más participación que otros de acuerdo con sus características personales.

Palabras clave: necesidades educativas especiales intelectuales, retraso mental leve, adolescentes, inclusión social, actividades físico-recreativas

Physical-Recreational Activities for the Inclusion of Adolescents with Mild Mental Retardation

Abstract: The Cuban National Education System has among its lines of action, inclusion, and in that sense the school becomes a key factor in the implementation of inclusive education. The basic foundation of social integration, and especially of the inclusive society of people with special intellectual educational needs, is the so-called principle of normalization. The inclusion process cannot be limited to the work that takes place in special schools, since it is much more comprehensive; it refers to the full participation of these individuals in society, outside of that school setting, in their community environment. Physical activity plays a necessary role in the development of the potential of children with intellectual Special Educational Needs in the community environment. The objective of the research consisted of applying a strategy of physical-recreational activities to 14 12-14- year-old adolescents with mild mental retardation from district 272 in Holguín, to favor their inclusion in community activities. The research was developed in four stages. After applying the strategy of physical-recreational activities, it was observed how these adolescents were able to integrate into the activities, although some with more participation than others according to their personal characteristics.

Keywords: intellectual special educational needs, mild mental retardation, adolescents, social inclusion, physical-recreational activities

Atividades físico-recreativas para inclusão de adolescentes com retardo mental leve

Resumo: O Sistema Educacional Nacional de Cuba tem entre suas linhas de ação a inclusão e, nesse sentido, a escola passa a ser um fator chave na implementação da educação inclusiva. O fundamento básico da integração social, e especialmente da sociedade inclusiva de pessoas com necessidades educacionais intelectuais especiais, é o chamado princípio de normalização. O processo de inclusão não pode se limitar ao trabalho que ocorre nas escolas especiais, pois é muito mais abrangente; Refere-se à plena participação desses indivíduos na sociedade, fora do ambiente escolar, em seu ambiente comunitário. A atividade física desempenha um papel necessário no desenvolvimento do potencial de crianças com Necessidades Educacionais Especiais intelectuais no ambiente comunitário. O objetivo da pesquisa consistiu em aplicar uma estratégia de atividades físico-recreativas a 14 adolescentes de 12 a 14 anos com retardo mental leve do distrito 272 do município de Holguín, para favorecer sua inclusão em atividades comunitárias. Pesquisa desenvolvida em quatro etapas. Após a aplicação da estratégia de atividades físico-recreativas, observou-se como esses adolescentes conseguiram se integrar às atividades, embora alguns com mais participação do que outros de acordo com suas características pessoais.

Palavras-chave: necessidades educacionais especiais intelectuais, retardo mental leve, adolescentes, inclusão social, atividades físico-recreativas

Introducción

El Sistema Nacional de Educación en Cuba tiene entre sus líneas de accionar, la inclusión. No es solo un ideal, sino, una expresión real en la práctica en los diferentes niveles educativos. En este sentido, la escuela se convierte en un factor clave en la implementación de la educación inclusiva. El

fundamento básico de la integración social y en especial de la sociedad inclusiva de las personas con necesidades educativas especiales intelectuales, lo constituye el denominado principio de la normalización que postula la necesidad de que el niño se eduque en las condiciones más normales posibles, en el medio menos restrictivo, más socializador y desarrollador. Las últimas décadas en nuestro país han sido testigos del desarrollo y conformación de una nueva dimensión de la Educación Especial, identificada más que con una enseñanza, con una política orientada hacia la plena inclusión, el respeto y la solidaridad.

Las concepciones que sirven de sustento en Cuba al trabajo con los niños con Necesidades Educativas Especiales Intelectuales (NEEI) tienen un profundo carácter humanista y optimista, en tanto son el resultado de la contextualización y aplicación con creatividad de los mejores frutos de la pedagogía, la psicología, la pedagogía-especial y las neurociencias; por lo cual, la integración educativa en el país no permite la segregación ni la marginación por motivos de las diferencias en la capacidad de rendimiento o por otras razones.

Pero el proceso de inclusión no puede limitarse al trabajo que en las escuelas especiales se desarrolla, ya que es mucho más abarcador; se refiere a la participación plena de estos individuos en la sociedad, fuera de ese marco escolar, en su entorno comunitario. La presencia en nuestras familias y comunidades de los niños portadores de NEEI marca una pauta acerca del trato que estos deben recibir como seres sociales normales, hasta lograr la inclusión que necesitan.

La actividad física juega un papel necesario en el desarrollo de las potencialidades de los niños portadores de NEEI en el entorno comunitario. Autores de diversas latitudes han abordado esta temática, tal es el caso de González (2003), Martín (1990), Prado (1992) y Toro y Zarco (1995); además, Bell (R. F. Bell, conferencia, comunicación personal, 2003). Ellos coinciden en que las actividades físicas y deportivas permiten a los escolares con retraso mental superar con mayor facilidad las dificultades de relación con su entorno y por consiguiente, un mayor afianzamiento de su personalidad.

A partir de lo planteado por estos autores, diferentes investigaciones han potenciado la integración social de los niños con NEE a las actividades físico-recreativas. Se pueden destacar los trabajos de Gómez (2010), González (2009) y Saínz (2011), los que abordan las estrategias y alternativas de estas actividades para favorecer la inclusión social de niños y adolescentes con estas necesidades intelectuales en las actividades de la comunidad, lo que demuestra el esfuerzo de los

profesionales por incluir actualmente a estas personas en la comunidad mediante actividades más sociabilizadoras, desarrolladoras y masivas.

A pesar de las investigaciones existentes, se ha comprobado que los adolescentes con NEEI, aún no se insertan a las actividades físico-recreativas que se realizan en la comunidad, organizadas por los combinados deportivos; esta situación exige que los profesionales que las ejecutan, ya sean promotores o profesores de recreación, posean conocimiento y dominio de las particularidades de dichos adolescentes, de manera que propicien un espacio a la tolerancia, respeto y solidaridad para todos ellos.

Métodos

Se realizó un diagnóstico en el Consejo Popular Centro Ciudad Sur en el municipio de Holguín, en el cual se reveló que en los programas para discapacitados del Instituto Nacional de Deportes, Educación Física y Recreación (INDER) no se incluyen a las personas con retraso mental. Asimismo, se detectó una insuficiente aplicación de actividades recreativas para los adolescentes con este tipo de retraso mental; poco dominio de los profesores y técnicos de recreación con respecto a las características psicomotrices de los adolescentes con retraso mental leve para darles atención en las actividades comunitarias; escasa participación de estas personas en las actividades comunitarias; y exiguo conocimiento de la familia relacionado con la importancia de las actividades físico-recreativas para el desarrollo de la personalidad de los mismos.

Para incluir a los adolescentes comprendidos en el grupo de edades entre 12 y 14 años con retraso mental leve en las actividades comunitarias de la circunscripción 272 del municipio de Holguín, se aplicó una estrategia de actividades físico-recreativas, lo cual constituyó el objetivo de la investigación de estas autoras. Los métodos utilizados fueron teóricos, empíricos y matemático-estadísticos, los cuales posibilitaron comprobar la pertinencia del proceso.

Como anteriormente se refirió, la investigación se efectuó en la circunscripción 272 del municipio de Holguín, la que comprende 14 adolescentes con esta NEEI; de ellos se seleccionó una muestra de 12 de forma intencional por el grado de retraso mental (leve) y la edad (12 a 14 años), de los cuales 3 son hembras y 9, varones.

Resultados y discusión

Para el desarrollo de la estrategia de actividades físico-recreativas se tuvieron en cuenta las siguientes etapas:

Primera etapa: Diagnóstico

Segunda etapa: Elaboración

Tercera etapa: Implementación

Cuarta etapa: Constatación

Cada una de las mismas comprendió fases y acciones.

Primera etapa: Diagnóstico

Objetivo: caracterizar el estado real de la práctica de las actividades físico-recreativas comunitarias por parte de los adolescentes con retraso mental leve, la preparación de los profesores y directivos de recreación del Combinado Deportivo Henri García para enfrentar el trabajo con estos adolescentes, así como el nivel de conocimiento y disposición de la familia para enfrentar los cambios en el proceso de inclusión.

Las acciones de esta etapa fueron: determinación del objetivo del diagnóstico, contenido y métodos; elaboración de los instrumentos; aplicación del diagnóstico; determinación de la matriz DAFO; y el procesamiento de la información.

Entre los resultados obtenidos de la primera etapa se encuentran que los profesores no concibieron en su planificación actividades específicas para a estos adolescentes con retraso mental leve, quienes sentían motivación por algunos juegos, pero a la vez cierto rechazo, debido a las dificultades reflejadas en su estructura y por la no comprensión de las explicaciones ofrecidas por los docentes. Cuando estos los convocaron al juego, ellos asistieron, pero se sintieron apenados para incorporarse.

Los padres desconocían el beneficio de estas actividades para la inserción de sus hijos en la comunidad, por lo que se observó la falta de preparación que posee la familia sobre las ventajas de las actividades físico-recreativas en el orden de la salud, de las relaciones interpersonales, la comunicación social y el desarrollo de la personalidad.

Por tanto, la inclusión de los adolescentes con retraso mental leve a las actividades comunitarias era insuficiente. Estas y otras dificultades encontradas en el diagnóstico evidenciaron la necesidad de darles preparación a los profesores de recreación y a los familiares

de dichos adolescentes para efectuar el proceso de inclusión a las actividades comunitarias.

Segunda etapa: Elaboración

- **Acción I. Preparación de la familia**

Se considera que para lograr un adecuado proceso de inclusión se necesita de la colaboración familiar, por lo que se consideró necesario prepararla a través de talleres que contribuyeran al desarrollo en cuestiones vitales para la inclusión. Las regularidades obtenidas de este análisis permitieron determinar los temas y objetivos de las actividades a incluir.

Talleres para la familia:

Taller 1

Tema: El proceso de inclusión en la sociedad actual; la familia como eslabón fundamental de ese proceso

Objetivo: Identificar las funciones de la familia, sus características y su aporte al proceso de inclusión en la sociedad.

Taller 2

Tema: La llegada de un niño con retraso mental a la familia

Objetivo: Profundizar en el conocimiento de las características de sus hijos. Conocimiento de sus potencialidades y limitaciones.

Taller 3

Tema: El retraso mental, una situación actual

Objetivo: Reconocer las primeras características presentes en las personas con retraso mental leve y las diferentes formas de atención educativa.

Taller 4

Tema: Las actividades físico-recreativas en los adolescentes con retraso mental leve

Objetivo: Reconocer la importancia que tiene para los adolescentes con retraso mental leve la práctica de ejercicios físicos, deportivos y recreativos.

- **Acción II. Preparación para los profesores de recreación**

Para los profesores de recreación de los combinados deportivos constituye una prioridad el dominio de las características psicopedagógicas y psicomotrices de los adolescentes con los cuales trabaja, por tal razón se proponen talleres con una concepción desarrolladora que les permitan

alcanzar un dominio de las particularidades de los adolescentes con retraso mental leve e integrar en sus actividades diversas acciones de tipo instructivas, formativas y educativas.

Talleres para los profesores:

Taller I. Los adolescentes con los que trabajo en la comunidad

Tema: Los adolescentes con retraso mental leve. Características psicopedagógicas y psicomotrices. El proceso de inclusión e integración

Taller II. Las actividades físicas adaptadas

Tema: La actividad física adaptada para los adolescentes con retraso mental leve. Los juegos adaptados

Taller III. La Zona de Desarrollo Próximo

Tema 3.1.: Conocer la Zona de Desarrollo Próximo para trazar los objetivos que se lograrán en el trabajo con los adolescentes que presentan retraso mental leve

Tema 3.2. Propuesta de actividades con adolescentes que presentan retraso mental leve

- Acción III. Propuesta de actividades físico-recreativas

La propuesta contempló adaptaciones no significativas que incluyeron a los adolescentes con retraso mental leve dentro de la dinámica del grupo normal, las que están al alcance de todos y se sitúan dentro de la dinámica habitual de la comunidad, según las indicaciones consideradas al planificar las actividades físico-recreativas para estos adolescentes.

Igualmente, la realización de festivales deportivos con el objetivo de fomentar las relaciones interpersonales en un ambiente sano, los que se componen de varios deportes, como fútbol, voleibol, beisbol y jockey sobre piso, entre otros, y como deporte novedoso, la bola criolla. Y con la participación de todos los adolescentes con retraso mental leve, así como de aquellos que tienen estas edades y presentan un intelecto normal.

Los juegos pre-deportivos también desempeñan un papel importante en el desarrollo de la estrategia, pues tienen elementos de la técnica de los deportes, como fútbol, baloncesto, voleibol, atletismo y gimnasia rítmica deportiva. Además, estos les darán un carácter competitivo a las actividades y permitirán conocer ciertas reglas oficiales de algunos deportes. En ellos se propiciará la adquisición de determinados movimientos, acciones y habilidades primarias que servirán de base posteriormente.

Tercera etapa: Implementación

En la etapa de implementación se incluyen dos acciones fundamentales: la preparación de los profesores y la familia para el empleo de la estrategia propuesta, mediante la realización de talleres y la aplicación de los juegos diseñados para los adolescentes con retraso mental leve por parte de los profesores de recreación.

La preparación de los profesores y la familia se realizó en el parque Primero de Enero de la circunscripción 272, con dirigentes y representantes de la comunidad, INDER y MINED. La aplicación de los juegos para los adolescentes con retraso mental leve se efectuó en el mismo horario de las actividades comunitarias; es decir, los fines de semana, sin hacer adaptación de lugar y de horario.

Análisis de la factibilidad de la estrategia

Para determinar la factibilidad de la estrategia se realizó un evento con los profesores de recreación del Combinado Deportivo Henri García, padres de los adolescentes, directivos del combinado y el metodólogo de Educación Física de la enseñanza especial, el que estuvo presidido por la técnica del grupo nominal.

La propuesta fue aprobada y se reconocieron las potencialidades que brindan las actividades físico-recreativas en la socialización de los adolescentes con retraso mental leve. Se realizaron algunos aportes, tales como:

La preparación de los profesores de recreación para la atención de los adolescentes con retraso mental leve

La preparación de la familia en función de adquirir los conocimientos que le permitan ayudar a sus hijos para una adecuada inclusión en las actividades desarrolladas en la comunidad

Determinación del conjunto de juegos incluidos en las actividades físico-recreativas

Se aprobó la estrategia en su integralidad; no obstante, se plantearon nuevos procedimientos en algunas acciones. Entre ellos se señalaron:

Incorporar otras actividades como festivales recreativos deportivos

Implementar y divulgar los resultados obtenidos

La estrategia fue considerada factible para ser aplicada, incluso generalizarla en otras comunidades con características afines.

Cuarta etapa: Constatación

Para recopilar la información del comportamiento de los adolescentes con sus coetáneos y valorar el nivel de inclusión alcanzado, se utilizaron los siguientes indicadores:

Indicadores de evaluación

- 1- El adolescente está interesado en la actividad
- 2- Participa activamente
- 3- Obtiene resultados similares al total de los participantes
- 4- Participa en la creación de actividades
- 5- Establece relaciones afectivas con el resto de los participantes
- 6- Logra destacarse en algunas de las actividades desarrolladas (Ver tabla 1)

Tabla 1. Indicadores de evaluación

Niveles de integración						
Diagnóstico inicial				Constatación		
No.	Alto 5 a 6 indicadores	Medio 3 a 4 indicadores	Bajo 3 indicadores	Alto 5 a 6 indicadores	Medio 3 a 4 indicadores	Bajo Menos de 3 indicadores
1			X	X		
2			X		X	
3			X	X		
4			X	X		
5			X		X	
6			X		X	
7			X	X		
8			X		X	
9			X		X	
10			X	X		
11			X		X	
12			X		X	

Fuente: Elaboración propia

A través de los indicadores utilizados se advirtió que, al aplicar el diagnóstico en las actividades comunitarias, los adolescentes de la muestra de la investigación se encontraban en un nivel bajo (100 % de la muestra), pues la mayoría de ellos participaban solo como espectadores, sin querer integrarse a estas vivamente.

Luego de aplicada la estrategia se observó cómo estos adolescentes fueron capaces de integrarse a las actividades, aunque unos con más participación que otros de acuerdo con sus características personales. En un nivel alto de inclusión se encontraron 5 adolescentes varones para un 41.6 % y en un nivel medio, 7 hembras, las que presentaron un poco más de dificultades para integrarse a las actividades, para un 58.4 % de la muestra.

Es importante destacar que los adolescentes con retraso mental leve participaron en las actividades acompañados de los jóvenes de su misma edad con coeficiente de inteligencia normal, lo que demuestra que estas personas sí son capaces de desarrollarse y participar activamente en las actividades comunitarias como los demás. Esto nos evidencia que la inclusión del adolescente con retraso mental a las actividades comunitarias a través de la estrategia de actividades físico-recreativas sí es posible.

Conclusiones

El diagnóstico realizado a los adolescentes con retraso mental leve, así como a la familia, profesores y directivos, arrojó las limitaciones existentes relacionadas con la inclusión de estos jóvenes a las actividades físico-recreativas comunitarias, lo cual favoreció las acciones que se debían planificar para la nueva oferta en función de satisfacer la demanda, de acuerdo con sus intereses y preferencias individuales y colectivas.

La estrategia de actividades físico-recreativas que se presenta tiene las siguientes características: diagnosticar intereses y preferencias de los adolescentes; conocer el horario de participación en las actividades comunitarias que se les programan; elevar el nivel metodológico de los profesionales en lo referente a sus conocimientos prácticos y habilidades básicas requeridas; y preparar a la familia en los conocimientos que permitan apoyar la inclusión de su hijo a la comunidad.

La estrategia elaborada puede ser aplicada en el contexto de otras comunidades con poblaciones de personas con retraso mental, pues quedó probada su pertinencia al demostrar la

participación activa en las actividades físico-recreativas de los adolescentes con retraso mental leve y sus resultados obtenidos fueron similares a los participantes de intelecto normal y también en las relaciones afectivas que se establecieron con el resto de los participantes.

Referencias bibliográficas

- GÓMEZ, R. (2010). *Alternativa de actividades físicas recreativas para la integración social de los adolescentes con Necesidades Educativas Especiales intelectuales estables*. [Tesis de Maestría, Universidad de Holguín].
- GONZÁLEZ, C. (2003). El estudio de la motricidad infantil. *Efdeportes.com*, 9(62). Primera parte.
<https://www.efdeportes.com/efd62/infantil.htm>
- _____. (2003). El estudio de la motricidad infantil. *Efdeportes.com*, 9(66). Segunda parte.
<https://www.efdeportes.com/efd66/infantil.htm>
- GONZÁLEZ, N. (2009). *Estrategia recreativa para favorecer la inclusión social de los niños y niñas con Necesidades Educativas Especiales intelectuales leves en las actividades recreativas de la comunidad*. [Tesis de Maestría, Universidad de Holguín].
- MARTÍN, F. (1990). *La Educación Física del deficiente mental*. Gymnos.
- PRADO J. R. (1992). *Manual de actividades psicomotoras para el retardo mental*. Universidad de Los Andes.
- SAÍNZ, I. (2011). *Estrategia de actividades físico-recreativas para favorecer la inclusión de los adolescentes con retraso mental leve en las actividades comunitarias*. [Tesis de Maestría. Universidad de Ciencias de la Cultura Física y el Deporte Manuel Fajardo Manuel Fajardo]. La Habana.
- TORO, S., Y ZARCO, J. A. (1995). *Educación física para niños y niñas con necesidades educativas especiales*. Aljibe.