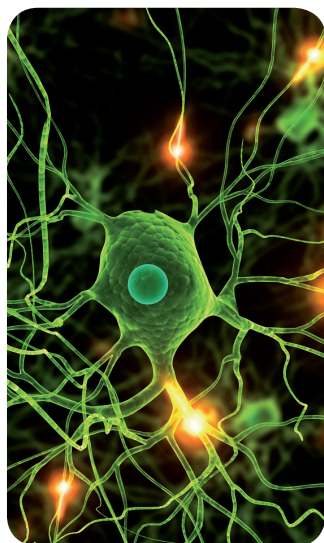
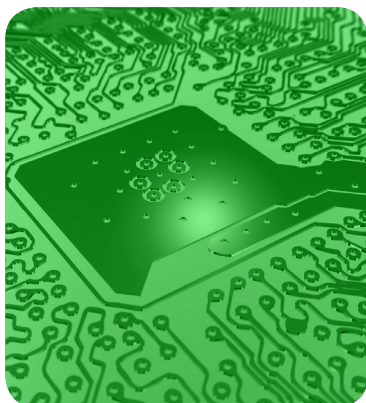


MÁSTERES de la UAM

Facultad de Formación
de Profesorado
y Educación / 15-16

Actividad Físico-Deportiva,
Personas con Discapacidad
e Integración Social



**“Programa
de estimulación
de las capacidades
perceptivo-motrices
en educación física
para personas con
discapacidad visual
del centro
ocupacional
de APADIS”**

*María Loreto
Chihuailaf Vera*





**DEPARTAMENTO DE EDUCACIÓN FÍSICA
DEPORTES Y MOTRICIDAD HUMANA**

**MÁSTER EN ACTIVIDAD FÍSICO-DEPORTIVA, PERSONAS CON
DISCAPACIDAD E INTEGRACIÓN SOCIAL**

**“PROGRAMA DE ESTIMULACIÓN DE LAS CAPACIDADES PERCEPTIVO-MOTRICES
EN EDUCACIÓN FÍSICA PARA PERSONAS CON DISCAPACIDAD VISUAL DEL
CENTRO OCUPACIONAL DE APADIS”**

**Autora: María Loreto Chihuailaf Vera
Directora: Lourdes Cid Yagüe**

**TRABAJO DE FIN DE MÁSTER
Curso: 2015-16**

Resumen

El centro ocupacional de APADIS, escenario del estudio, atiende a personas adultas con discapacidad intelectual, proporcionando por medio de los diferentes programas, el desarrollo personal y la autonomía. Por otra parte, por medio de la observación realizada, se distinguió entre los usuarios, un grupo de cinco personas con discapacidad visual, identificando estados de dependencia en actividades de movilidad y orientación, pues se observó que eran asistidos en su desplazamiento dentro del centro.

Desde la información proporcionada por la entrevista, grupo de discusión y cuestionario, se evidenció la falta de apoyo específico, principalmente que contribuyera a su movilidad en el centro de manera autónoma. En este contexto, fue demostrada, la falta de señalizaciones sensoriales, que facilitasen el desplazamiento en los diferentes espacios, de igual modo el programa de movilidad y orientación que era realizado en años anteriores para el grupo de personas con discapacidad visual, actualmente no se estaba llevando a la práctica.

Asimismo, la programación de educación física es reciente, pues el grupo en su totalidad se conformó en septiembre del año 2015, siendo necesario potenciar áreas de trabajo, como las capacidades perceptivo-motrices. En consecuencia, esto permitió plantear una propuesta para realizar un programa de estimulación de las capacidades perceptivo - motrices, de acuerdo a investigaciones previas en esta materia y al plan del centro ocupacional como apoyo a la programación de educación física para el grupo.

Se describe la experiencia de llevar parte del programa a la práctica trabajando principalmente la percepción del entorno (orientación, organización y estructuración espacial), apoyando las actividades con señalizaciones podotáctiles y mapas táctiles, estos últimos trabajados en vinculación al cuerpo y los elementos cercanos del espacio tangible. El área trabajada principalmente pretende contribuir a la independencia de las personas, facilitando su movilidad dentro del centro de manera autónoma.

Palabras Claves: Discapacidad visual e intelectual, movilidad y orientación, capacidades perceptivo- motrices, educación física.

Agradecimientos

Creo que la vida es inspiración, de querer llegar a aquello que nos impulsa o apasiona, de cambiar circunstancias, pues la convicción y certeza es inmensurable.

Así bien, la red infinita de personas que han sido parte de mi vida, han sido mi inspiración, han sido mi sostén y por sobre todas las cosas he amado, sin el paso de esas maravillosas existencias por mi vida, yo no sería lo que soy, ni tampoco estaría donde estoy. Cierro mis ojos y algunas viven en mi recuerdo, también existen de forma maravillosa en mi presente y otras guardo eternamente en mi corazón.

A Engin Kaban, mientras dormías y mi familia en la distancia.

Índice

1. Introducción	5
2. Evolución histórica de la Asociación.....	6
2.1. Organización de la Asociación	6
2.1.1. Servicios que realiza.....	7
2.2. El centro ocupacional	8
2.2.1. La ubicación del Centro e infraestructura:.....	8
2.2.2. Servicios que se realizan:.....	9
2.2.3. Los Recursos Humanos:	10
2.2.4. Características de los/las usuarios/as:	10
2.3. Las clases de educación física:	11
2.3.1. La sala de clase y otros lugares de realización de la práctica:	11
2.3.2. Características de los/las usuarios/as y la distribución de los grupos:.....	12
2.3.3. El material disponible para las clases:	12
2.3.4. La programación de educación física:	13
2.3.5. Los contenidos de la programación de educación física para los grupos:	13
3. La observación participante	14
3.1. El diario de campo	15
3.1.1. Aplicación del instrumento	15
3.3. La Entrevista.....	17
3.3.1. Aplicación del instrumento	18
3.4. El grupo de discusión	20
3.4.1. Aplicación del instrumento	20
3.5. El Cuestionario	21
3.5.1. Aplicación del Instrumento.....	22
4. Análisis de los resultados obtenidos en la observación participante.....	22
4.1. Conclusiones del análisis realizado	27
4.3. Triangulación de la información por cada estamento.....	28
4.2. Identificación de las fortalezas y debilidades del centro ocupacional y las clases de educación física	37
4.3. Identificación de la situación-reto en la práctica de educación física del centro ocupacional de APADIS.....	40
4.4. Antecedentes teórico – conceptuales de la situación reto identificada.....	41

4.4.1. Características del grupo de usuarios/as.	41
4.4.2. Capacidades y limitaciones de las personas con discapacidad visual e intelectual.	43
4.4.3. Investigaciones previas acerca de la importancia de la estimulación de capacidades perceptivo – motrices en personas con discapacidad visual.	45
4.4.4. La movilidad y orientación en personas con discapacidad visual.	47
4.4.5. Accesibilidad de las personas con discapacidad visual al medio físico, señalización podotáctil y mapas cognitivos.....	47
5. Reflexión inicial sobre la relevancia de la propuesta y los objetivos a alcanzar.....	49
5.1. Contextualización de la planificación de la actividad físico-deportiva.....	50
5.2. Concreción del proceso de intervención.....	51
5.2.1. Grupo de personas al cual va dirigido el programa.	51
5.2.2. Objetivos del programa.....	53
5.2.3. Estructura del Programa.....	53
5.2.4. Temporalización del programa	54
5.2.6. Estructura de las sesiones realizadas.....	56
5.3. La planificación de cómo se va a realizar el seguimiento de la implementación, la importancia de la evaluación.	58
5.4. Acciones concretas que serán desarrolladas durante la intervención para mejorar la situación descrita y analizada	59
5.5. Evaluación preliminar de la propuesta en el centro.....	64
6. Conclusiones y reflexiones.....	65
7. Bibliografía.....	66
7.1. Documentos del Centro	67
8. Anexos.....	68
8.1. Anexo I: El diario de campo.....	68
8.2. Anexo II: Las preguntas de las entrevistas	81
8.3. Anexo III: Las preguntas del grupo de discusión	82
8.4. Anexo IV: Los cuestionarios	82
8.5. Anexo V: Las 8 sesiones realizadas de la unidad de trabajo el “Entorno y los estímulos”	85
8.6. Anexo VI: Evaluación por medio de una lista de cotejo de cada Unidad de trabajo y hoja de registro anecdótico.	95
8.7. Anexo VII: Cuestionario aplicado a la profesora de educación física del centro para saber el nivel de satisfacción, en relación a la unidad de trabajo implementada.....	98

1.Introducción

La realización de las actividades de la vida diaria, requieren un desarrollo motor, en este sentido los programas sistemáticos de educación física pueden hacer importantes contribuciones a la mejora física y la salud de personas en situación de discapacidad, contribuyendo al bienestar físico, social y psicológico, procurando mejorar su calidad de vida.

El siguiente estudio que se presenta, se realizó en el centro ocupacional de la Asociación de Padres de personas con discapacidad intelectual de San Sebastián de los Reyes (APADIS) dedicado a la atención de personas adultas con discapacidad intelectual y otras necesidades asociadas.

Especificando la observación de las características del centro, así como a las clases de educación física, que se ofrece a los/las usuarios/as, distinguiendo de esta forma la situación reto, lo cual de acuerdo con los análisis se sitúa en un grupo de personas con discapacidad visual que presenta dificultades en percibir el entorno, desorientándose en los espacios.

Con respecto a lo antes señalado, se utilizaron instrumentos de indagación como la entrevista, el grupo de discusión y el cuestionario, para confirmar el problema observado, desde los mismos implicados, trabajadores y usuarios del centro. De este modo se establecieron categorías de análisis en virtud al problema o debilidad identificada, concluyendo desde la triangulación de la información, que la infraestructura del centro no cuenta con señalizaciones sensoriales adecuadas que faciliten la orientación, y que en la actualidad no hay programas que se dediquen a estimular la percepción del entorno, y en la programación de educación física del grupo falta potenciar esta área.

Asimismo, en el estudio, se demuestra que la educación de las personas ciegas, debe optimizar el desarrollo perceptivo por medio del uso de los sentidos, proponiendo actividades que estimulen la exploración del cuerpo y de su entorno, diferentes autores lo confirman (Ciscar & Soler, 2005; Gómez, 2009; ONCE , 2011; Ríos, 2007).

La propuesta que se describe se fundamenta en un programa de estimulación de las capacidades perceptivo- motrices, los principales contenidos que conforman el programa fueron extraídos desde el Manual de Discapacidad visual y Autonomía personal, enfoque práctico de la rehabilitación (ONCE , 2011). El objetivo del programa es favorecer los procesos de autonomía principalmente en su desplazamiento independiente dentro del centro, a través de la estimulación de las capacidades perceptivo-motrices, optimizando el uso de los sentidos logrando percibir su cuerpo y los estímulos del entorno, así también se describe llevar a la práctica parte de la propuesta utilizando estrategias que favorezcan la orientación en la realización de las actividades como las señalizaciones podotáctiles y los mapas cognitivos táctiles. La realización de una parte del programa, generó aceptación en la profesora de educación física y el grupo de usuarios.

2. Evolución histórica de la Asociación

Desde la base documental proporcionada por el área del centro ocupacional de la Asociación de Padres de personas con discapacidad intelectual de San Sebastián de los Reyes (APADIS) se recogerá la evolución histórica de la Asociación, desde su organización, así como el ámbito legislativo que ampara su creación, esencialmente los propósitos o intenciones que considera significativos para el desarrollo personal de las personas en situación de discapacidad, por medio de los diferentes servicios que ofrece, centrándonos particularmente, en las clases de educación física que se realizan en el centro ocupacional.

A continuación, se explican estas áreas:

2.1. Organización de la Asociación

APADIS, Asociación Padres de Personas con Discapacidad de San Sebastián, surge en el año 1981 debido a la iniciativa de un grupo de padres de hijos con discapacidad intelectual, con el fin de dar respuesta a la deficiente oferta de recursos y ayudas públicas que dieran cobertura a las necesidades básicas de educación, ocio, formación laboral, empleo y obtener resultados en pro de la inclusión social de las Personas con Discapacidad Intelectual.

Es una Entidad sin ánimo de Lucro y declarada de Utilidad Pública, inscrita en el registro de Asociaciones de la Comunidad de Madrid con el nº 4521, se establece como una asociación de carácter privado, constituida al amparo del artículo 22 de la Constitución Española de 1978, rigiéndose por la Ley Orgánica 1/2002 de 22 de marzo, reguladora del Derecho de Asociación, se crea, en favor de las personas con discapacidad intelectual, sensorial y física, que es el eje del funcionamiento; persigue una clara mejora de la situación social de las personas con discapacidad, tanto a nivel familiar y cultural como educacional, laboral y en general, en aquellas áreas que supongan para la persona con discapacidad un proceso de verdadera participación.

Se configura a través de un organismo de gobierno y gestión, el cual se detalla mediante un organigrama (Tabla 1) que describe las funciones generales de las principales estructuras organizativas.

Tabla 1:

Organigrama y funciones de las principales estructuras organizativas de APADIS.

Estructura organizacional	Funciones
Asamblea General	Órgano democrático donde se expresa la voluntad de la asociación y el que adopta las decisiones y las directrices más trascendentes para la organización, sobre las que los órganos directivos y ejecutivos deben encauzar.
Junta Directiva	Es el órgano de gobierno y representación de la entidad responsable de dirigir, encaminar y ordenar los destinos de la asociación, gestionando sus intereses conforme a las disposiciones y directrices de la asamblea general. La Junta Directiva tiene la responsabilidad de representar a la asociación ante cualquier persona física, o jurídica, pública o privada, que estará representada por el Presidente.
Órganos de gestión y participación (gerente, director, equipo técnico)	A cargo de un Director, en conformidad con el Decreto 226/2003, de 6 de noviembre, que aprueba el registro de directores en centros de servicios sociales de iniciativa privada de la Comunidad de Madrid. Las funciones van de la coordinación de los recursos humanos, técnicos y económicos necesarios para el desarrollo de los objetivos y directrices de la actividad del centro.
Equipo Técnico	A cargo de un Responsable Técnico, encargos de dirigir y llevar a cabo los diferentes servicios y programas, que se ofrecen a los usuarios.

Las fuentes de financiación de la organización que le permiten su funcionamiento, van desde acuerdos y contratos con la Consejería de Asuntos Sociales de la Comunidad de Madrid, subvenciones del Ayuntamiento de San Sebastián de los Reyes y otras organizaciones, así como con convenios y donaciones de la empresa privada. A continuación, se detallan algunos de los servicios más importantes que ofrece.

2.1.1. Servicios que realiza

APADIS, se caracteriza por ser una organización que trabaja por la intermediación en todos los procesos evolutivos de las personas con discapacidad, para su integración en el entorno familiar, social, educativa y laboral. Entregando servicios de educación, rehabilitación física y psíquica además de la incorporación socio- laboral de la persona con discapacidad, por esta razón brinda los siguientes servicios:

- ✓ Centro de Atención Temprana: Atención a niños que presentan algún trastorno de su desarrollo o tienen el riesgo de padecerlo y a sus familias, realizando diversos tratamientos especializados.
- ✓ Centro de Día: El servicio de Centro de Día, está destinado a la atención diurna, de personas adultas con discapacidad intelectual, con necesidades persistentes de apoyo de tipo extenso o generalizado. El servicio tiene como principal objetivo el diseño de los apoyos necesarios para cada usuario, con el fin de mejorar sus capacidades funcionales y sus habilidades de adaptación.
- ✓ Pisos Tutelados: El servicio de Pisos Tutelados va dirigido a personas con discapacidad intelectual, no gravemente afectadas, mayores de 18 años.
- ✓ Centro especial de empleo: El Centro Especial de Empleo es, para muchos, una primera toma de contacto con el mundo laboral, establece pautas y normas de convivencia socio-laboral, favorece la interacción entre personas con distintos niveles de diversidad

funcional y fomenta la autogestión; sin olvidarse del objetivo principal, enseñar un trabajo, dentro de estos se encuentra Kiosco de prensa, manipulado, retractilado y portes, buzoneo y limpieza integral.

- ✓ Residencia trastornos de la conducta: Es una residencia para la atención de personas adultas con discapacidad intelectual y graves trastornos de la conducta. Su objetivo es ofrecer una atención rehabilitadora centrada en los aspectos emocionales y conductuales de la persona, promoviendo la integración social.
- ✓ Residencia para personas con discapacidad intelectual y alto nivel de dependencia: La residencia para personas adultas con discapacidad intelectual y alto nivel de dependencia, es un servicio destinado a proporcionar alojamiento, rehabilitación personal y social, cuidados personales y asistencia especializada, ya sea temporal o permanentemente a los usuarios, a fin de conseguir el máximo desarrollo de sus capacidades.

Así también está el centro ocupacional que es otro de los servicios que ofrece la Asociación, el cual se detalla a continuación, al ser el lugar de observación y escenario de indagación.

2.2. El centro ocupacional

Desde los documentos disponibles, se entiende por centro ocupacional de atención a personas con discapacidad psíquica afectadas de deficiencia mental, el equipamiento especializado de estancia diurna destinado a proporcionar la habilitación profesional, el desarrollo personal y la autonomía a fin de conseguir el máximo desarrollo de sus capacidades personales, laborales y la posibilidad de integración social, brindando servicios de empleo, de intermediación laboral, actividades deportivas, artísticas y recreativas en la comunidad. El centro ocupacional dispone de 90 plazas todas ellas contratadas con la Conserjería de Asuntos Sociales de la Comunidad de Madrid.

Así pues, comenzaremos a detallar algunos aspectos relevantes del centro.

2.2.1. La ubicación del Centro e infraestructura:

El Centro Ocupacional, se sitúa en Avenida de Aragón 14 en el Ayuntamiento de San Sebastián de los Reyes (Zona Norte de Madrid) junto al Centro de Día y el centro para personas con discapacidad intelectual y trastornos de la conducta. El edificio se encuentra ubicado en una zona residencial del sector, donde hay parques, áreas verdes e inmediaciones deportivas. El parque natural de Arroyo Valconejero, que tiene una gran diversidad de vegetación, se ubica cerca del edificio. En la figura 1. Se adjunta un mapa de la ubicación del centro.

El edificio del Centro Ocupacional comenzó a ser utilizado desde el año 2009, consta de dos plantas, en la primera está el hall, así también dos ascensores, que comunican ambas plantas, también una escalera que lleva a la planta baja, pero que se encuentra cerrada e inhabilitada. Pasando por el hall al interior están las oficinas, la primera es la oficina de la dirección, en las puertas de cada oficina hay una fotografía de las personas que trabajan allí, y unas pequeñas tarjetas en braille, estas tarjetas en braille están en los servicios de la primera planta, describiendo las instrucciones del uso del baño. En los pasillos que llevan hacia las escaleras de emergencia hay unas flechas de color verde pegadas en las murallas, así también el piso de todo el centro es antideslizante.

Al fondo del pasillo está la salida de emergencia y la oficina de atención psicológica, continuando a la derecha, los servicios higiénicos diferenciados para hombres y mujeres, cada servicio consta de un baño más amplio para el acceso a personas con discapacidad física. Las cuatro salas que se encuentran en esta zona, tres de estas llamadas de “Apoyo”, la sala de educación física, se encuentra en esta planta, el lugar de las observaciones.

En la planta, baja hay una sala muy amplia en donde los usuarios descansan, allí encontramos sillones grandes, sillas, una mesa de fútbol, una mesa plegable de tenis de mesa hay una puerta de vidrio que lleva a la cancha de deportes.

En esta planta se encuentran las salas de los tres talleres laborales y los servicios también diferenciados para hombres y mujeres.

Finalmente, en la planta baja siguiendo a la derecha por el “salón de descanso”, está el casino, se compone por unas 10 mesas con sus respectivas sillas y una gran mesa larga, también aquí se puede observar un cartel pegado al muro que son las “normas de casino” están escritas, así como dibujadas.

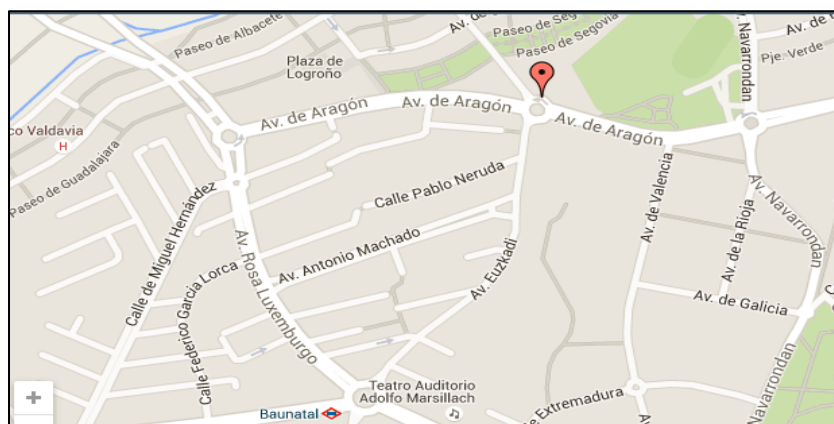


Figura 1. Ubicación del Centro Ocupacional.

2.2.2. Servicios que se realizan:

Los programas que se llevan a cabo en el Centro Ocupacional son:

- ✓ Área ocupacional: El objetivo del área ocupacional es el de dotar de formación pre-laboral y/o el desarrollo de una actividad productiva, orientada a conseguir la habilitación laboral de cada persona encaminada, en aquellos casos en que sea posible, hacia una posterior inserción laboral, o un beneficio terapéutico y social en el resto de los casos, está formado por talleres de manipulado, taller de desarrollo de la autonomía y taller de manualidades.
- ✓ Área de apoyo personal y social: Paralelamente al desarrollo de las actividades para la habilitación laboral de las personas con discapacidad, se trabajan desde el área de apoyo personal y social los siguientes programas para lograr una mayor habilitación personal y una mayor adaptación a la comunidad en que viven.
 - Atención de apoyo psicológico y social: Cada persona con discapacidad intelectual junto con su equipo de apoyo realiza un plan individual de atención con sus propios objetivos.

- **Habilitación para la vida diaria:** Programas de AVDs, autogestores, cognitiva, vida saludable, habilidades sociales, educación física y *braille*, este último destinado a las personas ciegas que atiende el centro.
- **Actividades deportivas complementarias:** Se desarrollan fuera del centro ocupacional, con monitores externos pertenecientes a los recintos deportivos. Las actividades están conformadas por el taller de golf e hípica que se realiza en el complejo deportivo del RACE, el taller de natación realizado en la piscina del complejo deportivo Dehesa Boyal y el taller de fútbol sala, realizado en el Centro en la cancha deportiva, por el entrenador a cargo. Estas actividades, además se realizan como Club Deportivo APADIS este reconocimiento, corresponde a un convenio que se estableció con el Ayuntamiento de San Sebastián de los Reyes.

2.2.3. Los Recursos Humanos:

El centro ocupacional está conformado por 16 trabajadores, así encontramos; la directora, coordinadora, psicóloga, trabajadora social, tres educadoras del área de apoyo personal y social y tres profesores del área ocupacional, los talleres laborales, tres auxiliares de apoyo en los talleres, una profesora de educación física, un entrenador de natación y fútbol sala y el conductor del transporte, quien también colabora con los profesionales en la atención de los/las usuarias/as. Así también, dentro de los servicios externos, como las actividades deportivas complementarias, están formadas por un profesor voluntario de golf, un monitor de golf, dos monitores en hípica, dos voluntarios y dos monitores en natación, personal externo al centro pero que colabora con la asociación.

2.2.4. Características de los/las usuarios/as:

Son hombres y mujeres, cuyas edades van de 18 años a 65 años, tienen discapacidad intelectual leve a media, un grupo considerable tiene Síndrome de Down, así también otras discapacidades asociadas, como físicas, con alteraciones en la marcha y sensoriales, donde hay un grupo de cinco usuarios/as ciegos. La mayoría de las personas se comunican y son capaces de mantener un lenguaje verbal, otros utilizan monosílabos, pero pueden recibir la información que se les entrega comprendiéndola, son autónomos, principalmente en hábitos de alimentación e higiene y la mayoría tiene un buen nivel de adaptación al entorno.

Asimismo, podemos decir que el centro ocupacional por medio de los diferentes servicios que ofrece a sus usuarios/as, procura contribuir en mejorar la calidad de vida de las personas con discapacidad intelectual (Schalock & Verdugo, 2007) a través de la promoción, hacia la autonomía personal, algunas de estas líneas de acción, se evidencian en los documentos escritos, así como en la realidad observada, como la atención multidimensional y holística con un enfoque comunitario y ecológico, que permiten el desarrollo personal, la autodeterminación y la inclusión social, generando roles comunitarios por medio de los programas laborales y las actividades deportivas complementarias que se realizan en complejos deportivos externos al centro ocupacional, pudiendo relacionarse los/as usuarios/as con personas sin discapacidad.

Así bien Schalock & Verdugo (2007) manifiestan que el desarrollo personal, implica capacitar a la persona con discapacidad, fomentando sus habilidades físicas funcionales como el desarrollo de la movilidad personal con la mayor independencia posible, desde nuestro punto de vista es fundamental, contribuir en mejorar la situación funcional de las personas con discapacidad intelectual, así también, en aquellas con una discapacidad visual asociada, como es el caso de algunos usuarios/as del centro.

2.3. Las clases de educación física:

Valoraremos las clases de educación física, al ser el lugar de observación participante in situ, (Bisquerra et al., 2004). Las clases, están coordinadas y realizadas por la profesora de educación física del centro, se efectúan de lunes a viernes, en jornadas de mañana y tarde, la jornada de la mañana entre las 10:15- 11:15 el primer grupo y 11:45- 12:45 el segundo grupo, y el último grupo de la tarde es de 15:15-16:15. Son establecidas una vez a la semana para cada grupo. Son implementadas para contribuir en los usuarios a desarrollar una mayor habilidad para realizar las actividades de la vida diaria, contribuyendo a mejorar su capacidad funcional, favoreciendo a nivel físico (músculatura, aparato respiratorio, sistema cardiovascular) así como a nivel funcional (flexibilidad, coordinación, orientación) y a nivel emocional, permitiendo liberación de tensiones, promoción de las capacidades, superación e independencia y finalmente a nivel social, como herramienta de integración, de normalización y de cohesión social.

Así pues, comenzaremos a detallar algunos aspectos relevantes de las clases de educación física.

2.3.1. La sala de clase y otros lugares de realización de la práctica:

La sala de educación física, recibe buena iluminación natural, se compone de dos áreas, separadas por una estantería baja, una donde se realizan las clases y otra, donde se ubican los escritorios de la profesora y el entrenador, además en ese espacio está parte del material utilizado en las clases.

La zona donde se realizan las clases es “más amplia”, mide alrededor de 15 metros de largo por 7 de ancho, hay un espejo grande adherido al muro, también salen de las murallas dos pilares. Además, hay una estantería con más material para las clases y un equipo de música. En la figura 2. se adjunta un plano de las características de la sala.

En la planta baja se encuentra la cancha deportiva. La profesora por las tardes, realiza actividades en el Parque Arroyo Valconejero, principalmente un sendero en el medio natural.

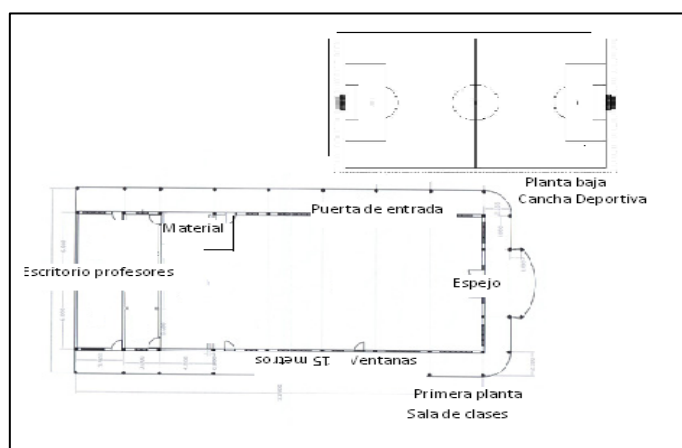


Figura 2. Plano de las inmediaciones deportivas para la realización de las clases de educación física en el Centro Ocupacional.

2.3.2. Características de los/las usuarios/as y la distribución de los grupos:

Según los datos recogidos, las clases son realizadas a 90 adultos del centro ocupacional y estos se dividen en once grupos, conformados por 8 a 9 personas, distribuidos según sus características personales, solo el grupo 10 está conformado por 5 personas. Desde lo expresado por la profesora a través de una conversación espontánea, desde preguntas sin guión previo (Bisquerra et al., 2004) expresa que dividió a los grupos a partir de las necesidades especiales que poseen, es decir:

- ✓ Grupo 1-2-3-4-5-8-9-11: Personas jóvenes con discapacidad intelectual leve y moderada.
- ✓ Grupo 6: Personas jóvenes y mayores con dificultades motoras, principalmente en la marcha, con discapacidad intelectual leve y moderada.
- ✓ Grupo 7: Personas mayores, con discapacidad intelectual moderada.
- ✓ Grupo 10: Personas con discapacidad visual e intelectual leve y moderada.

Así, desde los datos proporcionados por la profesora, la siguiente Tabla (Tabla 2) describe las características y las edades de los/as usuarios/as y el rango porcentual existente en el centro.

Tabla 2:

Características de los usuarios y rango de edad, el porcentaje presente en el centro.

Características y rango etario de los/las usuarios/as	Porcentaje
Personas con DI menores de 45 años.	El 73,4% del total de los usuarios son personas con DI menores de 45 años.
Personas con DI mayores de 45 años	El 26,6% del total de los usuarios son personas con DI mayores de 45 años.
Personas ciegas con DI mayores de 45 años.	El 2,1% del total de los usuarios son personas ciegas con DI mayores de 45 años.
Personas ciegas con DI menores de 45.	El 3,1% del total de los usuarios son personas ciegas con DI menores de 45 años.

2.3.3. El material disponible para las clases:

El material que la profesora dispone para realizar las clases es muy diverso y cuantioso, se encuentra dentro de la sala y como material de depósito. A continuación nombraremos y enumeraremos el material disponible en su totalidad; (25) balones de goma y esponja (pequeños, medianos, grandes), cuerdas largas y cortas, (12) platillos voladores, (18) picas y bastones (20) aros grandes y medianos de colores, (28) colchonetas de pilates, (50) conos grandes y pequeños de colores, (20) petos de colores, (1) tablón de equilibrio, (12) pesas de 5 y 10 kg, (14) tensores de pilates, (10) balones de fitball, (12) raquetas de tenis de mesa (20) pelotas pequeñas de fútbol y 1 pelota con cascabeles para el grupo de usuarios/as

ciegos. Así también encontramos material deportivo de depósito; raquetas de bádminton, de tenis, de pádel, paletas de playa (50), (1) juego de petanca y (12) palos de hockey.

2.3.4. La programación de educación física:

Las sesiones se avalan y se fundamentan en una *Programación de educación física* específica para cada grupo, la cual es anual y se describe y se planifica, fijando lo siguiente:

- ✓ Fundamentación desde los beneficios físicos, psicológicos y sociales-afectivos, de la práctica de actividad física en personas con discapacidad intelectual.
- ✓ Objetivos a desarrollar por cada grupo.
- ✓ Metodología considerando la progresión y el estilo de enseñanza.
- ✓ Recursos materiales y humanos para la realización.
- ✓ Temporalización.
- ✓ Número de participantes.
- ✓ Evaluación general.

2.3.5. Los contenidos de la programación de educación física para los grupos:

Los contenidos, no se especifican en la programación de educación física de los grupos, pues se plasman en un documento que elaboró la profesora, concretándolos por áreas de desarrollo y segmentándolos en objetivos de trabajo por bloques. A continuación, se detallan las áreas de trabajo y los objetivos generales de los bloques.

Área del desarrollo de las habilidades motrices:

- ✓ Bloque 1: Aprender la capacidad de resolver problemas motores improvisando las respuestas adecuadas.
 - ❖ Conocer y valorar su propio cuerpo
 - ❖ Aprender a controlar su cuerpo en situaciones estáticas y móviles.
 - ❖ Sentir el propio cuerpo como medio de comunicación con el mundo exterior.
 - ❖ Ser capaz de utilizar recursos expresivos del cuerpo y del movimiento.

- ✓ Bloque 2: Aprender habilidades y destrezas básicas
 - ❖ Ser capaz de realizar distintos tipos de movimiento.
 - ❖ Desarrollar inicialmente la coordinación en los lanzamientos, golpes y recepciones en posiciones estáticas y dinámicas.
 - ❖ Desarrollar la coordinación en los lanzamientos, golpes y recepciones en posiciones estáticas y dinámicas.
 - ❖ Trabajar la manipulación manual.
 - ❖ Fomentar el control de pie
 - ❖ Desarrollar la carrera.
 - ❖ Practicar los juegos alternativos.
 - ❖ Desarrollar todo tipo de equilibrio con el cuerpo.

- ✓ Bloque 3: Aprender las capacidades perceptivo- motrices
 - ❖ Ser capaz de encontrar los objetos indicados durante la marcha.
 - ❖ Desarrollar inicialmente los juegos simples.
 - ❖ Fomentar el inicio en las estrategias de juego.
 - ❖ Desarrollar la estrategia de ataque y defensa.

Área de desarrollo de la condición física:

- ✓ Bloque 4: Trabajar la resistencia y la fuerza
 - ❖ Ser capaz de desplazarse por distintas superficies.
 - ❖ Ejecutar diferentes distancias sin límite de tiempo.
 - ❖ Fomentar el inicio de la carrera.
 - ❖ Desarrollar la carrera.
- ✓ Bloque 5: Trabajar la velocidad
 - ❖ Ejecutar distintos tipos de marcha.
 - ❖ Fomentar el inicio de la carrera con velocidad máxima.
 - ❖ Desarrollar la carrera a la velocidad máxima.
- ✓ Bloque 6: Trabajar la flexibilidad.
 - ❖ Ejecutar estiramientos en diferentes segmentos corporales.

Hemos comentado acerca de los antecedentes de la asociación y del centro ocupacional además de las clases de educación física que se realizan en el centro, desde los documentos observados. Estas acciones orientan los esfuerzos para proceder a la recopilación de más datos para poder identificar o dilucidar posibles acciones de mejora en las clases de educación física que ofrece a sus usuarios/as el centro ocupacional de APADIS, a continuación, se detallan los instrumentos de recogida de información empleados.

3. La observación participante

La observación participante es una estrategia para la obtención de la información muy adecuada de utilización, para las características de este estudio, en la cual se desean reconocer aquellas fortalezas y debilidades del centro y que podamos asumir estas últimas, como acciones de mejora.

Así podemos decir que solo la observación es esencial los primeros días de indagación continuando con McMillan & Shumacher (2005) estos autores señalan que la participación limitada es necesaria para obtener una aceptación de la presencia de la persona responsable del estudio en el campo, de este mismo modo estimamos, además, que es necesario para observar la naturalidad de las acciones de las personas, sin alterar mayormente sus actividades habituales.

No obstante días posteriores, para indagar más en profundidad en el campo, consideramos pertinente participar de las acciones junto a los protagonistas, así Álvarez (2011) hace referencia al hecho de que el etnógrafo nunca es uno más en el grupo que estudia, pero tiene que intentar integrarse lo más posible para realizar adecuadamente su investigación. El etnógrafo tiene que “vivir en dos mundos simultáneamente, el de la participación y el de la investigación” (Hammersley & Atkinson, 2005 citado por Álvarez, 2011)

Asimismo, con respecto a lo antes mencionado, utilizaremos instrumentos que nos permitan comprender y tener una perspectiva global del contexto, instrumentos de recogida de la información utilizados en la investigación cualitativa (Bisquerra et al., 2004) como el diario de campo, la entrevista, el grupo de discusión y el cuestionario.

3.1. El diario de campo

El diario de campo (Jurado, 2011) nos ayuda a configurar y recrear los pensamientos, acciones y sentimientos, de lo observado, además de ser un instrumento básico de investigación, pues nos permite la recogida de datos significativos, la reflexión sobre los mismos, su análisis y sistematización.

Así también, Tojar (2006) expresa que el diario de campo, es una especie de cuaderno de reflexión en que se plasman las primeras inquietudes, las dudas, los intereses propios y ajenos, los recursos disponibles, la naturaleza del tema a investigar y a partir de ahí, acompaña todo el proceso de investigación.

Creemos de esta forma que el diario de campo, es una herramienta de registro, que además de generar una descripción objetiva de los acontecimientos observados, es un medio, donde se plasman las interpretaciones personales de las observaciones, proceso fundamental para el posterior análisis de este instrumento. La transcripción literal completa del diario de campo, la podremos encontrar en el Punto 8.1 Anexo I.

3.1.1. Aplicación del instrumento

Las observaciones y posterior registro en el diario de campo, se llevaron a cabo durante cuatro semanas, desde el 2 de febrero del 2016 al 1 de marzo del mismo año, como hemos mencionado en el centro ocupacional de APADIS, realizando los registros de forma diaria, ordenándolo por semanas de observación. Se centró la atención a las principales actividades que realiza este centro, así como las clases de educación física, dilucidando de esta manera, criterios de separación de la información a partir de ejes temáticos, conforme a objetivos de observación, registro y análisis que se plantearon, siendo estos los siguientes:

- ✓ Conocer las características del centro ocupacional.
- ✓ Saber las características de los/las usuarios/as que atiende.
- ✓ Averiguar el funcionamiento de los servicios que realiza.
- ✓ Indagar sobre las personas que trabajan en el centro, así también, aquellos que realizan los programas físico – deportivos o clases de educación física.
- ✓ Conocer los programas existentes de las clases de educación física.
- ✓ Comprender el funcionamiento de las clases de educación física, conociendo los recursos que posee para su realización.

Asimismo, para facilitar la lectura y la comprensión del documento, fue reestructurado, separando dentro del relato los ejes temáticos utilizando la codificación empleada en el estudio, la cual se describe en la Tabla 3 es decir en cada narración se destaca la categoría encontrada.

Tabla 3:
Esquema de la categorización del análisis del diario de campo.

CATEGORÍA		DESCRIPCIÓN
CONTEX		Contexto del Centro ocupacional: se precisan las descripciones relevantes que conforman el funcionamiento del centro como; las características de la infraestructura, los servicios que ofrece a sus usuarios, los recursos humanos que posee y las particularidades de los usuarios que atiende.
SUBCATEGORIAS	INFRAE	Infraestructura: descripción de las características de la infraestructura del centro y las adaptaciones que posee para la atención de sus usuarios.
	CARACUS	Características de los/las usuarios/as: descripción de las características y necesidades que presentan los usuarios del centro.
	SERVI	Servicios que realiza el centro: información de los servicios internos y externos que realiza el centro y que favorecen los procesos del desarrollo de las capacidades personales de los usuarios.
	RRHH	Recursos humanos: información de los profesionales que desarrollan o llevan a cabo los servicios.

CATEGORÍA		DESCRIPCIÓN
LCEF		La clase de educación física: se detallan las descripciones más significativas en relación a las características de la sala, así como otros espacios externos donde se desarrolla de clase, la profesora de educación física, las singularidades observadas en las sesiones de trabajo, los grupos conformados y las habilidades de éstos, y por último se explica sobre el material existente y utilizado en las sesiones.
SUBCATEGORIAS	EFDC	Los espacios físicos de realización de la clase: se describen aspectos de la sala de educación física, como las adaptaciones, y la distribución de los espacios. Asimismo, otros lugares cercanos al centro, donde se realiza la clase.
	PDEF	Profesora educación física: antecedentes adquiridos sobre la visión de la profesora sobre los/las usuarios/as que atiende, así como las dificultades observadas para desarrollar su trabajo.
	SET	Las sesiones de trabajo: descripción realizada a las modalidades de las sesiones de clase, realizadas para los/las usuarios/as.
	HDGR	Habilidades de los grupos: especificación sobre las necesidades especiales observadas en los diferentes grupos de trabajo a los cuales la profesora hace las clases.
	MATER	Materiales de la clase: descripción del material existente en el centro, así como el utilizado en las sesiones y las características de este, a partir de las necesidades de los usuarios.

3.3. La Entrevista

Se realizaron entrevistas, estableciendo un guión previo de preguntas, en consideración a las categorías establecidas y la problemática antes descrita, tipo entrevista semiestructurada, según Tojar (2006) la entrevista es la mejor manera de obtener información que ahonde en los temas relevantes.

Durante las entrevistas realizadas, valoramos las siguientes consideraciones (Vargas, 2012) se debe favorecer que el entrevistado se sienta seguro y tranquilo, dejando concluir los relatos, utilizando preguntas fáciles de comprender y no embarazosas, actuar espontáneamente, escuchar tranquilamente con paciencia y comprensión, saber respetar las pausas y los silencios del entrevistado, buscar que las respuestas a las preguntas sean abarcadoras con relación al propósito de la investigación, evitar los roles de autoridad, no dar

consejos ni valoraciones, ser empáticos, no discutir ni rebatir a la persona entrevistada, dar tiempo, no discutir sobre las consecuencias de las respuestas, ser comprensivo, demostrar al entrevistado la legitimidad, seriedad e importancia del estudio y de la entrevista.

El guión las preguntas realizadas en las entrevistas, la podremos encontrar en el Punto 8.2 Anexo II.

3.3.1. Aplicación del instrumento

Para facilitar la transcripción de las respuestas obtenidas y reservar la confidencialidad de los entrevistados, designaremos a cada profesional entrevistado con las iniciales de su nombre, así pues, se efectúa la primera entrevista a **M.S**, la segunda semana de marzo. **M** es educadora de educación especial, y realiza algunos talleres con el grupo de usuarios ciegos. Se realizó la entrevista en la sala de los talleres laborales, junto a los usuarios. **M** responde con fluidez a las preguntas realizadas y es muy elocuente en sus afirmaciones.

De las preguntas realizadas, sobre los programas existentes en el centro, se podrían mejorar más aspectos, **M** recalca que los programas que se desarrollan actualmente permiten mantener funcionales a las personas, desarrollando áreas o habilidades donde ellos en el futuro puedan desenvolverse, cree que cualquier programa que permita desarrollar habilidades que les sirva para su vida es importante, en el fondo que sea un aporte hacia su autosuficiencia personal.

Sobre la pregunta de capacitación de habilidades de movilidad y orientación en los usuarios, **M** responde que los usuarios aprendieron a ubicarse en los lugares por repetición, es decir de ir siguiendo a los educadores una y otra vez, lograron aprender la ruta e identificar los lugares, tanto dentro del centro como fuera de éste.

Así también sobre las nociones de orientación y movilidad de los usuarios con discapacidad visual dentro del centro, **M**, señala que pueden movilizarse dentro del centro y logran identificar los lugares con el bastón o son ayudados por sus otros compañeros, no obstante, hay una de las usuarias que tiene problemas de orientación que siempre requiere de alguien que la ayude, e incluso la ayudan sus mismos compañeros ciegos, recalca que tuvo un problema en el oído de pequeña y quedo con problemas de orientación.

Precisa además que en general todos los usuarios requieren de una atención personalizada, las tareas se realizan de forma específica según sus necesidades y capacidades, recalca la importancia a manejar la frustración en la realización de las tareas, es decir generar actividades acordes a las características de cada persona.

Así también sobre los talleres de movilidad y orientación para el grupo de usuarios ciegos, es interesante la información proporcionada por **M** al expresar que hasta el año pasado existía un taller de movilidad para el grupo de usuarios con discapacidad visual, pero se quitó este año, porque fue reemplazado por otros talleres, expresa que cuando se incorporan unos talleres otros bajan, pero no es que se sean menos importante, de esta forma **M** enfatiza la importancia de las clases de educación física, para trabajar esta área con los usuarios, tal vez con un tipo de programa específico.

Sobre las señalizaciones **M** cree que las pegatinas en braille en las puertas son suficientes, para facilitar la orientación en el espacio del grupo de usuarios ciegos y que hay suficientes señalizaciones cognitivas en el centro para los usuarios con discapacidad intelectual.

Se realiza la segunda entrevista a **A** profesor de los talleres laborales, se efectúa de forma medianamente informal, dentro de la sala de talleres, junto con los usuarios. **A** es muy claro con sus respuestas y expresa una buena disposición a realizar la entrevista, sobre los programas existentes en el centro, se podrían mejorar más aspectos **A** cree que es importante desarrollar nuevas propuestas, así el centro siempre va incorporando nuevos talleres o programas en beneficio de los usuarios.

En relación a la pregunta sobre educación de habilidades de movilidad y orientación, al igual que **M** coincide que los usuarios lograron a lo largo del tiempo, ubicarse en los espacios y orientarse, por medio de la repetición visitando una y otra vez los mismos lugares, afirma que aquellos que tienen mejor nivel cognitivo pueden ubicarse y conocer, pero los usuarios que son más nuevos en el centro y más afectados cognitivamente, no podrían orientarse solos, pues tampoco saben leer ni escribir, solo reconocen por medio de pictogramas, es importante reforzar la señalización de los lugares, también **A** puntualiza que dos usuarios/as del centro tienen problemas de orientación un joven, al cual se le tuvieron que hacer flechas verdes para que llegara a la salida del centro y otra usuaria con discapacidad visual que la mayoría de las veces es asistida en la movilización.

Al preguntar sobre las actividades que refuercen la movilidad y orientación en el grupo de usuarios ciegos, **A** responde que probablemente las educadoras estén a cargo de ese tipo de talleres.

Así también **A** cree que, si bien se han realizado adaptaciones de señalización para los usuarios con discapacidad intelectual, aún no es suficiente para el grupo de usuarios con discapacidad visual.

Se realiza la tercera y última entrevista a **M.K**, profesora de educación física del centro. El tiempo de **M.K** es muy escaso, constantemente está haciendo actividades, por esta razón la entrevista fue realizada en el periodo que ella apoya el buzoneo, es así que fue realizada en la calle, también **M.K** al ser de Polonia algunas palabras en español le cuesta expresar y comprender en su totalidad, por lo que en la entrevista dificultó este aspecto, sin embargo, se le repetían las preguntas y era ayudada para lograr expresar sus ideas.

M.K expresa, en relación a la pregunta sobre los programas existentes en su clase, se podrían mejorar más aspectos, que es difícil generar programas específicos para cada grupo, pues el tiempo que ella dispone es escaso, los programas están por la normativa del Centro, pero sería interesante poder añadir nuevas cosas.

Sobre la sala de educación física y los otros espacios del centro, cree que la sala donde realiza las clases es pequeña y los pilares que sobresalen son molestos, pero, que tampoco la sala está mal, otros lugares como los espacios abiertos es bueno también para los usuarios, también expresa que, en el centro, que hay señalizaciones para los usuarios/as, con fotografías de los profesionales en las puertas de las salas, y para los usuarios/as ciegos hay pequeñas tarjetas en braille.

En relación a la pregunta sobre educación de habilidades de movilidad y orientación, ella desconoce los programas que se orienten a ese ámbito, que le gustaría conocer pero que su tiempo es muy limitado y que en general ya tiene bastante trabajo. Referente a los grupos que atiende y requieren de más preocupación menciona al grupo 10 y también el grupo 7.

Sobre las capacidades que puedan tener los usuarios de orientarse en su entorno, ella cree que, en general considerando a todos los usuarios está es regular, pues depende de su nivel cognitivo, y pues así cree que algunos no lo podrían lograr, sin embargo concuerda que en sus clases es muy importante el trabajo de las capacidades perceptivo- motrices, sobre todo en los usuarios/as con discapacidad visual, piensa que es la base, pues esta gente necesita trabajar mucho equilibrio, coordinación y orientación.

Al igual que el resto de entrevistados coincide en que dos de los usuarios del centro tienen graves problemas de orientación espacial, también así, dentro del centro, que es un joven con discapacidad intelectual y una mujer con discapacidad visual, esta última por el centro no puede andar sola por que se desorienta.

Sobre el material existente para las clases **M.K**, cree es hay bastante, pero que claro es necesario adaptarlo a las necesidades de los grupos, por ejemplo, utilizar material de color vistoso, fácil manipulación, por ejemplo

3.4. El grupo de discusión

El grupo de discusión (Tojar, 2006) es una técnica de obtención de información cualitativa, es un tipo especial de entrevista grupal, en el que un conjunto de personas, comparten alguna características común (conocimiento sobre un fenómeno o sobre un contexto completo) es reunido para que se expresen y confronten sus opiniones bajo la coordinación de moderador. La discusión puede presentarse como una situación simulada para que los participantes la recreen y se puedan obtener conclusiones sobre el proceso grupal de toma de decisiones.

Según Vargas (2012) el grupo de discusión ya no es un debate, es una entrevista que se lleva a cabo entre varias personas. Para Fontana & Frey (2005) citado por el mismo autor, el grupo de discusión es esencialmente una técnica de recogida de información cualitativa, que depende del cuestionario sistemático que responden varios individuos simultáneamente de manera informal o formal. A continuación, se detalla, cómo se utilizó este instrumento y se especifican las opiniones más relevantes de los entrevistados, el instrumento con las preguntas se detalla en el Punto 8.3 Anexo III.

3.4.1. Aplicación del instrumento

Se efectuó una entrevista abierta tipo grupo de discusión al grupo de usuarios/as con discapacidad visual, con la necesidad de indagar en las percepciones de este grupo más minoritario del Centro, pues además desde la información obtenida en las entrevistas, se expresa la peculiaridad y las necesidades en este grupo de usuarios/as. El grupo de discusión se realizó la última semana del mes de marzo y fue en la sala de educación física.

Junto con los usuarios, nos sentamos sobre las colchonetas de la sala y se generó un clima bastante cómodo, donde ellos y ellas pudieron expresarse y comunicarse. Los 5 integrantes de este grupo participaron de la entrevista grupal.

Para facilitar la transcripción de las respuestas obtenidas desde sus apreciaciones personales reservando la identidad de las personas, designaremos a cada integrante con las iniciales de sus nombres, es decir: J.M, B, E, N y J.A.

Relacionado con aquello que les gustaría hacer en el centro o aquello que les agrada actualmente, concuerdan que les gusta los talleres de desarrollo cognitivo, así como las actividades deportivas que se realizan y las clases de educación física.

Sobre las preguntas realizadas, acerca de sus capacidades personales, de identificar los diferentes lugares del centro la sala de talleres, el casino, los baños etc., los entrevistados coinciden que el bastón les ayuda a identificar los espacios, también enfatizan, que aprendieron a conocer el entorno del centro, pues llevan muchos años asistiendo (3 a 4 años) y por repetición lograron reconocer y orientarse. Sin embargo, B y J.A, reconocen que a veces les cuesta un poco y deben ser ayudados, sobre todo dentro del casino.

Así también esta misma pregunta se orientó hacia el exterior, es decir, si podían llegar solos al centro orientándose solo con el bastón sin requerir ayuda manual, solo auditiva de orientación, caminando hacia el centro, desde una esquina de Avenida de Aragón, la mayoría responde que no podrían hacerlo solos, que necesitarían ayuda (manual) solo E y N, expresan que no saben si podrían hacerlo, pues nunca lo han hecho.

Referente, a los servicios que realiza el centro, sobre la realización de actividades que les permita conocer su entorno, todos responden que se realizan salidas en uno de los talleres, a lugares aledaños al centro, sobresale la respuesta de E, que expresa que le gustaría conocer mejor los lugares para no sentirme perdida, es decir reforzar las características del entorno.

Así también, sobre las actividades de orientación y movilidad en su entorno con las profesoras del centro, expresan que antes tenían, el año pasado con M.S, la clase de orientación y movilidad, pero este año se ha quitado. Sobre si creen que este tipo de actividad les favorece, todos afirman que sí, pues les permite conocer los lugares y no perderse.

Además, sobre las señalizaciones sensoriales existentes en el centro, en los muros o puertas de las salas que les permitan orientarse e identificar los lugares, J.M, J.A y E, expresan que en la cocina no hay nada y por lo general requieren ayuda, o utilizan el bastón, B simplemente requiere que alguien le ayude, dicen orientarse mejor en la primera planta, llama la atención que no mencionen la existencia de las pequeñas tarjetas en braille en las puertas de algunas salas.

3.5. El Cuestionario

Finalmente, el último instrumento aplicado, básicamente para comparar la información obtenida, y obtener los resultados concluyentes, fue el cuestionario. El cuestionario es un instrumento de recogida de datos consistente en la obtención de respuestas directamente de los sujetos estudiados a partir de la formulación de una serie de preguntas por escrito, los cuestionarios basan su información en la validez de la información verbal de percepciones, sentimientos, actitudes o conductas que transmite el encuestado. El elemento básico del cuestionario son las preguntas, por ello, la calidad de un cuestionario recae básicamente en la clase de preguntas formuladas y en su adecuada formulación (Casas et al., 2003) por esta razón hemos considerado las siguientes observaciones, en la realización del cuestionario

- ✓ Las preguntas han de ser sencillas y redactadas de tal forma que puedan comprenderse con facilidad por las personas a las que van destinadas.
- ✓ Intentar que sean lo más cortas posibles. A medida que la longitud de la pregunta se extiende se aumenta la probabilidad de que el encuestado pierda la concentración.
- ✓ Deben estar formuladas directamente en relación con el tema de interés.
- ✓ Redactarlas preferiblemente de forma personal y directa, no impersonal.
- ✓ Formularlas en forma neutral, o como mucho, positivo, nunca negativo.
- ✓ Han de estar formuladas de forma que no levanten prejuicios.
- ✓ Habrán de estar hechas de forma que contestan directa o inequívocamente al punto de información deseado.
- ✓ No utilizar palabras abstractas o confusas, ni tampoco de tipo valorativo (mucho, bastante, bueno, malo, etc.).

Así también, hemos considerado los aspectos formales del instrumento, como la existencia de una portada que recoja el título del mismo, como a quién va dirigido, una exposición de los objetivos del cuestionario, además de una explicación de las instrucciones para su utilización. Los instrumentos se detallan en el Punto 8.4 Anexo IV.

3.5.1. Aplicación del Instrumento

Así pues, para el grupo de usuarios/as con discapacidad visual, se utilizó un cuestionario tipo escala de apreciación, escala de Likert (Likert, 1932 citado por Ospina et al., 2003) se aplicó de manera verbal-auditiva donde ellos/ellas seleccionaban su valoración (*Muy de acuerdo- de acuerdo- ni acuerdo ni desacuerdo- desacuerdo- muy en desacuerdo*) en relación a las afirmaciones propuestas, el cuestionario valoraba su percepción en relación a las clases de educación física.

Para la Directora (1), Educadoras (2), Psicóloga (1), Profesores de talleres (2) y Profesora de educación física (1), se empleó, un cuestionario similar al aplicado a los usuarios con discapacidad visual, donde los encuestados, valoraban las afirmaciones señaladas (*nada de acuerdo- algo de acuerdo- ni acuerdo ni desacuerdo- de acuerdo- completo de acuerdo*), este último cuestionario aplicado, abarcaba todos los ámbitos desde el centro ocupacional a las clases de educación física.

4. Análisis de los resultados obtenidos en la observación participante

Los procesos de interpretación y análisis, implican ordenar y organizar la información disponible, elaborando patrones, categorías y unidades de análisis (Tojar, 2006), así pues, en este apartado se reduce la información de los documentos y el diario de campo, conforme a los objetivos de observación, registro y análisis que se plantearon en el registro del diario de campo.

A continuación, se presenta una selección de la información surgiendo categorías de análisis (Tabla 4) desde los documentos y el diario de campo, introduciendo un análisis del tipo tipológico (Tojar, 2006) reuniendo múltiples detalles en una única estructura organizada.

Tabla 4:
Esquema de la categorización de los documentos proporcionados por el centro.

CATEGORÍA		DESCRIPCIÓN
DOC		Documentos del centro: hacen alusión al análisis realizado a los propósitos o fines del centro ocupacional y la programación de educación física.
SUBCATEGORIAS	FCO	Fines del Centro Ocupacional: se hará referencia a los objetivos del centro, así como los servicios que ofrece para desarrollar dichos objetivos en los usuarios.
	FDEF	Fines de la educación física: se detallarán los objetivos generales de las clases de educación física en el centro.
	EPDEF	Estructura de la programación de educación física: se detallarán los elementos que conforman la programación de educación física de los grupos.
	CONTE	Los contenidos de la programación de educación física: se precisan aquellos aspectos relevantes que conforman los contenidos de la programación de educación física.

A continuación, se exhiben aquellos aspectos más relevantes registrados en el diario de campo, segmentado en las categorías antes descritas, a través de la observación participativa realizada.

Documentos del centro (DOC):

Hacen alusión al análisis realizado a los propósitos o fines del centro ocupacional y la programación de educación física.

Fines del Centro Ocupacional (FCO):

La directora nos proporcionó un documento de memorias, donde se detallan los objetivos del trabajo del centro ocupacional, se distingue, que es un centro especializado, destinado a proporcionar la habilitación profesional, el desarrollo personal y la autonomía a fin de conseguir el máximo desarrollo de las capacidades personales, laborales y la posibilidad de integración social en los usuarios.

Fines de la educación física (FDEF):

Se detallan en el sitio web del centro, así como en la programación que tiene la profesora, se distingue, permitir desarrollar una mayor habilitación para realizar las actividades de la vida diaria, contribuyendo a mejorar su capacidad funcional, se destacan los beneficios a nivel funcional como la coordinación y la orientación y a nivel emocional, permitiendo la capacidad de superación y la independencia.

Estructura de la programación de educación física (EPDEF):

Se detalla desde la programación de educación física, proporcionada por la profesora, observada en los once grupos, llama la atención que los contenidos se trabajen de forma general y no se especifiquen de manera particular en la programación, es decir, que exista un documento único de contenidos con áreas de desarrollo de trabajo para los once grupos. Al observar la programación de educación física, de cada grupo, se observan similitudes principalmente en los objetivos de trabajo, la profesora me explica, que la programación que ella hace, es una disposición de las Normas ISO, reconociendo que hay grupos más especiales dentro de los once, que necesitan una mayor dedicación, tal vez en la selección de contenidos, adaptaciones y objetivos de trabajo.

La programación de educación física del grupo de usuario/as con discapacidad visual, es una programación reciente, pues este grupo se conformó en septiembre del año 2015, sin embargo, al observar los objetivos de trabajo anuales, estos son muy similares que, para el resto de usuarios/as, consideramos que las necesidades de este colectivo son distintas pues presentan una discapacidad visual asociada.

Los contenidos de la programación de educación física (CONTE):

Al observar el documento único de contenidos de educación física, llama la atención que se detallan solo dos áreas de desarrollo, además podría ser reforzada con sugerencia de actividades, para llevar a cabo los objetivos de trabajo. Asimismo, centrándonos en el área de desarrollo de habilidades motrices, específicamente en el bloque 3, de aprendizaje de las capacidades perceptivo- motrices, está se centra particularmente en desarrollar habilidades socio – motrices por medio del juego colectivo, sin especificar por ejemplo áreas de desarrollo, hacia la percepción espacial o la espacialidad.

Contexto del Centro ocupacional (CONTEX)

Se precisan las descripciones relevantes que conforman el funcionamiento del centro como; las características de la infraestructura, los servicios que ofrece a sus usuarios/as, los recursos humanos que posee y las particularidades de los usuarios que atiende.

Infraestructura (INFRAE):

El edificio del centro ocupacional consta de dos plantas, que se comunican por medio de dos ascensores y las escaleras de emergencia. Las puertas de cada oficina hay una fotografía de las personas que trabajan allí, y unas pequeñas tarjetas en braille, estas también se observan en los servicios de la primera planta, describiendo las instrucciones del uso del baño. En algunos pasillos del centro, se observan flechas de color verde que llevan hacia las escaleras de emergencia. El centro y las salas tienen buena iluminación natural que es reforzada con luz artificial, el piso de todas las inmediaciones es antideslizante. Creemos que las señalizaciones, principalmente sensoriales, que pueden facilitar la orientación de los usuarios con discapacidad visual, son insuficientes.

Características de los usuarios (CARACUS):

Son hombres y mujeres, cuyas edades van de 18 años a 65 años, tienen discapacidad intelectual leve a media, así también otras discapacidades asociadas, como físicas, con alteraciones en la marcha, sensoriales, donde se puede observar que dos usuarios utilizan audífonos, así también cinco usuarios/as que son ciegos, un grupo considerable tiene Síndrome de Down, mientras otros se observan con rasgos autistas. La mayoría se comunica y mantiene un lenguaje verbal, otros utilizan monosílabos, pero pueden recibir la información que se les entrega comprendiéndola, se observan autónomos, principalmente en hábitos de alimentación e higiene, no obstante el grupo de personas con discapacidad visual que es el grupo minoritario y más “aislado” del Centro, se percibe en alguno de ellos, dependencia en actividades de movilidad y orientación, pues se observa que son asistidos en su desplazamiento por compañeros o profesionales.

Servicios que realiza el centro (SERVI):

El centro ocupacional desarrolla servicios dentro del centro y fuera, como son las actividades deportivas complementarias, que se efectúan como Club deportivo APADIS, en complejos deportivos y lo realizan monitores de esos recintos. De los servicios internos se encuentran los de atención psicológica y social, así como programas para habilidades de la vida diaria (taller de braille, autogestores, desarrollo cognitivo, vida saludable, educación física), están los talleres laborales (taller de manipulado, taller de desarrollo de la autonomía y taller de manualidades), así también se especifica un taller de movilidad dirigido a los/las usuarios/as con discapacidad visual, este grupo de personas por lo general caminan cogidos del brazo de una persona que los guía, sin utilizar su bastón, ni tampoco enterarse de señales o características de su entorno y eso es observable dentro del centro como fuera de este, por lo que creemos que este programa de movilidad para las personas ciegas, no se está llevando a la práctica.

Si bien el centro ocupacional promueve el desarrollo personal de los/las usuarios/as con discapacidad intelectual a través de los diferentes programas, creemos que ciertas actuaciones contrarrestan las capacidades que se van desarrollando, generando situaciones de dependencia, como fue mencionado en las acciones de movilidad espacial, estimamos que la toma de decisiones de los usuarios al desplazarse por su entorno es esencial para el desarrollo de su independencia y autonomía personal.

Recursos humanos (RRHH):

Dentro del personal podemos mencionar a la directora del centro, coordinadora, psicóloga, trabajadora social, seis profesoras y profesores de talleres, personal de apoyo en los talleres, una profesora de educación física, un entrenador de natación y fútbol sala, entre otros, no obstante, cabe destacar que hay dos personas de baja dentro de los talleres laborales, por lo que la profesora de educación física debe apoyar el taller laboral de buzoneo, dejando sin realizar algunas de sus clases.

La clase de educación física (LCEF)

Se detallan las descripciones más significativas en relación a las características de la sala, así como otros espacios externos donde se desarrolla de clase, la profesora de educación física, las singularidades observadas en las sesiones de trabajo, los grupos conformados y las

habilidades de estos, y por último se explica sobre el material existente y adaptado a las características de los usuarios.

Los espacios físicos de realización de la clase (EFDC):

La sala de educación física, es una habitación que recibe buena iluminación natural, se compone de dos áreas, separadas por unas estanterías, un área donde se realizan las clases y otra, donde se ubican los escritorios de los profesores (profesora y entrenador). La zona donde se realizan las clases es “más amplia”, mide alrededor de 12 metros de largo por 7 de ancho, hay un espejo grande adherido al muro (lado izquierdo de la sala) también se observa que salen de las murallas dos pilares, desde la opinión de la profesora, los pilares dificultan la realización de las clases, pues los usuarios pueden chocar con estos. La profesora considera que la sala es pequeña y en cierto modo poco adecuada para realizar las clases. Por las tardes en algunas ocasiones la profesora realiza una caminata con los usuarios en el Parque Arroyo Valconejero, muy cercano al centro.

Profesora educación física (PDEF):

La profesora estudió educación física en Polonia, pero lleva viviendo en España 14 años, así también trabajando en APADIS, se observa muy dedicada en atender a los usuarios, tiene jornada de mañana y tarde y trabaja de lunes a viernes.

Se observa durante el día muy acelerada pues realiza muchas funciones, aparte de cubrir otras áreas del centro, reconoce que tiene grupos dentro de los once, que requieren de una mayor atención, como el grupo 10 de usuarios ciegos, pero que su tiempo es escaso y le dificulta hacer actividades minuciosas y específicas para ese grupo.

Las sesiones de trabajo (SET):

Al observar las clases, en los once grupos estas tienen una misma estructura, a un comienzo la profesora pasa la lista de los asistentes, después pone música y realiza un calentamiento dirigido, con desplazamiento y movilidad articular, posteriormente movimientos corporales libres (bailan al ritmo de la música) después puede realizar juegos de coordinación, equilibrio o fuerza, los usuarios pueden trabajar en parejas o de forma individual.

Desde la observación se demuestra falta de continuidad en los contenidos trabajados y monotonía en las actividades, así pues, si bien la profesora adapta su metodología de trabajo para abordar los diferentes grupos, los contenidos y las actividades, son iguales para todos los grupos. Según lo argumentado por la profesora hay grupos que requieren de una atención especial, es decir actividades específicas para sus necesidades.

Habilidades de los grupos (HDGR):

Los grupos tienen características distintas, la mayoría lo conforman personas jóvenes, con buena comprensión cognitiva y adaptabilidad a la clase, generalmente se observan atentos a las indicaciones verbales y visuales entregadas por la profesora, trabajan de forma continua en las actividades. Hay un grupo de personas mayores y otro grupo de personas con discapacidad visual, este grupo tiene un buen nivel de comprensión de las actividades, están atentos a las indicaciones verbales, pues deben realizarla a través de su cuerpo, es un grupo que se observa muy receptivo a la información entregada. No obstante, se observan dos

usuarios, más temerosos a realizar los movimientos, una de ellas se desorienta con mucha facilidad, busca siempre el apoyo de uno de sus compañeros al desplazarse dentro de la sala.

Materiales de la clase (MATER):

Se dispone del material dentro de la sala como fuera de esta, el material de depósito, en su mayoría es material deportivo, principalmente para deportes de raqueta, el material que más se utiliza está dentro de la sala, aquí podemos encontrar balones de goma y esponja (pequeños, medianos, grandes) aros grandes y medianos de colores, colchonetas de pilates, conos grandes y pequeños de colores, petos de colores, tablón de equilibrio, pesas, tensores de pilates, balones de fitball, raquetas de plástico y de tenis de mesa, pelotas pequeñas de fútbol entre otros elementos, destaca un balón con cascabeles un poco antiguo que utiliza en algunas ocasiones la profesora para el grupo de usuarios/as ciegos.

4.1. Conclusiones del análisis realizado

A modo de conclusión desde lo analizado en las categorías de los documentos y el diario de campo, podemos entender, que dentro de los fines del centro ocupacional destaca proporcionar a los usuarios el desarrollo personal y la autonomía a fin de conseguir el máximo desarrollo de sus capacidades personales, así entonces, se realizan las clases de educación física con el propósito contiguo de mejorar o mantener las capacidades funcionales, contribuyendo en la superación e independencia personal, sin embargo, desde las categorías establecidas en el diario de campo, el desplazamiento autónomo o la toma de decisiones en el espacio interior principalmente de los usuarios con discapacidad visual, está sujeta a estados de dependencia.

Así también, por medio de las entrevistas destacamos la percepción de los profesionales del centro en relación a estas impresiones así como aquellas áreas o servicios del centro que se podrían mejorar, además de conocer su opinión sobre las habilidades y características de los usuarios, sus capacidades para orientarse y desplazarse en los espacios, los programas o servicios existentes que favorezcan los procesos hacia la movilización autónoma, las características de la infraestructura, en las señalizaciones cognitivas y sensoriales, que permitan la orientación en el espacio interior.

Asimismo, las apreciaciones de la profesora de educación física, sobre aquellas áreas de su clase que se podrían mejorar o reforzar, así también sobre las particularidades de su trabajo; los espacios físicos destinados para su clase, las sesiones de trabajo, las necesidades y capacidades de los usuarios/as que atiende y los materiales disponibles para su clase.

Para contrastar las apreciaciones de las entrevistas y cuestionarios y el grupo de discusión con las categorías establecidas, realizaremos una interpretación final de los resultados y la triangulación de la información.

4.2. Categorización de la información

Una vez que hemos recolectado todos los datos relevantes, a través de las diferentes estrategias de recogida de la información, con el propósito de identificar un problema o situación problemática en la práctica de la educación física, finalmente hemos reducido la información, generando categorías pertinentes (Cisterna, 2005) con aquello que efectivamente se relaciona con la problemática de indagación antes mencionada, permitiendo además incorporar los datos emergentes que pueden llamarse de relevancia y que se revelan o descubren por medio de los instrumentos empleados y que son de importancia por su

recurrencia o por su asertividad en relación al tema en cuestión. Es así que las categorías establecidas que facilitarán el posterior análisis de la información se especifican en la Tabla 5.

Tabla 5:

Selección final de las categorías en el estudio

Categorías	Subcategorías
Documentos del Centro (DOC)	Fines del Centro Ocupacional (FCO)
	Fines de la Educación Física (FDEF)
	Estructura de la programación de Educación Física (EFDEF)
	Contenidos de la Programación de Educación Física (CONTE)
Centro Ocupacional (CONTEX)	Infraestructura (INFRA)
	Características de los usuarios (CARACUS)
	Servicios que realiza el Centro (SERVI)
	Recursos Humanos (RRHH)
La clase de Educación Física (LCEF)	Los espacios físicos de realización de la clase (EFDC)
	Profesora de Educación Física (PDEF)
	Las sesiones de trabajo (SET)
	Habilidades de los Grupos (HDGR)
	Materiales de la Clase (MATER)

4.3. Triangulación de la información por cada estamento

Según Vallejo & Finol de Franco (2009) la extensión del concepto triangulación, implica en consecuencia que cuanto mayor sea la variedad de las metodologías datos e investigadores empleados en el análisis de un problema específico, mayor será la fiabilidad de los resultados finales. El prefijo “tri” de triangulación no hace referencia literalmente a la utilización de tres tipos de medida, sino a la profundidad de enfoques e instrumentos de investigación.

Para Cisterna (2005) triangular es la acción de reunir, realizando un cruce dialectico de toda la información pertinente al objeto de estudio surgida en una investigación por medio de los instrumentos correspondientes y que en esencia constituye el corpus de los resultados de la investigación.

Continuando con Vallejo & Finol de Franco (2009) el fundamento de esta técnica subyace en la idea de que cuando una hipótesis sobrevive a la confrontación de distintas

metodologías tiene un grado de validez mayor que si proviene de una sola de ellas. Es así, que la triangulación de la información es un acto que se realiza una vez que ha concluido el trabajo de recopilación de la información. A continuación, se presenta la triangulación según cada estamento establecido, vinculando con la documentación y los diferentes instrumentos de investigación utilizados.

Categoría: Centro Ocupacional (CONTEX)
--

Subcategoría: Infraestructura (INFRAE)
--

✓ Descripción observación:

Según lo observado en semana del 2 de febrero al 5 de febrero del 2016, y registrado en el diario de campo, podemos extraer lo siguiente; Pasando por el hall al interior están las oficinas, en las puertas de cada oficina hay una fotografía de las personas que trabajan allí, en los muros hay fotografías de los usuarios, también se pueden observar algunas flechas verdes pegadas a la pared que llevan a las escaleras de emergencia.

Los servicios diferenciados para hombres y mujeres, al interior del baño de mujeres hay un pequeño afiche describiendo con imágenes y en escritura braille el uso correcto del servicio. Posteriormente encontramos cuatro salas, tres de estas, llamadas de “Apoyo”, en una de las puertas de las salas de apoyo hay una pequeña tarjeta en Braille. En la planta baja encontramos las salas de los tres talleres laborales que se desarrollan cada taller se encuentra señalizado en las puertas con colores, fotografías de los usuarios y de las profesoras y profesores responsables. En el interior de las salas de talleres, hay unos carteles muy grandes con los horarios de los usuarios y la fotografía, por ejemplo, si uno de los usuarios tiene apoyo cognitivo los jueves, esta su foto pegada el día jueves en el taller cognitivo con la fotografía de la profesora a cargo.

En la planta baja está el casino, también aquí se puede observar un cartel pegado al muro que son las “normas de casino” están escritas, así como dibujadas entre estas normas podemos mencionar: el tiempo que disponen para comer, la conducta que deben tener durante la comida, y lo que tienen que hacer después de comer como lavarse las manos y los dientes.

Creemos que, si bien existen señalizaciones visuales para los/las usuarios/as con discapacidad intelectual en los diferentes lugares del Centro, así como adaptaciones de infraestructura para personas con discapacidad física, las señalizaciones sensoriales para el grupo de personas con discapacidad visual son insuficientes.

✓ Entrevistas / Grupo de discusión/ Cuestionarios:

De las *tres entrevistas* realizadas a los profesionales del centro, educadora, profesor de talleres laborales y profesora de educación física a partir de la segunda semana de marzo, podemos extraer lo siguiente; Sobre las señalizaciones presentes en el centro que facilitan la orientación, consideran que las existentes para los usuarios con discapacidad intelectual, son suficientes, y los/las usuarios/as logran identificar el entorno, no obstante, hay discrepancias si éstas existen o son las adecuadas para el grupo de usuarios/as con discapacidad visual.

Del *grupo de discusión* aplicado al grupo de usuarios/as con discapacidad visual, resaltamos que sobre las señalizaciones sensoriales existentes en el centro, en los muros o puertas de las salas que les permitan orientarse e identificar los lugares, J.M, J.A y E, expresan que en el casino no hay nada y por lo general requieren ayuda, o utilizan el bastón, B

simplemente requiere que alguien le ayude, dicen orientarse mejor en la primera planta, llama la atención que no mencionen la existencia de las pequeñas tarjetas en braille en las puertas de algunas salas.

Del cuestionario tipo escala de apreciaciones, asignado a los profesionales del centro, dos profesoras de los talleres laborales, dos educadoras, la psicóloga, la directora y la profesora de educación física, sobre la existencia de señalizaciones que permita la orientación espacial para los/las usuarios/as con discapacidad intelectual de los siete encuestados, tres creen estar de acuerdo, otros tres expresan estar algo de acuerdo, sólo uno cree estar ni acuerdo ni desacuerdo. De la existencia de señalizaciones sensoriales que permitan la orientación espacial para los/las usuarios/as con discapacidad visual, cinco creen estar algo de acuerdo, sólo dos expresan estar de acuerdo.

✓ Interpretación y reflexión:

Analizando sobre la infraestructura del centro ocupacional, podemos decir que es un espacio amplio, es decir un edificio relativamente nuevo, que consta con el equipamiento suficiente para el desarrollo de los diferentes servicios que se realizan, está situado en un sector residencial, al norte de Madrid en el Ayuntamiento de San Sebastián de los Reyes, un área de poca afluencia civil con áreas verdes y Parques alrededor. Sin embargo, al interior del Centro en relación a las adaptaciones cognitivas y sensoriales que faciliten la orientación de los/las usuarios/as dentro del espacio, éstas son bastante controvertidas, pues existen y permiten la orientación y ubicación de las personas con discapacidad intelectual es decir, las que hay son funcionales, no obstante, las señalizaciones sensoriales para las personas ciegas, existen, pero son “insuficientes” desde lo examinado en los diferentes instrumentos de indagación empleados, así pues esto puede dificultar la movilidad y la orientación espacial de las personas.

Asimismo, desde lo fines del centro ocupacional, está facilitar el desarrollo personal y la autonomía a fin de conseguir el máximo desarrollo de las capacidades personales, de la persona en situación de discapacidad, de este modo creemos que se podría facilitar y favorecer estos procesos para todos los usuarios/as sin distinción, por medio de correctas señalizaciones sensoriales que permitan el desplazamiento autónomo de las personas con discapacidad visual.

Categoría: Centro Ocupacional (CONTEX)
--

Subcategoría: Características de los/las usuarios/as (CARACUS)
--

✓ Descripción observación:

Desde lo registrado en el diario de campo, durante el mes de observación, podemos decir que el Centro Ocupacional acoge a hombres y mujeres, cuyas edades van de 18 años a 65 años, tienen discapacidad intelectual leve a media, así también otras discapacidades asociadas, así también cinco usuarios/as que son ciegos. La mayoría se comunican y mantiene un lenguaje verbal, otros utilizan monosílabos, pero pueden recibir la información que se les entrega comprendiéndola, se observan autónomos, principalmente en hábitos de alimentación e higiene personal, no obstante el grupo de personas con discapacidad visual que es el grupo minoritario del Centro, se percibe en alguno de ellos, dependencia en actividades de

movilidad y orientación, pues se observa que son asistidos en su desplazamiento por compañeros o profesionales.

✓ Entrevistas / Grupo de discusión/ Cuestionarios:

De las *entrevistas* realizadas a los tres profesionales del Centro, todos coinciden que la capacidad cognitiva es fundamental, en el desarrollo de la percepción visual y las habilidades de reconocimiento y dominio del espacio tangible, pues aquellos que tienen menos nivel, les dificulta orientarse en los lugares, también enfatizan que muchos aprendieron por repetición a reconocer los lugares, sin embargo, saben que hay dos usuarios con problemas de orientación un joven con discapacidad intelectual al cual para que pudiera llegar a la salida del Centro se pusieron flechas de color verde en las murallas, así también una mujer con discapacidad visual, que no puede andar sola por el centro, se desorienta y requiere de una persona que la ayude. Para ellos es importante generar adaptaciones individualizadas, según las necesidades de cada persona.

Desde el *grupo de discusión* realizado a grupo de personas con discapacidad visual, los entrevistados, creen que aprendieron a “orientarse” dentro del centro por repetición, logrando recordar la ubicación de los espacios, por el tiempo que llevan asistiendo al centro, sin embargo, reconocen que pueden ser ayudados por sus compañeros o por los funcionarios del centro, para llegar a ciertos lugares o al casino, así también piensan que el bastón les ayuda. Fuera del Centro creen que no podrían llegar solos al Centro desde una esquina de la Avenida Aragón, orientándose solo con su bastón, no obstante, otros no saben si lo podrían hacer, pues no lo han experimentado.

Del *cuestionario* tipo escala de apreciaciones, asignado a los profesionales expresan que los/las usuarios/as con discapacidad intelectual, pueden aplicar habilidades de orientación y movilidad, ubicándose en el centro y en su entorno cercano, tres de los encuestados creen estar algo de acuerdo, mientras tres están de acuerdo, sólo uno cree estar completamente de acuerdo. Sobre los/las usuarios/as con discapacidad visual, pueden reconocer lugares y orientarse en el entorno cercano al centro, cinco creen estar algo de acuerdo mientras dos expresan estar de acuerdo. Sobre si pueden ubicarse y orientarse dentro del Centro, cuatro encuestados creen estar algo de acuerdo, mientras tres están de acuerdo.

✓ Revisión Documental:

Desde los Fines del centro ocupacional (FCO) se entiende por centro ocupacional de atención a personas con discapacidad psíquica afectadas de deficiencia mental, sin embargo, como fue descrito es más amplia su extensión pues atiende a personas con otras necesidades asociadas, no obstante, son autónomos principalmente en hábitos de alimentación e higiene y la mayoría tiene un buen nivel de adaptación al entorno.

✓ Interpretación y reflexión:

El centro ocupacional, atiende a un grupo muy diverso y amplio de personas jóvenes y mayores, cuyo factor común es la discapacidad intelectual asociada también a otras necesidades como la ceguera, la mayoría de estas personas es capaz de adaptarse a su entorno y se comunica manteniendo un lenguaje verbal comprendiendo la información que se le entrega, se observan autónomos, principalmente en hábitos de alimentación e higiene. El centro refuerza y potencia las capacidades en sus usuarios/as, no obstante, sus habilidades de

orientación y percepción del espacio tangible, está alterada, principalmente en aquellos que tienen una discapacidad visual. Así también creemos desde lo analizado, que los usuarios con discapacidad intelectual con problemas de orientación, fueron ayudados dentro del centro por medio de señalizaciones cognitivas y aquellos que lograron orientarse fuera del centro, lo hicieron por medio de la repetición, es decir con esto podemos inferir la ausencia de actividades que se orienten a este propósito.

Categoría: Centro Ocupacional (CONTEX)
Subcategoría: Servicios que realiza el Centro (SERVI)

✓ Descripción observación:

Desde lo registrado en el diario de campo, durante el mes de observación, podemos decir que el Centro Ocupacional desarrolla servicios dentro del centro y fuera de este, los externos, son las actividades deportivas complementarias, estas actividades permiten la inclusión de las personas en su entorno pues interactúan con personas sin discapacidad. De los servicios internos se encuentran los de atención psicológica y social, así como programas para habilidades de la vida diaria (taller de braille, autogestores, desarrollo cognitivo, vida saludable, educación física), están los talleres laborales (taller de manipulado, taller de desarrollo de la autonomía y taller de manualidades), así también se especifica un taller de movilidad dirigido a los/las usuarios/as con discapacidad visual, sin embargo desde lo observado la mayoría de las veces caminan cogidos del brazo de una persona que los guía, sin utilizar su bastón, ni tampoco enterarse de señales o características de su entorno y eso es observable dentro del centro como fuera de este, por lo que creemos que este programa de movilidad para las personas ciegas, no se está llevando a la práctica.

✓ Entrevistas / Grupo de discusión/ Cuestionarios:

De las *entrevistas* realizadas a los tres profesionales del Centro, llama la atención la discordancia en la comunicación entre los profesionales, sobre los programas existentes, puntualizando en aquellos que favorecen la movilidad y la orientación de los/las usuarios/as en los lugares y espacios, pues uno de los profesionales de los talleres laborales **A** entrevistado atribuye tal programa a las educadoras y la educadora **M** entrevistada expresa que tal programa existió y ahora responsabiliza de tal cometido a **M.K** la profesora de educación física, y **M.K** debido su extensa cantidad de trabajo desconoce el tema y carece de tal programa.

Desde el *grupo de discusión* realizado a grupo de personas con discapacidad visual, los entrevistados manifiestan sobre la existencia de actividades, que estimulan su movilidad y orientación en el espacio tangible, afirman que el año pasado lo tenían, pero ahora este año lo han quitado, y que era realizado por las educadoras. creen necesario este tipo de actividades en su desarrollo y aprendizaje, pues les permite movilizarse con cierto grado de autonomía.

Del *cuestionario* tipo escala de apreciaciones, asignado a los profesionales expresan sobre las actividades de movilidad y orientación espacial favorecen la autonomía de los/las usuarios/as, los siete encuestados expresan estar en completo de acuerdo, Así pues, sobre la presencia de una amplia oferta de talleres para el grupo de usuarios con discapacidad visual,

cinco de los encuestados expresan estar algo de acuerdo, mientras dos ni acuerdo ni desacuerdo.

✓ Revisión Documental:

Desde la información disponible en los documentos, dentro de los servicios de apoyo personal y social que se realizan, encontramos aquellos de habilitación de la vida diaria, como los programas programas de AVDs, autogestores, cognitiva, vida saludable, habilidades sociales, educación física, *braille y movilidad*, estos últimos dos servicios destinados a las personas ciegas que atiende el centro, pretenden favorecer su independencia, mejorando su autonomía, facilitando los apoyos necesarios en su vida cotidiana.

✓ Interpretación y reflexión:

El centro ocupacional realiza diversos servicios y programas con el propósito de incluir o integrar a las personas con discapacidad a la sociedad, brindándoles una ocupación en su vida cotidiana, como los programas laborales, así como los de apoyo personal y social, que son muy amplios y variados y que también integran la realización de actividad física y el deporte, no obstante el grupo de personas con discapacidad visual “carece” de una amplia gama de programas específicos para sus necesidades y el programa de orientación y movilidad que se realizaba para este grupo, ya no se realiza.

Categoría: Centro Ocupacional (CONTEX)
--

Subcategoría: Recursos Humanos

✓ Descripción observación:

Desde lo registrado en el diario de campo, durante las primeras semanas de observación, dentro del personal cabe destacar que hay dos personas de baja dentro de los talleres laborales, por lo que la profesora de educación física debe apoyar el taller laboral de buzoneo, dejando sin realizar algunas de sus clases.

✓ Interpretación y reflexión:

Si bien el centro ocupacional cuenta con un amplio grupo de profesionales que trabajan con los/las usuarias/as, sin embargo, hay bajas por causas médicas, que deben ser suplidas por otros profesionales del Centro. La profesora de educación física descuida su trabajo, por cubrir otras áreas, lo que puede influir en su trabajo.

Categoría: La clase de educación física (LCEF)
--

Subcategoría: Los espacios físicos de realización de la clase (EFDC)
--

✓ Descripción observación:

Según lo observado en semana del 2 de febrero al 5 de febrero del 2016, y registrado en el diario de campo, podemos extraer lo siguiente; la sala de educación física, es una habitación pequeña tiene ventanas en toda su extensión, se compone de dos áreas, separadas por unas estanterías, un área donde se realizan las clases y otra, donde se ubican los escritorios de los profesores. La zona donde se realizan las clases es “más amplia”, mide alrededor de 12 metros de largo por 7 de ancho, hay un espejo grande adherido al muro (lado izquierdo de la sala) también se observa que salen de las murallas dos pilares, los pilares pueden ser peligros, pues los usuarios pueden chocar con estos. El centro carece de un gimnasio adecuado para la práctica de actividad física y solo consta de una habitación.

✓ Entrevistas /Cuestionarios:

De la *entrevista* realizada a la profesora de educación física, ella cree que la sala es pequeña y en cierto modo poco adecuada para realizar las clases con “desperfectos” de infraestructura, y que es factible realizar las clases en otros espacios, como los parques que se encuentran cerca del centro.

Del *Cuestionario* tipo escala de apreciaciones, asignado al grupo de personas con discapacidad visual, sobre la ubicación dentro de la sala, tres de los escuestados, creen estar de acuerdo en reconocer las distribuciones de la sala, principalmente la puerta y el espejo, el resto cree estar muy de acuerdo en reconocer todas las disposiciones.

✓ Interpretación y reflexión:

Si bien hay una sala disponible para realizar las clases de educación física, es pequeña y con ciertos “desperfectos estructurales”, así bien, es importante saber si el grupo de personas con discapacidad visual, pueden orientarse en todos los sectores que componen la sala, solo dos expresan que pueden reconocer todas las disposiciones de la sala.

Categoría: La clase de educación física (LCEF)
--

Subcategoría: La profesora de educación física (PDEF)

✓ Descripción observación / Entrevista / Reflexión

Desde lo registrado en el diario de campo, durante las primeras semanas de observación, podemos decir que la profesora de educación física, es muy dedicada en atender a los/los usuarios/as y lleva muchos años trabajando en el Centro. Sin embargo, se observa durante el día muy acelerada pues realiza muchas funciones, aparte de cubrir otras áreas del centro, reconoce que tiene grupos dentro de los once, que requieren de una mayor atención, como el grupo 10 de usuarios ciegos, pero que su tiempo es escaso y le dificulta hacer actividades minuciosas y específicas para ese grupo. Cree que se encuentra con mucha carga

laboral y sería muy satisfactorio para ella, recibir apoyo en nuevas actividades o propuestas que contribuyan a su trabajo.

Categoría: La clase de educación física (LCEF)
--

Subcategoría: Las sesiones de Trabajo (SET)

✓ Descripción observación:

Desde lo registrado en el diario de campo, durante las primeras semanas de observación, podemos decir que las sesiones observadas en los once grupos tienen una misma estructura, a un comienzo la profesora pasa la lista de los asistentes, después pone música y realiza un calentamiento dirigido, con desplazamiento y movilidad articular, posteriormente movimientos corporales libres (bailan al ritmo de la música) después puede realizar juegos de coordinación, equilibrio o fuerza, los usuarios pueden trabajar en parejas o de forma individual.

Desde la observación se demuestra falta de continuidad en los contenidos trabajados y monotonía en las actividades, así pues, si bien la profesora adapta su metodología de trabajo para abordar los diferentes grupos, los contenidos y las actividades, son iguales para todos los grupos. Según lo argumentado por la profesora hay grupos que requieren de una atención especial, es decir actividades específicas para sus necesidades, como el grupo de personas con discapacidad visual.

✓ Entrevistas / Cuestionarios:

De la *entrevista* realizada a la profesora de educación física, ella cree que en las sesiones es muy importante el trabajo de las capacidades perceptivo- motrices, sobre todo en los/las usuarios/as con discapacidad visual, piensa que es la base, pues esta gente necesita trabajar mucho equilibrio, coordinación y orientación en el espacio.

Del *cuestionario* tipo escala de apreciaciones realizado al grupo de personas con discapacidad visual y la profesora de educación física, el grupo de usuarios/as opina y está muy de acuerdo que la profesora genera actividades que ellos/ ellas pueden realizar, están de acuerdo que la profesora estimula otros sentidos principalmente el sentido del tacto, así también, están muy de acuerdo, que al utilizar el tacto o la audición, como medio de orientación y ubicación en el espacio, logran desplazarse mejor.

Asimismo, la profesora de educación física cree estar en completo de acuerdo, que en sus sesiones es importante trabajar el desarrollo de las capacidades perceptivo – motrices en personas con discapacidad visual, finalmente sobre el desarrollo de las capacidades perceptivo- motrices, trabajadas en las clases de educación física contribuyen a la orientación y la movilidad en personas con discapacidad visual, estima estar en completo de acuerdo.

✓ Revisión Documental:

Creemos importante revisar la estructura de la programación de educación física (EPDEF) y los contenidos de la programación de educación física (CONTE), la programación mantiene

una estructura fija muy similar para los once grupos y carece de contenidos, los contenidos son extraídos de un documento único elaborado por la profesora el cual se detalla en el punto 2.3.5.

✓ Interpretación y reflexión:

Si bien la profesora genera adaptaciones pertinentes en las actividades que realiza para los diferentes grupos, utilizando una metodología de trabajo adecuada en la cual los/las usuarios/as pueden realizar las actividades propuestas, a su vez, rige su trabajo conforme a un documento reglamentario, que es la programación de educación física, no obstante, dentro de los once grupos, hay uno cuyas necesidades son distintas, que es el grupo de personas con discapacidad visual, que requieren de contenidos específicos en la programación, conforme a sus necesidades.

Categoría: La clase de educación física (LCEF)
--

Subcategoría: Habilidades de los grupos (HDGR)
--

✓ Descripción observación:

Desde lo registrado en el diario de campo, durante las primeras semanas de observación, podemos decir que los grupos tienen características distintas, la mayoría lo conforman personas jóvenes, con buena comprensión cognitiva y adaptabilidad a la clase, generalmente se observan atentos a las indicaciones verbales y visuales entregadas por la profesora, trabajan de forma continua en las actividades. Hay un grupo de personas mayores y otro grupo de personas con discapacidad visual, este grupo es el más minoritario, solo lo componen 5 personas y dentro del centro casi se encubre su existencia con el resto de los/las usuarios/as, en las clases tienen un buen nivel de comprensión de las actividades, están atentos a las indicaciones verbales, pues deben realizarla a través de su cuerpo, es un grupo que se observa muy receptivo a la información entregada. No obstante, se observan dos usuarios, más temerosos a realizar los movimientos, una de ellas se desorienta con mucha facilidad, busca siempre el apoyo de uno de sus compañeros al desplazarse dentro de la sala.

✓ Entrevistas / Cuestionarios:

De la *entrevista* realizada a la profesora de educación física, ella cree que una de las usuarias del Centro tiene problemas de orientación y suele requerir de la ayuda de una persona en su movilización.

Del *cuestionario* tipo escala de apreciaciones realizado al grupo de personas con discapacidad visual dos de los encuestadas cree estar en desacuerdo que pueden llegar solos a la sala de educación, pues admiten que son asistidos por algún compañero, el resto, cree estar de acuerdo que puede hacerlo de manera independiente, también por conocimiento previo del trayecto.

Asimismo la profesora de educación física cree estar en completo de acuerdo que el grupo 10 (personas con discapacidad visual) requieren de una atención especial en las clases, con actividades específicas.

✓ Revisión Documental:

Desde los documentos, destacamos los Fines de la educación física (FDEF) se distingue, permitir desarrollar una mayor habilitación para realizar las actividades de la vida diaria, contribuyendo a mejorar su capacidad funcional, se destacan los beneficios a nivel funcional como la coordinación y la orientación y a nivel emocional, permitiendo la capacidad de superación y la independencia.

✓ Interpretación y reflexión:

El Centro se preocupa de mantener y potenciar las habilidades de los/las usuarios/as mejorando su capacidad funcional por medio de las clases de educación física, sin embargo, un grupo minoritario de usuarios/as con discapacidad visual tiene dificultades de orientación en su desplazamiento autónomo, es así que la profesora de educación física reconoce que requieren de una atención especial.

Categoría: La clase de educación física (LCEF)
--

Subcategoría: Materiales de la clase (MATER)
--

✓ Descripción observación / Entrevista / Reflexión

Desde lo registrado en el diario de campo, durante las primeras semanas de observación, se puede decir que la profesora dispone del material dentro de la sala como fuera de ésta, el material de depósito, en su mayoría es material deportivo, el material que más se utiliza está dentro de la sala, entre otros elementos, destaca un balón con cascabeles un poco antiguo que utiliza en algunas ocasiones la profesora para el grupo de usuarios/as ciegos. La Profesora dice solo tener ese material específico para el grupo. Llama la atención que el material disponible para las clases sea muy cuantioso y diverso e incluso alguno inutilizado, sin embargo, es interesante que solo exista un balón con cascabeles antiguo para el grupo de usuarios/as con discapacidad visual.

4.2. Identificación de las fortalezas y debilidades del centro ocupacional y las clases de educación física

Una vez realizada la triangulación de todos los instrumentos de indagación utilizados, se llevará a cabo la descripción de las diferentes fortalezas y debilidades extraídas desde el análisis. Posteriormente, se distinguirá una situación-problema en la que centraremos la propuesta para el Trabajo Fin de Máster. Asimismo, se argumentarán las razones de la debilidad identificada asumida como acción de mejora.

Fortalezas

Centro Ocupacional (CONTEX)

✓ **Infraestructura (INFRA)**

- El centro ocupacional está situado en un sector residencial, un área de poca afluencia civil con áreas verdes y parques alrededor.
- La infraestructura del centro ocupacional, es amplia y nueva con un tiempo de utilización de solo 7 años, consta con el equipamiento suficiente para el desarrollo de los diferentes servicios que se realizan.
- La infraestructura del centro tiene adaptaciones para el acceso a personas con discapacidad física, como ascensores, pisos antideslizantes y servicios higiénicos amplios para la entrada de sillas de ruedas.
- La infraestructura del centro fue adaptada por los profesionales, con señalizaciones cognitivas, como fotografías, flechas o pictogramas, para los/las usuarios/as con discapacidad intelectual, facilitando su ubicación dentro del Centro.

✓ **Características de los/las usuarios/as (CARACUS)**

- El centro ocupacional, ofrece la atención a un grupo muy diverso y amplio de personas jóvenes y mayores con discapacidad intelectual, así también personas con otras discapacidades asociadas, como sensoriales y físicas.
- Las personas que asisten al centro son capaces de adaptarse a su entorno y se comunican manteniendo un lenguaje verbal y son capaces de comprender la información que se le entrega, son autónomos, principalmente en hábitos de alimentación e higiene personal.

✓ **Servicios que realiza el Centro (SERVI)**

- El centro ocupacional realiza diversos servicios y programas con el propósito de integrar a las personas con discapacidad a la sociedad, como los programas laborales, así como los de apoyo personal y social.
- El centro ocupacional integra los servicios de actividad física o deporte como medio de desarrollo personal e integración social de los/las usuarios/as.
- El centro ocupacional realiza programas deportivos fuera del centro, en los complejos deportivos del Ayuntamiento de San Sebastián de los Reyes, como Club Deportivo APADIS, facilitando la integración social de los/las usuarios/as por medio del deporte.

✓ **Recursos humanos (RRHH)**

- El centro ocupacional cuenta con un amplio grupo de profesionales especializados en la atención de personas en situación de discapacidad, el cual desarrolla los diferentes servicios.

Clases de educación física (LCEF)

✓ **Los espacios físicos de realización de la clase (EFDC)**

- Hay una sala disponible donde se realizan las clases de educación física.
- El centro consta de una cancha deportiva donde se pueden realizar las clases.
- Cerca del centro hay parques y zonas naturales donde se pueden realizar las clases al aire libre en el medio natural.

✓ **La profesora de educación física (PDEF)**

- La profesora de educación física es profesional en la materia y dedicada en atención de los/las usuarios/as, lleva muchos años trabajando en el Centro.

✓ **Las sesiones de trabajo (SET)**

- La profesora genera adaptaciones pertinentes en las actividades que realiza para los diferentes usuarios/as, utilizando una metodología de trabajo adecuada en la cual ellos/ellas pueden realizar las actividades propuestas.
- La profesora fundamenta y justifica su trabajo conforme a un documento reglamentario por el centro que es la programación de educación física.

✓ **Habilidades de los grupos (HDGR)**

- Las clases de educación física contribuyen a mantener y potenciar las habilidades de los/las usuarios/as mejorando su capacidad funcional.

✓ **Materiales de la clase (MATER)**

- Las clases de educación física constan con material deportivo y alternativo, el cual es considerable y variado, y favorece la realización de las clases.

Debilidades
Centro Ocupacional (CONTEX)

✓ **Infraestructura (INFRA)**

- El edificio no consta con la ejecución de las señalizaciones en pisos o murallas para la orientación y desplazamiento en forma autónoma, de las personas con discapacidad visual en los diferentes espacios que constituyen el Centro.

✓ **Características de los/las usuarios/as (CARACUS)**

- En el centro existe un grupo minoritario de cinco personas ciegas y su presencia prácticamente se encubre con el resto de usuarios/as.
- Las habilidades de orientación y percepción del espacio tangible en algunos usuarios/as está alterada principalmente en aquellos que tienen una discapacidad visual asociada.

✓ **Servicios que realiza el Centro (SERVI)**

- El grupo de personas con discapacidad visual “carece” de una amplia gama de programas específicos para sus necesidades y el programa de orientación y movilidad que se realizaba para este grupo, ya no se realiza y solo tienen un taller de braille.

✓ **Recursos humanos (RRHH)**

- En el centro, dos profesionales están de baja por causas médicas y deben ser suplidos por otros profesionales del Centro.

Clases de educación física (LCEF)
--

✓ **Los espacios físicos de realización de la clase (EFDC)**

- El centro ocupacional carece de un gimnasio deportivo para la práctica de educación física.
- La sala de educación física es pequeña y con desperfectos estructurales, como unos pilares que sobresalen de los muros.

✓ **La profesora de educación física (PDEF)**

-La profesora de educación física tiene mucho trabajo en el centro, pues debe cubrir otras áreas como los talleres labores a causa de las bajas médicas de dos profesionales.

✓ **Las sesiones de trabajo (SET)**

- Las sesiones carecen de una diversidad de actividades, pues son muy similares para cada grupo.

- La programación de educación física de los once grupos no especifica los contenidos a desarrollar.

-La programación de educación física en los once grupos tiene similitudes, principalmente en objetivos a desarrollar, no obstante, hay grupos que tienen necesidades específicas, como los/las usuarios/as con discapacidad visual que requieren de objetivos de desarrollo específicos conforme a sus necesidades.

- La programación de educación física extrae los contenidos, desde un documento único, que tiene pocas áreas de trabajo y desarrollo.

✓ **Habilidades de los grupos (HDGR)**

-Se reconoce que el grupo de los cinco usuarios/as con discapacidad visual tiene dificultades de orientación en su desplazamiento autónomo y que requieren de una atención especial.

✓ **Materiales de la clase (MATER)**

-El centro consta de un diverso y considerable número de material para todos los/las usuarios/as, no obstante, para el grupo de personas con discapacidad visual solo hay una pelota antigua con cascabeles.

4.3. Identificación de la situación-reto en la práctica de educación física del centro ocupacional de APADIS

Hemos analizado en el transcurso de este trabajo las características del escenario donde se realizó el estudio, pudiendo extraer finalmente las fortalezas y debilidades encontradas, así pues, este proceso nos permite vislumbrar la situación reto que desde nuestras posibilidades como profesionales de la actividad física y la discapacidad, podemos contribuir a mejorar.

Asimismo, se demuestra desde los diferentes instrumentos utilizados, la falta de atención específica para las personas con discapacidad visual, siendo un grupo más reservado y minoritario dentro del centro ocupacional. Por otra parte, las necesidades que presentan estas personas son distintas en comparación a los demás usuarios/as, igualmente la capacidad de movilidad y orientación en el espacio, puede ser más deficiente que el resto.

Se evidencia desde los instrumentos y posterior análisis, que hay usuarios/as con discapacidad visual que tienen problemas de movilidad y orientación en su desplazamiento autónomo, así también el centro ocupacional dentro de sus servicios retiró por este año el programa de movilidad, orientado para este grupo, además la infraestructura del centro, no cuenta con adaptaciones sensoriales adecuadas que faciliten su desplazamiento y orientación de manera autónoma.

La educación física, pasa a ser el recurso esencial que contribuya a mejorar su capacidad funcional, permitiendo la superación personal y desarrollo de su independencia que

desde los documentos, es la finalidad de las clases de educación física que se realizan en el centro ocupacional. No obstante, este grupo fue conformado por la profesora hace menos de un año y desde los análisis se refleja, que si bien existe una programación diferenciada para este grupo de personas, los contenidos que se desarrollan no son específicos, pues la programación carece de estos y estos son extraídos de un documento común para todos los grupos.

Las capacidades perceptivo- motrices es importante trabajar en personas con discapacidad visual y su estimulación puede contribuir en fomentar su movilidad y orientación, así también, es un contenido que falta fortalecer de manera concreta en el documento de la profesora.

4.4. Antecedentes teórico – conceptuales de la situación reto identificada.

En este apartado contextualizaremos la propuesta orientada hacia la estimulación de las capacidades perceptivo -motrices, en el grupo de personas con discapacidad visual e intelectual leve a moderada pertenecientes al centro ocupacional, en consecuencia, estimaremos una descripción detallada de las características de los cinco usuarios que constituyen este grupo, para comprender sus cualidades y situarnos en la particularidad de su discapacidad y definirla desde las fuentes encontradas, así también haremos una revisión de estudios previos de educación física, capacidades perceptivo – motrices en personas ciegas, la orientación y movilidad y finalmente valoraremos las adaptaciones en las señalizaciones sensoriales.

4.4.1. Características del grupo de usuarios/as.

Asimismo, para describir las características de cada integrante, utilizaremos el modelo socio-ecológico (Schalock & Verdugo, 2007) de la persona y su ambiente. Para exponer a las personas que conforman este grupo, utilizaremos las iniciales de sus nombres, siendo: B, J.M, E, N, J.A, en la siguiente tabla se exponen los datos.

Tabla 6:
Características de los/las usuarios/as desde su funcionalidad en el entorno.

Usuario/a	B, 51 años
Diagnostico	Ceguera de nacimiento, Retinopatía del prematuro / pérdida total de la visión
Área del lenguaje y comunicación	Comunicación verbal fluida y capacidad de comprender la información recibida.
Autonomía personal	Autónoma en hábitos de alimentación e higiene personal. Requiere de apoyos en su desplazamiento, una persona de guía.
Área perceptivo cognitiva	Es capaz de mantener la atención y comprender la información entregada vía verbal- auditiva, en ocasiones se debe reforzar la información, pudiendo ser ayudada de manera táctil.
Área relación social	Mantiene buenas relaciones sociales, capacidad de adaptarse al entorno.
Usuario/a	J.M, 48 años
Diagnostico	Ceguera adquirida, enfermedad contraída / pérdida parcial de la visión
Área del lenguaje y comunicación	Comunicación verbal fluida y capacidad de comprender la información recibida, demuestra tener buena conexión con el entorno.

Autonomía personal	Autónomo en hábitos de alimentación e higiene personal. Se desplaza con un guía en la calle y en el centro ocupacional utiliza el bastón, en ocasiones es ayudado por otra persona.
Área perceptivo cognitiva	Es capaz de mantener la atención y comprender la información entregada vía verbal- auditiva, en ocasiones se debe reforzar la información de forma verbal auditiva.
Área relación social	Mantiene buenas relaciones sociales, capacidad de adaptarse al entorno.
Usuario/a	E, 32 años
Diagnostico	Ceguera de nacimiento, trastorno genético / pérdida total de la visión
Área del lenguaje y comunicación	Comunicación verbal con alteraciones en la fluidez del habla, puede comprender la información recibida.
Autonomía personal	Autónoma en hábitos de alimentación e higiene personal. Se desplaza dentro del centro ocupacional con bastón otras veces requiere de un guía.
Área perceptivo cognitiva	Es capaz de mantener la atención y comprender la información entregada vía verbal- auditiva, puede entender la información entregada con más rapidez que el resto de sus compañeros.
Área relación social	Mantiene buenas relaciones sociales, capacidad de adaptarse al entorno.
Usuario/a	N, 35 años
Diagnostico	Ceguera de nacimiento, trastorno genético / pérdida total de la visión
Área del lenguaje y comunicación	Comunicación verbal con alteraciones en la articulación, fonología y fluidez del habla, sin embargo, es capaz de expresarse, puede comprender la información recibida.
Autonomía personal	Autónoma en hábitos de alimentación e higiene personal. Se desplaza con un guía en la calle y en el centro ocupacional utiliza el bastón, en ocasiones es ayudada por otra persona.
Área perceptivo cognitiva	Es capaz de mantener la atención y comprender la información entregada vía verbal- auditiva, en ocasiones se debe reforzar la información de forma auditiva.
Área relación social	Mantiene buenas relaciones sociales, capacidad de adaptarse al entorno.
Usuario/a	J.A, 32 años
Diagnostico	Ceguera de nacimiento, rubéola congénita / pérdida total de la visión
Área del lenguaje y comunicación	Comunicación verbal fluida y capacidad de comprender la información recibida, presenta algunos rasgos autistas y movimientos estereotípicos.
Autonomía personal	Autónomo en hábitos de alimentación e higiene personal. Requiere de apoyos en su desplazamiento, una persona de guía, tiene dificultad en coger el bastón, presenta una mal formación en las falanges de la mano derecha.
Área perceptivo cognitiva	Es capaz de mantener la atención y comprender la información entregada vía verbal- auditiva.
Área relación social	Mantiene buenas relaciones sociales, capacidad de adaptarse al entorno.

4.4.2. Capacidades y limitaciones de las personas con discapacidad visual e intelectual.

Una vez que hemos mencionado los antecedentes de las personas que conforman este grupo, podemos definir la discapacidad intelectual asociada a la discapacidad visual, puntualizando inicialmente la discapacidad intelectual desde las características de los implicados.

La discapacidad intelectual (Ríos, 2007) según la Asociación Americana sobre deficiencia mental (AAMR) posteriormente denominada AAMR (Asociación América sobre Retraso Mental) propone una clasificación del retraso mental en cinco niveles en función al Coeficiente Intelectual (CI) hallando mediante las puntuaciones del test Stanford – Binet:

- Límite o borderline: CI entre 83-67
- Ligero: CI entre 66-50
- Moderado: CI entre 49-33
- Severo: CI entre 32-16
- Profundo: entre 15 y 0

Sin embargo, actualmente, la clasificación del retraso mental sigue dos enfoques principales; La clasificación internacional de enfermedades (CIE-10) basada en el paradigma individual que parte del déficit, centrada en la CI, como criterio exclusivo para determinar un nivel de retraso. La AAMR (Luckasson et al., 1992 citado por Ríos, 2007), basada en el paradigma competencial, observa una concepción más interactiva y contextual y consecuente, de carácter más funcional e interactivo.

De acuerdo a las características del grupo de usuarios/as, según el centro considera también su nivel de CI, por tanto, desde Ríos (2007) describiremos las características del nivel leve a moderado

Retraso mental leve: CI (entre 50-70)

Se caracteriza por la adquisición tardía del lenguaje, pero la mayoría alcanzan la capacidad de expresarse en la actividad cotidiana. Gran parte llegan a desarrollar la autonomía personal a todos los niveles. Las mayores dificultades se presentan en las actividades académicas y muchos tienen problemas específicos en lectura y escritura. La mayoría de los que se encuentran en los límites superiores del retraso mental leve pueden desempeñar trabajos que requieren aptitudes del tipo práctico, trabajos manuales semicualificados.

Retraso mental moderado: CI (entre 35-50)

Los individuos incluidos en esta categoría presentan lentitud en el desarrollo de la comprensión y del uso del lenguaje y alcanzan en esta área un dominio limitado, en la adquisición de la capacidad del cuidado personal y de las funciones motrices también presentan dificultades, de tal manera que algunos necesitan supervisión permanente, aunque desde el ámbito académico son limitados, cierto porcentaje aprende lo esencial para la lectura la escritura y el cálculo. En la edad adulta pueden realizar trabajos prácticos sencillos, siempre que las tareas estén cuidadosamente estructuradas y que exista una supervisión. La mayoría alcanza un desarrollo normal de su capacidad social para relacionarse con los demás y participar en actividades sociales simples, se considera un grupo físicamente autónomo, aunque difícilmente pueden conseguir una vida completamente independiente.

Las personas con discapacidad intelectual moderada a leve asociada a una discapacidad visual, presentan necesidades particulares, en este sentido requieren de más apoyos en los

procesos que derivan a la independencia en su entorno cercano. La definición de discapacidad intelectual (Verdugo, 2002) incorpora la evaluación de apoyos y determinación de la intensidad de los apoyos. El modelo de apoyos propuesto se basa en un enfoque ecológico para comprender la conducta, y se dirige a evaluar la discrepancia entre las capacidades y habilidades de la persona y los requerimientos y demandas que en ese sentido se necesitan para funcionar en un ambiente concreto. Los apoyos son recursos y estrategias que pretenden promover el desarrollo, educación, intereses y bienestar personal de una persona y que mejoran el funcionamiento individual. El funcionamiento individual resulta de la interacción de apoyos con las dimensiones de habilidades intelectuales, conducta adaptativa, participación, interacciones y roles sociales, salud y contexto. Hay que tener en cuenta en el proceso de evaluación, las capacidades y limitaciones del individuo y que lo esencial es obtener datos que permitan desarrollar un perfil adecuado de apoyos. Es importante saber cuáles son los apoyos que el individuo requerirá para mejorar su funcionamiento en la vida. En este sentido desde las evidencias demostradas en este estudio, podemos plantear que los apoyos, se generan desde la limitación visual presente, así pues ONCE (2011) considera que es necesario valorar el peso de la(s) otra(s) deficiencia(s) y determinar la influencia de cada discapacidad, ya que, en muchos casos, las dificultades de autonomía no las genera prioritariamente la pérdida visual, del mismo modo creemos que las dificultades de orientación en el espacio radica en la presencia de las dos discapacidades asociadas.

Así también, es importante considerar el momento de la aparición de la ceguera (ONCE , 2011) las consecuencias de la discapacidad visual son bien distintas en función de que haya aparecido en un momento u otro de la vida, porque las necesidades no son iguales. Por otro lado, la edad está directamente relacionada con las capacidades para realizar nuevos aprendizajes y desarrollar habilidades. Una pérdida de visión en los primeros años de vida, puede afectar al desarrollo global del niño, ya que el mayor sustento del aprendizaje es la información visual. Si la discapacidad se produce en los años posteriores, el desarrollo de la autonomía y las habilidades para relacionarse pueden estar afectados por la falta de control visual. En relación al grupo, solo uno adquirió la ceguera, el resto, es de nacimiento y con respecto a su edad son personas adultas jóvenes, que pueden seguir adquiriendo destrezas, así pues, el proceso de educación de las demás vías sensoriales por medio de experiencias motrices es fundamental.

De igual forma, es importante facilitar los apoyos valorando las capacidades de la persona, estimando la estimulación del resto de sentidos, así pues, entendemos que la persona con ceguera o discapacidad visual (Ministerio de Educación Cultura y Deporte , Gobierno de España , 2012) tiene necesidades especiales derivadas de la dificultad de acceder a la información a través del sentido de la vista. Por tanto, lo que hay que hacer es potenciar el desarrollo y la utilización del resto de los sentidos para compensar la discapacidad visual. La mayor parte de la información exterior nos llega a través de la visión (en torno al 80 %) Esta información llega de forma muy rápida y globalizada. Sin embargo, cuando la entrada de información se realiza a través del oído o el tacto, el proceso es más lento y más complejo, ya que la información llega secuenciada y debe ser interpretada. Cuando la ausencia de visión es total, se debe potenciar el desarrollo perceptivo del resto de los sentidos. Es especialmente importante la **percepción háptica** (tacto intencional). El desarrollo sensorial (ONCE , 2011) junto con la adquisición de las destrezas cinestésicas y de orientación, constituye la base para que una persona con discapacidad visual construya una nueva forma de recoger la información, de manera que aumente sus recursos para desenvolverse con eficacia en los desplazamientos y en la realización de las tareas cotidianas.

4.4.3. Investigaciones previas acerca de la importancia de la estimulación de capacidades perceptivo – motrices en personas con discapacidad visual.

La vista es uno de los elementos esenciales que contribuyen al conocimiento del esquema corporal y la adquisición de la presión, la marcha, la organización del espacio y del tiempo (Defontaine, 1981 citado por Ríos, 2007). La vista es un receptáculo sensorial y una fuente de información y de estímulos que promueve actividades coordinativas y organizadas, en el caso de las personas ciegas los estímulos del exterior están considerablemente reducidos y empobrecidos, como consecuencia de ello, el insuficiente campo de presión táctil, su carácter sucesivo y fragmentario y la necesidad de una síntesis final para reconstruir los objetos en su totalidad, hacen difíciles la comprensión de las relaciones espaciales y la estructura de los elementos percibidos (Arnaiz, 1994 citado por Ríos, 2007).

Si la presencia de la capacidad visual permite dar respuestas a los estímulos medioambientales, facilitando un desarrollo motor espontáneo, su ausencia provoca un desfase en el desarrollo como consecuencia de percibir el medio de manera incompleta, por tanto la falta de estimulación motriz y sensorial puede frenar aún más el desarrollo motor y perceptivo- motor que ante la carencia de información exteroceptiva visual, unida a una insuficiente estimulación del medio, reducirá las experiencias motrices, y la motivación por el desplazamiento.

La falta del desarrollo motor y perceptivo-motor (Ríos, 2007) se refleja en las dificultades en el conocimiento del propio cuerpo, dado que la persona no puede integrar todas sus experiencias táctiles y auditivas, kinestésicas de la misma manera que la persona vidente, de tal forma presenta problemas para adquirir su autoimagen por las limitaciones a la hora de integrar las diferentes partes del cuerpo humano, lo mismo sucederá con el conocimiento del otro y de su entorno inmediato.

Asimismo, la persona ciega presentará dificultades en el conocimiento, percepción y organización del espacio, dado que no pueden adquirir de manera espontánea los conceptos espaciales, por tanto, el desplazamiento autónomo y las habilidades motrices al igual que la percepción temporal pueden verse afectadas.

Así también Ríos (2007) señala, que la base de la enseñanza de la educación física para personas ciegas, debe proponer actividades que incrementen la exploración del cuerpo y de su entorno, estimulando el resto de sentidos, desarrollando en definitiva, la organización espacial y el esquema corporal, estimulando la percepción espacial en tareas que incrementen la percepción, representación y orientación. El esquema corporal debe considerar el conocimiento y la aceptación del propio cuerpo, así como las posibilidades de movimiento.

De igual forma, de acuerdo con lo señalado la educación física puede desarrollar estas áreas, por ello Ciscar & Soler (2005) creen que para conseguir una dinámica social óptima y normalizada en las acciones de la vida cotidiana de las personas con graves impedimentos visuales, la educación contempla la relación del entorno espacial y con los objetos, mediante diversas técnicas físicas, como la reeducación muscular propioceptiva, la reeducación psicomotriz, la reeducación postural global, el masaje, la postura y la motricidad, así como la percepción exteroceptiva y propioceptiva, que influyen de diversas maneras en cada uno de los ámbitos mencionados. Algunos de estos aspectos son:

El control del tono muscular, tanto estático (postural) como dinámico (en movimiento):

- ✓ La marcha.
- ✓ La higiene postural.

Aspectos de la percepción:

- ✓ Tacto fino o agudeza táctil.

- ✓ Tacto grosero, que implica la sensibilidad a la presión.
- ✓ Sensación de la posición y movimiento de los segmentos corporales.
- ✓ Sensibilidad a la vibración.

Aspectos de integración motriz:

- ✓ Equilibrio.
- ✓ Coordinación.
- ✓ Dinámica general (naturalidad de movimiento).
- ✓ Esquema corporal.
- ✓ Orientación espacial.

Del mismo modo, estos autores Ciscar & Soler (2005) expresan que para conseguir la máxima autonomía e integración en una persona con problemas visuales es importante la educación de la dinámica y la estática corporales, puesto que el desarrollo de la postura y el movimiento están íntimamente ligados con la función visual (Bullinger, 1991 citado por Ciscar & Soler, 2005) y cualquier alteración de los mismos tiene consecuencias en la vida cotidiana, por otra parte se enfatiza que la educación del entorno espacial y con los objetos, es un conjunto que no es importante trabajar sólo en los primeros años de vida, sino que va mucho más allá, la buena percepción del entorno espacial y la relación con los objetos, es la base de muchos aprendizajes, de la orientación y la movilidad, del uso y manejo correcto de utensilios en las actividades de la vida diaria, del estudio y análisis de mapas y planos, de la correcta distribución de un trabajo sobre las páginas de papel, de la seguridad personal al andar, correr, saltar, del cálculo de distancias en los desplazamientos, etc.

De igual modo, queda demostrado que la educación corporal a través del movimiento, es fundamental para el desarrollo de las personas con discapacidad visual, así pues, la educación física integral (Gómez, 2009) favorece el área perceptivo-cognitiva de la persona ciega desde una intervención educativa que considere la estimulación de la audición, prensión y tacto (trabajo en el que se traten de unir las tres cosas) fomentar la conducta de búsqueda (llevar primero al objeto, describirlo mientras lo toca, para, posteriormente ponerlos un poco más lejos y dejar que se acerque buscándolos) coordinación oído/mano (tocar cuando se le hable o pase por su lado el objeto) y experiencia del objeto permanente (el objeto continua ahí, aunque no lo toquemos).

Así también, Gómez (2009) considera fundamental el área del desarrollo motriz enfocado al desplazamiento autónomo, la exploración del mundo de la realidad y los objetos, la intervención educativa considera el desarrollo del esquema corporal e imagen del propio cuerpo trabajándolo en profundidad, también así, el desarrollo de la orientación en el espacio próximo fundamental para la marcha, con pistas táctiles o sonoras.

Finalmente podemos mencionar según ONCE (2011) que la optimización perceptiva y la organización espacial, constituyen los pilares sobre los que se sustenta la educación de las personas ciegas. Las personas poco familiarizadas con la discapacidad visual se preguntan cómo alguien que no ve puede realizar ciertas actividades, y el fondo de la cuestión está en el uso de la información que proporcionan el resto de los sentidos y en la capacidad de orientación. El desarrollo sensorial es, por tanto, muy importante, y una buena optimización puede garantizar, el éxito del programa, y su carencia, por el contrario, puede suponer que los resultados no sean satisfactorios.

El desarrollo sensorial, junto con la adquisición de las destrezas cinestésicas y de orientación, constituye la base para que una persona con discapacidad visual construya una nueva forma de recoger la información, de manera que aumente sus recursos para desenvolverse con eficacia en los desplazamientos y en la realización de las tareas cotidianas.

De lo antes planteado queda demostrado, a través de los diferentes autores (Ciscar & Soler, 2005; Gómez, 2009; ONCE, 2011; Ríos, 2007) que la educación de las personas

ciegas, debe optimizar el desarrollo perceptivo por medio del uso de los sentidos, proponiendo actividades que estimulen la exploración del cuerpo y de su entorno.

4.4.4. La movilidad y orientación en personas con discapacidad visual.

De acuerdo con las capacidades de orientación y movilidad (ONCE , 2011) la orientación es un proceso complejo que se construye desde la infancia y en el que intervienen diferentes componentes. Requiere de la codificación espacial (Millar ,2008 citado por ONCE, 2011) y para que se produzca, es crucial que tenga información de claves de referencia, que, en el caso de las personas sin visión, están centradas en el propio cuerpo y se nutren de inputs sensoriales. De esta forma, se produce la organización del espacio, basada en la estructuración espacial y la orientación espacial.

Como hemos mencionado la discapacidad visual limita y condiciona las posibilidades de autonomía, principalmente en el espacio tangible, continuando con ONCE (2011) se debe conocer en profundidad los procesos que rigen la orientación espacial, facilitando claves y recursos que favorezcan su consecución. Las personas ciegas han de disponer de una imagen corporal adecuada para explorar el entorno y establecer límites entre su propio cuerpo y el exterior. El conocimiento de su propio cuerpo, es el marco de referencia que principalmente utilizan las personas con discapacidad visual, independientemente de la situación espacial en que se encuentren y de sus relaciones con los objetos. Las habilidades sensoriales facilitan lograr la orientación, precisan obtener la información ambiental que proporcionan el resto de sentidos como el oído, el tacto, el olfato y el gusto. Así también, la orientación es un proceso cognitivo que se inicia con la recogida de información del entorno, su organización y, por último, su almacenamiento, para luego poder evocarla. Este proceso variará en la medida en que lo hagan cualquiera de los aspectos físicos, emocionales, simbólicos, etc., que conforman el entorno.

Recapitulando, podemos decir que la educación física integral que comprenda las necesidades específicas de las personas con discapacidad visual e intelectual, se debe basar en un modelo, desde los antecedentes encontrados, que potencie las capacidades de la persona y apoye las limitaciones, que principalmente se sustente en el desarrollo del conocimiento corporal y del entorno por medio de la estimulación motora, sensorial y cognitiva. La oportuna percepción del entorno espacial y la relación corporal con los objetos, es la base de muchos aprendizajes, de la orientación y la movilidad. Por otra parte, consideraremos un aspecto relevante pues, si una persona con discapacidad visual puede adaptarse al entorno, con un dominio en las habilidades motoras, sensoriales y principalmente cognitivas, tal vez no requiera de adaptaciones del entorno que ayuden o favorezcan su autonomía, sin embargo, la realidad existente en este estudio es otra, pues consideramos la importancia de las adaptaciones sensoriales en la accesibilidad de los espacios, pues a raíz de la discapacidad intelectual que presenta este grupo de personas, requieren de más apoyos, la educación motriz es solo una parte.

4.4.5. Accesibilidad de las personas con discapacidad visual al medio físico, señalización podotáctil y mapas cognitivos

Sobre la adaptación de los espacios, (Comeras & Estepa, 2013) a lo largo de los últimos años se ha propiciado que los focos de atención de la Arquitectura hayan estado mucho más

direccionados a dar respuestas frente a las demandas burocráticas y administrativas derivadas de los códigos que son de aplicación; en lugar de haber atendido al llamamiento de otras posturas, si cabe más fructíferas, propositivas e innovadoras, que se instalan en la idea de vertebrar nuevos mecanismos desde donde repensar, replantear y reconfigurar el espacio físico (construido o no) sobre el que cabría la revisión de acciones que bien podrían ser resueltas por individuos afectados por alguna discapacidad. De lo que se trata básicamente es de pensar si el espacio arquitectónico, urbano o incluso territorial que estamos acostumbrados a manejar es plausible de ser modificado para atender a cuestiones que hasta el momento habían pasado desapercibidas. Así no parecería descabellado iniciar un proceso de concienciación colectiva cuyo fin último sería la alteración efectiva de los espacios vitales del ser humano, para ser coherentemente adaptados a lo que muy rápida y vulgarmente venimos a llamar como “accesibilidad universal”. Acciones básicas de señalización, posicionamiento, formalización, orientación, texturizado o de equipamiento, vienen rápidamente hasta nosotros al detectar que verdaderamente los “lugares” desde donde ejercemos nuestra cotidianidad son no poco discriminatorios.

Continuando con Comeras & Estepa (2013) para poder atender objetivamente, es importante conocer la discapacidad, pues pueden acumularse disfunciones de carácter cognitivo, por lo tanto, habría que estudiar para cada caso también los estímulos que podrían darse frente a requerimientos como, la percepción visual, las habilidades de reconocimiento y dominio del espacio tangible, la fijación de la atención, el registro de la memoria, y muy especialmente la capacidad de ejecución de acciones. De esta manera es evidente que la organización y planificación del medio y del espacio resulta fundamental para dar respuestas eficaces frente a la discapacidad. En ocasiones la determinación y la toma de decisiones acertadas desde el diseño del espacio físico puede suponer un adelanto cualitativo y cuantitativo para la mejora de la vida de los individuos; es por ello por lo que propiciar el contraste para mejorar la percepción, facilitar el orden y la creación de jerarquías, disponer indicativos u organizar recorridos o posicionamientos, pueden ser herramientas realmente útiles para integrar de una forma sencilla, y nunca forzada, a cualquier individuo afectado por una discapacidad intelectual, física o sensorial.

Las señalizaciones para personas con discapacidad visual como las podotáctil (INEN, 2015) en pisos se crea en una superficie de circulación, al definir zonas de textura diferenciada con alto relieve y colores contrastantes, y cuya función es incorporar pauta de orientación y movilidad para personas con discapacidad visual, a través de su detección mediante la planta del pie o con la ayuda del bastón guía. Las señalizaciones en pisos no deben representar ningún peligro de tropiezo y deben ser de fácil limpieza y mantenimiento. Su diseño debe garantizar una adecuada diferenciación de la textura superficial que pueda ser sentida utilizando el pie o con ayuda del bastón de ayuda; para las personas con baja visión se debe utilizar contraste de color y asegurar su percepción.

Así también, las personas que no poseen visión o con visión muy limitada, pueden apoyarse en información espacial previamente almacenada como un auxiliar efectivo de movilidad (Correiras & Codina, 1993) la representación interna del espacio, también denominada mapa cognitivo, nos permite planificar y ejecutar acciones tales como desplazarse por el entorno. El mapa cognitivo puede adquirirse mediante el contacto directo con el ambiente o a través de ayudas tales como mapas, maquetas, descripciones verbales, etc. En el caso de las personas ciegas se han utilizado los mapas táctiles con la finalidad de facilitar el aprendizaje de un entorno o de una ruta. La principal ventaja de la información ambiental adquirida mediante estos mapas, radicaría en que se perciben y aprenden con más facilidad las relaciones globales del ambiente. De igual modo creemos que su utilización

puede favorecer el conocimiento del entorno, pudiendo relacionar el mapa con su cuerpo y los elementos del espacio tangible.

Así pues, creemos que la incorporación de estas adaptaciones en personas con discapacidad intelectual y visual asociada, requieren de una educación previa, que permitan la familiarización sensorial, desarrollando la percepción háptica, de esta forma estimamos que la educación de las habilidades perceptivo- motrices a través de la educación física puede potenciar estas capacidades, contribuyendo a la orientación de las personas en los espacios.

5. Reflexión inicial sobre la relevancia de la propuesta y los objetivos a alcanzar

La propuesta que se presenta fue fruto de la reflexión y del análisis de las necesidades del centro ocupacional entendida como situación “problemática” que se desea mejorar.

La relevancia del estudio se focaliza en una temática que contribuye a la autonomía de las personas con discapacidad intelectual y visual por medio de las clases de educación física desarrollando una mayor habilitación personal facilitando la adaptación de las personas dentro del centro contribuyendo a mejorar sus capacidades perceptivas y en consecuencia su desplazamiento de manera autónoma.

El estudio representa pertinencia, pues se evidenció desde los instrumentos y posterior análisis, el problema encontrado, la dependencia en la movilidad de las personas con discapacidad visual, la carencia de programas específicos que desarrolle esta área y la falta de señalizaciones sensoriales adecuadas que faciliten la orientación en los espacios.

El estudio representa ser factible, al ser respaldado por autores que demuestran que el desarrollo de las capacidades perceptivas-motrices desde la educación física es la base en la educación de personas ciegas, fomentando en definitiva, la organización espacial y el esquema corporal, estimulando la percepción espacial la representación y orientación del espacio, la cual es muy importante encauzar y ejercitar en este grupo de personas.

El trabajo es viable, al ser propuesto a la directora y profesora de educación física del centro y considerar su implementación en las clases de educación física, como un programa de estimulación de las capacidades perceptivo-motrices para este grupo. Así también se dispuso la posibilidad de ser un medio de educación previa antes de mejorar la accesibilidad de las personas al medio físico, instalando señalizaciones, de tal forma que puedan ser capaces de identificar y familiarizarse con las señales, pues a causa del grado de discapacidad intelectual que presentan, pueden requerir de más apoyos.

En este mismo orden de ideas nos hemos propuesto objetivos de intervención, generales y específicos, siendo los siguientes:

✓ Objetivo general

- Estimular el movimiento corporal por medio de los sentidos, posibilitando la coordinación corporal y la percepción del entorno, favoreciendo su orientación en el espacio y la posterior autonomía.

✓ Objetivos específicos

- Trabajar su esquema corporal, con el refuerzo conceptual necesario a nivel espacial, (cerca, debajo, arriba reptar, etc.).

- Afinar el conocimiento de la lateralidad, fundamental en las habilidades de orientación y movilidad de vida diaria y autonomía personal.
- Mejorar su coordinación general y de su equilibrio, ante la falta de referencias visuales estimulando la utilización de puntos de apoyo.
- Reforzar su postura corporal, que influye tanto en su ubicación espacial como en las relaciones sociales.

5.1. Contextualización de la planificación de la actividad físico-deportiva

Respetando las características del centro ocupacional, el cual genera programas propios según las demandas y necesidades de sus usuarios/as, del mismo modo desde lo argumentado por la profesora de educación física del centro, la propuesta se encauza en un programa de estimulación de las habilidades perceptivo -motrices para el grupo de personas con discapacidad visual. Al ser un programa propuesto a un centro no educativo se utilizará terminología de los programas propuestos por el centro ocupacional en su estructuración.

En el programa se especificarán los objetivos de aprendizaje generales y específicos a alcanzar con este grupo de usuarios/as, así también los objetivos para cada sesión, el programa será un complemento de la programación que elabora la profesora para este grupo desde las normativas internas del centro.

Los principales contenidos que conforman el programa serán extraídos desde el Manual de Discapacidad visual y Autonomía personal, enfoque práctico de la rehabilitación (ONCE , 2011) apoyados por otros autores (Ciscar & Soler, 2005; Gómez, 2009; Ríos, 2007), del mismo modo para orientar la propuesta desde la educación física, trabajando estas áreas, utilizaremos el libro, Los contenidos perceptivos motrices, las habilidades motrices y la coordinación (Bueno, Del Valle, & De la Vega, 2011).

Asimismo, estos autores nos ofrecen áreas de trabajo, las cuáles serán adaptados para su implementación en este grupo en particular, así pues, podemos considerar las siguientes:

- *Conocimiento y control del propio cuerpo*: mejora del control tónico, descubrimiento y toma de conciencia de las diferentes partes del cuerpo.
- *Desarrollo sensorial*: estimulación del sentido del oído y el tacto principalmente, gusto y olfato, sensibilidad kinestésica a través del tacto.
- *Actitud postural*: Toma de conciencia del carácter global de las actitudes, automatización de la postura cómoda y susceptible de ser mantenida con un mínimo de fatiga y sin peligro de provocar desequilibrios osteoarticulares.
- *Lateralidad*: Afirmar la lateralidad, consolidar el predominio lateral.
- *Coordinación*: Mejorar la coordinación dinámica general, principalmente oído – mano, oído – pie, mediante las habilidades básicas, independencia funcional entre los diferentes segmentos entre sí.
- *Equilibrio*: Mejorar el equilibrio estático y dinámico.
- *Estructura espacial*: Nociones espaciales, ajustes al espacio, orientación espacial, espacio próximo, organización del espacio, formas geométricas apreciación de distancias, velocidades y trayectorias.
- *Estructura temporal*: nociones temporales, duración, sucesión, estructuras rítmicas.

El programa contará con tres unidades de trabajo que incluyen estos contenidos, la unidad que comprende el conocimiento y la orientación del entorno fue desarrollada en su totalidad, principalmente basándose en la orientación del espacio a través de las señalizaciones podotáctiles (INEN, 2015) y los mapas cognitivos táctiles (Correiras & Codina, 1993), como metodología de trabajo que facilitará la ubicación de los/las usuarios/as dentro de la sala de clase, de igual forma, la disposición de su cuerpo en relación a los elementos presentes en el espacio. Posteriormente detallaremos su utilización e implementación en las actividades.

Asimismo, dentro del programa de manera implícita se considerará el trabajo de las áreas cognitivas muy importante para este grupo de personas, como el conocimiento de los esquemas básicos del movimiento y sus componentes, generando nuevas respuestas motrices, trabajo de la memoria motriz, de igual forma la memoria perceptiva, y las posibilidades de adaptación al medio.

Finalmente consideraremos el aspecto emocional y social, desde la promoción de las capacidades, la superación personal y el proceso hacia su independencia personal.

5.2. Concreción del proceso de intervención.

En esta sección señalaremos aspectos de importancia que conforman el programa, puntualizando inicialmente las características del grupo de personas al cual va dirigido, los objetivos de la intervención, la estructura del programa, la temporalización, las orientaciones metodológicas, para finalmente mencionar la organización de las sesiones realizadas de una de las unidades de trabajo que conforman el programa.

5.2.1. Grupo de personas al cual va dirigido el programa.

El programa como hemos señalado va dirigido al grupo de personas con discapacidad visual del centro ocupacional, si bien realizamos una caracterización de los/las usuarios/as en la Tabla 6 del punto 4.4.1 desde su funcionalidad, en este punto señalaremos las principales necesidades que presentan desde el ámbito motor, ámbito perceptivo cognitivo y ámbito social, las cuales fueron observadas durante el periodo de obtención de la información del estudio en una evaluación inicial que se realizó previo al desarrollo de una de las unidades de trabajo.

Las necesidades que presentan los/las usuarios/as, justifica la realización de este programa en el centro.

Tabla 7:
Características de los/las usuarios/as desde sus necesidades.

Usuario/a	B, 51 años
Diagnostico	Ceguera de nacimiento, Retinopatía del prematuro / pérdida total de la visión
Ámbito motor	Inhibición para realizar movimientos corporales, pasividad. Debe ser estimulada. Trastornos del esquema corporal, referentes al conocimiento y representación de su propio cuerpo, también en la lateralidad, presenta dificultades para reconocer el trabajo con el hemisferio derecho e izquierdo.
Ámbito cognitivo	Problemas para adquirir conceptos espaciales (distancia, dirección, ubicación) falta de memoria para recordar los espacios y los elementos que

perceptivo	lo conforman (estructura espacial) se desorienta con mucha facilidad.
Ámbito social	Dependencia en su movilización dentro del centro, falta de autonomía en su desplazamiento.
Usuario/a	J.M, 48 años
Diagnostico	Ceguera adquirida, enfermedad contraída / pérdida parcial de la visión
Ámbito motor	Abstención de realizar movimientos corporales espontáneos, pasividad. Falta de expresividad.
Ámbito cognitivo - perceptivo	Falta de memoria motriz, debilidad al reflexionar sobre la orientación de las personas o de los objetos, sin embargo, por medio de estímulos táctiles o auditivos es capaz de orientarse.
Ámbito social	Dependencia ocasional dentro del centro, suele utilizar el bastón, fuera del centro siempre requiere de un guía para su movilidad.
Usuario/a	E, 32 años
Diagnostico	Ceguera de nacimiento, trastorno genético / pérdida total de la visión
Ámbito motor	Abstención de realizar movimientos corporales espontáneo. Falta de expresividad.
Ámbito cognitivo	Es capaz de percibir todos los estímulos del espacio y utilizarlos en su orientación, no obstante, no utiliza medidas de seguridad.
Ámbito social	Utiliza el bastón en su desplazamiento ocasionalmente requiere del apoyo de alguna persona, fuera del centro siempre requiere de un guía para su movilidad.
Usuario/a	N, 35 años
Diagnostico	Ceguera de nacimiento, trastorno genético / pérdida total de la visión
Ámbito motor	Trastornos del esquema corporal, referentes al conocimiento y representación de su propio cuerpo, también en la lateralidad, pues tiene dificultades para reconocer el trabajo con el hemisferio derecho e izquierdo.
Ámbito perceptivo cognitivo	Falta de memoria motriz, debilidad al reflexionar sobre la orientación de las personas o de los objetos, sin embargo, por medio de estímulos táctiles o auditivos es capaz de orientarse.
Ámbito social	Utiliza el bastón en su desplazamiento ocasionalmente requiere del apoyo de alguna persona, fuera del centro siempre requiere de un guía para su movilidad.
Usuario/a	J.A, 32 años
Diagnostico	Ceguera de nacimiento, rubéola congénita / pérdida total de la visión
Ámbito motor	Presenta problemas en el control postural, balanceos estereotípicos de su cuerpo, apoyos inadecuados y mucho temor al desplazarse por el espacio. Inhibición para realizar movimientos corporales, pasividad. Debe ser estimulado. Trastornos del esquema corporal, referentes al conocimiento y representación de su propio cuerpo.
Ámbito perceptivo cognitivo	Dificultad para utilizar la percepción mano – táctil, por tener una pérdida en las falanges (mal formación congénita). Falta de memoria motriz, debilidad al reflexionar sobre la orientación de las personas o de los objetos, sin embargo, por medio de estímulos táctiles o auditivos es capaz de orientarse.
Ámbito social	Dependencia en su movilización dentro del centro, falta de autonomía en su desplazamiento.

5.2.2. Objetivos del programa

El objetivo principal del programa será favorecer los procesos de autonomía en los/las usuarios/as principalmente en su desplazamiento independiente dentro del centro, a través de la estimulación de las capacidades perceptivo-motrices, optimizando el uso de los sentidos logrando percibir su cuerpo y los estímulos del entorno, en este sentido nos hemos planteado objetivos de aprendizajes generales y específicos, siendo los siguientes:

✓ **Objetivos generales de aprendizaje:**

- Orientar y movilizar su cuerpo, manteniendo la atención en las señales presentes en el entorno, reconociendo estímulos sensitivos ajustando su memoria perceptiva.
- Generar propuestas de movimientos corporales, en el espacio disponible comprendiendo la estructura y la organización del espacio en relación al cuerpo.

✓ **Objetivos específicos de aprendizaje:**

- Identificar las diferentes posibilidades perceptivas del cuerpo.
- Interiorizar los diferentes segmentos corporales, percibiendo estímulos sensitivos a través de estos.
- Reconocer y valorar el cuerpo y la actividad física como medio de exploración en el espacio tangible.
- Explorar y adecuar su cuerpo al espacio cercano, planeando posibilidades de movimiento y recursos expresivos.
- Interiorizar la ubicación del propio cuerpo en el espacio a través de la memoria perceptiva- motriz.

Cada unidad de trabajo conformada por sesiones de trabajo, tendrán objetivos de aprendizaje específicos por cada sesión, los cuales serán progresivos, es decir de áreas de aprendizaje básicas a más complejas y estarán en relación con los objetivos generales y específicos mencionados.

5.2.3. Estructura del Programa

El programa estará conformado por tres unidades de trabajo y contenidos fundamentales, en la Tabla 8 se detallan las unidades de trabajo el número de sesiones para cada unidad y los contenidos fundamentales de cada unidad.

Tabla 8:
Estructura del programa de estimulación de las capacidades perceptivo- motrices.

Unidad de trabajo	Nº de sesiones	Contenidos fundamentales
1º El cuerpo y las posibilidades de movimiento.	7	Imagen corporal, esquema corporal (postura y actitud, relajación y respiración), conciencia corporal.
2º El entorno y los estímulos.	8	Atención exteroceptiva, atención auditiva, atención propio- táctil y mano- táctil, estrategias de memoria, orientación espacial, organización espacial, estructuración espacial, equilibrio, coordinación y lateralidad.
3º El tiempo y el espacio	5	Orientación temporal, organización temporal, estructura temporal.

La segunda unidad de trabajo “El entorno y los estímulos”, fue realizada in situ en 8 sesiones, en el siguiente punto se detalla el cronograma de la unidad desarrollada.

5.2.4. Temporalización del programa

Cada sesión de educación física para este grupo se realiza una vez por semana con una duración de 60 minutos, el programa contará de 20 sesiones y estimará una duración de cinco meses. A continuación, señalaremos el cronograma de actividades de la 2º unidad de trabajo desarrollada “El entorno y los estímulos”.

Tabla 9:

Cronograma de la unidad

Unidad de trabajo: El entorno y los estímulos									
	Meses	Abril					Mayo		
Sesiones	Nº de semanas	1	2	3	4	5	1	2	3
Evaluación Inicial / 1º sesión									
2º Sesión									
3º Sesión									
4º Sesión									
5º Sesión									
6º Sesión									
7º sesión									
Evaluación final/ 8º sesión									

5.2.5. Orientaciones metodológicas del programa

La metodología a emplear para realizar las clases, debe ubicarse en el plano contextual de las características de las personas, así como los recursos disponibles en el centro, sobre todo a de ajustarse a los objetivos de aprendizaje programados, es importante generar actividades acordes a los/las usuarios/as y que puedan realizar con éxito, es decir prever sus fortalezas o habilidades, de tal manera, que puedan alcanzar los objetivos de aprendizaje propuestos.

El trabajo en las sesiones ha de efectuarse de manera individual como grupal (Ríos, 2007) en personas ciegas es importante recibir los estímulos de los demás, percibiendo las características y los movimientos del otro por medio de tacto.

Asimismo, la metodología de las clases tendrá una técnica de enseñanza con actividades dirigidas, así como de toma de decisiones, principalmente donde los usuarios trabajen aspectos cognitivos, también de manera fundamental primarán los juegos corporales libres utilizando el recurso de la música, que provoquen el gusto y la relajación de los/las usuarios/as.

De esta forma y siguiendo con Ríos (2007) a continuación, se detallan aspectos a considerar en la enseñanza de la educación física para personas ciegas y con discapacidad intelectual y que creemos importante considerar en este grupo de personas.

- ✓ Informar previamente de lo que va tratar la clase, explicando anticipadamente los conceptos nuevos, para contextualizar al máximo las actividades.
- ✓ Dar más información sobre las tareas con el fin de que la persona sea más autónoma y pierda los miedos a lo desconocido.
- ✓ La información debe ser concreta, verbalizando las acciones a realizar para que la persona se entere de lo que sucede en su entorno.
- ✓ Informar de lo específico a lo general, para facilitar la comprensión de la globalidad de la actividad.
- ✓ Informar durante y después de la ejecución para facilitar el conocimiento de los efectos de su actuación y aumentar su motivación e interés.
- ✓ Llamar a las personas por su nombre antes de hablarle, comprobando que recibe los mensajes y en la medida de lo posible minimizando otras fuentes sonoras que puedan interferir en el proceso de comunicación.
- ✓ Utilizar un tono de voz adecuado ya que puede ser un factor motivador o desmotivador
- ✓ Facilitar la comprensión de los mensajes, repitiendo si es posible la información
- ✓ Pedagogía del éxito: las tareas deben ser un reto asumible sin infravalorar las potencialidades de la persona, se plantearán objetivos realistas a las capacidades de los usuarios.
- ✓ Mantener un cierto ritual o modelo de la clase, facilitando la comprensión de los usuarios con momentos de pensar hacia la realización de la actividad para luego relajarse con actividades más libres.

En relación al espacio disponible:

- ✓ Reconocer el espacio previamente a través del tacto, conociendo la estructura y el perímetro mediante su identificación verbal y marcar puntos de referencia para evitar miedo a la desorientación.
- ✓ Es aconsejable trabajar siempre en el mismo espacio para que resulte familiar y evite inseguridades. Este deberá ser estructurado y ordenado para facilitar su orientación.
- ✓ Deben evitarse puertas o ventanas abiertas o semi -abiertas ya que pueden producir accidentes.
- ✓ Para reforzar la orientación se pueden utilizar diferentes estrategias
- ✓ La información inicial desde un punto determinado del espacio.
- ✓ Utilizar la técnica de orientación indirecta dirigirse al grupo siempre desde el mismo punto de manera que la voz del docente sea un punto de referencia constante
- ✓ Utilización de líneas táctiles como cinta adhesiva
- ✓ El material debe situarse siempre de la misma manera en el espacio facilitando la autonomía de las personas.
- ✓ Si se desorienta dar consignas referidas a su propio cuerpo y a los espacios situándolo en el espacio.
- ✓ La superficie del suelo debe ser antideslizante.

Con respecto al material:

- ✓ Debe familiarizarse previamente con él, lo que incrementa la contextualización de la actividad y evita el miedo a lo desconocido.
- ✓ Incentivar la exploración táctil de los objetos.
- ✓ Para dar el material a los usuarios, puede ser por contacto directo con sus manos o bien lo haremos sonar.
- ✓ Deben compartir la responsabilidad de guardar y sacar el material.
- ✓ Adherir señales acústicas al material móvil.
- ✓ Marcar el material para su orientación.

Con respecto a lo antes mencionado, las orientaciones metodológicas son de importancia para el desarrollo del programa. La 2º Unidad de trabajo “El entorno y los estímulos”, como se señaló fue desarrollada en su totalidad, en el siguiente punto se detallan las implicaciones metodológicas utilizadas en las clases.

5.2.6. Estructura de las sesiones realizadas

La Unidad “El entorno y los estímulos”, fue realizada en 8 sesiones, el diseño principalmente sirvió para el dinamismo de las actividades, de igual forma para la comprensión y aplicación de los/las usuarios/as a la práctica de la educación física.

Para la realización de las sesiones se tuvieron en cuenta diferentes aspectos:

- ✓ Material utilizado: Como fue mencionado, el material para realizar las clases de educación física al grupo de personas con discapacidad visual en el centro, era muy escaso, es por esta razón se incorporó material de elaboración propia a las sesiones. A continuación, se detallan fotografías de los materiales empleados en las sesiones.



Figura 3. Grupo de usuarios cerca de las señalizaciones podotáctiles utilizadas en la sala para facilitar la orientación de los espacios durante la realización de las actividades.



Figura 4. Botellas plásticas con texturas y semillas en su interior, para producir sonidos.



Figura 5. *Mapa cognitivo por medio de maquetas, la ubicación del cuerpo en relación a los elementos:* como se observa en la figura, el corcho representa el propio cuerpo, la tapa una pelota y el embace de yogurt un cono.



Figura 6. Diferentes elementos de forma y textura variado, distribuidos en pares.

- ✓ Objetivos: específicos para cada sesión
- ✓ Inicio o exploración: explicación verbal de la sesión a realizar, movimientos libres al ritmo de la música.
- ✓ Desarrollo: juegos y actividades propuestas en función al contenido de la unidad y los objetivos correspondientes.
- ✓ Final o síntesis: actividades de relajación, respiración y estiramientos musculares.
- ✓ Observaciones evaluativas: en la que se indicarán aquellos momentos de la sesión importantes para ser observados y valorados por el profesor.

En el Punto 8.5 del Anexo V, se detallan las 8 sesiones que conforman la unidad de trabajo realizada

5.3. La planificación de cómo se va a realizar el seguimiento de la implementación, la importancia de la evaluación.

Previo a comenzar la unidad de trabajo “El entorno y los estímulos” se realizó una evaluación por medio de la observación de la conducta motriz de los/las usuarios/as, utilizando algunos criterios de la batería psicomotora Da Fonseca (1998) considerando principalmente el equilibrio, la lateralidad, conocimiento del cuerpo, y estructuración espacio temporal, realizando adaptaciones desde las características del grupo. La evaluación diagnóstica inicial no consta de una escala de puntuación, como la batería psicomotora, es solo una guía de observación la cual se modificó como una lista de cotejo. La evaluación realizada se describe a continuación.

Tabla 10:

Evaluación inicial

Criterio a evaluar	Observado	A veces observado	No observado
1-Realiza movimientos libres y espontáneos por ejemplo al ritmo de la música.			
2- Se apoya con los pies juntos sobre el suelo.			
3- Se apoya con los pies separados sobre el suelo.			

4- Realiza marcha controlada hacia adelante.			
5-Gira hacia la derecha o izquierda manteniendo el control de su cuerpo.			
6- Reconoce el lado derecho del izquierdo.			
7-Representa expresiones con su cuerpo o rostro.			
8- Conoce los principales elementos de la sala de clase, que faciliten su orientación.			
9- Camina y orienta su cuerpo hacia la ubicación de los elementos desde el largo (espejo- armario) de la sala o ancho (muro- ventana).			
10-Controla la intensidad de los movimientos de su cuerpo siendo rápidos o lentos.			
11- Coordina oído – mano alcanzando los elementos desde el sonido que provienen.			
12- Coordina oído- pie tocando con el pie los elementos por medio de un estímulo sonoro.			

Esta evaluación inicial nos permite conocer la conducta motriz de los usuarios/as, para plantearnos objetivos de aprendizaje desde su nivel y desarrollar actividades pertinentes para conseguir dichos objetivos.

Al desarrollar cada unidad de trabajo, en su finalización, se realizará una evaluación con criterios acordes a los objetivos de aprendizaje de la unidad, la evaluación al término de cada unidad, nos permitirá conocer el nivel de aceptación y aprendizaje de los/las usuarios/as. La evaluación de cada una de las Unidades de trabajo que conforman el programa y el Registro anecdótico al término de unidad de trabajo se adjuntan en el Punto 8.6 del Anexo VI.

A continuación, señalaremos las unidades de trabajo que conforman el programa de estimulación de las capacidades perceptivo- motrices, detallando en profundidad los contenidos, la metodología de trabajo la evaluación y sugerencias de actividades.

5.4. Acciones concretas que serán desarrolladas durante la intervención para mejorar la situación descrita y analizada.

En seguida, mencionaremos detalladamente las unidades de trabajo que conforman el programa destacando los contenidos, objetivos a alcanzar en las sesiones y la metodología de trabajo, así como también propondremos diferentes actividades.

Tabla 11:

Descripción del programa

<p>Nombre de la unidad: El cuerpo y las posibilidades de movimiento.</p>	<p>Actividades sugeridas</p>
<p>Numero: 1</p>	
<p>Temporalización: 7 Sesiones</p>	
<p>Objetivos:</p> <ul style="list-style-type: none"> -Identificar las partes del cuerpo incluso las más pequeñas -Reconocer en un compañero las partes del cuerpo de mayor longitud y menor, por medio del tacto. -Interiorizar los movimientos de los miembros superiores e inferiores. -Conocer, identificar y valorar los elementos y segmentos corporales propios y de los demás por medio de tacto. -Realizar diferentes posturas corporales, comprendiendo la ubicación de cada segmento corporal. -Identificar las posturas corporales de los demás por medio del tacto reproduciendo en el propio cuerpo. -Percibir las expresiones faciales de los demás a través del tacto reproduciendo en el propio rostro. -Identificar las fases de la respiración, inspiración- expiración -Apreciar e interiorizar la relajación y tensión de diferentes grupos musculares. 	
<p>Contenidos:</p> <ul style="list-style-type: none"> -Imagen corporal -Esquema corporal (postura y actitud, relajación y respiración), -Conciencia corporal. 	
<p>Metodología</p> <ul style="list-style-type: none"> - Explicaciones breves y precisas en lenguaje verbal, demostración de las actividades utilizando el tacto. - Métodos de enseñanza utilizados; mando directo, enseñanza basada en la tarea, descubrimiento guiado. - Feedback y retroalimentación a los/las usuarios/as al realizar las actividades 	<p>Actividad 1</p> <p>Los usuarios se ubican sobre una colchoneta deberán tocar sus diferentes segmentos corporales con una pelota luego un integrante del grupo dice en voz alta dice “me toco la cabeza con la pelota” el siguiente integrante repite la cabeza y agrega otro segmento corporal así va sucesivamente cada integrante, diciendo en voz alta y tocando los segmentos corporales con la pelota.</p> <p>Actividad 2</p> <p>Los usuarios bailan dentro de un aro al ritmo de la música al detenerse la música deben ubicarse en una postura corporal, que posteriormente deben describir y decir si se sienten cómodos en la posición.</p> <p>Actividad 3</p> <p>Los usuarios trabajan en parejas, un integrante realiza una postura corporal que el compañero deberá captar por medio del tacto y reproducir en su cuerpo. posteriormente lo realizan con las expresiones del rostro.</p> <p>Actividad 4</p> <p>Los usuarios se ubican en parejas cada pareja tendrá 6 elementos, 2 aros, 2 pelota y 2 platillos voladores, deberán ubicarse en una posición corporal eligiendo un elemento, el otro compañero deberá reproducir la posición corporal, pero con el elemento, finalmente debe tener 2 o los tres elementos sobre su cuerpo, la forma de identificar la posición es a través del tacto no deben ayudarse de forma verbal.</p> <p>Actividad 5</p> <p>En parejas se ubican frente a frente, sentados sobre una silla, se cogen de los hombros y deberán ponerse de pie y sentarse al ritmo de la música, luego se cogen de las manos uno se pone de pie el otro se sienta, tienen que hacerlo de manera coordinada. Luego se sientan sobre la silla y ponen en contacto sus pies deben llevar las piernas arriba o abajo sin perder el contacto de los pies.</p> <p>Actividad 6</p> <p>los usuarios de cubito dorsal sobre las colchonetas toman aire por la nariz y soltarán por la boca emitiendo un sonido que quieran pe-la etc, hasta que se agote el aire inspirado.</p> <p>Actividad 7</p> <p>En parejas, uno de los usuarios se encuentra</p>

	tumbado sobre la colchoneta de cubito dorsal mientras que el otro permanece a su lado colocando una mano en el pecho y la otra mano en su propio pecho, ha de intentar seguir el ritmo respiratorio de su compañero que se encuentra tumbado, después intercambian los roles.
Evaluación	
Registro anecdótico, lista de cotejo.	

Nombre de la unidad: El entorno y los estímulos.	Actividades sugeridas
Número: 2	
Temporalización: 8 Sesiones	
<p>Objetivos:</p> <ul style="list-style-type: none"> -Identificar el espacio que dispone (dimensiones y características) siendo una colchoneta o aro, utilizándolo para realizar propuestas motrices. -Reconocer las señalizaciones (colchonetas adheridas al suelo) en línea recta, de manera podotáctil., caminando o reptando en línea recta percibiendo la textura de la señalización. -Identificar los elementos presentes en el camino o señalización, percibiéndolos con sus pies o manos, realizando ejecuciones motrices con éstos. -Identificar la estructura de la señalización podotáctil (rectangular, triangular o circular) memorizando el recorrido de la señalización, realizando diferentes ejecuciones motrices. -Diferenciar nociones espaciales básicas: izquierda – derecha, delante – detrás. -Caminar sobre los obstáculos en el camino (pequeños montículos) controlando y equilibrando su cuerpo. - Realizar ejecuciones motrices en los espacios disponibles de la sala de clase, sabiendo su ubicación. -Identificar la ubicación de las personas por medio de un estímulo sonoro o la voz. - Identificar la ubicación de los elementos por medio del sonido. <p>Mapas cognitivos táctiles</p> <ul style="list-style-type: none"> -Reconocer los elementos presentes en el mapa cognitivo, relacionándolos a su espacio real. -Utilizar el mapa cognitivo, identificando la ubicación de los elementos en relación a su cuerpo. 	
	<p>Actividad 1</p> <p>Se ubica un camino rectangular con colchonetas planas en la sala de clase, sujeto al suelo, los usuarios caminan con los pies descalzos sobre estas, identificando el camino por medio de la textura, van tomados de los hombros manteniendo una cierta distancia corporal con sus compañeros, pueden ir gateando también, posteriormente se integra en el camino una colchoneta grande donde los usuarios pasarán rodando.</p> <p>Actividad 2</p> <p>Utilizando el mismo camino rectangular de colchonetas se incorporan dos obstáculos los usuarios deberán pasar por debajo y sobre estos. Así como aros que deberán pasar por su cuerpo, de cabeza a pies o de pies a cabeza.</p> <p>Actividad 3</p> <p>Sobre un camino de colchonetas en línea recta los usuarios deberán caminar y al encontrar una pica deberán dar una vuelta y seguir caminando por el camino, el propósito de la actividad es que no pierdan la orientación del camino.</p> <p>Actividad 4</p> <p>Los usuarios, dentro de aros y separados entre sí deberán pasarse unas pelotas sonoras, uno la saca la hace sonar el siguiente la coge y así con el resto, deberán pasarse 6 pelotas el ultimo integrante deberá depositarlas en una caja, es un trabajo grupal, la ubicación de la pelota solo la identifican por medio del sonido.</p> <p>Actividad 5</p> <p>Cada usuario sobre una colchoneta se le entrega un bastón deberán bailar con éste, al ritmo de la música, al detener la música deben soltarlo y luego identificar su ubicación.</p> <p>Actividad 6</p> <p>Se ubica un camino en forma de cruz en la sala de clase con una hilera de colchonetas que van del espejo</p>

<p>-Ubicar los elementos de su entorno real según la disposición del mapa.</p>	<p>a la estantería y otro que va desde la muralla a las ventanas. Al centro habrá un estímulo táctil que logren identificar que indica si cogen el camino de la derecha o la izquierda, la actividad consiste en que los usuarios caminan y al llegar al centro rápidamente se les indica coger el camino de la derecha o izquierda o seguir en línea recta o retroceder, deben estar atento a las indicaciones verbales.</p>
<p>Contenidos: -Atención exteroceptiva -Atención auditiva- atención podotáctil y mano- táctil. -Estrategias de memoria, orientación espacial, organización espacial. -Estructuración espacial, equilibrio, coordinación y lateralidad.</p>	<p>Actividad 7 En un camino rectangular definido, se ubican aros de diferentes dimensiones, los usuarios deberán caminar por el camino e identificar los aros, y pasarlos por su cuerpo, pasan 4 a 5 veces por el camino.</p> <p>Actividad 8 Los usuarios trabajan con los mapas cognitivos, cada mapa está conformado por tres elementos que representan el espacio real, considerando que uno de los elementos representa su cuerpo y los otros dos un cono y una pelota, posteriormente deben ubicar los elementos (cono y pelota) sobre la colchoneta en relación a su cuerpo, según lo que toquen en el mapa.</p>
<p>Metodología - Explicaciones breves y precisas en lenguaje verbal. - Métodos de enseñanza utilizados mando directo y enseñanza basada en la tarea. -Utilización de señalizaciones podotáctiles y mapas cognitivos táctiles para facilitar la orientación en el espacio para realizar las actividades. - Feedback y retroalimentación a los estudiantes al realizar las actividades</p>	
<p>Evaluación Registro anecdótico, lista de cotejo.</p>	

<p>Nombre de la unidad: El tiempo y el espacio</p>	<p style="text-align: center;">Actividades sugeridas</p> <p>Actividad 1 Los usuarios se ubican sobre colchonetas, la profesora con un instrumento de percusión, realizará diferentes compases musicales que los usuarios deberán seguir con movimientos corporales, posteriormente cada uno de los integrantes del grupo utilizará el instrumento de percusión y hará compases musicales que deberán seguir sus compañeros.</p> <p>Actividad 2 Los usuarios se sientan en el suelo formando un círculo, sabiendo la ubicación de cada uno en el</p>
<p>Número: 3</p>	
<p>Temporalización: 5 Sesiones</p>	
<p>Objetivos: -Reconocer ciertas estructuras rítmicas. -Utilizar y reconocer duraciones de movimientos corporales largas y cortas. -Reconocer grados de intensidad de los estímulos (noción fuerte y débil). - Identificar la noción antes y después. - Utilizar secuencias musicales sencillas para responder con estímulos corporales.</p>	

<p>Contenidos: Orientación temporal, organización temporal, estructura temporal.</p>	<p>espacio, deberán lanzarse a ras de suelo un balón sonoro, diciendo previamente el nombre de la persona a quien va dirigido el balón, de tal forma que la persona pueda ir al encuentro del balón.</p> <p>Actividad 3</p>
<p>Metodología:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Explicaciones breves y precisas en lenguaje verbal, demostración de las actividades utilizando el tacto. - Métodos de enseñanza utilizados; mando directo, enseñanza basada en la tarea, descubrimiento guiado. - Feedback y retroalimentación a los/las usuarios/as al realizar las actividades 	<p>Los usuarios se ubican en parejas, frente a frente, uno de los integrantes deberá tocar un segmento corporal del compañero, suave o con más intensidad, si toca suave, el compañero, deberá realizar un movimiento en el segmento corporal estimulado suave o rápido. Trabajan principalmente brazos, piernas y tronco, deberán decir también cómo sintieron el estímulo si suave o intenso, antes de realizar el movimiento corporal.</p> <p>Actividad 4</p>
<p>Evaluación</p> <p>Registro anecdótico, lista de cotejo.</p>	<p>Los usuarios se ubican en el camino rectangular de colchonetas van caminando al ritmo de un instrumento de percusión o de las palmas, si se sigue un ritmo rápido deberán caminar más rápido si este es lento sus movimientos deberán ser más lentos. Durante la actividad se van cambiando los ritmos de rápido a lento.</p> <p>Actividad 5</p> <p>Cada usuario se ubica en un extremo de la sala, dentro de un aro con 6 elementos; dos pelotas de goma, dos pelotas de esponja y dos pelotas de tenis, deberán tocar previamente los elementos identificando cada uno. Cada elemento representa un compás sonoro, la pelota de goma es un aplauso, la de esponja dos aplausos y la de tenis tres aplausos, la profesora realiza los aplausos y los usuarios deberán relacionar a que elemento corresponde dicho aplauso, una vez que identifican el tipo de pelota deberán lanzarla al otro extremo de la sala, hasta lanzar sus 6 pelotas.</p>

5.5. Evaluación preliminar de la propuesta en el centro

La educación física que se realiza en el centro ocupacional, contribuye a facultar a las personas en la realización de las actividades de la vida diaria, por esta razón la propuesta pretende contribuir a la independencia de las personas con discapacidad visual, facilitando su movilidad dentro del centro de manera autónoma.

La propuesta generó total aceptación y comenzó a ser desarrollada inmediatamente después de ser evidenciada la “debilidad”, descrita y analizada en el comienzo del estudio. La situación reto fue tratada y examinada con la profesora de educación física del centro, compartiendo la preocupación y en total acuerdo de llevar a la práctica parte de la propuesta, del mismo modo ella, durante el desarrollo de una de las unidades de trabajo que conforman el programa de estimulación, contribuyó con nuevas propuestas de actividades, modificándolas, subsanando metodologías de trabajo, entre otras aportaciones, debido a su experiencia y mayor conocimiento del grupo, generando una retroalimentación muy satisfactoria que finalmente dio origen a este programa de estimulación de las capacidades perceptivo motrices para el grupo de usuarios con discapacidad visual.

Las percepciones de la profesora de educación física del centro, de acuerdo a la realización de una de las unidades de trabajo que conforman el programa, se recogen en un cuestionario tipo escala de apreciación, escala de Likert (Likert, 1932 citado por Ospina et al.,2003) donde la profesora, valoraba las afirmaciones sobre las clases que fueron realizadas, señalando estar *nada de acuerdo-algo de acuerdo-ni acuerdo ni desacuerdo- de acuerdo-completamente de acuerdo*, en tal sentido se desprende lo siguiente:

En relación a las actividades propuestas por la profesora, pueden ser realizadas por los/las usuarios/as, la profesora del centro expresa estar en completo de acuerdo.

En relación a las actividades que planifica la profesora se orientan bajo los objetivos de aprendizaje propuestos, la profesora del centro expresa estar en completo de acuerdo.

En relación a la profesora utiliza adaptaciones en las actividades que facilitan la práctica de los/las usuarios/as, la profesora del centro expresa estar en completo de acuerdo.

En relación, las clases que realiza la profesora representan claridad y orden en las actividades desarrolladas, la profesora del centro expresa estar de acuerdo.

En relación, la profesora estimula y corrige a los usuarios cuando realizan tareas motrices, la profesora del centro expresa estar en completo de acuerdo.

En relación, las actividades que realiza la profesora son divertidas y estimulantes para los/las usuarios/as, la profesora del centro expresa estar en completo de acuerdo.

En relación, la profesora mantiene buenas relaciones de comunicación con los/las usuarios/as, la profesora del centro expresa estar en completo de acuerdo.

El instrumento utilizado se adjunta en el Punto 8.7 Anexo VII.

En consecuencia, podemos decir que las actividades generaron la aceptación y la aprobación de la profesora de educación física del centro, así también desde las observaciones realizadas, el grupo expresaba su motivación por las clases, la atención al oír y comprender las actividades propuestas y su absoluta implicación en las actividades. Asimismo, se pudo observar la seguridad y ligereza en su desplazamiento autónomo dentro de la sala de clase, para realizar las actividades e incluso guardar el material, por medio de adaptaciones que facilitarían su orientación, dentro de la sala de clase.

Creemos de esta manera, la importancia de generar propuestas de aprendizaje, que garanticen el progreso de las personas, que puedan ser capaces de hacer por medio de diferentes adaptaciones, realizando una tarea de forma independiente con el mayor de los éxitos posibles.

6. Conclusiones y reflexiones

El estudio realizado, es importante para los centros que atienden a personas en situación de discapacidad, pues si bien las instituciones dedican su trabajo en la mejora de sus servicios, muchas veces pueden presentar áreas que es válido reforzar. Es significativo como observadores y participantes, que además de respetar las particularidades del entorno, podamos contribuir desde nuestros conocimientos a enriquecer las prácticas, generando desde la educación física la posibilidad de autonomía de las personas en situación de discapacidad, pudiendo ser en el entorno más próximo.

Generar programas especializados dirigidos a las necesidades de los grupos que precisan una atención específica derivada de la discapacidad, como se concretó en el estudio en personas con discapacidad visual. Es sabido que la estimulación de la percepción corporal y la exploración activa del medio es fundamental para el colectivo, principalmente para optimizar el funcionamiento de las actividades de la vida diaria.

Las adaptaciones de las actividades desarrolladas y que son parte del programa derivaron de las habilidades observadas en el grupo y fueron fundamentales para el éxito que alcanzaron los usuarios en la práctica, es importante que las personas puedan realizar las actividades de manera óptima sin ser excluidos de la participación activa.

El conocimiento previo del espacio donde se realizaron las actividades, fue absolutamente imprescindible, por esta razón para optimizar esta intención, se utilizaron señalizaciones podotáctiles que facilitaron el desplazamiento autónomo dentro de la sala, logrando percibir un camino por medio de los pies y mapas cognitivos táctiles que posibilitaron identificar la ubicación de los objetos en relación a sí mismo y el espacio. En el espacio, se pudieron incorporar componentes que mejoraron la percepción espacial, pues no hay que olvidar que este grupo de personas presenta además un grado de discapacidad intelectual, por lo tanto, los apoyos complementarios fueron necesarios.

Finalmente podemos decir que el centro ocupacional de APADIS, junto a la profesora de educación física, depositaron la confianza necesaria para llevar a cabo parte del programa, así también observar entre los usuarios la energía y la disposición para realizar las actividades.

7. Bibliografía

- Álvarez, C. (2011). El interés de la etnografía escolar en la investigación educativa. *Estudios Pedagógicos*, 37(2), 267-279.
- Bisquerra, R., Dorio, I., Gomez, J., Latorre, A., Martínez, F., Massot, I., . . . Vilà, R. (2014). *Metodología de la investigación educativa*. Madrid: La Muralla.
- Bueno, M. L., Del Valle, S., & De la Vega, R. (2011). *Los Contenidos Perceptivo Motrices, las Habilidades Motrices y la Coordinación*. Madrid: Virtual Sport.
- Casas, J., Repullo, J., & Donado, J. (2003). La encuesta como técnica de investigación. Elaboración de Cuestionarios y tratamiento estadístico de los datos (II). *Aten Primaria*, 31(9), 592-600.
- Ciscar, D., & Soler, M. (2005). La fisioterapia en el entorno educativo del niño con discapacidad visual. *Integración, Revista sobre ceguera y deficiencia visual*, 1(46), 23-29.
- Cisterna, F. (2005). Categorización y triangulación como procesos de validación del conocimiento en investigación cualitativa. *Theoria*, 14(1), 61-71.
- Comeras, Á., & Estepa, R. (2013). Jornada de "Arquitectura discapacidad intelectual e inserción laboral". *Jornada de "Arquitectura discapacidad intelectual e inserción laboral"*, (págs. 165-182). Zaragoza.
- Correiras, M., & Codina, B. (1993). Cognición espacial, orientación y movilidad: Consideraciones sobre la ceguera. *Integración: Revista sobre ceguera y discapacidad visual*, 5-15.
- Da Fonseca, V. (1998). *Manual de observación psicomotriz*. España: INDE publicaciones.
- Gómez, J. M. (2009). "Alumnado ciego: afectaciones en su desarrollo y pautas de intervención desde una educación física integral". *Didáctica* 21, 1(15), 1-8.
- INEN. (2015). *Accesibilidad de las personas al medio físico. señalización para personas con discapacidad visual en espacios urbanos y en edificios con acceso al público. señalización en pisos y planos hápticos*. Quito - Ecuador: Servicio ecuatoriano de normalización.
- Jiménez, A., & Huete, A. (2010). Políticas públicas sobre discapacidad en España. *Política y Sociedad*, 47(1), 137-152.
- Jurado, D. (2011). El diario como un instrumento de autoformación e investigación. *Quirriculum*, 1(24), 173-200.
- León, O., & Montero, I. (2004). *Métodos de investigación en Psicología y Educación*. Madrid: McGraw-Hill Interamericana de España, S.A.U.
- McMillan, J., & Shumacher, S. (2005). *Investigación educativa*. Madrid: PEARSON EDUCACIÓN.

- Ministerio de Educación Cultura y Deporte , Gobierno de España . (2012). *Educación inclusiva. Iguales en la diversidad* . Madrid : Instituto de Nacional de Tecnologías Educativas y de Formación del Profesorado.
- Mosquero, J. d., & Muñoz, D. (2011). Una Mirada Teórica y Metodológica a la obra de Niklas Luhmann: entre sistema y entorno. *Revista Colombiana de Ciencias Sociales*, 3(1), 133-146.
- ONCE . (2011). *Discapacidad visual y autonomía personal. Enfoque práctico de la rehabilitación*. Madrid : ONCE .
- Ospina, B., Sandoval, J., Aristizábal, C., & Ramírez, M. (2003). La escala de Likert en la valoración de los conocimientos y las actitudes de los profesionales de enfermería en el cuidado de la salud. *Universidad de Antioquia* , 2-16.
- Ríos, M. (2007). *Manual de Educación Física adaptada al alumno con discapacidad* . Barcelona : Paidotribo .
- Schalock, R., & Verdugo, M. Á. (2007). El concepto de calidad de vida en los servicios y apoyos para personas con discapacidad intelectual. *Universidad de Salamanca* , 1-18.
- Tojar, J. C. (2006). *La investigación cualitativa: comprender y actuar*. Madrid: La Muralla .
- Vallejo, R., & Finol de Franco, M. (2009). La triangulación como procedimiento de análisis para investigaciones educativas. *REDHECS Revista electrónica de humanidades educación y comunicación social*, 1(7), 117-133.
- Vargas, L. (2012). La Entrevista en la investigación cualitativa, nuevas tendencias y retos. *Revista Calidad en la Educación Superior*, 3(1), 119-139.
- Verdugo, M. Á. (2003). Aportaciones de la definición de Retraso Mental (AAMR, 2002) a la corriente inclusiva de las personas con discapacidad. (págs. 1-15). Donostia San Sebastián.

7.1. Documentos del Centro

APADIS (2015) Memorias.

APADIS (s,f) Reglamento interno del Centro.

Educación física, la programación

Página web

APADIS (10 de abril de 2016). *APA Style*. Recuperado de <http://www.apadis.es/>

8. Anexos

8.1. Anexo I: El diario de campo

Diario de campo

Primera semana de observación del día 2,3,4, 5 y 6 de febrero del 2016 entre las 9:00 y 16:30hrs

SERVI-PDEF

El primer día de observación, día 2 de febrero se suspende la sesión de educación física al Grupo 4 porque la profesora, **M.K** debe colaborar con el buceo que corresponde al taller laboral, pues hay bajas médicas en el centro y **M.K** la profesora debe apoyar este taller, por esta razón acompaño a **M.K** en esta labor, el buzoneo consiste en una actividad en la cual los usuarios llevan dentro de carros revistas del Ayuntamiento de San Sebastián de los Reyes, y las reparten en los buzones de las viviendas que se ubican alrededor.

CONTEX- INFRA-RRHH

Además, por medio del buzoneo pude conocer los alrededores donde se encuentra ubicado el centro, así como las características generales de este. El centro ocupacional es un área que atiende y entrega apoyo a personas adultas con DI y realiza diferentes actividades, dirigidas a desarrollar habilidades en sus usuarios, se sitúa junto al Centro de día, que es un servicio dirigido a personas adultas con discapacidad intelectual y otras discapacidades asociadas principalmente físicas, así también está el centro para personas con DI y trastornos de la conducta, estos servicios existen en las inmediaciones de APADIS en Avenida de Aragón 14 en el Ayuntamiento de San Sebastián de los Reyes (Zona Norte de Madrid) el edificio se encuentra ubicado en una zona residencial del sector, donde hay parques y áreas verdes, en la Avenida Castilla -la Mancha, se encuentra otra área de APADIS, que se encarga de la atención de bebés y niños con discapacidad, donde **M.K** me explica que es el área de atención temprana.

El edificio del centro ocupacional consta de dos plantas, en la primera está el hall, donde hay una recepción, es de interés que siempre algún usuario del centro está sentado allí dispuesto a brindar la atención a las personas que ingresan a APADIS y contestar el teléfono. Posteriormente averiguando el funcionamiento (entrevista no estructurada) entre algunos usuarios del centro se van rotando los turnos para hacer recepción.

En la primera planta hay dos ascensores que pueden ser solicitados por medio de una llave que solo portan los funcionarios del Centro, para evitar que los usuarios den mal uso de estos.

También hay una escalera que lleva a la planta baja, pero que se encuentra cerrada e inhabilitada.

Pasando por el hall al interior están las oficinas, la primera es la oficina de la dirección donde está **M.T.F** directora del Centro junto a la Coordinadora **C. M**, llama la atención que en las puertas de cada oficina hay una fotografía de las personas que trabajan allí, al frente de esta oficina, está la sala de reuniones, también señalizada, en los muros hay fotografías de los usuarios, donde se observan realizando diferentes actividades; golf, en un laboratorio etc. También se pueden observar algunas flechas verdes pegadas a la pared que llevan a las escaleras de emergencia.

Al fondo del pasillo encontramos, las salidas de emergencia y la oficina de la psicóloga a la

derecha del pasillo, los servicios diferenciados para hombres y mujeres, al interior del baño de mujeres hay un pequeño afiche describiendo con imágenes y en braille el uso correcto del servicio, así también hay un baño más amplio para personas con discapacidad física posteriormente encontramos cuatro salas, tres de estas, llamadas de “Apoyo”, en cada sala trabajan tres profesoras **M.J, M.S, M** que entregan apoyo cognitivo, de habilidades sociales, así como taller de braille para el grupo de usuarios ciegos entre otros servicios a todos los usuarios, en una de las puertas de las salas de apoyo hay una pequeña tarjeta en Braille. La sala de Educación Física, la encontramos en esta planta, lugar in situ de las observaciones, aquí trabajan **M.K** la profesora de Educación física del Centro ocupacional y **T. M**, entrenador de Natación y fútbol sala del Club deportivo de APADIS. La sala de educación física, es una habitación que recibe buena iluminación natural, ésta se compone de dos áreas, separadas por una muralla baja, una, donde se realizan las clases y otra, donde se ubican los escritorios de los profesores (lado derecho de la sala) ahí además se comparte espacio con el material utilizado para las clases (balones de fitball, un baúl con balones de goma y espuma, los aros, grandes y pequeños de colores, las picas, el tablón de equilibrio), llama la atención que en las ventanas que dan hacia los escritorios, hay muchas fotografías de los usuarios, vestidos con el chándal del club deportivo APADIS, junto a **M.K** o **T**, se deduce que son las fotografías de los diferentes campeonatos en los cual han participado. También se observan medallas y galardones.

La zona donde se realizan las clases es “más amplia”, mide alrededor de 12 metros de largo por 7 de ancho, hay un espejo grande pegado al muro (lado izquierdo de la sala) también se observa que salen de las murallas dos pilares, desde la opinión de Marta, los pilares dificultan la realización de las clases, pues los usuarios pueden chocar con estos, así también Marta considera que el espejo es pequeño y que los usuarios al mirarse no ven la totalidad de su cuerpo. Además, se puede mencionar que, en el costado derecho de la sala, hay una estantería con más material para las clases (detalle) y un equipo de música.

En la planta baja hay una sala muy amplia en donde todos los usuarios descansan, conversan y se recrean después de los talleres, allí encontramos sillones grandes, sillas, una mesa de fútbolín, una mesa plegable de tenis de mesa que no se utiliza, hay una puerta de vidrio que lleva a la cancha de deportes.

En esta planta encontramos las salas de los tres talleres laborales que se desarrollan; talleres de manipulado donde principalmente los usuarios hacen jabones y servilletas, de desarrollo de la autonomía y taller de manualidades, trabajan 4 profesores, cada taller se encuentra señalizado en las puertas con colores, fotografías de los usuarios y de las profesoras responsables. En el interior de las salas de talleres, hay unos carteles muy grandes con los horarios de los usuarios y la fotografía, por ejemplo, si uno de los usuarios tiene apoyo cognitivo los jueves, esta su foto pegada el día jueves en el taller cognitivo con la fotografía de la profesora a cargo.

Los servicios también diferenciados para hombres y mujeres, se ubican al frente de las salas de talleres. Por lo general se observan muchas cosas en el pasillo frente a los talleres; revistas, muebles, carros, cajas, es un lugar con muchos estímulos visuales, así también en muchas ocasiones la luz está apagada, pues no llega luz solar, es un lugar relativamente oscuro. Finalmente, en la planta baja siguiendo a la derecha por el “salón de recreación y descanso” de los usuarios, está el casino, donde tanto trabajadores del centro como usuarios comen, está compuesta por unas 10 mesas con sus respectivas sillas y una gran mesa larga donde comen los trabajadores, también aquí se puede observar un cartel pegado al muro que son las “normas de casino” están escritas así como dibujadas entre estas normas podemos mencionar: el tiempo que disponen para comer, la conducta que deben tener durante la comida, y lo que tienen que hacer después de comer como lavarse las manos y los dientes, esta observación del casino la pude realizar después de regresar del buzoneo que eran las

13:30, horario donde los usuarios del primer turno comen.

CARACUS

El miércoles 3 al ir al centro cerca de las 08:45 de la mañana los trabajadores / usuarios realizan la limpieza completa del edificio, son muy preocupados y prolijos en su trabajo, a esa hora las puertas de ingreso al centro ocupacional están cerradas y entro por el centro de día, bajando por las escaleras de emergencia a la planta baja, se pueden observar las lavanderías, también se pueden ver personas trabajando allí. Caminando se puede observar una persona limpiando el recinto.

SERVI- CARACUS

En el “salón grande de la planta baja” previo a salir del centro al taller de golf **T** pasa la lista, de los asistentes, que son 10 aproximadamente entre hombres y mujeres, todos nos dirigimos a los estacionamientos del centro o la cochera, que está ubicado en la planta baja, allí se pueden observar alrededor de 5 furgonetas y un autobús del centro.

Llegamos en la furgoneta de APADIS al complejo deportivo del RACE, junto a **T** quien conducía el coche y **J. N** profesor voluntario de golf, los usuarios se bajan y comienzan a sacar su set de palos, nos dirigimos todos a los sectores de lanzamiento, allí otras personas se ven practicando el deporte, otro monitor del complejo ayuda a **J.N**, los usuarios comienzan a calentar realizando diferentes movimientos con el palo, el calentamiento es dirigido por un monitor del complejo.

Los usuarios toman el palo según la técnica enseñada por el profesor, se ubican en la posición de estabilidad, piernas semi – separadas, mirando siempre la pelota, luego ejecutan el gesto técnico del golpe muy similar a la correcta ejecución, lanzan las pelotas a un campo abierto, solo practican la técnica del golpe es decir el gesto técnico, no la precisión para llevar la pelota a un agujero. El profesor los va estimulando y corrigiendo sus posiciones corporales, a cada de ellos y ellas, luego de una hora aproximada se termina la sesión **J** pide a los usuarios que guarden los palos, nos dirigimos a la furgoneta y llegamos a APADIS cerca de las 13:30, hora de la comida.

LCEF

A las 15:30 comienzan a llegar los usuarios a la sala de educación física, La profesora dice a los usuarios que vamos a ir a caminar al monte en el parque natural de Arroyo Valconejero, los usuarios salen solos de la sala, y nos esperan en la puerta de salón que da hacia las canchas en la planta baja, se ven muy entusiasmados de salir del centro, el día es soleado, hay una pequeña brisa fría.

Los usuarios van hacia el monte siguiendo a la profesora, uno se adelanta bastante del grupo al parecer conoce el camino, (**A**) utiliza audífono y gafas, parte de su cráneo la zona frontal parece seccionado, y solo puede mirar con el ojo izquierdo, el resto camina siguiendo a la profesora, caminan van conversando, hay una usuaria que se queda atrás, se le espera y es estimulada por otro compañero para seguir caminando, la profesora pide que sea ayudada. Al llegar a la cima se estira musculatura dirigidos por la profesora. Al terminar, se comienza a

descender del sendero, la mayoría sigue a la profesora para llegar todos al centro. El tiempo que tardan durante todo el trayecto es de 35 minutos aproximadamente.

El Sendero en el medio natural, es una actividad dirigida por la profesora de educación física del centro, parece estimulante para los usuarios, sería interesante que los usuarios pudieran seguir y orientarse a través de mapas u otros elementos adaptado para su correcta orientación en el medio natural.

CARACUS

El día 4 de febrero, a las 9:00 de la mañana me dirijo a la sala de educación física, unos minutos después llega M.K y me dice que me espera a las 9:10 en el hall del Centro, allí llega M.K puntualmente me lleva a la furgoneta, que trae un grupo de usuarios de los pisos tutelares, la furgoneta es conducida por T junto a A que también es conductor de los autobuses de APADIS, nos subimos y T conduce la furgoneta hasta los pisos, allí con M.K nos bajamos y comienzan a salir los usuarios, unos se van con T en la furgoneta y otros con nosotras caminando hasta el centro, en una actividad que se llama la “ Ruta” , los pisos tutelares se ubican en la Calle Navarrondan y caminando desde los pisos a APADIS son 10 minutos aproximadamente, caminan junto a M.K siguiéndola, en esta oportunidad la profesora lleva a uno de los usuarios del centro ciego, lo lleva y el cogiendo el brazo de M.K, él camina sin utilizar su bastón, la profesora va hablando conmigo y él habla que teme a los ciclistas que andan en la calle. M.K puede cambiar la ruta de vez en cuando y seguir por un parque que está cerca del centro. Los usuarios llegan al centro y se dirigen a sus diferentes actividades.

CARACUS

Se realizan las clases de educación física a las 10:15 al grupo 7, es un grupo que la mayoría de sus usuarios son personas mayores con discapacidad intelectual (DI), las actividades que se le proponen les dificulta su total comprensión, requieren de apoyo manual y ejemplos en las ejecuciones, realizan desplazamiento por los conos y manipulación de balones, trabajan en parejas pasándose el balón por sobre la cabeza, por entre las piernas o de lado a nivel de la cintura. Hay una usuaria (S) que se recuesta en el suelo, se toca su cuerpo, no quiere participar de las sesiones de trabajo. M.K la profesora la invita constantemente a integrarse, pero ella mira y no responde, en el grupo hay personas que deben ser estimuladas para realizar las actividades, además que su capacidad motriz se encuentra muy deprimida, pues algunos tienen sobrepeso u obesidad, dificultades en la marcha, además de ser personas mayores.

SERVI-CARACUS

Al terminar la clase nos disponemos a ir al taller de natación, M.K se dirige al salón grande de la planta baja y pasa la lista de los asistentes al taller, que son alrededor de 12 usuarios y usuarias, nos dirigimos a los estacionamientos, allí nos espera T con TO una voluntaria del Centro junto a D profesores de educación física voluntarios del taller de natación. El taller de natación está dirigido por dos monitores del complejo deportivo Dehesa Boyal, las clases van desde un nivel medio ha avanzado, los usuarios están completamente familiarizados con el

medio acuático y muchos nadan estilos como braza, crol, espalda etc. El grupo de usuarias y usuarios que asiste a las clases de natación son personas jóvenes muy activas y bastante autónomas, en los vestidores, pueden colocarse el bañador solas y guardar su ropa dentro de sus mochilas, sin requerir ninguno tipo de apoyo, en general en la piscina se observa que saben lo que tienen que hacer, después de nadar en la piscina, ellas se dan un baño rápido se visten solas y ordenan sus cosas personales de forma individual sin requerir estimulación para que lo realicen, TO ocasionalmente pueden apoyarlas pero es muy mínimo.

SERVI- CARACUS

El sábado 6 de febrero T me invita a las 15:00 hrs a participar de unas jornadas de Campeonatos a realizarse en Madrid Centro en natación y futbol sala en Alcalá de Henares, acompaño a T con el equipo de futbol sala, también esta TO voluntaria de natación, T lleva 12 deportistas de natación a un complejo deportivo de Madrid y TO se queda con ellos, mientras T los deja y se dirige a Alcalá de Henares con el equipo de futbol sala, allá los deportistas se preparan para el encuentro, T les realiza un calentamiento, los asesora con respecto a las posiciones, los deportistas saben sus roles y funciones, se desarrolla el partido, T los alienta les da ánimo, se observa enojado cuando el equipo contrario hace un gol, los felicita si el equipo APADIS hace un gol, conversa con ellos les explica lo que deben hacer, desfavorablemente el equipo APADIS pierde el encuentro por 4 -8, al terminar el partido los deportistas se van a los camarines se asean y se cambian ropa, y en la furgoneta nos dirigimos todos juntos a Madrid a buscar al equipo de natación, alcanzamos a observar un poco el campeonato, hay muchos clubes deportivos participando por ejemplo; Fundación Síndrome de Down, PRODIS entre otros. Termina el campeonato y esperamos a los deportistas, al verlos salir algunos de ellos se observan tan emocionados con sus medallas, observar sus rostros, se infiere que se sienten felices por ganar, lloran, se emocionan, es muy conmovedor verlos y a la vez pensar como el deporte los hace ser capaces superarse y olvidar que socialmente son “discapacitados”. Un deportista (A) que no ganó medalla dice muy tranquilo, bueno esta vez no hubo medalla para mí, pero lo expresan de manera afable.

Segunda semana de observación del día 8, 10 y 12 de febrero del 2016 entre las 9:00 y 16:30hrs

LCEF- SET

Son las 10:15 del día 8 de febrero, M.K antes de comenzar la sesión del Grupo 1 pasa la lista de las personas que integran el grupo, llama la atención que si algún usuario/a falta, y alguno dice que lo va a buscar M dice que debe llegar por sí solo, cada uno/una sabe las actividades que tiene diariamente en el centro, se prima a autonomía y la autodeterminación

Es un grupo bastante homogéneo en relación a capacidades, la mayoría de las asistentes son mujeres con síndrome de Down, generalmente se observan atentas a las indicaciones verbales entregadas por la profesora Marta, trabajan de forma continua. Primero realizan un calentamiento desplazándose por detrás de unos conos, caminan a intensidad moderada y luego a mayor intensidad, realizan movilidad articular de brazos, posteriormente juegan al movimiento del espejo, es decir las usuarias se ubican frente al espejo y una comienza a realizar movimientos que las otras deben repetir, realizan la actividad con música de fondo. Algunas tienen bastante originalidad en ejecutar movimientos espontáneos, principalmente

las chicas con Síndrome de Down, posteriormente realizan un juego de asociación de elementos que es sugerido por observador (L) a la profesora, consiste en que cada una tiene dentro de un aro – una pelota grande, una pelota pequeña, una raqueta, un peto, y un platillo. El juego trata en llevar uno de los elementos rápidamente a otro aro que se encuentra al otro extremo de la sala, la profesora da la señal, raqueta y deben llevar la raqueta, posteriormente el juego tiene variaciones como llevar lento en vez de rápido. se genera un juego de competencia. La profesora emplea un tipo de aprendizaje más constructivista al dejar que las usuarias se expresen a través de la danza, así también incorpora elementos temporo-espaciales en el movimiento de los usuarios, pues los que ganaron por moverse rápido, no podían controlar sus movimientos si era lento, o ganaba el que se movía más lento, En el juego cognitivo se pueden trabajar aspectos como la memoria, la asociación de elementos es decir trabajar su comprensión. Se sugiere esta actividad a la profesora pues algunas actividades que realiza son repetitivas, sin embargo, la profesora acoge muy bien la sugerencia incluso aporta con nuevas ideas.

CARACUS

En el periodo de receso los profesores y trabajadores se turnan los lugares del centro como el “Salón de descanso” la cancha o el casino para observar la conducta de los usuarios, junto a M nos sentamos en el salón de descanso, allí se observa a los usuarios, un grupo comparte y dialoga cerca de la mesa de fútbolín , otros duermen o descansan sobre el sofá, también se pueden observar algunos usuarios realizando movimientos estereotípicos sentados sobre el sofá o la silla, balanceándose , tres caminan de un lado a otro, casi sin interactuar con sus compañeros, se infiere que tienen rasgo autista, algunas de las mujeres se acercan a nosotras y nos abrazan o intentan establecer un dialogo. Hay un joven ciego sentado, tiene mal formaciones en su rostro, me explican que su madre tuvo rubeola durante el embarazo, está solo y dialogo un poco con él, después me dirijo al casino, un grupo de usuarios en las mesas come una fruta o toma café, se observa en general que tienen una alimentación saludable, pues la alimentación que se ofrece es en base a fruta, zumos o leche con café.

LCDF-HDGR

A las 11:40 con la profesora nos dirigimos a la sala nuevamente y hay clases para el grupo 2, estos usuarios son jóvenes con DI y parecen muy entusiastas y motivados, me saludan con mucha cordialidad, M.K realiza las mismas actividades que la clase pasada, resalta en la actividad de baile siguiendo los movimientos del compañero, una usuaria joven con Síndrome de Down, ella imita los movimientos de Michael Jackson, de forma casi idéntica, se infiere es espontánea y natural, se mueve sin ningún tipo vergüenza, sus compañeros la miran, y dicen a M que es difícil imitarla, M.K les dice que hagan lo que pueda, el resto de actividades se desarrolla bien, es un grupo con una buena comprensión cognitiva y adaptabilidad a la clase.

El día 9 de febrero se observan las clases de la tarde desde las 15:30 al grupo 5 la mayoría de este grupo son hombres de diferentes edades, uno de ellos se observa mayor (sobre 45), también tienen dificultades motoras asociadas, también llama la atención otro usuario con características autistas, sin embargo, todos realizan las tareas propuestas, trabajan equilibrio caminando sobre un tablón y desplazamiento por detrás de los conos, realizando movilidad articular. Luego realizan un juego por equipos de lanzar pelotas, al equipo contrario, deben

estar sentados y desplazarse solo en 4 apoyos, durante todo el juego, al otro equipo, juegan tres personas en cada equipo, utilizan tres pelotas cada uno, algunos usuarios se observan desanimados a realizar la actividad, parecen cansados, tal vez por ser después de la hora de la comida a las 15:30, también a pesar de ser equipos no establecen una comunicación entre ellos.

Los usuarios en el horario de la tarde se observan cansados y somnolientos, muchas veces cuesta para que capten las indicaciones, la profesora muchas veces corrobora si entendieron. Las clases en general en los grupos observados son muy similares, la profesora desarrolla actividades muy parecidas.

SERVI- CARACUS

El día 10 de febrero se observa a los usuarios en el taller de hípica que se desarrolla de 11:40 a 13:30 incluido el tiempo de transporte, el taller de Hípica está coordinado por M.K, los usuarios esperan a Marta en el “Salón grande de la planta baja” allí ella pasa la lista, que son como 11 personas aproximadamente entre hombre y mujeres, una vez que son nombrados los asistentes, se dirigen a la cochera y se suben al autobús, la hípica se realiza miércoles por medio, y en esta ocasión se juntan con usuarios que van al taller de golf , T se hace cargo de ese grupo junto a J. N.

Vamos al complejo deportivo del RACE a practicar ambos talleres, los usuarios saben los materiales que requieren para practicar este deporte, principalmente el casco y los guantes.

Junto a los usuarios nos desplazamos a las caballerizas, allí somos recibidos por 2 de los monitores, que traen a las dos yeguas que trabajaran con los usuarios, los chicos se separan en grupos y esperan su turno para montar al caballo, ellos/ ellas se observan tranquilos montando al caballo, y parecen tener una cercanía con el animal. Sin embargo, son dirigidos junto al caballo por el monitor, solo uno de los usuarios es capaz de montar solo el caballo, (C) es un diestro conocer de los caballos, mantiene un ritmo sincronizado con el movimiento, pareciendo un buen jinete, (C) monta a “Morita” la yegua un tiempo prolongado, uno de los monitos que lo supervisa le dice que el tiempo ha acabado (C) se baja del caballo y le da zanahorias, se observa una cercanía de (C) con el caballo muy fraternal.

Posteriormente se observa a los usuarios durante la hora de la comida de 13:30 a 14:30. En estas prácticas rutinarias de alimentación y aseo, los usuarios se observan tranquilos, se sientan de forma ordenada en las mesas dispuesta para comer, se estimula a algunos que ubiquen los implementos en su mesa como mantel, platos y cubiertos. Se sientan 6 personas en cada mesa, cada uno debe servir la comida en su plato o alguno de forma voluntaria puede servir al resto de sus compañeros, al terminar recogen el plato y el mantel. Se alimentan todos de manera autónoma, sin embargo, siempre debe haber un profesor a cargo de presentarse alguna eventualidad, principalmente para ayudar a los usuarios ciegos del centro, a recoger el plato y los cubiertos llevándolos al fregadero, en las personas ciegas, se observan que son asistidas en el casino, pero se alimentan solos. Así también otro profesor se encarga de la medicación de los usuarios, pues eso es administrado por los encargados del centro. En los baños también deben estar siendo vigilados por una persona del centro, sin embargo, saben que después de comer deben ir al servicio a lavarse las manos y los dientes, así voy a uno de los servicios femeninos a observar a las mujeres allí (B) una de las personas ciegas, se desorienta en el baño comienza a dar muchas vueltas, le tengo que ayudar para que encuentre el lavabo.

LCEF-MATER

M.K en las sesiones, utiliza generalmente balones de fitball, balones de goma, conos, aros de colores, las pelotas de tenis, el tablón de equilibrio, las colchonetas de pilates y ese material está dentro de la sala de educación física, así también me muestra una pelota con cascabeles un poco antigua que a veces utiliza con el grupo de personas ciegas, al preguntarle sobre el material existente, M dice que en una sala de depósito hay más material, principalmente de carácter deportivo, M me lleva y puedo observar que hay muchas raquetas de tenis de bádminton, paletas de playa y de pádel, balones de hándbol antiguos, al preguntarle... ¿Por qué las raquetas no las utiliza??... me dice... que durante el juego al no darle a la pelota con la raqueta a los usuarios les genera frustración.

LCEF-SET-HDGR

El día 12 de febrero se realiza la observación a los 8 usuarios del grupo 9 a las 10:15, la mayoría de los usuarios son jóvenes (menores de 45 años) con síndrome de Down la mayoría asiste correctamente vestido para desarrollar la práctica deportiva, salvo uno de ellos que viene con vaqueros, es amonestado por la profesora, comienza la clase con desplazamiento detrás de los conos, carreras y movimiento articular, posteriormente la profesora pone música de fondo, pide que los usuarios se expresen y se muevan libremente al ritmo de la música, algunos se miran al espejo y observan sus movimientos, algunos usuarios se expresan con mucha facilidad principalmente los que tienen síndrome de Down, termina la música y trabajan al igual que el grupo anterior trabajo de fuerza, se ubican en parejas uno detrás del otro sentados en el suelo, deben desplazarse empujando con sus piernas su trasero, deben trabajar y desplazarse junto a la pareja, la actividad se repite 5 veces para permitir la comprensión total, a la profesora le importa que los usuarios comprendan y respeten las normas o reglas de los juegos. Posteriormente se empujan espalda con espalda y terminan en parejas haciendo trabajo abdominal. Es importante destacar que al terminar la clase los usuarios y M juntan sus manos y dicen equipo ¡!!huu jaaa!!!! Parece una expresión de compañerismo, cohesión y fuerza en los grupos, los 11 grupos realizan están acción al terminar la clase. No obstante, es importante destacar que en esta sesión se observa el rechazo de ciertos usuarios a trabajar con algunos de sus compañeros, observadora (L) tuvo que trabajar con una de las usuarias (R) porque está era rechazada por uno de sus compañeros, argumentando que “ella lo molestaba”, ésta es amonestada por la profesora al terminar la clase, por interrumpir en las clases.

LCEF- SET- HDGR

Posteriormente se observa al grupo 10, que es el grupo de 5 usuarios con discapacidad visual y discapacidad intelectual leve, se observa la clase desde las 11:45, los usuarios son ciegos totales, todos se observan correctamente vestidos para la práctica deportiva, este grupo es el más minoritario solo lo componen 5 personas y dentro del centro casi se encubre su existencia, con el resto de usuarios/as. Comienza la clase los usuarios se toman de las manos y la profesora dice que alguno de ellos genere y transmita un movimiento, da un nombre, esta persona comienza a mover los brazos y debe transmitir de forma táctil el movimiento al resto de sus compañeros, así cada uno de los integrantes genera un movimiento que debe ser transmitido al resto, después cambia la actividad, la profesora pide que los usuarios se saquen

los zapatos, cada uno se ubica sobre una colchoneta que la profesora dice “ cada uno se ubica en su isla” se orientan por la ubicación de la voz de la profesora y de manera táctil con los pies descalzos, la profesora deja que bailen libremente sobre sus islas al ritmo de la música, ellos realizan diversos tipos de movimientos, la profesora pide que muevan brazos y piernas, principalmente. Posteriormente realizan estiramiento muscular dirigido por la profesora, se orientan espacialmente a través de la colchoneta ubicándose de un extremo de la colchoneta a otro, finalmente terminan la clase con un ejercicio de coordinación por ejemplo la profesora dice me toco la nariz con la mano derecha y la oreja con la izquierda o me toco la nariz con la mano derecha y paso la mano izquierda por sobre la otra mano y me toco la oreja, así van cambiando.

Los usuarios del grupo 10 tienen un alto grado de comprensión de las actividades, pues deben estar atentos pues cada indicación verbal, deben ejecutarla a través de su cuerpo es un grupo que se observa muy receptivo a la información y desea superarse.

Tercera semana de observación desde el 15 febrero al 19 de febrero del 2016 diferentes horarios

LCEF-SET - CARACUS

Se realiza la observación el día miércoles 17 por la tarde a partir de las 15:30 al grupo 6 , en este grupo la mayoría de los usuarios vienen con chándal, la mayoría son jóvenes con Síndrome de Down y otros tienen discapacidad intelectual moderada, comienza la clase con desplazamiento detrás de los conos, carreras y movimiento articular, se desplazan al ritmo de la música, la profesora da indicaciones que por ejemplo se agachen y toquen el suelo, así como que cambien de dirección, el sentido de la marcha, posteriormente la profesora explica la actividad a desarrollar, lo explica de forma verbal utilizando una explicación o vocabulario sencillo además de demostrar, ejecutando la acción a realizar, la actividad consiste en colocar dentro de un aro balones grandes, dentro de otro balones pequeños y dentro de otro pelotas de tenis, cada persona saca el material para realizar la actividad y lo ubica donde la profesora indica, si la profesora indica muestra la pelota grande, deberán coger la pelota grande y llevarla por entre conos a modo zig-zag boteándola, y llegar nuevamente a la hilera por fuera de los conos en línea recta, se observa que algunos se desplazan en línea recta, en vez de realizar zig-zag o se devuelven por los conos haciendo nuevamente zig-zag, una vez que ve como lo han realizado, detiene el juego y vuelve a realizar las correcciones, pide que cada uno realice la actividad de forma individual, algunos lo hacen de forma incorrecta se vuelve a corregir, continua la actividad, al indicar la pelota pequeña deben conducirla con el pie en zig-zag por los conos, y devolverse por fuera en línea recta, se observa entre los estudiantes caras de frustración y una de ellas(J) se pone a llorar, se aparta del grupo y se ubica en la ventana, la profesora va por ella le habla que le sucede le pide de manera comprensiva que salga que se tranquilice y que después retorne a la clase, es probable que (J) no soporte la frustración al realizar una actividad de forma errada y deban estar constantemente corrigiéndola, los usuarios en general se observan desmotivados. La profesora cambia de actividad deben ubicarse formando equipos de tríos y se establece un dúo, uno de los usuarios se observa muy motivado alienta y organiza a sus compañeros de equipo (R) , mientras que el resto de forma regular una de las mujeres entrega correcciones a sus compañeras de grupo, comienza la actividad que consiste correr rápido pasar por detrás del cono y regresar al equipo dando el pase al otro compañero/a (juego de relevos) uno de los grupos de las mujeres (N) se confunde de cono, da la vuelta en el cono del otro equipo, la profesora detiene el juego, le pide a las mujeres que indiquen cual es el cono de su equipo,

una de ellas mira de forma diagonal e indica el cono del equipo del lado, la profesora corrige y reafirma de la ubicación del cono de cada equipo. En esta sesión se observa a los usuarios desmotivados a realizar las actividades, la profesora dialoga con ellos, tratando de encontrar la respuesta a su conducta tan “distráida” en relación a la clase, pide que se esfuercen o que expliquen la causa de su desmotivación o distracción, falta de concentración en relación a las indicaciones. Llama la atención la conducta de (J) al angustiarse durante la clase y expresarlo en llanto y apartarse de la actividad, se puede decir que estas personas pueden exacerbar sus emociones de frustración de malestar.

Cabe mencionar un hecho ocurrido en los talleres del centro ocupacional, una de las mujeres (G) tenía clases con Marta sin embargo se quedó en el taller de manipulado, las profesoras le piden que vaya a la clase a lo cual responde muy alterada que se va quedar ahí, tiene en una mano una jarra y en la otra un jabón, repite que no¡! Dejadme¡!! Dejadme¡!! Me voy a quedar aquí, una de las profesoras dice.... tu no haces lo que quieres!! así la mujer se altera más grita, intenta lanzar la jarra, las profesoras la contienen llega otro profesor, la mujer quiere morder a las profesoras, se tira al suelo, grita dejadme¡!! La llevan 4 profesores a la oficina de la psicóloga, la mujer grita y grita. Los demás usuarios miran y continúan haciendo sus actividades.

LCEF-SET- HDGR

Se realiza la observación el día viernes 19 desde las 10:15 nuevamente al grupo 9 la mayoría de los usuarios viene con chándal, salvo (J) que nuevamente desde la clase anterior asiste con vaqueros para la clase, comienza la clase con música de fondo, realizan desplazamientos por detrás de los conos, carreras y movimiento articular, se desplazan al ritmo de la música, uno de los usuarios (s) no quiere realizar esta actividad argumentando que tenía un grano en la pierna que le duele y no podía caminar, la profesora lo deja, continua la clase, el resto de personas sigue realizando la actividad, la profesora da indicaciones que por ejemplo se agachen y toquen el suelo, así como que cambien de dirección, el sentido de la marcha, posteriormente la profesora sube el volumen del equipo de música e invita a (s) a bailar y que el resto de sus compañeros lo imiten, (S) baila muy animado, haciendo una coreografía, el resto de estudiantes lo siguen muy animados, (s) baila dos canciones. Posteriormente termina la actividad y la profesora saca tres aros, ubicándolos sobre el suelo, pide a cada usuario que saque balones grandes y que los ubique dentro de un aro, balones pequeños y pelotas de tenis, también ubicándolos de este modo, la profesora explica la actividad a desarrollar, lo explica de forma verbal utilizando una explicación o vocabulario sencillo además de demostrar, ejecutando la acción a realizar, aclara , que si indica o muestra la pelota grande, deberán coger la pelota grande y llevarla por entre conos a modo zig-zag boteándola, y llegar nuevamente a la hilera por fuera de los conos en línea recta, se observa que tres usuarios estaban muy atentos oyendo las explicaciones, y estos realizan bien la actividad, mientras, que los otros que se observaban más retraídos no la realizan de manera correcta, sin embargo imitan al resto de compañeros y parecen comprender, (D) se enoja por que no logra botear bien el balón con una mano y este se le escapa, observador (L) lo estimula para que de un bote al suelo y coja el balón con las dos manos, (D) se observa que realiza la actividad más “animado”, la profesora alienta a los usuarios a seguir realizando la actividad. sorpresivamente una de las mujeres (C) sale de la actividad llorando y se observa muy angustiada, la profesora pide que le explique que le sucede, esta dice que su compañero (J) no la deja tranquila, que ya no quiere realizar más las clases junto a él, (C) se descontrola, comienza a gritar, la profesora sale de la sala junto a ella. Observador (L) queda

a cargo del grupo después de este episodio.

Posteriormente se observa nuevamente al grupo 10 en esta sesión solo asisten 2 usuarias, la profesora decide realizar senderismo con ellas, junto a (C) la chica descontrolada de la clase anterior, como a modo que reflexione en el medio natural, respecto a lo sucedido. La Profesora lleva a una de las usuarias ciegas cogida de la mano y observador (L) a la otra de las mujeres (B) personalmente como guía le describo el paisaje y el entorno e intento plantearle un tema de conversación para que la caminata sea más grata, a (B) se le describe las características del terreno si es llano o pedregoso, si hay pendiente o cuesta, M.K estimula para que estas huelan o toquen los árboles o tal vez puedan identificar a cuál corresponde por el olfato, también a mediados y casi al final del recorrido, realizamos ejercicios de estiramiento muscular. Es interesante que las usuarias siempre se cojan del brazo o mano o de una persona, incluso estando en una superficie llana y o lisa del parque. M al final del recorrido resalta la importancia del entorno natural y todos los elementos presentes el césped, los árboles, el sol, hasta los desechos orgánicos de las ovejas, que estas pudieran captar a través del olfato o de forma sensitiva. Al llegar al centro M pide a (C) que reflexione frente a lo sucedido la clase pasada, que no puede estallar en ira, debe aprender a manejar sus emociones.

En esta sesión, llama la atención la dependencia de las usuarias con discapacidad visual en el desplazamiento, se podría utilizar una técnica de guía en el medio natural, para que puedan utilizar un elemento y caminar sin depender tan cercanamente de una persona.

Cuarta semana de observación del 22 de febrero al 1 de marzo en diferentes horarios

LCEF-SET

Se realiza la observación el día martes 23 de febrero al grupo 5 desde las 15:30, espero a M en la sala, los usuarios comienzan llegar, se acercan continuamente a la ventana , llegan las 8 personas que componen este grupo, al llegar M, nos desplazamos al parque, M coge sus cosas les dice al grupo que la esperen abajo, M llega a la planta baja allí está, pasando por la cancha la salida trasera de APADIS, hay una puerta de metal que siempre se mantiene con llave, M pide a una usuaria, quien tiene un buen nivel de comprensión que realice una actividad, esta propone saltar la comba, los demás compañeros dentro de sus posibilidades realizan la actividad.

Después la profesora propone un juego de pasar una pelota amarilla de mano en mano, todo el grupo nos ubicamos formando un círculo, M da indicaciones de cambiar la dirección de la pelota, si a alguna persona se le cae el balón, debe salir del círculo y dar una vuelta por este y luego regresar al grupo, después se agrega una pelota roja esta se debe lanzar con un bote, se da la explicación que la pelota amarilla se lanza de mano en mano y la roja debe dar un bote, en general los usuarios, manipulan los balones según las indicaciones entregadas, solo en ocasiones la pierden no alcanzan a cogerla.

La profesora cambia de actividad y se forman equipos, juego de relevos es decir uno de los integrantes del grupo va corriendo da una vuelta alrededor de un aro, regresa y le da el paso al siguiente compañero quien realiza lo mismo, se alienta a los usuarios que realicen la actividad de la forma más ágil posible, se recalca que es un juego de competición, posteriormente al juego se le agrega una pelota, es decir uno deja la pelota y el otro la coge y así sucesivamente hasta que pasen todos los integrantes de un equipo. Los usuarios se observan mucho más animados y receptivos a la información cuando se realizan las

actividades en el medio natural, la tarde estaba soleada, algunos árboles se observaban florecidos, se oían a los pájaros cantar, algunos de los usuarios se detenían a oír a los pájaros, termina la actividad hacemos el característico grito Equipo uhh jaaa y nos dirigimos a APADIS, también así es importante destacar que M se preocupa que los usuarios respeten las señalizaciones viales, al cruzar la calle pide que se detengan vean el paso peatonal miran si viene un coche y después pasen.

LCEF-PDEF-SET

Se realiza la observación el viernes 26 de febrero desde las 9:00 , M previamente me avisa que la sala de educación física será utilizada para otra actividad desde las 10:00, un curso para los profesionales del Centro, M a las 9:30 me invita a participar de una reunión de profesoras, en una de las salas de apoyo que está al lado de la sala de educación física, se reúnen las 4 profesoras que trabajan en la primera planta, básicamente hablan sobre las actividades culturales que pueden desarrollar con los usuarios, llevarlos a un museo, un centro cultural, una exposición ya sea en la zona norte de Madrid o al centro, me comentan que hay museos que están adaptados a las que personas que tienen una discapacidad, El museo del traje me comentan que es un claro ejemplo de eso, las profesoras así también hablan de la conducta de alguno usuarios, deciden que hacer, toman decisiones para mejorar los apoyos a quienes consideran que lo requieren, posteriormente termina la reunión y M ve a los usuarios del grupo 9 esperando en la puerta de la sala de educación física, les dice que no hay sala que la clase se hará en el salón grande de la planta baja, M.K previamente había sacado de la sala las raquetas de tenis de Mesa y las pelotas, me pide que lleve yo la clase, observador (L) llegamos a la planta baja, donde nos esperaba el grupo, pido a los usuarios que se ubiquen en parejas, designo las parejas, a cada pareja se le entrega una pelota de ping-pong, comienzan lanzándose la pelota de mano en mano, familiarizándose con la pelota, ubicándose cerca, los usuarios lanzan y reciben bien la pelota a pesar de ser pequeña. Primero se ubican cerca después se van alejando, posteriormente la lanzan con un bote y la cogen, después de trabajar así, se agrega una raqueta de ping-pong a cada pareja un integrante la lanza con la mano y el otro golpea la pelota con la raqueta, se van intercambiando los roles. luego se estimula a los usuarios que utilicen dos raquetas por pareja. Se observa entre los usuarios malas relaciones interpersonales, les cuesta trabajar de manera grupal y se enojan con sus pares muy fácilmente, con M teníamos que trabajar con ellos/ellas, se observa en algunos la dificultad de pedir por favor las cosas o agradecer, un usuario en particular (J) no iba a buscar las pelotas que se caían al suelo, ordenaba a su compañera que fuera por ellas, él se cruzaba de brazos y la miraba de forma soberbia y arrogante particularmente se puede observar el rechazo del resto de compañeros hacia (R) y (J) se puede inferir que son los usuarios más conflictivos de este grupo, ambos tienen Síndrome de Down.

Posteriormente se observa nuevamente al grupo 10 desde las 11:45, M.K tenía pensado hacer sendero en el medio natural con el grupo, pero comienza a llover, al no tener sala de clases, Marta decide realizar un juego de conocimientos sobre los deportes o los juegos olímpicos, en la sala de apoyo 3, que está desocupada pues la profesora que trabaja ahí, está de baja momentánea, llegan 4 usuarios del grupo se sientan, y Marta les explica que no hay sala de educación física, que está lloviendo, no podemos salir y que por consecuencia vamos a realizar un juego de sala por equipos (dos personas) Marta comienza a dar las indicaciones,

tienen que ponerse un nombre como equipo, comienzan a salir diferentes nombres muy curiosos, eso provoca risa a los usuarios, M los estimula a pensar en algo “original”, un equipo decide llamarse ojo verde y el otro león tigresa, posteriormente M describe de manera verbal todo el contexto y desarrollo del juego, cada pareja debe elegir entre dos colores de tarjetas (azul o amarillo) y el número de tarjeta de 1 al 60 y posteriormente el color de pregunta dentro de cada tarjeta (amarillo, verde, azul, rojo) de esta manera se va desarrollando el juego, por medio de la actividad, los usuarios demuestran ser muy receptivos a la información y cognitivamente muy conectados con la contingencia social, pueden hablar sobre distintos temas y recuerdan sobre eventos históricos de su cultura.

Finalmente, para terminar el diario de campo después de un mes de observación en el centro ocupacional, se describe lo acontecido el día martes 1 de marzo, desde las 15:30hrs, se observa nuevamente a los 8 usuarios del grupo 5, M dice al grupo que la clase se hará en la sala, (C) que es un usuario que utiliza dos audífonos en sus oídos, le pregunta; ¡M hoy no vamos afuera! ella responde que no, los usuarios se acercan continuamente a la ventana, M pone música de fondo, pide a los usuarios que caminen sobre el tablón haciendo equilibrio algunos son ayudados por sus compañeros, después que todos lo han realizado, pide que ubiquen 4 conos en el suelo uno de los usuarios se observa muy desganado dice continuamente que quiere salir afuera (C) este ubica los conos, el resto camina por detrás de los conos, posteriormente la profesora entrega una raqueta de tenis de mesa a cada usuario con una pelota, deben llevar la pelota sobre la raqueta e ir caminando, a varios usuarios se les cae la pelota, posteriormente deben lanzarla hacia arriba tratando de darle con la raqueta, finalmente la profesora ubica depósitos donde los usuarios deben lanzar las pelotas adentro, y estos se ubican a una distancia media. Casi ninguno logra encestar las pelotas en los depósitos.

Se puede inferir que en los usuarios se observan las ganas de salir afuera del centro, observan por la ventana continuamente, el día esta soleado y parecen motivados, sin embargo, al realizar las clases dentro de la sala se ven desganados y realizan las actividades sin motivación, además al no lograr alcanzar las actividades propuestas parecen más desmotivarse, la falta de dominio de la raqueta con la pelota parece frustrante para ellos, y simplemente tampoco tienen empeño en hacerlo.

8.2. Anexo II: Las preguntas de las entrevistas

Entrevista Profesionales: Educadora – Profesor de Talleres Laborales

- 1- De los programas que actualmente se desarrollan en el Centro ¿Qué aspectos se podrían mejorar?
- 2- ¿Se realizan actividades que permiten a los usuarios conocer el entorno, dentro del centro como fuera de este?
- 3- ¿Los usuarios con discapacidad visual tienen actividades que refuercen su movilidad y orientación?
- 4- ¿Los usuarios con discapacidad intelectual son capaces de identificar los diferentes espacios al interior del Centro?
- 5- ¿Los usuarios con discapacidad intelectual aplican nociones de orientación en los alrededores cercanos al centro?
- 6- ¿Los usuarios con discapacidad visual aplican nociones de orientación dentro del centro?
- 7- ¿Los diferentes entornos y salas del centro, se encuentran correctamente señalizados para que puedan ser identificados por los usuarios con discapacidad intelectual?
- 8- ¿Existen señalizaciones en los lugares y espacios del centro, adaptadas para el grupo de usuarios con discapacidad visual?

Entrevista: Profesora de educación física

- 1- ¿Se realizan actividades que permiten a los usuarios conocer el entorno, dentro del centro como fuera de este?
- 2- ¿Los usuarios con discapacidad visual tienen actividades que refuercen su movilidad y orientación?
- 3- ¿Los usuarios con discapacidad intelectual son capaces de identificar los diferentes espacios al interior del Centro?
- 4- ¿Los usuarios con discapacidad intelectual aplican nociones de orientación en los alrededores cercanos al centro?
- 5- ¿Los usuarios con discapacidad visual aplican nociones de orientación dentro del centro?
- 6- ¿Los diferentes entornos y salas del centro, se encuentran correctamente señalizados para que puedan ser identificados por los usuarios con discapacidad intelectual?
- 7- ¿Existen señalizaciones en los lugares y espacios del centro, adaptadas para el grupo de usuarios con discapacidad visual?
- 8- Según las características de los usuarios que atiendes ¿Cuáles crees que son los grupos requieren de una atención especial?
- 9- ¿Es posible generar programas o actividades específicas para aquellos grupos que consideras “especiales”?
- 10- Sobre la programación de educación física para el grupo 10 ¿Crees que el desarrollo de las capacidades perceptivo- motrices es un contenido viable para desarrollar en este grupo?

8.3. Anexo III: Las preguntas del grupo de discusión

El grupo de discusión aplicado al grupo de personas con discapacidad visual

- 1- De las actividades que realizan en APADIS ¿cuál les gusta?
- 2- ¿En el centro ocupacional realizan actividades que les permita conocer su entorno?
- 3- ¿Podrían llegar solos al centro, desde una esquina de la Avenida de Aragón orientándose solo a través de su bastón, sin ayuda manual de una persona, solo auditiva?
- 4- ¿Se orientan dentro del centro?
- 5- ¿Hay señalizaciones en los muros o puertas de las salas que les permitan orientarse e identificar el lugar al cual se dirigen?
- 6- ¿Desarrollan actividades de orientación y movilidad en su entorno con las profesoras del centro?
- 7- ¿Piensan que es importante para vosotros realizar dichas actividades?

8.4. Anexo IV: Los cuestionarios

El cuestionario como herramienta de investigación, aplicado a profesionales del Centro

El Máster en en actividad físico-deportiva, personas con discapacidad e integración social, de la Universidad Autónoma de Madrid, por medio de las prácticas en centros, tiene como propósito identificar ámbitos de mejora en las actividades físico – deportivas que se desarrollan para personas en situación de discapacidad, elaborando propuestas de actuación innovadoras que contribuyan a las prácticas. Es por esta razón que el siguiente cuestionario que se presenta tiene los siguientes objetivos:

- ✓ Comprender y analizar los fundamentos de las actividades que se realizan en el centro ocupacional, y que proporcionan la habilitación del desarrollo personal y social de los usuarios.
- ✓ Examinar por medio de instrumentos de investigación, posibles propuestas que contribuyan a potenciar las habilidades de la vida diaria en los usuarios del centro.
- ✓ Poder desarrollar un planteamiento innovador que pueda aportar en el desarrollo personal y social de los usuarios por medio de la práctica de actividad física.

Este cuestionario tiene propósitos de investigación y es de carácter confidencial, le solicito su absoluta franqueza en la respuesta.

Instrucciones

- ✓ Lea atentamente las aseveraciones que se plantean y elija la apreciación que más acerca, desde su opinión.
- ✓ Marque con una X la estimación que elija, solo se debe marcar una y todas deben ser marcadas.

Afirmaciones	Nada de acuerdo	Algo de acuerdo.	Ni acuerdo ni desacuerdo	De acuerdo	Completo de acuerdo
1. los usuarios en el centro ocupacional realizan actividades que le permiten conocer el entorno cercano al Centro.					
2. Los usuarios con discapacidad intelectual aplican habilidades de orientación y movilidad, ubicándose en el centro y en su entorno cercano.					
3. Los usuarios con discapacidad visual son capaces de reconocer lugares y orientarse en el entorno cercano al centro.					
4. Los usuarios con discapacidad visual aplican habilidades de orientación y movilidad, ubicándose en el centro ocupacional.					
5. En el centro es posible observar señalizaciones que permita la orientación espacial para los usuarios con discapacidad intelectual.					
6. En el centro es posible observar señalizaciones que permitan la orientación espacial de los usuarios con discapacidad visual.					
7. Existe una amplia oferta de talleres para el grupo de usuarios con discapacidad visual.					
8. Actividades de movilidad y orientación espacial favorecen la autonomía de los usuarios.					
9. La educación física desarrollada en el Centro favorece el desarrollo de las capacidades perceptivo motrices en los usuarios con discapacidad visual.					
Área de educación física					
1. El grupo de usuarios con discapacidad visual requiere de una atención especial.					

2. El desarrollo de las capacidades perceptivo motrices es importante trabajarlas en personas con discapacidad visual.					
3. El desarrollo de las capacidades perceptivo motrices, trabajadas en clases de educación física contribuyen a la orientación y la movilidad en personas con discapacidad visual.					

Cuestionario aplicado al grupo de personas con discapacidad visual

Afirmaciones	Muy de acuerdo	De acuerdo	Ni acuerdo ni desacuerdo	Desacuerdo	Muy desacuerdo
1. Puedo llegar solo/a a la sala de educación física reconociendo su ubicación.					
2. Me oriento en la sala de educación física, reconociendo los principales lugares puerta, espejo, ventana, armario y muro.					
3. Logro hacer todas las actividades que se proponen en la clase.					
4. En la clase de educación física, realizo actividades de movilidad y orientación en el espacio.					
5. Logro desplazarme mejor por medio de estímulos táctiles y auditivos.					
6. Utilizo el tacto y la audición para realizar las actividades de la clase.					

8.5. Anexo V: Las 8 sesiones realizadas de la unidad de trabajo el “Entorno y los estímulos”

➤ **Unidad de trabajo 1 de abril – 1 Sesión**

Unidad de trabajo: El entorno y los estímulos.

Contenidos de la unidad: Atención exteroceptiva- Atención podotáctil – Orientación espacial – Estrategias de memoria.

Grupo: 10

Instalaciones: Sala de Educación Física

Materiales: Colchonetas- balones de fitball,- balones de goma- picas y cuerdas – conos pequeños y grandes, pares de figuras de forma y textura.

Objetivos:

- Reconocer las señalizaciones (colchonetas adheridas al suelo) en línea recta, de manera podotáctil.
- Caminar o reptar en línea recta percibiendo la textura de la señalización.
- Estimular el sentido del tacto, a través de actividades motrices.
- Trabajar habilidades manipulativas por medio del tacto.

Metodologías:

- Explicaciones breves y precisas en lenguaje verbal, demostración de las actividades utilizando el tacto.
- Métodos de enseñanza utilizados; mando directo, enseñanza basada en la tarea, descubrimiento guiado.
- Feedback y retroalimentación a los estudiantes al realizar las actividades

Adaptaciones físicas, sensoriales o intelectuales:

- Los movimientos corporales que realicen los usuarios estarán inducidos por estímulos táctiles.
- Los usuarios se desplazan siguiendo estímulos táctiles.
- Influir en el nivel cognitivo de los usuarios aumentando su atención y comprensión por medio de consignas auditivas y táctiles.

Actividades

Inicio y exploración

Actividad 1

Se ubica un camino rectangular con colchonetas planas en la sala de clase, sujeto al suelo, los usuarios caminan con los pies descalzos sobre las colchonetas, identificando el camino por medio de la textura, posteriormente en el mismo camino deben transportar balones grandes de fitball y pequeños de goma, de forma bípeda y cuadrúpeda. A continuación, se incorporan

relieves al camino, deberán caminar por la textura e identificando los relieves. Darán 3 a 4 vueltas por el rectángulo por cada actividad.

Desarrollo

Actividad 1

En el mismo camino rectangular se ubican 6 picas, unidas por cuerdas, cada usuario tendrá 8 conos pequeños que tienen un orificio en el centro y que deberán introducir en las picas, se orientará por medio de las cuerdas o la textura del camino de colchonetas.

Actividad 2

Cada usuario tendrá tres elementos que deberá tocar y salir a buscar y asociar por forma o textura al par igual del elemento tocado, para buscarlo deberá desplazarse caminando o gateando sobre tres colchonetas.

Final o síntesis

Actividad 1

Los usuarios sentados sobre las colchonetas, realizan estiramientos musculares con una cuerda, tomándola con las manos la llevamos en diferentes posiciones.

➤ Unidad de trabajo 8 de abril – 2 sesión

Unidad de trabajo: El entorno y los estímulos

Contenidos de la unidad: Atención mano-táctil- Orientación espacial- Estructuración espacial – Equilibrio coordinación

Grupo: 10

Instalaciones: Sala de Educación Física

Objetivos:

- Identificar el espacio que dispone (dimensiones y características) siendo una colchoneta o aro, utilizándolo para realizar propuestas motrices.
- Utilizar el espacio disponible para realizar las propuestas motrices, siendo una colchoneta o aro.
- Trabajar el equilibrio dinámico y estático

Materiales: Petos – equipo de música – colchonetas – picas – cuerdas – pelotas – cajas de cartón.

Metodologías:

- Explicaciones breves y precisas en lenguaje verbal, demostración de las actividades utilizando el tacto.
- Métodos de enseñanza utilizados; mando directo, enseñanza basada en la tarea, descubrimiento guiado.
- Feedback y retroalimentación a los estudiantes al realizar las actividades

Adaptaciones físicas, sensoriales o intelectuales:

-Los movimientos corporales que realicen los usuarios estarán inducidos por estímulos táctiles.

-Los usuarios se desplazan siguiendo estímulos táctiles.

- Influir en el nivel cognitivo de los usuarios aumentando su atención y comprensión por medio de consignas auditivas y táctiles.

Actividades

Inicio y exploración

Actividad 1

Los usuarios bailan al ritmo de la música, sobre una colchoneta deberán utilizar todo el espacio y realizar diferentes movimientos, al detenerse la música pueden adoptar diferentes posiciones corporales libres a modo de estatua.

Actividad 2

Cada usuario del grupo deberá sacar un cono desde dentro una pica y trasladarlo a otra, orientándose por medio de un camino de colchonetas en línea recta, pueden transportar 4 a 5 conos. No se debe botar la pica al momento de sacar el cono.

Desarrollo

Actividad 1

Los usuarios se ubican dentro de aros, uno al lado del otro manteniendo una cierta distancia, un usuario se encuentra ubicado cerca de una caja que contiene pelotas pequeñas, deberán pasarse 6 pelotas pequeñas de diferentes texturas de mano en mano, llamándose y luego el último integrante deberá depositarlas en una caja. Es un trabajo grupal, deben transportar de a una pelota.

Actividad 2

El juego de los mareados, sobre un camino de colchonetas en línea recta los usuarios deberán caminar y al encontrar una pica deberán dar una vuelta y seguir caminando por el camino, el propósito de la actividad es que no pierdan la orientación del camino.

Final o síntesis

Estiramientos musculares dirigidos.

➤ Unidad de trabajo 15 de abril -3 sesión

Unidad de trabajo: El entorno y los estímulos

Contenidos de la unidad: Atención podotáctil- Estrategias de memoria perceptiva- Orientación y estructuración espacial

Grupo 10

Instalaciones: Sala de Educación Física

Materiales: Equipo de música – colchonetas- botellas con semillas – pelotas – conos – aros.

Objetivos:

- Identificar los elementos presentes en el camino o señalización, percibiéndolos con sus pies.

Mapas cognitivos

- Reconocer los elementos presentes en el mapa cognitivo, relacionándolos a su espacio real.
- Ubicar los elementos de su entorno real según la disposición del mapa.
- Utilizar el mapa cognitivo, identificando la ubicación de los elementos en relación a su cuerpo

Metodologías:

- Explicaciones breves y precisas en lenguaje verbal, demostración de las actividades utilizando el tacto.
- Métodos de enseñanza utilizados; mando directo, enseñanza basada en la tarea, descubrimiento guiado.
- Feedback y retroalimentación a los estudiantes al realizar las actividades

Adaptaciones físicas, sensoriales o intelectuales:

- Los movimientos corporales que realicen los usuarios estarán inducidos por estímulos táctiles.
- Los usuarios se desplazan siguiendo estímulos táctiles.
- Influir en el nivel cognitivo de los usuarios aumentando su atención y comprensión por medio de consignas auditivas y táctiles.

Actividades

Inicio exploración

Actividad 1

Los usuarios se ubican en fila uno detrás del otro, cogidos por la cintura, al frente una persona vidente los guiará a modo de tren, el grupo se desplaza libremente al ritmo de la música.

Desarrollo

Actividad 1

Los usuarios trabajan con los mapas cognitivos, cada mapa está conformado por tres elementos que representan el espacio real, considerando que uno de los elementos representa su cuerpo y los otros dos un cono y una pelota, posteriormente deben ubicar los elementos (cono y pelota) sobre la colchoneta en relación a su cuerpo, según lo que toquen en el mapa.

Actividad 2

Se ubican dos hileras de colchonetas, un grupo de usuarios en cada hilera, cada uno saldrá a caminar por las colchonetas identificando elementos presentes en el camino, como platillos

voladores, aros pequeños, camisetas etc. Los cuales deberá ir recogiendo y depositando al final del camino. Todos realizan la actividad y la repiten 3 veces, la ubicación de los objetos en el camino va cambiando.

Final o síntesis

Estiramientos dirigidos.

➤ Unidad de trabajo 22 de abril – 4 sesión

Unidad de trabajo: El entorno y los estímulos

Contenidos de la unidad: Atención podotáctil – Organización y estructuración espacial – Lateralidad y equilibrio.

Grupo: 10

Instalaciones: Sala de Educación Física

Materiales: Colchonetas de pilates - bastones, pelotas de goma y esponja, cuerda.

Objetivos:

- Desarrollar habilidades del reconocimiento del espacio de la sala de clases.
- Mejorar la orientación, organización y estructuración espacial a través de estímulos táctiles.
- Estimular la manipulación y el sentido del tacto.
- Estimular la percepción corporal en el espacio.
- Comprender las indicaciones verbales entregadas, caminando en dirección a la izquierda o derecha.

Metodologías:

- Explicaciones breves y precisas en lenguaje verbal, demostración de las actividades utilizando el tacto.
- Métodos de enseñanza utilizados; mando directo, enseñanza basada en la tarea, descubrimiento guiado.
- Feedback y retroalimentación a los estudiantes al realizar las actividades

Adaptaciones físicas, sensoriales o intelectuales:

- Los movimientos corporales que realicen los usuarios estarán inducidos por estímulos táctiles.
- Los usuarios se desplazan siguiendo estímulos táctiles.
- Influir en el nivel cognitivo de los usuarios aumentando su atención y comprensión por medio de consignas auditivas y táctiles.

Actividades

Inicio y exploración

Actividad 1

Cada usuario de pie sobre una colchoneta, se le entrega un bastón, deberán bailar con este, al ritmo de la música, al detener la música deben soltarlo y luego identificar su ubicación.

Desarrollo

Actividad 1

Los usuarios de pie sobre una colchoneta se le entrega 2 tipos de elementos, una pelota blanda de goma, y otra de esponja, deberán pasar por su cuerpo estos elementos al ritmo de la música, al detener la música se dirá cambio de pelota y deberán buscar su otra pelota en el espacio.

Actividad 2

Se ubica un camino en forma de cruz en la sala de clase con una hilera de colchonetas que van del espejo a la estantería y otro que va desde la muralla a las ventanas. Al centro habrá un estímulo táctil que logren identificar y destina si salen a derecha o la izquierda, la actividad consiste en que los usuarios caminan de espejo a estantería y en el centro se les dirá que dirección deben coger, hacia muro o ventana. También lo pueden hacer de estantería a espejo.

Final o síntesis

Estiramientos dirigidos.

➤ **Unidad de trabajo 29 de abril – 5 sesión**

Unidad de trabajo: El entorno y los estímulos

Contenidos de la unidad: Estrategias de memoria perceptiva- Atención podotáctil- Organización y estructuración espacial

Grupo: 10

Instalaciones: Sala de Educación Física

Materiales: Cuerdas, bastones cortos y largos, aros grandes y pequeños, colchonetas, Conos 3

Objetivos:

-Identificar los elementos presentes en el camino o señalización, percibiéndolos con sus pies o manos, realizando ejecuciones motrices con éstos.

-Estimular la orientación, espacial a través de estímulos táctiles y auditivos en el medio natural.

-Estimular por medio de las actividades, el trabajo grupal

Metodologías:

- Explicaciones breves y precisas en lenguaje verbal, demostración de las actividades utilizando el tacto.

- Métodos de enseñanza utilizados; mando directo, enseñanza basada en la tarea, descubrimiento guiado.

- Feedback y retroalimentación a los estudiantes al realizar las actividades

Adaptaciones físicas, sensoriales o intelectuales:

-Los movimientos corporales que realicen los usuarios estarán inducidos por estímulos táctiles.

-Los usuarios se desplazan siguiendo estímulos táctiles.

- Influir en el nivel cognitivo de los usuarios aumentando su atención y comprensión por medio de consignas auditivas y táctiles.

Actividades

Inicio y exploración

Actividad 1

Caminata en el parque

Los usuarios, caminan en el parque siendo orientados por una persona, utilizan una varilla larga, sin embargo, deben mantener una distancia física con su guía, se utiliza la técnica de sendero para personas ciegas, hacemos una caminata de 10 a 15 minutos.

Actividad 2

Los usuarios identifican de forma táctil un túnel de madera presente en el parque, una vez que han identificado el lugar deberán pasar en grupo por el túnel, al final habrá un estímulo auditivo, que los ayudará a saber que el túnel ha terminado y pueden levantarse del suelo, repiten 4 veces este recorrido.

Desarrollo

Actividad 1

se ubican cuerdas que van en los árboles, las personas deben seguir el recorrido de las cuerdas identificando (levantando una mano como protección para saber la ubicación de los arboles) una vez que han identificado el camino, orientándose por medio de las cuerdas, se ubican aros en el césped los cuales deberán identificar con los pies y pasar por su cuerpo y seguir caminando, realizan el recorrido 4 a 5 veces.

Final o síntesis

Estiramientos musculares dirigidos.

➤ Unidad de trabajo 6 de mayo – 6 sesión

Unidad de trabajo: El entorno y los estímulos

Contenidos de la unidad: Atención Podotáctil- Orientación espacial- Organización estructural equilibrio coordinación

Grupo: 10

Instalaciones: Sala de Educación Física

Materiales: Colchonetas de pilates - colchoneta grande – conos de obstáculo – 20 pelotas de diferentes texturas y tamaños, elementos de forma y textura variado, distribuidos en pares.

Objetivos:

-Identificar la estructura de la señalización podotáctil (rectangular, triangular o circular), siguiendo el recorrido.

- Identificar las distancias de las señalizaciones, tomando conciencia de las dimensiones.
- Reconocer objetos por textura y forma, realizando ejecuciones motrices con éstos.
- Caminar sobre los obstáculos en el camino controlando y equilibrando su cuerpo.

Metodologías:

- Explicaciones breves y precisas en lenguaje verbal, demostración de las actividades utilizando el tacto.
- Métodos de enseñanza utilizados; mando directo, enseñanza basada en la tarea, descubrimiento guiado.
- Feedback y retroalimentación a los estudiantes al realizar las actividades

Adaptaciones físicas, sensoriales o intelectuales:

- Los movimientos corporales que realicen los usuarios estarán inducidos por estímulos táctiles.
- Los usuarios se desplazan siguiendo estímulos táctiles.
- Influir en el nivel cognitivo de los usuarios aumentando su atención y comprensión por medio de consignas auditivas y táctiles.

Actividades

Inicio y exploración

Actividad 1

Se ubica un camino circular con colchonetas planas en la sala de clase, sujeto al suelo, los usuarios caminan con los pies descalzos sobre estas, identificando el camino por medio de la textura, van tomados de los hombros manteniendo una cierta distancia corporal con sus compañeros, pueden ir gateando también, posteriormente se integra en el camino una colchoneta grande donde los usuarios pasarán rodando.

Actividad 2

Utilizando el mismo camino circular se incorporan dos obstáculos los usuarios deberán pasar por debajo y sobre estos. Así como aros que deberán pasar por su cuerpo.

Desarrollo

Actividad 1

Cada usuario tendrá dentro de un aro 4 tipos de pelotas, las cuales deberá tocar y reconocer, estas son de diferentes textura y tamaño, se le entregarán las características de la pelota y deberán lanzarla, a la indicación, los lanzamientos pueden variar con mano- derecha o izquierda, con ambas manos, etc. Deberán realizar los lanzamientos en dirección donde escuchan la voz de la profesora.

Actividad 2

Cada usuario tendrá un par de elementos que debe buscar y asociar por forma y textura, para buscarlo deberá desplazarse caminando por una colchoneta buscando los elementos al centro del camino. Trabajan de forma separada.

Final o síntesis

Estiramientos musculares dirigidos.

➤ **Unidad de trabajo 13 de mayo – 7 sesión**

Unidad de trabajo: El entorno y los estímulos

Contenidos de la unidad: Atención auditiva – Atención exteroceptiva – Orientación espacial - Atención mano-táctil

Grupo: 10

Instalaciones: Sala de Educación Física

Materiales: Equipo de música – colchonetas- botellas con semillas – pelotas – conos – aros – Mapas cognitivos táctiles.

Objetivos:

-Percibir movimientos corporales por medio del tacto, realizando la ejecución.
- Realizar diferentes ejecuciones motrices en los espacios disponibles, que constituyen la sala.

-Identificar la ubicación de las personas por medio de un estímulo sonoro o la voz.

Mapas cognitivos

-Reconocer los elementos presentes en el mapa cognitivo, relacionándolos a su espacio real.

-Utilizar el mapa cognitivo, identificando la ubicación de los elementos en relación a su cuerpo.

-Ubicar los elementos de su entorno real según la disposición del mapa.

Metodologías:

- Explicaciones breves y precisas en lenguaje verbal, demostración de las actividades utilizando el tacto.

- Métodos de enseñanza utilizados; mando directo, enseñanza basada en la tarea, descubrimiento guiado.

- Feedback y retroalimentación a los estudiantes al realizar las actividades

Adaptaciones físicas, sensoriales o intelectuales:

-Los movimientos corporales que realicen los usuarios estarán inducidos por estímulos táctiles.

-Los usuarios se desplazan siguiendo estímulos táctiles.

- Influir en el nivel cognitivo de los usuarios aumentando su atención y comprensión por medio de consignas auditivas y táctiles.

Actividades

Inicio y exploración

Los usuarios bailan al ritmo de la música, sobre unas colchonetas cogidos de las manos, el propósito es transmitirse los movimientos, por ejemplo, si uno del grupo inicia el movimiento, éste debe ser transmitido al resto. Después pueden cambiar de posición uno detrás del otro, transmitiéndose por medio el tacto los movimientos corporales realizados.

Desarrollo

Actividad 1

Los usuarios trabajan con los mapas cognitivos, cada mapa está conformado por tres elementos que representan el espacio real, considerando que uno de los elementos representa su cuerpo y los otros dos un cono y una pelota, posteriormente deben ubicar los elementos (cono y pelota) sobre la colchoneta en relación a su cuerpo, según lo que toquen en el mapa.

Actividad 2

Los usuarios se ubican dentro de un aro en cualquier lugar de la sala de clase, deberán pasarse entre todos tres elementos sonoros (pelota con cascabeles y 2 botellas con semillas) a un integrante del grupo persona llega el elemento, deberá hacerlo sonar y llamar a uno de los compañeros para que ir a buscarlo, la persona deberá regresar dentro del aro y hacer sonar el elemento para un próximo compañero. Así sucesivamente, trasladan los tres elementos.

Final o síntesis

Estiramientos musculares dirigidos.

8.6. Anexo VI: Evaluación por medio de una lista de cotejo de cada Unidad de trabajo y hoja de registro anecdótico.

Nombre de la Unidad de trabajo: El cuerpo y las posibilidades de movimiento.			
Nombre del Usuario/a:			
Fecha:			
Criterio a evaluar	Observado	A veces observado	No observado
1-Identifica las partes de su cuerpo incluso las más pequeñas, por medio del tacto.			
2-Reconoce en un compañero las partes del cuerpo de mayor longitud y menor, por medio del tacto.			
3-Interioriza los movimientos de los miembros superiores e inferiores de su cuerpo.			
4-Conoce, identifica y valora los elementos y segmentos corporales propios y de los demás por medio de tacto.			
5-Realiza diferentes posturas corporales, comprendiendo la ubicación de cada segmento corporal.			
6- Percibe las expresiones faciales de los demás a través del tacto reproduciendo en su propio rostro.			
7- Identifica las fases de la respiración, inspiración-expiración.			
8- Aprecia e interioriza la relajación y tensión de diferentes grupos musculares.			

Nombre de la Unidad de trabajo: El entorno y los estímulos			
Nombre del Usuario/a:			
Fecha:			
Criterio a evaluar	Observado	A veces observado	No observado
1-Identifica el espacio que dispone (dimensiones y características) siendo una colchoneta o aro, utilizándolo para realizar propuestas motrices.			
2- Reconoce las señalizaciones (colchonetas adheridas al suelo) en línea recta, de manera podo-táctil o mano-táctil, caminando o reptando en línea recta percibiendo la textura de la señalización.			
3- Identifica los elementos presentes en el camino o señalización, percibiéndolos con sus pies o manos, realizando ejecuciones motrices con éstos.			
4- Diferencia nociones espaciales básicas: izquierda – derecha, delante – detrás.			
5- Camina sobre y por debajo de los obstáculos en el camino, reconociéndolos y pasándolos controlando y equilibrando su cuerpo.			
6- Realiza ejecuciones motrices en los espacios disponibles de la sala de clase, sabiendo su ubicación.			
7- Identifica la ubicación de las personas por medio de un estímulo sonoro o la voz.			
8- Identifica la ubicación de los elementos por medio del sonido.			

Nombre de la Unidad de trabajo: El tiempo y el espacio			
Nombre del Usuario/a:			
Fecha:			
Criterio a evaluar	Observado	A veces observado	No observado
1-Reconoce ciertas estructuras rítmicas.			
2-Utiliza y reconoce duraciones de movimientos corporales largas y cortas			
3- Reconoce grados de intensidad de los estímulos táctiles (noción fuerte y débil).			
4- Identifica la noción antes y después, por medio de movimientos corporales.			
5- Utiliza secuencias musicales sencillas para responder con estímulos corporales.			

Registro Anecdótico	
Usuario/a:	
Fecha:	
Duración de la Observación	
Observación	

8.7. Anexo VII: Cuestionario aplicado a la profesora de educación física del centro para saber el nivel de satisfacción, en relación a la unidad de trabajo implementada.

Instrucciones

- ✓ Lea atentamente las aseveraciones que se plantean y elija la apreciación que más acerca, desde su opinión.
- ✓ Marque con una X la estimación que elija, solo se debe marcar una y todas deben ser marcadas.

Afirmaciones	Nada de acuerdo	Algo de acuerdo.	Ni acuerdo ni desacuerdo	De acuerdo	Completo de acuerdo
1. Las actividades propuestas por la profesora, pueden ser realizadas por los/las usuarios/as.					
2. Las actividades que planifica la profesora se orientan bajo los objetivos de aprendizaje propuestos.					
3. La profesora utiliza adaptaciones en las actividades que facilitan la práctica de los/las usuarios/as.					
4. Las clases que realiza la profesora representan claridad y orden en las actividades desarrolladas.					
5. La profesora estimula y corrige a los usuarios cuando realizan tareas motrices.					
6. Las actividades que realiza la profesora son divertidas y estimulantes para los/las usuarios/as.					
7. La profesora mantiene buenas relaciones de comunicación con los/las usuarios/as.					

