



## RESUMEN

### **“PROPUESTA METODOLÓGICA PARA LA ENSEÑANZA DE ACTIVIDADES FÍSICAS Y RECREATIVAS EN PERSONAS CON DÉFICIT MENTAL EN EL INSTITUTO PILOTO DE INTEGRACIÓN DEL AZUAY (IPIA)”**

El presente trabajo de graduación se centra en la investigación, estudio, análisis, planificación, y realización de Actividades Físicas y Recreativas en las personas con discapacidad mental en el Instituto Piloto de Integración del Azuay, durante el periodo Marzo 2011 – Julio 2011 con una duración de 6 horas semanales, constando de un universo de estudio de 61 personas con discapacidad mental de diferentes tipos, con edades entre 6 y 17 años.

Comenzamos nuestro trabajo describiendo algunos hechos históricos sobre discapacidad mental como son: conceptos, síndromes, causas, etc., que sirven de base en la aplicación y el cumplimiento de la propuesta. Posteriormente definimos las Actividades Físicas y Recreativas adaptadas así como la metodología de enseñanza que están acordes con el grupo de trabajo tomando en cuenta las características del discapacitado mental según sus capacidades, necesidades y limitaciones para luego desarrollar con las actividades planificadas la propuesta metodológica para así obtener un aprendizaje óptimo y aprovechar los beneficios que nos ofrece la actividad física y recreativa.

Como parte final y analizando la información recolectada mediante la aplicación de test físicos y motrices adaptados, nos permiten demostrar que nuestra propuesta se cumplió en el Discapacitado Mental como se muestra en las tablas de procesamiento de los datos, llegando a obtener resultados positivos, lo que se puede evidenciar en las conclusiones del trabajo realizado y lo que acorde a nuestro punto de vista podemos recomendar para facilitar la labor pedagógica en el área de Cultura Física.

**PALABRAS CLAVES:** DISCAPACITADO MENTAL, CULTURA FÍSICA, ACTIVIDAD FÍSICA, ACTIVIDAD RECREATIVA, ACTIVIDAD FÍSICA ADAPTADA, BENEFICIOS.

**AUTORES:**

KARLA VERÓNICA CASTRO ARÉVALO.  
FRANKLIN OSWALDO GUAYASAMÍN VILLA.



## ÍNDICE GENERAL

### CAPÍTULO I

<b>1.1.</b>	<b>LA DISCAPACIDAD MENTAL</b> .....	<b>1</b>
<b>1.2.</b>	<b>Antecedentes históricos</b> .....	<b>1</b>
<b>1.3.</b>	<b>Conceptos de discapacidad mental</b> .....	<b>3</b>
<b>1.3.1.</b>	Concepto según la Organización Mundial de la Salud.....	<b>5</b>
<b>1.3.2.</b>	Concepto según la Asociación Americana de Retardo Mental.....	<b>5</b>
<b>1.4.</b>	<b>Causas</b> .....	<b>6</b>
<b>1.4.1.</b>	Prenatales.....	<b>6</b>
<b>1.4.2.</b>	Natales.....	<b>6</b>
<b>1.4.3.</b>	Post natales.....	<b>6</b>
<b>1.5.</b>	<b>Diagnóstico de una persona con discapacidad mental</b> .....	<b>7</b>
<b>1.5.1.</b>	Síntomas de discapacidad mental.....	<b>7</b>
<b>1.6.</b>	<b>Clasificación de los discapacitados mentales</b> .....	<b>8</b>
<b>1.6.1.</b>	Deficiencia mental ligera.....	<b>8</b>
<b>1.6.2.</b>	Deficiencia mental moderada o media.....	<b>8</b>
<b>1.6.3.</b>	Deficiencia mental severa.....	<b>8</b>
<b>1.6.4.</b>	Deficiencia mental profunda.....	<b>9</b>
<b>1.7.</b>	<b>Clasificación de los síndromes de discapacidad mental</b> .....	<b>9</b>
<b>1.8.</b>	<b>Características físicas y psicológicas de los discapacitados mentales</b> .....	<b>12</b>
<b>1.9.</b>	<b>Prevención, tratamiento, rehabilitación</b> .....	<b>22</b>
<b>1.10.</b>	<b>Estadísticas de la discapacidad mental en el Azuay</b> .....	<b>24</b>
<b>1.11.</b>	<b>Problemática en la sociedad de los discapacitados mentales</b> .....	<b>25</b>
<b>1.12.</b>	<b>Inclusión social</b> .....	<b>26</b>

**AUTORES:**

KARLA VERÓNICA CASTRO ARÉVALO.  
FRANKLIN OSWALDO GUAYASAMÍN VILLA.



## CAPÍTULO II

<b>2.1.</b>	<b>ACTIVIDADES FÍSICAS Y RECREATIVAS ADAPTADAS</b> .....	31
<b>2.2.</b>	<b>Definición de Actividad Física</b> .....	31
<b>2.2.1.</b>	Características de la actividad física.....	33
<b>2.2.2.</b>	Tipos de actividad física.....	33
<b>2.3.</b>	<b>Definición de Actividad Recreativa</b> .....	35
<b>2.3.1.</b>	Características.....	36
<b>2.3.2.</b>	Clasificación de las actividades recreativas.....	36
<b>2.4.</b>	<b>Importancia y beneficios de la Actividad física y Recreativa</b> .....	37
<b>2.4.1.</b>	Beneficios de la actividad física.....	37
<b>2.4.2.</b>	Beneficios de la actividad recreativa.....	39
<b>2.5.</b>	<b>Actividades Físicas Adaptadas</b> .....	40
<b>2.5.1.</b>	Conceptos sobre Actividad Física Adaptada.....	41
<b>2.5.2.</b>	Características de las Actividades Físicas Adaptadas.....	42
<b>2.5.3.</b>	Beneficios de las actividades Físicas adaptadas a personas con discapacidad mental.....	44
<b>2.6.</b>	<b>Actividades Recreativas Adaptadas</b> .....	44
<b>2.6.1.</b>	Concepto y Características.....	44
<b>2.7.</b>	<b>Pautas o estrategias metodológicas</b> .....	45
<b>2.7.1.</b>	Recomendaciones.....	45
<b>2.7.2.</b>	Labor del profesor.....	47
<b>2.8.</b>	<b>Métodos didácticos</b> .....	48
<b>2.8.1.</b>	Métodos de enseñanza.....	49
<b>2.8.2.</b>	Modalidades de posicionarse el profesor frente al alumno.....	50
<b>2.9.</b>	<b>Recursos y materiales utilizados</b> .....	52

### AUTORES:

KARLA VERÓNICA CASTRO ARÉVALO.  
FRANKLIN OSWALDO GUAYASAMÍN VILLA.



### CAPITULO III

<b>3.1. PROPUESTA DE ACTIVIDADES FÍSICAS Y RECREATIVAS PARA EL DISCAPACITADO MENTAL EN EL INSTITUTO PILOTO DE INTEGRACIÓN DEL AZUAY (IPIA).....</b>	<b>56</b>
3.1.1. Historia y datos del Instituto Piloto de Integración del Azuay.....	56.
3.1.2. Programa de Cultura Física del Instituto.....	58
3.1.3. Características de los alumnos.....	60
3.1.3.1. Fichas personales de los alumnos del Instituto.....	61
3.1.3.2. Datos estadísticos del nivel de coeficiente intelectual de los alumnos del IPIA.....	68
<b>3.2. Aplicación de la propuesta en el Instituto Piloto de Integración del Azuay .....</b>	<b>69</b>
3.2.1. Contenidos de la Educación Física Especial.....	70
3.2.2. Criterios de ejecución de las actividades físicas y recreativas.....	73
3.2.3. Cronograma de Actividades.....	74
3.2.4. Diseños o planes de clase.....	77
<b>3.3. Resultados obtenidos con el discapacitado mental y defensa de la propuesta.....</b>	<b>88</b>
3.3.1. Resultados de los test iniciales, intermedios, finales de cualidades físicas de cada uno de los alumnos de los niveles uno, dos, tres, cuatro, cinco, seis del Instituto.....	89
3.3.2. Resultados generales de los test físicos de cada uno de los seis niveles.....	100
3.3.2.1. Tabulación, procesamiento, gráficos y análisis estadísticos de los resultados obtenidos de los test físicos.....	100
3.3.3. Tablas de promedio global de los test físicos en el “Instituto Piloto de Integración del Azuay”.....	110
<b>3.3.4. Resultados generales de los test motrices de los 6 niveles.....</b>	<b>112</b>

**AUTORES:**

KARLA VERÓNICA CASTRO ARÉVALO.

FRANKLIN OSWALDO GUAYASAMÍN VILLA.



UNIVERSIDAD DE CUENCA

3.3.4.1. Tabulación, procesamiento, gráficos y análisis estadísticos de los resultados obtenidos de los test motrices.....112

3.3.5. **Tablas de promedio global de los test motrices en el “Instituto Piloto de Integración del Azuay”** .....117

3.3.6. **Tabulación, procesamiento, gráficos y análisis estadísticos de los resultados de las encuestas realizadas a profesiones en el área de Cultura Física en el cantón Cuenca**.....121

3.3.7. **Tabulación, procesamiento, gráficos y análisis estadísticos de los resultados de las encuestas realizadas a los padres de familia del Instituto Piloto de Integración del Azuay**.....128

**CAPITULO IV**

4.1. **Conclusiones**.....135

4.2. **Recomendaciones**.....137

**BIBLIOGRAFÍA**.....138

**ANEXOS**



UNIVERSIDAD DE CUENCA

UNIVERSIDAD DE CUENCA

FACULTAD DE FILOSOFÍA LETRAS Y CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN

ESCUELA DE CULTURA FÍSICA



**TEMA:**

**“PROPUESTA METODOLÓGICA PARA LA ENSEÑANZA DE ACTIVIDADES FÍSICAS Y RECREATIVAS EN PERSONAS CON DÉFICIT MENTAL EN EL INSTITUTO PILOTO DE INTEGRACION DEL AZUAY (IPIA)”**

Tesis de Grado previo a la obtención del Título  
de Licenciado en Ciencias de la Educación,  
en la especialidad de Cultura Física

**AUTORES:**

KARLA VERÓNICA CASTRO ARÉVALO.  
FRANKLIN OSWALDO GUAYASAMÍN VILLA.

**DIRECTOR DE TESIS:**

Mst. VICENTEDIEGO LEÓN CÓRDOVA.

CUENCA – ECUADOR

**AUTORES:**

KARLA VERÓNICA CASTRO ARÉVALO.  
FRANKLIN OSWALDO GUAYASAMÍN VILLA.



**UNIVERSIDAD DE CUENCA**

Mst. Vicente Diego León Córdova

**DIRECTOR DE TESIS**

**CERTIFICA**

En mi calidad de Director asignado para la presente tesis, declaro que se dio cumplimiento al proceso de investigación, ejecución y presentación, así como lo dispone la Universidad de Cuenca, además confirmo la autoría a los estudiantes: Karla Verónica Castro Arévalo y Franklin Oswaldo Guayasamín, con la reserva de la información motivo de investigación que mantiene su autoría debidamente citada.

.....  
Mst. Vicente Diego León Córdova

**DIRECTOR DE TESIS**

**AUTORES:**  
KARLA VERÓNICA CASTRO ARÉVALO.  
FRANKLIN OSWALDO GUAYASAMÍN VILLA.



UNIVERSIDAD DE CUENCA

### DECLARACIÓN DE AUTORÍA

Nosotros, Karla Verónica Castro Arévalo y Franklin Oswaldo Guayasamín Villa con cédulas de identidad número 010526668-8 y 171687895-2 respectivamente, declaramos que el presente trabajo de Tesis de Grado, es de nuestra autoría, a excepción de los datos tomados para la investigación que mantienen su autoría con sus respectivas referencias bibliográficas adjuntas; y no ha sido presentado anteriormente ante otro tribunal de calificación profesional alguno.

.....

Karla Verónica Castro Arévalo

.....

Franklin Oswaldo Guayasamín Villa

**AUTORES:**  
KARLA VERÓNICA CASTRO ARÉVALO.  
FRANKLIN OSWALDO GUAYASAMÍN VILLA.



UNIVERSIDAD DE CUENCA

## DEDICATORIA

Este trabajo de tesis lo dedico a mi querida hija y a mi esposo quienes me llenaron de fuerza y motivación para culminarlo, a mis padres que me supieron guiar en todo este largo camino para llegar a ser una profesional y sobre todo a Dios porque me brindó la sabiduría para poder alegrar y orientar la vida de las personas con discapacidad mental.

Atentamente

.....

KARLA CASTRO

**AUTORES:**

KARLA VERÓNICA CASTRO ARÉVALO.  
FRANKLIN OSWALDO GUAYASAMÍN VILLA.



UNIVERSIDAD DE CUENCA

## DEDICATORIA

Para mis seres queridos que han esperado con ansias verme como un profesional, para los anteriores, presentes y futuros alumnos de Cultura Física que puedan usar nuestro trabajo de Tesis como fuente de motivación en su carrera, para aquellas personas que de alguna forma están vinculadas en el proceso educativo del Discapacitado Mental, y en especial para el protagonista de este trabajo el Discapacitado Mental.

Atentamente

.....

OSWALDO GUAYASAMÍN VILLA

**AUTORES:**

KARLA VERÓNICA CASTRO ARÉVALO.

FRANKLIN OSWALDO GUAYASAMÍN VILLA.



**UNIVERSIDAD DE CUENCA**

## **AGRADECIMIENTO**

A nuestros maestros que de buena fe nos transmitieron sus conocimientos para llevarnos hasta esta etapa de nuestras vidas, especialmente al Mst. Diego León por dirigir con paciencia este trabajo, al personal del Instituto Piloto de Integración del Azuay que estuvieron durante el desarrollo de este trabajo y en general a las personas que nos contribuyeron tanto económica como anímicamente para culminar nuestro trabajo.

Los autores.

**AUTORES:**

KARLA VERÓNICA CASTRO ARÉVALO.

FRANKLIN OSWALDO GUAYASAMÍN VILLA.



UNIVERSIDAD DE CUENCA

## INTRODUCCIÓN GENERAL

Teniendo en cuenta que la discapacidad mental se da casi desde la existencia del hombre y la necesidad de ser atendida, el presente trabajo crea la certeza de que el siguiente proceso educativo estará dirigido al bienestar del individuo y de la sociedad, tendrá una proyección social, será útil y práctico con la finalidad de cambiar la realidad social y emocional del sujeto de estudio reconociendo sus deficiencias para estimularlas y fortalecerlas en lo posible.

De acuerdo a esta propuesta, nuestra Tesis tiene como finalidad la socialización y difusión de actividades poco tratadas en el lugar donde hemos decidido desarrollar nuestro proyecto con el objetivo de contribuir al desarrollo físico y emocional de la población en estudio, ya que, el bien del individuo abarca aspectos no solo de carácter educativo, sino también; emocionales, de salud, sociales, que la Cultura Física contribuye a crear. Con este fin nos hemos planteado colaborar en la formación y desarrollo de los alumnos del Instituto Piloto de Integración del Azuay para mejorar sus habilidades y capacidades en todos los ámbitos de su vida.

Consta de cuatro capítulos, en el primer capítulo encontramos los conceptos que son claves en la guía del proceso pedagógico de las Actividades Físicas y Recreativas para el Discapacitado Mental así como también los antecedentes históricos de Discapacidad Mental.

El segundo capítulo contiene lo que son las actividades físicas y recreativas adaptadas a nuestro universo de estudio y la metodología de trabajo tomando en cuenta los recursos como son los materiales e infraestructura adecuados.

El tercer capítulo se centra en la propuesta de actividades para el Instituto Piloto sin antes conocer su historia, forma de trabajo y datos generales que sirven para conocer la Institución y sus fines. Aplicando dicha propuesta, se muestran los detalles de las actividades que con planes de lección previamente elaborados sirven de apoyo para llevar las clases a cabalidad.

### **AUTORES:**

KARLA VERÓNICA CASTRO ARÉVALO.  
FRANKLIN OSWALDO GUAYASAMÍN VILLA.



## UNIVERSIDAD DE CUENCA

Finalmente se presentan las conclusiones y recomendaciones que se derivan de todo el proceso práctico de campo al ser deducidas del análisis de los resultados obtenidos antes, durante y después de la aplicación de las actividades por medio de test de cualidades físicas que nos permitieron medir el progreso y cumplimiento nuestra propuesta.

### **AUTORES:**

KARLA VERÓNICA CASTRO ARÉVALO.  
FRANKLIN OSWALDO GUAYASAMÍN VILLA.



## PROBLEMATIZACIÓN

Para el desarrollo del siguiente trabajo se ha considerado analizar una serie de circunstancias las mismas que hemos dividido como problema principal y problemas complementarios.

### **Problema Principal**

- No existe una metodología acorde con las características, necesidades e intereses de las personas con discapacidad mental del Instituto Piloto de Integración del Azuayque cumpla con un buen desarrollo físico, intelectual y afectivo de estas personas.

### **Problemas Complementarios**

- La Cultura Física actual promueve la práctica de actividades físicas, deporte y recreación sin discriminación alguna, cosa que no se cumple en su totalidad en nuestra sociedad pudiendo trabajar no sólo con deportistas o personas con armonía física sino también con grupos de personas con capacidades diferentes, niños, ancianos, discapacitados, etc., lo que se conoce como deporte para todos.
- Pocos profesionales en el área de Cultura Física son los que trabajan con personas discapacitadas no por la falta de conocimiento sino por la falta de dedicación hacia ellos.
- Teniendo en cuenta que el tipo de actividad y los esfuerzos son diferentes para personas con discapacidad mental por el tipo de estímulo que se requiere aplicar en comparación de las demás personas, encontramos que las metodologías que se aplican en personas con capacidades diferentes no son las adecuadas o son las mismas que para las personas sin discapacidad.

### **AUTORES:**

KARLA VERÓNICA CASTRO ARÉVALO.  
FRANKLIN OSWALDO GUAYASAMÍN VILLA.



## OBJETIVOS

### Objetivo general

- Diseñar y aplicar una propuesta metodológica para el desarrollo adecuado y óptimo de las actividades físicas y recreativas para las personas con discapacidad mental del Instituto Piloto de Integración del Azuay (IPIA).

### Objetivos específicos

- Demostrar la importancia de las actividades físicas y recreativas en las personas con discapacidad mental en su vida y en la sociedad.
- Determinar la carga horaria adecuada para el desarrollo de las actividades tanto físicas como recreativas.
- Identificar qué tipo de destrezas se manifiestan en las actividades físicas y recreativas.
- Desarrollar el trabajo físico – recreativo mediante una adecuada guía pedagógica de actividades para personas con déficit mental.

### AUTORES:

KARLA VERÓNICA CASTRO ARÉVALO.  
FRANKLIN OSWALDO GUAYASAMÍN VILLA.



## HIPÓTESIS

### Hipótesis Central

Las Actividades Físicas y Recreativas aplicables en el Discapacitado Mental mejoran la motricidad, el desempeño académico y favorecen el sentimiento de inclusión que le ayudan en el desempeño de las actividades cotidianas y a sentirse útil en la sociedad.

### Hipótesis Complementarias

La aplicación de una metodología adaptada acompañada de los conocimientos del profesional en Cultura Física, facilitan la aplicación de los procesos de actividades físico-recreativas en el Discapacitado Mental.

### **AUTORES:**

KARLA VERÓNICA CASTRO ARÉVALO.  
FRANKLIN OSWALDO GUAYASAMÍN VILLA.



## CAPÍTULO I

### 1.1 DISCAPACIDAD MENTAL

#### 1.2 ANTECEDENTES HISTÓRICOS SOBRE LOS CONCEPTOS DE DISCAPACIDAD MENTAL

La discapacidad siempre existió a lo largo de toda la humanidad, por lo que daremos un breve recuento acerca de la evolución de los conceptos de discapacidad mental descrita por diferentes personas estudiosas que aportaron con sus investigaciones para asentar las bases de discapacidad mental y que posteriormente fueron revisadas para dar los conceptos que se usan en la actualidad.

En Grecia los discapacitados recibieron un trato desigual, por un lado hubo infanticidios, malos tratos y por otro se comenzó a considerar las deficiencias físicas y trastornos mentales como fenómenos naturales y con las reformas de Pericles (499 – 429 A.C.) se comenzó a atender a los enfermos y desvalidos en casas de convalecencia.

El primer estudio de las enfermedades mentales fue realizado por el médico griego Alcmaeon de Crotono aproximadamente 500 A.C. Él planteó que los sentidos estaban ligados al cerebro y era el órgano del cuerpo donde se captaban las emociones, se generaban las ideas y se permitía el conocimiento.

Posteriormente Hipócrates, el padre de la medicina (460-377 a.n.e.). Manifestó que los desórdenes mentales eran consecuencia de enfermedades del cerebro, e intentó explicar de forma coherente que las enfermedades mentales se debía a causas naturales -este constituyó uno de sus principales méritos. En sus escritos menciona la anencefalia, así como otras malformaciones craneales asociadas a un severo retraso mental (RM).

Con la llegada del cristianismo a través de sus mensajes de amor, misericordia y entrega se prohíbe el infanticidio y existió la sensibilidad hacia parálíticos, sordos, ciegos, leprosos y otros discapacitados mejorando su trato en la sociedad.

En la edad media, a los enfermos mentales se les consideraba como criaturas poseídas del demonio y los medios de curación eran la tortura y la hoguera.

Avicena (980-1037) el más célebre de los médicos árabes plantea una clasificación de las enfermedades mentales en la cual incluye el término amencia para designar al retraso mental.

#### **AUTORES:**

KARLA VERÓNICA CASTRO ARÉVALO.  
FRANKLIN OSWALDO GUAYASAMÍN VILLA.



*Félix Platter* (1536-1614), profesor de anatomía y medicina de Basilea introdujo el término de imbecilidad mental.

En 1667 existió un nuevo término denominado **morosis** para denominar el retraso mental, el mismo que fue dado por *Thomas Willis* (anatomista y médico inglés).

En 1818, Esquirol plantea la definición de idiota y establece la diferencia entre esta y la demencia y confusión mental. Plantea además que el Retraso Mental era un déficit intelectual, constatable, de origen orgánico e incurable.

En el siglo XX en Francia se da un gran avance en el estudio de los niños con discapacidades físicas, intelectuales o de conducta, ya que veían que ellos no respondían a las exigencias escolares por lo que el Ministerio de Instrucción Pública de ese país nombró a una comisión encargada de analizar desde el punto de vista escolar a estos niños, la comisión estaba encargada por el psicólogo francés Alfred Binet y el Doctor Simon, ellos crearon en 1905 la primera escala para medir la inteligencia inclusive utilizado hasta la actualidad en algunos institutos por su puesto con sus respectivos avances. La escala se denominó: escala de Binet – Simón.

<sup>1</sup>Esta escala consistía en una serie de pruebas o test que se le presentaban al sujeto en orden creciente de dificultades y que contenían gran cantidad de problemas en los que intervenían el juicio, la comprensión y el razonamiento, que eran para *Binet* componentes esenciales de la inteligencia. La calificación otorgada se daba en términos de edad mental, ya que para cada edad se habían incluido problemas que niños normales de esa edad pudieran resolver.

A finales del siglo XIX y principios del XX, se caracterizó por un gran avance de la ciencia. *Emil Kraepelin* (1856-1926), psiquiatra alemán, denominó al retraso mental como **oligofrenia**; el cual significaba el insuficiente desarrollo de la psique en general, asociado a un insuficiente desarrollo intelectual de diferentes grados de profundidad.

A comienzos del siglo XX se crea la Asociación Americana sobre el Retraso Mental (AAMM) que es una asociación encargada en investigar lo relacionado con el retraso mental, está compuesta por numerosos profesionales en el campo de la salud, psicología, educación, trabajo social, legislación, etc, que cada cierto periodo da a conocer al mundo sus nuevos conceptos, paradigmas a cerca de la discapacidad mental.

Su primera definición la dio en el año de 1921, desde ahí se han publicado nueve ediciones más, manteniéndose en vigencia la del 2002.

En estos últimos años existe una visión psicosocial de la discapacidad mental centrándose principalmente en la inclusión social en todo ámbito, florecimiento de

---

<sup>1</sup>[http://www.tesisnarxa.net/TESIS\\_UB/AVAILABLE/TDX-0121109-093409/AMBR\\_TESIS.pdf](http://www.tesisnarxa.net/TESIS_UB/AVAILABLE/TDX-0121109-093409/AMBR_TESIS.pdf)

**AUTORES:**

KARLA VERÓNICA CASTRO ARÉVALO.

FRANKLIN OSWALDO GUAYASAMÍN VILLA.



asociaciones de índole deportiva, educativa, etc. hacia estas personas, apoyo del Estado, surgimiento de nuevas técnicas de apoyo, control para mejorar su desarrollo motriz, educativo, afectivo.

### 1.3 CONCEPTO DE DISCAPACIDAD MENTAL

Antes de dar el concepto de discapacidad mental debemos conocer algunos términos que son muy importantes para el desarrollo de este tema.

<sup>2</sup> Discapacidad.- Son las limitaciones, impedimentos o dificultades que tiene un ser humano para realizar determinadas actividades cotidianas “normales”, debido a la alteración de sus funciones físicas, auditivas, visuales, intelectuales.

De acuerdo al Art. 3 del Reglamento General a la Ley de Discapacidades del Ecuador, se considera persona con discapacidad a toda persona que, como consecuencia de una o más deficiencias físicas, mentales, y/o sensoriales, genéticas, congénitas o adquiridas, previsiblemente de carácter permanente se ve restringida en al menos un treinta por ciento de su capacidad para realizar una actividad dentro del margen que se considera normal, en el desempeño de sus funciones o actividades habituales.

<sup>3</sup>**Deficiencia.-** Toda pérdida o anomalía de nuestra estructura o función psicológica, fisiológica o anatómica

<sup>4</sup>**Minusvalía:** Una situación desventajosa para un individuo determinado, consecuencia de una deficiencia o discapacidad, que limita o impide el desarrollo de un rol que es normal en su caso (en función de la edad, sexo, factores sociales y culturales). Es por tanto la pérdida o limitación de las oportunidades de participar en la vida de la comunidad en igualdad con los demás.

<sup>5</sup>**Coeficiente Intelectual.-** Forma la más corriente de expresar el nivel de desarrollo mental con relación a la edad real o cronológica; se obtiene dividiendo la edad mental, determinada por medio de un test general de inteligencia, por la edad real y se multiplica el resultado por cien (100).

<sup>6</sup>**Inteligencia.-** La inteligencia es el término global mediante el cual se describe una propiedad de la MENTE en la que se relacionan habilidades tales como las

---

<sup>2</sup> [www.conadis.gob.ec/docs/guiaweb.pdf](http://www.conadis.gob.ec/docs/guiaweb.pdf)

<sup>3</sup> <http://tq.educ.ar/tq03031/evolucion.htm>

<sup>4</sup> <http://tq.educ.ar/tq03031/evolucion.htm>

<sup>5</sup> <http://www.med.univrennes1.fr/iidris/index.php?action=contexte&num=4418&mode=mu&lg>

<sup>6</sup> [www.wikipedia.com](http://www.wikipedia.com)

**AUTORES:**

KARLA VERÓNICA CASTRO ARÉVALO.

FRANKLIN OSWALDO GUAYASAMÍN VILLA.



capacidades del pensamiento abstracto, el entendimiento, la comunicación, el raciocinio, el aprendizaje, la planificación y la solución de problemas.

<sup>7</sup>**Retraso mental.-** El **retraso mental** consiste en una adquisición lenta e incompleta de las habilidades cognitivas durante el desarrollo humano, que conduce finalmente a limitaciones sustanciales en el desenvolvimiento corriente. Se caracteriza por un funcionamiento intelectual significativamente inferior a la media, que tiene lugar junto a limitaciones asociadas en dos o más de las siguientes áreas de habilidades adaptativas: comunicación, cuidado personal, vida en el hogar, habilidades sociales, utilización de la comunidad, autogobierno, salud y seguridad, habilidades académicas funcionales, ocio y trabajo.

<sup>8</sup>**DISCAPACIDAD MÚLTIPLE.-** Son discapacidades concomitantes o simultáneas, como: retraso mental y ceguera, retraso mental y discapacidad física, etc. esta combinación causa necesidades educacionales que no se pueden responder desde un programa de educación especial dedicado a trabajar de manera exclusiva con una de las discapacidades.

El termino discapacidad mental tiene varias interpretaciones según el ámbito en que se desenvuelva y es así que en psicología se denomina discapacidad mental, en la medicina se define como retraso mental, para las organizaciones sociales de beneficencia le denominan como capacidades diferentes.

Para facilitar la comprensión de la investigación, se cita a continuación algunas definiciones:

<sup>9</sup>**Discapacidad Intelectual.-** se manifiesta por una falta de sincronía, retraso o dificultad según la edad para adquirir determinadas conductas básicas como: lenguaje oral (expresión y comprensión verbal), desarrollo físico y motor (autonomía motriz), determinados comportamientos sociales (lenguaje social y hábitos sociales) y autonomía personal (control de esfínteres, alimentación, vestido, etc.)

### 1.3.1 CONCEPTO DE DISCAPACIDAD MENTAL SEGÚN LA ORGANIZACIÓN MUNDIAL DE LA SALUD

---

<sup>7</sup> [www.wikipedia.com](http://www.wikipedia.com)

<sup>8</sup> Samaniego Pilar, Acceso a Servicios Educativos de jóvenes con discapacidad en el Ecuador, Quito - Ecuador, marzo 2005

<sup>9</sup> Samaniego Pilar, Acceso a Servicios Educativos de jóvenes con discapacidad en el Ecuador, Quito - Ecuador, marzo 2005

#### AUTORES:

KARLA VERÓNICA CASTRO ARÉVALO.

FRANKLIN OSWALDO GUAYASAMÍN VILLA.



**Definición Según la Organización Mundial de la Salud (OMS).**-Son individuos con una capacidad intelectual sensiblemente inferior a la media que se manifiesta en el curso del desarrollo y se asocia a una clara alteración en los comportamientos adaptativos

### **1.3.2 CONCEPTO DE DISCAPACIDAD MENTAL SEGÚN LA ASOCIACIÓN AMERICANA DE RETARDO MENTAL**

**La definición de retraso mental propuesta por la AAMR (Asociación Americana de Retardo Mental) en 2002 plantea:** es una discapacidad caracterizada por limitaciones significativa en el funcionamiento intelectual y la conducta adaptativa tal como se ha manifestado en habilidades prácticas, sociales y conceptuales. Esta discapacidad comienza antes de los 18 años. En esta definición el funcionamiento intelectual inferior al promedio es definido como "un cociente intelectual aproximadamente igual o inferior a 70-75".

La definición que plantea la AAMR enmarca 5 dimensiones de la discapacidad intelectual las cuales son:

- I. **Habilidades intelectuales.-** la inteligencia es una capacidad mental que conlleva razonamiento, planificación, solución de problemas, comprender ideas, aprendizaje con rapidez y aprendizaje mediante la experiencia.
- II. **Conducta Adaptativa.-** son las habilidades conceptuales, sociales y prácticas que aprenden las personas para desempeñarse en su vida diaria.
  - **Conceptual:** Lenguaje (receptivo y expresivo), Lectura y escritura.
  - **Social.-** Interpersonal, Responsabilidad, □Autoestima, Credulidad (probabilidad de ser engañado o manipulado) ,Sigue las reglas, Obedece las leyes.
  - **Práctica.-** Actividades de la vida diaria: Comida, Transferencia / movilidad, Aseo, Vestido, Actividades instrumentales de la vida diaria: Preparación de comidas.
- III. **Participación, interacciones y roles sociales:**
- IV. **Salud: física, mental.**
- V. **Contexto ambiental y cultural:** Se describen tres niveles de acuerdo con su proximidad al individuo: microsistema que incluye la familia, personas más próximas; mesosistema: vecindario, barrio, servicios educativos, laborales, etc; macrosistema: los patrones generales de la cultura, sociedad.

**La discapacidad mental de un individuo no es una entidad fija e incambiable. Va siendo modificada por el crecimiento y desarrollo biológicos del individuo y por la disponibilidad y calidad de los apoyos que recibe. En una interacción constante y permanente entre el individuo y su ambiente.**

**AUTORES:**

KARLA VERÓNICA CASTRO ARÉVALO.  
FRANKLIN OSWALDO GUAYASAMÍN VILLA.



## 1.4 CAUSAS QUE DEJAN COMO SECUELA UNA DISCAPACIDAD MENTAL

Esta incapacidad es de orden fisiológico, es decir que se debe a un mal funcionamiento de los centros superiores del sistema nervioso. Centros que están situados en el cerebro y, para las funciones más complejas, en la corteza cerebral, el córtex.

1.4.1 **Prenatales.**- Alcoholismo de la madre, exposición a rayos durante el embarazo, problemas genéticos: errores cuando los genes se combinan u otras razones. Algunos ejemplos de condiciones genéticas incluyen síndrome de Down. Una mujer que contrae una infección como rubéola durante su embarazo puede también tener un bebé con discapacidad mental.

1.4.2 **Natales.**-La causa más común son las anoxias que es la falta de oxígeno en el bebé, que ocurren durante el parto debido a diversas causas como: lentitud o irregularidad de las contracciones uterinas, vueltas y nudos del cordón, incluso un parto demasiado rápido. El niño nace azul o blanco y debe ser reanimado con oxígeno, y las células más perfectas del organismo, las cerebrales, comienzan a morir.

**1.4.3 Postnatales.**- traumatismos, inhalación de gases, altas temperaturas.

-Microcefalia: consiste en el menor desarrollo cerebral lo que ocasiona retardo mental.

-Macrocefalia: agrandamiento de la masa cerebral.

-Hidrocefalia: acumulación anormal del líquido cefaloraquídeo.

- La discapacidad mental puede también ser causada por malnutrición extrema o crónica, no recibir suficientes cuidados médicos o por ser expuesto a venenos como plomo o mercurio.

## **1.5 DIAGNÓSTICO DE UNA PERSONA CON DISCAPACIDAD MENTAL**

### **AUTORES:**

KARLA VERÓNICA CASTRO ARÉVALO.

FRANKLIN OSWALDO GUAYASAMÍN VILLA.



Empezaremos por definir el concepto de coeficiente intelectual (CI) que es la base para conocer su nivel de deficiencia.

**Coeficiente Intelectual.-** es la cifra que se obtiene de medir la edad mental (EM) lograda de igualar ciertas pruebas de inteligencia (estandarizadas de niños normales) por la edad cronológica (EC) y multiplicar el resultado por cien para evitar decimales.

**CI= EM / EC X100**

Cuando el CI es inferior al que corresponde a la inteligencia media baja, es decir de 70 a 75 o menos, esto no establece por sí solo el diagnóstico de discapacidad mental tiene que estar acompañados de dos o más inhabilidades de adaptación medioambientales y que ambas ineptitudes estén presentes antes de los 18 años.

La psicometría del niño debe hacerse con la prueba apropiada; en el adulto (16 a 89 años cronológicos) con la escala para adultos de Wechsler, pero también tiene de 6 a 16 años, la escala de Kaufman es de 2,5 a 12,5 años; en adolescentes y adultos la escala es de Standford Binet.

### **Diagnóstico de Discapacidad Intelectual (Retraso Mental) según la Asociación Americana de Retraso Mental.**

Hay diagnóstico de retraso mental si:

1. Hay limitaciones significativas del funcionamiento intelectual
2. Hay limitaciones significativas de la conducta adaptativa
3. La edad de aparición es antes de los 18 años.

#### **1.5.1 Síntomas de déficit mental:**

Estos se detectan en la primera infancia con las siguientes manifestaciones:

- ✓ Retraso psicomotor o adquisiciones del niño en la primera infancia (mantener la cabeza, quedarse sentado, deambulación y locución).
- ✓ Retraso en el control de esfínteres y realizaciones prácticas, tales como autoalimentarse, vestirse, asearse.
- ✓ Dificultades en los juegos: en el uso de los juguetes, no saben jugar solos, mayor o menor torpeza en la coordinación dinámica general (grandes movimientos) y en la manipulación fina, no entienden las reglas de los juegos más elementales y no comprenden bien las órdenes. En definitiva, el comportamiento general es como el de un niño de menor edad.
- ✓ La afectación del lenguaje es constante y en los más graves no se llega a adquirir.

#### **1.6 CLASIFICACIÓN DE LOS DISCAPACITADOS MENTALES**

##### **AUTORES:**

KARLA VERÓNICA CASTRO ARÉVALO.  
FRANKLIN OSWALDO GUAYASAMÍN VILLA.



Para clasificar a las personas sobre qué tipo de discapacidad mental posee, se basa en el coeficiente intelectual.

Una persona que posee cualquier tipo de discapacidad sus resultados en los test deben ser de 75 o menos ya que una persona normal su coeficiente intelectual es de 100.

Según la Asociación Americana para la Deficiencia Mental:

### **1.6.1 Deficiencia mental ligera**

El coeficiente intelectual se encuentra entre está 52-68. Poseen graves dificultades para seguir un currículum escolar normal, pero con ayuda psicológica, educativa pueden llegar a escribir, aprender las cuatro operaciones de cálculo y un importante conocimiento escolar básico. En el área motora presenta un mínimo retraso.

En el ámbito social tienen capacidad de adaptación y de integración como de una persona normal.

### **1.6.2 Deficiencia mental moderada o media**

Estas personas tienen de coeficiente intelectual entre 36-51. Entre sus características más importantes están: aprenden a comunicarse mediante un lenguaje oral que presenta dificultades en su expresión y comprensión; pueden adquirir habilidades pre tecnológicas básicas para desempeñarse en algún trabajo pero tienen dificultad al momento de utilizar técnicas instrumentales básicas.

Esta deficiencia es la que refleja lo que es la deficiencia mental ya que se encuentra entre los límites "intermedios".

### **1.6.3 Deficiencia mental severa**

Su Coeficiente Intelectual se sitúa entre 20-35. Se caracterizan por: el nivel de autonomía social y personal es insignificativo por lo que necesitan de la ayuda o protección de una persona que esté pendiente de ellos; en el área psicomotora tienen graves problemas de deficiencia; en el área comunicativa pueden aprender algún sistema de comunicación debido a que su lenguaje oral es insuficiente.

El objetivo principal de rehabilitación con este tipo de deficiencia no es la enseñanza convencional sino la adquisición de un gran número de habilidades de autonomía básica.

### **1.6.4 Deficiencia mental profunda**

#### **AUTORES:**

KARLA VERÓNICA CASTRO ARÉVALO.

FRANKLIN OSWALDO GUAYASAMÍN VILLA.



Su Coeficiente Intelectual es inferior a 20, por lo que su déficit intelectual acompañado de la deficiencia física son extremas esto los hace dependientes en casi todas sus funciones y actividades pero tienen una capacidad de desplazamiento y responden a entrenamientos simples de autoayuda.

Es muy difícil que el deficiente estrictamente profundo, llegue a alcanzar autonomía funcional más allá de las conductas más elementales de vestirse y desnudarse, comer por sí solo, o adquirir las habilidades de higiene personal. La enseñanza que ha de recibir será de hábitos de autonomía y no resultará fácil que llegue ni siquiera a dominar el lenguaje oral. La meta educativa principal de un deficiente profundo es que deje de ser profundo o de aparecer como tal. La meta del educador ha de ser proporcionarles habilidades que les hagan crecientemente autónomos en diversas áreas de la vida diaria y que reduzcan así la necesidad de ayuda externa.

La clasificación de las deficiencias mentales según la OMS (Organización Mundial de la Salud):

<b>Coeficiente intelectual</b>	<b>Denominación</b>	<b>Edad mental correspondiente</b>
Menor de 20	Profundo	0-2 años
Entre 20 y 35	Agudo grave	0-2 años
Entre 36 y 51	Moderado	2-7 años
Entre 52 y 67	Leve	7-12 años

## **1.7 CLASIFICACIÓN DE LOS SÍNDROMES DE DISCAPACIDAD MENTAL**

Una de las causas para que una persona tenga discapacidad mental son los problemas genéticos que se dan en la etapa prenatal ocasionada por una mala combinación de los genes ocasionando lo que se denomina los síndromes que se explicará a continuación:

### **Síndrome de Down**

#### **AUTORES:**

KARLA VERÓNICA CASTRO ARÉVALO.  
FRANKLIN OSWALDO GUAYASAMÍN VILLA.



## UNIVERSIDAD DE CUENCA

Denominado mongolismo, constituye una alteración genética caracterizada por la triplicación del material genético correspondiente al cromosoma 21.

Este síndrome recibe el nombre en honor a Sir John Langdon Down, médico inglés que hacia el año 1866 estudió a niños que nacían con retardo mental y al comparar los rasgos faciales a ellos con los mongoles, los llamó mongólicos. Este nombre en la actualidad ya no se usa se prefiere denominar a este síndrome como trisomía 21, ya que es en el par 21 donde hay uno demás. La alteración tiene su origen en el momento de la fecundación, hay una falla cromosómica: la presencia de 47 cromosomas, en lugar de los 46 repartidos en 23 pares que tiene una persona normal.



Se sabe que la edad de la madre (mayor de 35 años) es un importante factor de riesgo para que se produzca esta anomalía. El coeficiente intelectual promedio es en 50.

### Síndrome de Apert

Es una anomalía craneo facial producida por el cierre prematuro de las suturas craneales haciendo que la cabeza tome una forma puntiaguda y se deforme la apariencia de la cara. Este síndrome provoca malformaciones en el cráneo, cara, manos y pies, pero también produce alteraciones funcionales como son: problemas cardio respiratorios, deficiencia mental, pérdida de la audición.



Es un defecto genético que puede ser heredado de uno de los padres o puede ser una mutación que ocurre en la gestación en los factores de crecimiento de los fibroblastos que se produce durante el proceso de formación de los gametos.

Entre las características principales que presenta una persona con este síndrome son:

- Por el cierre prematuro de las suturas faciales produce una Hipoplasia o desarrollo incompleto del tercio medio facial.
- Su cavidad orbitaria es pequeña, por lo que los ojos pueden parecer saltones.
- Poseen lengua grande (**macroglosia**).
- Le pueden faltar dedos de las manos y pies o estos pueden estar unidos (**fusión total o parcial**).
- 

### Síndrome de Asperger

#### AUTORES:

KARLA VERÓNICA CASTRO ARÉVALO.  
FRANKLIN OSWALDO GUAYASAMÍN VILLA.



Se caracteriza por un trastorno del desarrollo cerebral, fue reconocido en 1994, la persona que lo padece tiene un aspecto externo normal, no tiene un retraso en el habla, en el aspecto social tiene problemas al relacionarse con los demás y algunas veces presenta un comportamiento inadecuado. Como características principales de este síndrome están: tics nerviosos, babeo, miedo o angustia ante estimulaciones sensoriales (tacto y ruido principalmente), pobre coordinación motriz y destreza, interés compulsivo y constante en un tema particular, rituales de conducta cotidianos, comprensión literal de las palabras.

### **Síndrome de Rett**

Es un trastorno neurológico que se les da solo a las niñas ya que se encuentra ligado al cromosoma X, los niños concebidos con esta mutación finalizan en aborto espontáneo porque este síndrome se debe a mutaciones espontáneas no hereditarias.

Se caracteriza por un desarrollo temprano normal pero entre los 6 y 30 meses de vida se presenta una pérdida parcial o completa de capacidades manuales y del habla, retraso en el crecimiento de la cabeza ocasionando una grave invalidez mental por lo que se engloba en deficiencia mental severa.

La gran mayoría de niñas andan en la edad que les corresponden mientras que otras presentan incapacidad para andar. En el área clínica se caracterizan por: hipotonía (extremidades flexibles), microcefalia.

Este síndrome se caracteriza clínicamente por: microcefalia, sus manos realizan movimientos estereotipados y repetitivos, presentan dificultades para expresar y comunicar el lenguaje, a la gran mayoría de personas que poseen este síndrome tienden a sufrir convulsiones.

### **Síndrome de Prader-Willi**

Se trata de un defecto congénito, no es hereditario y puede afectar a cualquier bebé. Entre sus características tenemos que poseen: deficiencia mental, problemas visuales, dentales, trastornos respiratorios, escaso tono muscular. Tienden a tener un apetito insaciable por lo que tienen problemas de obesidad.

### **Autismo**

Es un trastorno profundo del desarrollo afectando las capacidades de relación, comunicación y flexibilidad del comportamiento. Sus conductas y signos comienzan a distinguirse dentro de los 24 de meses. Sus características más importantes son la ausencia de la mirada y la no respuesta ante el llamado.

### **Síndrome X frágil o Síndrome de Martin y Bell**

#### **AUTORES:**

KARLA VERÓNICA CASTRO ARÉVALO.  
FRANKLIN OSWALDO GUAYASAMÍN VILLA.



Después del Síndrome de Down, este síndrome X frágil es la segunda causa de retraso mental y la primera causa de retraso mental hereditario. Se le confunde con el Autismo.

Fue descubierto en 1943, se presenta principalmente en los varones, pero en el año de 1992 gracias a los avances médicos, se desarrolló un test basado en el ADN el cual permite diagnosticar tanto a portadores como a afectados por este síndrome.

### **Fenilcetonuria**

Es una enfermedad hereditaria causada por un defecto metabólico afectando al cuerpo en la forma de procesar las proteínas, es decir el cuerpo no puede procesar una parte de la proteína llamada fenilalanina hidroxilasa provocando una acumulación de esta proteína en el flujo sanguíneo que si no es diagnosticada antes de los 6 meses de vida ocasiona daños cerebrales. Es posible prevenir el retraso mental completamente, si comienza a tratarse al bebé con una dieta especial que tenga poca fenilalanina antes de su tercera semana de vida.

## **1.8 CARACTERÍSTICAS FÍSICAS, PSICÓLOGICAS, MOTRICES DE LOS DISCAPACITADOS MENTALES**

### **CARACTERÍSTICAS MOTRICES**

En términos generales los niveles de alteración de las conductas motrices son directamente proporcionales a los niveles cognitivos de cada individuo. Por lo tanto, a mayor déficit intelectual, mayor será, los trastornos motrices (Llasera, 1995). Como características motrices generales cita:

- Mala configuración del esquema corporal y de la autoimagen.
- Mala orientación y estructuración del espacio.
- Problemas para ejercitar el equilibrio de forma estática.
- Respiración superficial.
- Dificultades para conseguir un estado de relajación y distensión muscular.
- Adaptación lenta de las conductas en el tiempo (diferentes velocidades, cadencias y tiempo)
- Capacidad de coordinación más ajustada en acciones globales que en segmentarias.

#### **AUTORES:**

KARLA VERÓNICA CASTRO ARÉVALO.  
FRANKLIN OSWALDO GUAYASAMÍN VILLA.



## UNIVERSIDAD DE CUENCA

- Poca eficacia y amplitud en la ejecución de habilidades motrices básicas.
- Déficit de atención, que repercute en la capacidad de concentración de los aprendizajes.
- Niveles de condición física inferiores.
- Progresan a través de las mismas etapas de desarrollo, pero a un ritmo más lento.

### **CARACTERÍSTICAS PSICOLÓGICAS Y DE RELACIÓN SOCIAL**

Llasera (1995) menciona también otros aspectos que se han de tener en cuenta de cara a la organización y autocontrol de grupo:

- Alumnos que necesitan más supervisión y atención por su mayor dependencia.
- En determinadas situaciones les falta iniciativa y autocontrol, lo que nos obliga a no dejarlos de lado delante del grupo.
- Déficit de atención que repercute en la capacidad de concentración y en el aprendizaje.
- Inmadurez afectiva. Presentan cambios de carácter y variabilidad en el temperamento. Es necesario un conocimiento de cada uno.
- Poca capacidad para relacionar e integrar cosas diferentes. Dificultad para identificar los parecidos y diferencias entre objetos y situaciones.
- Tienen poco repertorio de habilidades sociales.

**A continuación se detalla con mayor claridad las características físicas, motrices, comunicativas, cognitivas de cada nivel de discapacidad mental:**

#### **AUTORES:**

KARLA VERÓNICA CASTRO ARÉVALO.  
FRANKLIN OSWALDO GUAYASAMÍN VILLA.



**RETRASO MENTAL LEVE: CI: 50-55 A 70**

<b>Características Físicas y Motrices</b>	<b>Características Cognitivas</b>	<b>Aspectos Personales y Sociales</b>	<b>Comunicación y Lenguaje</b>
<p>-No presenta diferencias físicas significativas.</p> <p>-Desequilibrios posturales y torpeza.</p> <p>-Posibilidad de participación en deporte de conjunto y competición</p>	<p>-Menor eficiencia en los procesos de control atencional y en el uso de estrategias de memorización y recuperación de información.</p> <p>- Déficit en habilidades metacognitivas (estrategias de resolución de problemas y de adquisición de aprendizajes.</p> <p>-Dificultades para discriminar los aspectos relevantes de la información.</p>	<p>- Llegan a alcanzar completa autonomía para el cuidado personal y en actividades de la vida diaria.</p> <p>- la historia personal supone un cúmulo de fracasos, con baja autoestima y posibles actitudes de ansiedad.</p> <p>- Suele darse, en mayor o menor grado, falta de iniciativa y dependencia del adulto para asumir responsabilidades, realizar tareas...</p>	<p>-Retraso en la adquisición del lenguaje.</p> <p>-Dificultades en comprensión y expresión de estructuras morfosintácticas complejas y del lenguaje figurativo (expresiones literarias, metáforas).</p> <p>-Posibles dificultades en los procesos de análisis / síntesis de adquisición de la lectoescritura y, más frecuentemente, en la comprensión de textos complejos.</p>

**DISCAPACIDAD MENTAL MODERADA CI: 35-40 A 50-55**

**AUTORES:**

KARLA VERÓNICA CASTRO ARÉVALO.

FRANKLIN OSWALDO GUAYASAMÍN VILLA.



Características Físicas y Motrices	Aspectos Personales y Sociales	Aspecto Cognitivo	Comunicación y Lenguaje
<p>- No presenta diferencias físicas significativas.</p> <p>-retraso psicomotor</p> <p>-dificultades en la coordinaciones manuales y praxias</p> <p>-mayor desorganización espacio – temporal que dificulta el uso adecuado de los objetos.</p>	<p>-Logra aprender destrezas de independencia personal.</p> <p>- Socialización deficitaria.</p> <p>-Pueden darse problemas emocionales y rasgos negativos de personalidad.</p>	<p>-Déficits en funciones cognitivas básicas: atención, memoria.</p> <p>-Dificultades para: captar su interés por las tareas, acceder a información de carácter complejo.</p> <p>- Posibilidad de aprendizajes que supongan procesamiento secuencial.</p>	<p>-Frecuente afectación en el ritmo del habla: taquilalia, bradilalia) y tartamudeo.</p> <p>- Dificultades articulatorias.</p> <p>-Con frecuencia adquieren niveles básicos de lectoescritura.</p> <p>-Todo lo mencionado afecta a la claridad del lenguaje.</p>

**DISCAPACIDAD MENTAL SEVERA CI: 20-25 A 30-45**

**AUTORES:**  
KARLA VERÓNICA CASTRO ARÉVALO.  
FRANKLIN OSWALDO GUAYASAMÍN VILLA.



<b>Características físicas y motrices</b>	<b>Autonomía</b>	<b>Aspecto Cognitivo</b>	<b>Comunicación y Lenguaje</b>
<ul style="list-style-type: none"> <li>- No presenta diferencias físicas significativas.</li> <li>- Lentitud en el desarrollo motor teniendo dificultad en:</li> <li>*Adquisición de la conciencia progresiva de sí mismo.</li> <li>*Conocimiento de su cuerpo.</li> <li>*Control del propio cuerpo y adquisición de destrezas motrices complejas.</li> <li>* Control postural y equilibrio corporal en los desplazamientos.</li> <li>*Realización de movimientos manipulativos elementales (alcanzar, arrojar, soltar,....).</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>-Lentitud en la adquisición de destrezas motrices y manipulativas necesarias para el desarrollo de hábitos de autonomía (aseo, higiene, vestido, alimentación).</li> <li>- Escasa conciencia de sensaciones relacionadas con la higiene y el aseo personal (conciencia de limpieza, suciedad).</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>-Distintos grados de retraso/trastorno en las funciones cognitivas básicas (atención, percepción, memoria, imitación).</li> <li>- Problemas de anticipación de consecuencias y asociación causa-efecto.</li> <li>-Dificultades para aprender de experiencias de la vida cotidiana.</li> <li>-Dificultad para generalización de cualquier tipo de aprendizaje.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>-Durante los primeros años el lenguaje comunicativo es escaso o nulo.</li> <li>- Emisión tardía de las primeras palabras.</li> <li>- Puede llegar a usar funcionalmente un lenguaje con vocabulario y estructuras sintácticas muy elementales.</li> </ul>

<b>Equilibrio Personal</b>	<b>Actuación Social</b>
<ul style="list-style-type: none"> <li>-Pasividad y dependencia del adulto, en distinto grado.</li> <li>-Limitado control de impulsos.</li> <li>-Dificultad de adaptación a nuevas situaciones.</li> <li>-Escasa confianza en sí mismo y bajo nivel de autoestima.</li> <li>-Negativismo en mayor o menor grado a las propuestas del adulto, etc.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Escasa iniciativa en las interacciones.</li> <li>- Importante dependencia del adulto.</li> <li>- Dificultades de adaptación a personas no conocidas</li> <li>- Dificultades para el aprendizaje espontáneo de habilidades sociales.</li> </ul>

**DISCAPACIDAD MENTAL PROFUNDA CI: BAJO 20-25**

**AUTORES:**

KARLA VERÓNICA CASTRO ARÉVALO.  
FRANKLIN OSWALDO GUAYASAMÍN VILLA.



<b>Características Físicas y Motrices</b>	<b>Autonomía, aspectos personales y sociales.</b>	<b>Aspecto Cognitivo</b>	<b>Comunicación y Lenguaje</b>
<p>-Importantes anomalías a nivel anatómico y fisiológico:</p> <p>-Alteraciones en los sistemas sensoriales, perceptivos, motores, etc.</p> <p>-Malformaciones diversas.</p> <p><b>MOTRIZ</b></p> <p>-presencia de movimientos y gestos estereotipados y repetitivos como balanceos.</p> <p>-Posturas cerradas con presencia de repliegues hacia el propio cuerpo generando situaciones de auto comunicación.</p> <p>-Escasa movilidad voluntaria.</p> <p>-Conductas involuntarias incontroladas.</p> <p>-Coordinación dinámica general y manual imprecisa.</p> <p>-Equilibrio estático muy alterado.</p> <p>-Dificultad para situarse en el espacio y en el tiempo.</p>	<p><b>Autonomía:</b> Nula o muy baja autonomía</p> <p><b>Aspectos Personales:</b></p> <p>-Limitado desarrollo emocional.</p> <p>-Escaso control de impulsos.</p> <p>-Repertorio de intereses muy restringido.</p> <p>-Conductas desadaptadas consigo mismo: estereotipias, auto estimulaciones, autoagresiones.</p> <p><b>Aspectos Sociales</b></p> <p>-Limitada conciencia de sí mismo y de los demás.</p> <p>-Nulo o reducido interés por las interacciones.</p>	<p>-Bajo nivel de conciencia.</p> <p>-Limitado nivel de percepción sensorial global.</p> <p>-Capacidad de reacción ante estímulos sensoriales muy contrastados.</p>	<p>-Nula o escasa intencionalidad comunicativa.</p> <p>-Ausencia de habla.</p> <p>-Pueden llegar a comprender órdenes muy sencillas y contextualizadas, relacionadas con rutinas de la vida cotidiana.</p>

**AUTORES:**

KARLA VERÓNICA CASTRO ARÉVALO.  
FRANKLIN OSWALDO GUAYASAMÍN VILLA.



**CARACTERÍSTICAS FÍSICAS, PSICOLÓGICAS Y MOTRICES DE LOS SÍNDROMES DE DISCAPACIDAD MENTAL**

<b>Síndromes de discapacidad mental</b>	<b>Características Físicas</b>	<b>Características Psicológicas</b>	<b>Características Motrices</b>
<p><b>Síndrome de Down</b> El cociente de inteligencia (CI) varía desde 20 hasta 60.</p>	<p>-cabeza pequeña y más achatada- -aplanamiento del hueso occipital. -ojos oblicuos -orejas pequeñas -boca pequeña -dientes pequeñas -cuello corto -manos pequeñas -nariz pequeña -puente nasal bajo y achatado -piel suele tener un aspecto manchado. -a edades tempranas suelen tener menor talla y menor peso que lo normal, pero en la adolescencia tienden a la obesidad. -Su talla normal es de 1,50m para hombres y 1,40m para mujeres.</p>	<p>-Tienden a ser afectuosos y buen carácter. -Suelen ser obstinados. -Poseen baja conducta afectiva (risa/llanto): esto es debido a la lentitud en procesar la información que no permite en reaccionar oportunamente ante los estímulos. -atención es inestable, tienen la dificultad para prestar la atención.</p>	<p>-Pobre equilibrio, falta de habilidad para ejecutar rápidas secuencias de movimientos. -no intentar andar antes de los dos años, la mayoría a los tres años y los más retrasados a los cinco años.</p>
<p><b>Autismo</b></p>	<p>Aspecto físico normal.</p>	<p>-ausencia o escaso lenguaje verbal -pasan del llanto a la risa. -presencia de conductas primitivas como chupar, morder, oler. -dificultades en el sueño (insomnio) -hipersensibilidad a los ruidos -no muestran preferencia por estímulos de</p>	<p>-presencia de movimientos y gestos estereotipados, principalmente del rostro y de las manos. Balanceos del tronco (como modo de auto comunicación con el propio cuerpo, aislándose del medio externo) -alteraciones en la organización del tono muscular (hipertonía o hipotonía).</p>

**AUTORES:**

KARLA VERÓNICA CASTRO ARÉVALO.  
FRANKLIN OSWALDO GUAYASAMÍN VILLA.



UNIVERSIDAD DE CUENCA

		<p>carácter social, no expresan emociones ni les llaman expresiones emocionales de los demás.</p> <p>-no hay atención compartida con los otros, lo que les impide comunicación con los otros.</p>	
<b>Síndrome de Asperger</b>	aspecto externo normal	<p>-problemas para relacionarse con los demás.</p> <p>-tics nerviosos.</p> <p>-babeo, miedo, angustia ante estimulaciones sensoriales tales como el tacto y el ruido.</p> <p>-baja comprensión de las palabras.</p>	<p>- Insuficiente coordinación motora y destreza.</p>
<b>Síndrome de Rett</b>		<p>deterioro severo en el desarrollo del lenguaje expresivo y receptivo, acompañado de un retraso psicomotor severo</p>	<p>- aparición de movimientos estereotipados de las manos (agitarlas, morderlas, retorcerlas). Apraxia -la incapacidad de realizar funciones motoras- es quizás la característica más debilitante del síndrome de Rett. La apraxia interfiere con todos los movimientos del cuerpo, incluyendo la fijación de la mirada y el habla manifestación del modo de andar o de movimientos del tronco escasamente coordinados;</p>

**AUTORES:**

KARLA VERÓNICA CASTRO ARÉVALO.

FRANKLIN OSWALDO GUAYASAMÍN VILLA.



UNIVERSIDAD DE CUENCA

<p><b>Síndrome de PraderWilli</b></p> <p>CI: alrededor de 70.</p>	<p><b>-corta estatura</b></p> <p>- cara elongada, - nariz prominente y surco naso labial liso.</p>	<p>-problemas de conducta</p> <p>-A nivel cognitivo, estas personas normalmente tienen buena memoria a largo plazo, buena organización perceptiva, buena habilidad para reconocer y evaluar relaciones espaciales, buena decodificación y comprensión lectora y un buen vocabulario expresivo. Sin embargo, suelen presentar: falta de procesamiento secuencial de la información, dificultades en la aritmética</p>	<p>-escaso tono muscular tienen dificultades de atención y concentración y habilidades motoras finas relacionadas con la planificación motriz, el tono o la fuerza.</p>
<p><b>Síndrome de Martin y Bell</b></p> <p>CI varones: 35 y 45.</p> <p>CI mujeres: 60 y 80.</p>	<p>-cara alargada</p> <p>-orejas grandes</p> <p>-estrabismo</p> <p>-frente prominente, mentón pronunciado,</p>	<p><b>varones:</b></p> <p>hiperactividad, trastornos de atención, timidez extrema, evitación de la mirada lenguaje repetitivo.</p> <p><b>Mujeres:</b></p> <p>angustia, timidez, dificultades en áreas como las matemáticas.</p>	<p>Bajo tono muscular</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Retraso para gatear, caminar o voltearse</li> <li>• Palmotear o morderse las manos</li> </ul>



<p><b>Síndrome de Fenilcetonuria</b></p>	<p>La fenilalanina juega un papel en la producción corporal de melanina, el pigmento responsable del color de la piel y del cabello. Por lo tanto, los niños con esta afección usualmente tienen un cutis, cabello y ojos más claros que sus hermanos</p> <p>Tamaño de la cabeza considerablemente por debajo de lo normal sin la enfermedad.</p> <p>La gran mayoría de los enfermos muestran una piel clara, ojos azules, y color claro del pelo. Alrededor del 10% poseen cabellos oscuros. La pobreza de pigmentos llama más la atención en los pueblos de cabellos oscuros. La piel de los portadores además de ser clara es muy suave aterciopelada y muy sensible. En algunos enfermos se han observado eflorescencias papulosas en las caras de extensión de las extremidades y en la faz. En ciertos pacientes se puede encontrar también una tendencia a la acrocianosis.</p>	<p>Hiperactividad Retraso de las habilidades mentales y sociales</p>	<p>-Movimientos espasmódicos de brazos y piernas</p>
--	--	--	--

**1.9 PREVENCIÓN, TRATAMIENTO, REHABILITACIÓN**

Esta prevención puede ser: Primaria, Secundaria y Terciaria.

La prevención **primaria**: evita que el deficiente nazca con la discapacidad en el caso de la discapacidad mental adquirida:

- campañas televisivas para evitar que los adolescentes no tengan hijos o bien que las mujeres de más de 40 años también lo evite
- mejorando en nivel social, cultural e intelectual de las personas; con medidas médicas preventivas (atención a los embarazos, alimentación adecuada, prevención de los partos, evitando las diferencias en el Rh,...).

**AUTORES:**

KARLA VERÓNICA CASTRO ARÉVALO.  
FRANKLIN OSWALDO GUAYASAMÍN VILLA.



<sup>10</sup>La prevención **secundaria** es aquella que identifica precozmente la discapacidad mediante:

- Identificación precoz de las alteraciones metabólicas hereditarias.
- Tratamiento adecuado y rápido de todas las infecciones e intoxicaciones.
- Reconocimiento precoz de los niños con trastornos aislados como la sordera o la ceguera.
- Control de las dificultades emocionales del niño, información a los padres de cómo tratar al niño deficiente, mejora de la imagen del niño, estimulación precoz, control médico de las dificultades a menudo asociadas al deficiente,...

La prevención **terciaria** son los tratamientos que describimos a continuación:

### **Tratamiento:**

Para trabajar con una persona que tiene discapacidad mental se necesita de los siguientes profesionales: El equipo multiprofesional que trabaja en las Instituciones de Educación Especial contará con los siguientes profesionales: Psicólogo Educativo, Terapistas, Trabajadora Social, Médico, Profesionales en el Área de Cultura Física, educación musical. Entre sus funciones están: realizar evaluaciones psicopedagógicas de niños/as con necesidades educativas especiales, dar atención individualizada a los niños/as, jóvenes, involucrar a la familia del niño y joven con necesidades educativas especiales en las actividades programadas.

El objetivo principal del tratamiento con una persona con discapacidad mental debe ir encaminado a: ayuda para el progreso del niño tanto de las habilidades cognitivas como de la personalidad y a su integración social y laboral. A su vez la colaboración y orientación de la familia es muy importante, ya que la ayuda y comprensión familiar ocupa un papel fundamental en la adquisición de destrezas.

Tratamiento médico: en algunos casos se emplean tranquilizantes para mejorar conductas agresivas y la ansiedad.

Tratamiento psicológico: está indicado para la mejora de la inteligencia mediante técnicas de psicomotricidad general, la adquisición de los conceptos básicos espacio-temporales, coordinación y equilibrio. Este tratamiento trabaja con programas para la adquisición de aptitudes perceptivas, atención, memoria y

---

<sup>10</sup><http://psicologoenlared.org/articulos/retrasome.htm>

### **AUTORES:**

KARLA VERÓNICA CASTRO ARÉVALO.  
FRANKLIN OSWALDO GUAYASAMÍN VILLA.



## UNIVERSIDAD DE CUENCA

razonamiento. Además tiene unas técnicas de modificación de conducta que están indicadas para la adquisición de hábitos: control de esfínteres, auto alimentación, higiene, juego, verbalización, comprensión, etc....

Tratamiento pedagógico: va dirigido a la creación de programas de desarrollo individual en el que se da un seguimiento individual mediante tablas de observación y su evaluación continua.

### Rehabilitación

- **El proceso de rehabilitación de las personas con discapacidad mental se facilitará en la medida que exista una detección temprana y un diagnóstico que incluya un enfoque lo más amplio posible, no sólo del déficit sino de las potencialidades.**
- Familia: Durante sus primeros años de vida, la familia cumple un papel fundamental debido porque ellos son los que confían en las capacidades y potencialidades de sus hijos, mientras mayor sea la confianza en las capacidades de aprendizaje del niño, mayores serán los logros y resultados.
- También se requiere políticas públicas, sistemas y recursos más integradores, integrales y participativos; la eliminación de las barreras culturales y físicas. En definitiva, igualdad y equiparación de oportunidades por la sola razón de los derechos y no de la caridad.

### **1.10 ESTADÍSTICAS DE LA DISCAPACIDAD MENTAL EN EL AZUAY**

En la provincia del Azuay según datos del CONADIS, existen 4184 personas con discapacidad mental registradas y carnetizadas por el CONADIS (Consejo Nacional de Discapacidades).

A continuación se detalla la información de las personas carnetizadas y registradas en el CONADIS desde el año 1996 hasta la fecha.

#### **Personas con discapacidad registrada y carnetizadas (1996 - 2011)**

- ❖ **Número de personas con discapacidad carnetizadas distribuidas por género:**

#### **AUTORES:**

KARLA VERÓNICA CASTRO ARÉVALO.  
FRANKLIN OSWALDO GUAYASAMÍN VILLA.



## UNIVERSIDAD DE CUENCA

- Hombres: 2237
- Mujeres: 1947

❖ **Número de personas con discapacidad carnetizadas distribuidas por personas mayores de edad:**

- 2630 personas.

❖ **Número de personas con discapacidad carnetizadas distribuidas por personas menores de edad:**

- 1154 personas

El CONADIS nos da una breve referencia acerca del origen de las diferentes discapacidades que tienen registradas en la provincia del Azuay, incluyendo la discapacidad mental

Enfermedad adquirida	Accidente de tránsito	Accidente de trabajo	Accidente doméstico	Accidente deportivo	Violencia	Desastres naturales y guerra	Congénito / genético	Problemas de parto	Trastornos nutricionales	Otros	Total
9597	438	314	386	25	37	8	4761	1539	12	387	<b>1750</b>

### 1.11 PROBLEMÁTICA EN LA SOCIEDAD DE LOS DISCAPACITADOS MENTALES

Las personas con discapacidad mental en la sociedad son víctimas de estereotipos y prejuicios que prevalecen respecto a sus capacidades. Es común escuchar en la sociedad que les atribuye el peyorativo de tontos, locos, imbéciles, retrasados, tarados.

En general los problemas son:

Exclusión del sistema educativo de individuos percibidos como “diferentes”:

- Bajo rendimiento académico,
- Alta tasa de repetición.

**AUTORES:**

KARLA VERÓNICA CASTRO ARÉVALO.  
FRANKLIN OSWALDO GUAYASAMÍN VILLA.



## UNIVERSIDAD DE CUENCA

- Elevado número de estudiantes que abandonan las aulas (deserción),
  - Precaria estructura de los sistemas educativos,
  - Malos salarios de maestros y profesores,
  - Poca calificación del personal educativo,
  - Carencia de un propósito o visión para la educación,
  - Mal estado de los centros de enseñanza,
  - Falta de apoyo real y continuo del gobierno,
  - Indiferencia de la sociedad.
- apatía de los padres y representantes: la misma familia se siente incómoda porque siempre cree que es un castigo de Dios. Se pone a meditar qué ha hecho mal para recibir el castigo de Dios y, en vez de tratar de ayudar a solucionarle a esa persona discapacitada, tratan de ocultarla.
- Maltrato, incluso violencia sexual.
  - Alto costo por un servicio que no se recibe.
  - Incumplimiento de la oferta educativa, limitadas opciones especialmente para jóvenes mayores de 15.
  - Las opciones de capacitación ocupacional no responden a la demanda actual ya que ellos se capacitan en talleres como: costura, carpintería, jardinería.

### **RECOMENDACIONES PARA TRATAR A UNA PERSONA CON DISCAPACIDAD MENTAL**

- ❖ Actuar naturalmente como si fuera una persona normal tratándola con respeto y consideración: saludos, normas de cortesía, etc.
- ❖ Evitar la sobreprotección: ayudarla únicamente cuando fuere necesario ya que con eso estamos enseñándole a ser independiente.

#### **AUTORES:**

KARLA VERÓNICA CASTRO ARÉVALO.  
FRANKLIN OSWALDO GUAYASAMÍN VILLA.



## 1.12 INCLUSIÓN SOCIAL

<sup>11</sup>La inclusión social de una persona con discapacidad mental, pretende primero el reconocimiento de la propia discapacidad, no como una circunstancia categorizadora sino como una característica más en el global de cada persona singular y diferenciada. Luego se introduce la perspectiva contextual y de apoyos como modelo de intervención para alcanzar cotas normalizadas y de participación en la vida de las personas con retraso mental en cualquier ámbito de relación.

Con esto se pretende abrir la posibilidad de convertir en adulto al niño y al adolescente con retraso mental desde la conquista de su autonomía, ofreciéndole las pautas y los apoyos precisos para realizar esta transición a la vida activa y adulta con las máximas cotas de calidad de vida en un entorno normalizado y abierto a la diversidad.

La Unesco en el año 1997 señala que la inclusión es: una serie permanente de procesos en los cuales los niños y adultos con discapacidades tienen la oportunidad de participar plenamente en todas las actividades que se ofrecen a las personas que no tienen discapacidades.

### <sup>12</sup>**DIEZ RAZONES PARA LA INCLUSIÓN:**

La educación inclusiva es un derecho humano, es educación de calidad y contribuye al buen sentido social.

### DERECHOS HUMANOS

1. Todos los niños tienen derecho a aprender juntos
2. Los niños no tienen que ser subestimados o discriminados excluyéndolos o separándolos por causa de discapacidad o dificultad de aprendizaje.
3. Los adultos con discapacidad que se describen a sí mismos como sobrevivientes de la educación especial, están demandando el fin de la segregación.

---

<sup>11</sup> Hacia una nueva concepción de educación especial en Ecuador. Ministerio de Educación y Cultura. División Nacional de Educación Especial

<sup>12</sup> Hacia una nueva concepción de educación especial en Ecuador. Ministerio de Educación y Cultura. División Nacional de Educación Especial

#### **AUTORES:**

KARLA VERÓNICA CASTRO ARÉVALO.  
FRANKLIN OSWALDO GUAYASAMÍN VILLA.



## UNIVERSIDAD DE CUENCA

4. No existen razones legítimas para separar a los niños en la educación. Los niños se pertenecen mutuamente con ventajas y beneficios para todos. No necesitan ser protegidos unos de otros.

### EDUCACIÓN DE CALIDAD

5. La investigación demuestra que los niños obtienen provecho académico y social en los ambientes integrados.
6. No existe enseñanza o asistencia en una escuela segregada que no pueda realizarse en una escuela corriente.
7. Cuando la dedicación y apoyo adecuados se garantizan, la educación inclusiva se convierte en el empleo más eficiente de los recursos educativos.

### BUEN SENTIDO SOCIAL

8. La segregación enseña a los niños a ser temerosos, ignorantes y alimentar prejuicios.
9. Todos los niños necesitan una educación que los ayude a desarrollar las relaciones sociales y los prepare para vivir en el seno de sus sociedades.
10. Solo la inclusión tiene el potencial de reducir el temor y construir la amistad, el respeto y la comprensión

### **Los elementos claves para la inclusión**

- Desde la perspectiva del docente, la formación en los profesorado y cursos de especialización.
- Desde la sociedad, campañas de sensibilización y trabajo en redes.
- Desde el participante, la inclusión gradual y voluntaria.
- Desde lo educativo, trabajo de apoyo a las familias.
- Diseñar campañas considerando el componente cultural.
- Enfatizar en la persona, su potencial y aporte a la comunidad.
- Evidenciar alternativas de comunicación.

#### **AUTORES:**

KARLA VERÓNICA CASTRO ARÉVALO.  
FRANKLIN OSWALDO GUAYASAMÍN VILLA.



## UNIVERSIDAD DE CUENCA

- Promocionar servicios de calidad.
- Socializar experiencias positivas y visibilizar personas con discapacidad que destacan.
- Dotar a las instituciones de material técnico, didáctico, tecnológico y para rehabilitación; previa suscripción de garantía sobre su uso adecuado, mantenimiento y renovación.
- Dotar al estudiante de ayudas técnicas específicas en caso de necesitarlas.

**Integración educativa:** debe contemplar todas las esferas de la integración:

- Integración física, que garantice el acceso al medio;
- Integración funcional, de tal manera que se disponga y se utilice instrumentos precisos en los procesos académicos, culturales, deportivos, recreativos, de transporte, etc.;
- Integración personal, que se evidencie en la aceptación y afecto entre los miembros de la comunidad institucional;
- Integración social, tendiente a asegurar el respeto a la dignidad de cada persona como miembro de un grupo social, proporcionando posibilidades de acción e interacción.



En el campo deportivo el Estado Ecuatoriano en la Sección Undécima: De los deportes

Art. 82.- El Estado protegerá, estimulará, promoverá y coordinará la Cultura Física, el deporte y la recreación, como actividades para la formación integral de las

**AUTORES:**

KARLA VERÓNICA CASTRO ARÉVALO.  
FRANKLIN OSWALDO GUAYASAMÍN VILLA.



## UNIVERSIDAD DE CUENCA

personas. Proveerá de recursos e infraestructura que permitan la masificación de dichas actividades. Auspiciará la preparación y participación de los deportistas de alto rendimiento en competencias nacionales e internacionales, y fomentará la participación de las personas con discapacidad.

### **LA INCLUSION ACTUAL DEL DISCAPACITADO EN EL ECUADOR: POLITICAS DE ESTADO**

Anteriormente en el Ecuador las personas con discapacidad vivían marginadas, en medio de una situación de exclusión y pobreza, sin oportunidades ni esperanza de ser incluidos en las políticas públicas del país.

La política de la discapacidad inició en 2007, en el marco del programa Ecuador Sin Barreras, en que la Vicepresidencia de la República emprendió diferentes proyectos en beneficio de las personas con discapacidad, como son guías para implementar normas de accesibilidad, la eliminación de barreras físicas, el desarrollo del primer registro laboral para conocer la medida en que las empresas cumplen con la contratación de este sector de la población; la entrega de ayudas técnicas (implementos como bastones, sillas de ruedas, prótesis, auriculares), todo esto como una respuesta a los años que el Estado mantuvo abandonado a esta población, así como el cumplimiento de los derechos de estas personas.

Posteriormente se crea dos programas solidarios como son: En el año 2009 se crea el programa denominado misión “Manuela Espejo” que se encarga de estudiar bio psicosocial, clínico y genético de la discapacidad a más de registrar a las personas con discapacidad a nivel nacional. En el año 2010 se crea el programa denominado Misión “Joaquín Gallegos Lara” que su objetivo principal es cuidar a los ecuatorianos más vulnerables y olvidados, aquellos que tienen discapacidad intelectual, física severa o multi-discapacidad, otorgándoles un bono de 240 dólares como una retribución mensual para el familiar o responsable de los cuidados de las personas con discapacidad intelectual o física severa que fueron identificadas

#### **AUTORES:**

KARLA VERÓNICA CASTRO ARÉVALO.  
FRANKLIN OSWALDO GUAYASAMÍN VILLA.



## UNIVERSIDAD DE CUENCA

por la Misión “Manuela Espejo”, y que requieren ser atendidos de manera integral por parte del Estado ecuatoriano.

En este año 2011, El Estado pretende implementar el Sistema Nacional de Prevención de Discapacidades, en todos los hospitales públicos y centros médicos del país, y propiciar así el nacimiento y crecimiento de una nueva generación de ecuatorianos.



## CAPÍTULO II

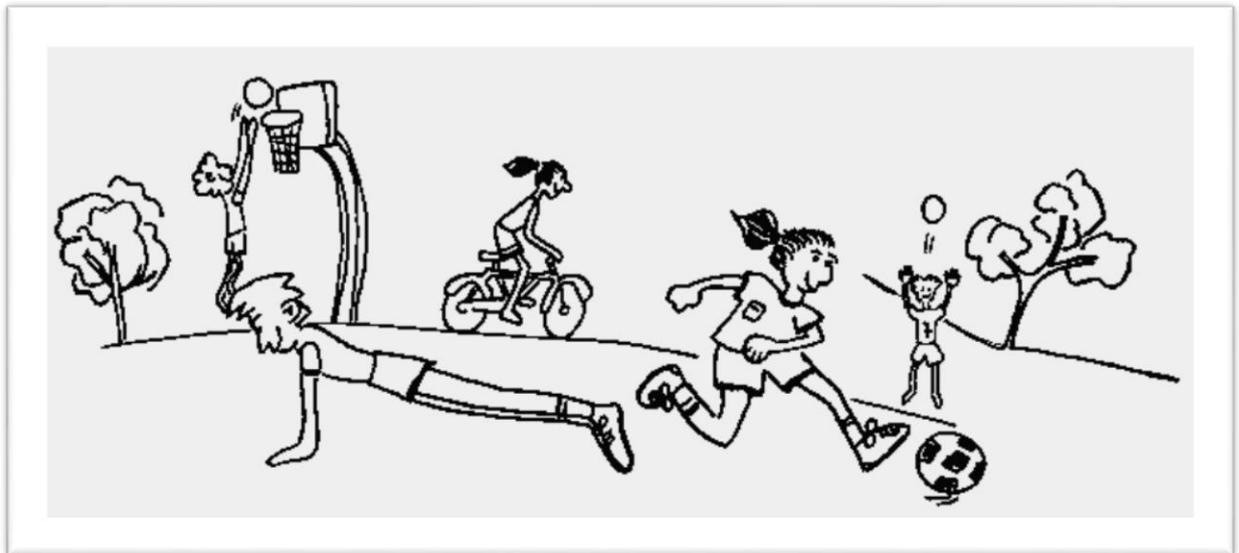
### 2.1 ACTIVIDADES FÍSICAS Y RECREATIVAS ADAPTADAS.

Las Actividades Físicas son manifestaciones culturales presentes en todos los grupos y sociedades, en este siglo XXI, la práctica de la actividad física se ha popularizado mucho, sobre todo en nuestro país, ya que por cualquier medio comunicativo ya sea en periódicos, revistas o programas de televisión, veremos que la práctica de la actividad física son temas de interés por parte de todo tipo de población.

### 2.2 DEFINICIÓN DE ACTIVIDAD FÍSICA

Toda Actividad Física en la práctica se puede realizar con sentido educativo, deportivo y recreativo.

**Actividad Física.-** Son todos los movimientos corporales ya sea naturales o planificados que realiza el ser humano durante un determinado periodo de tiempo teniendo como resultado un desgaste de energía, la realización de actividad física puede tener fines profilácticos, estéticos, desempeño deportivo, rehabilitadores, etc.



<sup>13</sup>La **Actividad Física** hace referencia al movimiento, la interacción, el cuerpo y la práctica humana. Tiene tres dimensiones: biológica, personal y sociocultural. Desde una dimensión biológica (la más extendida) se define como cualquier movimiento

<sup>13</sup><http://www.efdeportes.com/efd51/salud.htm>

**AUTORES:**

KARLA VERÓNICA CASTRO ARÉVALO.  
FRANKLIN OSWALDO GUAYASAMÍN VILLA.



## UNIVERSIDAD DE CUENCA

corporal realizado con los músculos esqueléticos que lleva asociado un gasto de energía.

La Actividad Física está íntimamente relacionada con tres aspectos fundamentales:

**Ejercicio físico:** es la ejecución de una actividad física planificada, estructurada, repetitiva, encaminada a mejorar o mantener la condición física de la persona.

<sup>14</sup>**Condición física:** es un estado fisiológico de bienestar que proporciona la base para las tareas de la vida cotidiana, un nivel de protección frente a las enfermedades crónicas y el fundamento para el desarrollo de actividades deportivas.

### **FACTORES QUE INTERVIENEN EN LA PRÁCTICA DE LA ACTIVIDAD FÍSICA**

Frecuencia (nivel de repetición): cantidad de veces que una persona hace Actividad Física ( # de veces que realiza)

Intensidad (nivel de esfuerzo): el nivel de intensidad que puede ser ejecutado el ejercicio: leve, moderado o vigoroso.

Tiempo (duración): la duración de la práctica de actividad física expresada en minutos.

Tipo: la modalidad, tipo de ejercicio físico, deporte que realiza

**Las Actividades Físicas se desarrollan dentro de las siguientes acciones motrices:**

- Movimientos corporales que forman parte de la vida cotidiana de cada persona, relacionados además con el desempeño laboral, como caminar, cargar objetos, subir escaleras, conducir, realizar oficios caseros, otros.
- Actividades recreativas
- Los ejercicios físicos sistemáticos
- El entrenamiento deportivo (Deporte)

### **2.2.1 Las características que debe poseer la Actividad Física orientada a la salud son:**

- Ser moderada
- Habitual y frecuente, de manera que forme parte del estilo de vida.

---

<sup>14</sup>MORENO, María Laura. Educación Física en el discapacitado.

Colombia, Editorial Landeira

**AUTORES:**

KARLA VERÓNICA CASTRO ARÉVALO.

FRANKLIN OSWALDO GUAYASAMÍN VILLA.



## UNIVERSIDAD DE CUENCA

- Orientada al proceso de práctica, más que a un resultado o alto rendimiento.
- Satisfactoria.
- Social; que permita relaciones entre las demás personas.
- Existir actividades lúdicas.
- Será acorde con la edad y características psicofísicas de los practicantes.
- Habrá una amplia variedad de actividades.
- Se adaptará a las características personales.



**2.2.2 Tipos de Actividad Física:** dentro de los tipos más importantes de actividad física son los que están relacionados a:

- **Actividades físicas de tipo aeróbico:** requiere la presencia de oxígeno durante periodos de tiempo prolongados, dentro de estas actividades tenemos: andar, correr, nadar, montar en bicicleta, palear en una canoa, bailar, etc.
- **Actividades de tipo anaeróbico.-** la energía se extrae sin oxígeno. Son ejercicios que exigen que el organismo responda al máximo de su capacidad hasta extenuarse. La duración es breve.
- **Actividades relacionadas con la fuerza.-** la fuerza es la capacidad del músculo para generar tensión y superar una fuerza contraria.
- **Actividades relacionadas con la flexibilidad.-** la flexibilidad es la capacidad de extensión máxima de un movimiento en una articulación.
- **Actividades relacionadas con la coordinación.-** es una cualidad física que permite utilizar al hombre su cerebro que junto al sistema nervioso y locomotor permite una ejecución de movimientos precisos, con un máximo de eficiencia. Las actividades de coordinación engloban:

### **AUTORES:**

KARLA VERÓNICA CASTRO ARÉVALO.  
FRANKLIN OSWALDO GUAYASAMÍN VILLA.



UNIVERSIDAD DE CUENCA

- ☺ Actividades de equilibrio corporal tales como caminar sobre una barra de equilibrio, etc.
- ☺ Actividades rítmicas tales como bailar.
- ☺ Actividades relacionadas con la conciencia cinestésica y la coordinación espacial.
- ☺ Actividades relacionadas con la coordinación entre la vista y los pies (óculo-pie).
- ☺ Actividades relacionadas con la coordinación entre la mano y el ojo (óculo-manual).

**15 A continuación citamos algunos niveles de actividad física:**

NIVEL	DESCRIPTOR	MODELO DE ACTIVIDAD CONVENCIONAL	BENEFICIOS
1	<b>Inactivo</b>	- Siempre es llevado en vehículo al centro escolar - Realiza poca educación física o juegos activos en el centro escolar. - Dedicar mucho tiempo en el hogar a ver la Televisión, a internet o a los juegos de vídeo. - Inexistencia de ocio activo.	ninguno
<u>2</u>	<b>Poco activo</b>	- Algunos desplazamientos activos al centro escolar a pie o en bicicleta. - Alguna actividad de educación física o juego activo en el centro escolar (< 1 hora/día). - Algunas actividades poco exigentes en el hogar, tales como barrer, limpiar o actividades de jardinería. - Alguna actividad de ocio de intensidad leve (1 hora)	Cierta protección frente a enfermedades crónicas.
<u>3</u>	<b>Moderadamente activo (recomendado)</b>	- Desplazamiento activo y periódico al centro escolar a pie o en bicicleta. - Muy activo en el centro escolar en materia de educación física o de juegos en el recreo (> 1 hora/día). - Actividades periódicas de jardinería o en el hogar. - Ocio o deporte activo y periódico de intensidad moderada.	Alto nivel de protección frente a las enfermedades crónicas. Riesgo mínimo de lesiones de efectos adversos para la salud.
<u>4</u>	<b>Muy activo</b>	Desplazamiento activo y periódico al centro escolar a pie o en bicicleta.	Máxima protección frente a las Enfermedades

<sup>15</sup><http://www.cardiosalud.org/rafu/18.pdf>

**AUTORES:**

KARLA VERÓNICA CASTRO ARÉVALO.  
FRANKLIN OSWALDO GUAYASAMÍN VILLA.



## UNIVERSIDAD DE CUENCA

		<ul style="list-style-type: none"> <li>– Muy activo en el centro escolar en materia de educación física o de juegos en el recreo (&gt; 1 hora/día).</li> <li>– Actividades periódicas de jardinería o hogar.</li> <li>– Ocio o deporte activo y periódico de intensidad vigorosa.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>crónicas.</li> <li>Leve incremento del riesgo de lesiones y de otros potenciales efectos adversos para la salud.</li> </ul>
<b>5</b>	<b>Extremadamente activo</b>	Realiza grandes cantidades de deporte o entrenamiento vigoroso o muy vigoroso	Máxima protección frente a las Enfermedades crónicas.

**Falta de actividad física:** La falta de actividad física trae como consecuencia:

- El aumento de peso corporal por un desbalance entre el ingreso y el gasto de calorías, que puede alcanzar niveles catalogados como Obesidad.
- Disminución de la elasticidad y movilidad articular, hipotrofia muscular, disminución de la habilidad y capacidad de reacción.
- Dolor lumbar y lesiones del sistema de soporte, mala postura, debido al poco desarrollo del tono de las respectivas masas musculares.
- Tendencia a enfermedades como la Hipertensión arterial, Diabetes, Cáncer de colon
- Sensación frecuente de cansancio, desánimo, malestar, poca autoestima relacionada con la imagen corporal, etc.

### **2.3 ACTIVIDADES RECREATIVAS**

<sup>16</sup> Recreación son actividades individuales o grupales en las que se aplican los movimientos aprendidos para: recuperar fuerzas perdidas, liberar energías estancadas y disfrutar de la actividad física. Es una actividad espontánea y natural.

**2.3.1 Características:** Para que una actividad tenga el carácter de recreativo debe cumplir lo siguiente:

- a. Puede ser espontáneo, voluntario, organizado, individual o colectivo.
- b. Es participativo.
- c. No es utilitario.

<sup>16</sup>Tobar, Marcelo, Planificación Curricular del Área de Cultura Física para el sistema escolarizado del país, pág. 45, Quito, mayo 2008

**AUTORES:**

KARLA VERÓNICA CASTRO ARÉVALO.  
FRANKLIN OSWALDO GUAYASAMÍN VILLA.



## UNIVERSIDAD DE CUENCA

- d. posibilita la expresión creadora del ser humano a través de las artes, las ciencias, los deportes y la naturaleza.
- e. Es saludable.
- f. Es un derecho humano que debe estar al alcance de todos, teniendo en cuenta, edad, sexo, o el talento de la persona o capacidad.
- g. las actividades son agradables y producen gozo.
- h. las actividades son realizadas durante el tiempo libre
- i. las actividades son de educación no formal

### **2.3.2 Las actividades recreativas se clasifican de acuerdo al interés que provoca en el individuo en 4 grupos que son:**

Actividades Artísticas y de Creación: están enmarcadas las artes plásticas, el teatro, la danza y la música, en estas el hombre satisface su interés estético de expresión,

Actividades de los Medios de Comunicación Masiva: son actividades que el hombre realiza mediante la lectura, escuchando la radio, viendo la televisión, u otra forma de comunicación.

<sup>17</sup> Actividades Educativo Físico Deportivas: Satisfacen un interés motriz. Son el conjunto de actividades en las que juegan papel fundamental los ejercicios físicos, entre. Estas se encuentran los distintos deportes, la educación física, el campismo, la pesca, la caza, etc.

Actividades de Alto Nivel de Consumo: Satisfacen un interés de placer, de esparcimiento, son el conjunto de actividades que implican en el hombre una actividad de consumo superior.

---

<sup>17</sup>HERNÁNDEZ, Mercedes, Actividad física adaptada: el juego y los alumnos con discapacidad. 1era edición. Barcelona. Editorial Paidotribo, 2004.

#### **AUTORES:**

KARLA VERÓNICA CASTRO ARÉVALO.  
FRANKLIN OSWALDO GUAYASAMÍN VILLA.



UNIVERSIDAD DE CUENCA



## **2.4 IMPORTANCIA Y BENEFICIOS DE LA ACTIVIDAD FÍSICA Y RECREATIVA.**

La práctica de la actividad física y recreativa se enmarca en tres grandes objetivos: prevención, desarrollo y rehabilitación de la salud.

### **2.4.1 Efectos positivos de la Actividad Física sobre el organismo**

#### **El Aparato Locomotor**

- Los trabajos aeróbicos se plasman en la mejora de la capacidad del músculo para obtener energía de las fuentes aeróbicas.
- el trabajo de fuerza permitirá un mayor engrosamiento de las fibras musculares, dando lugar a la hipertrofia, aumentando la capacidad circulatoria y extrayendo más oxígeno de la sangre.
- incrementa la fuerza, el número de terminaciones sanguíneas en el músculo esquelético, mejora la estructura, función y estabilidad de ligamentos, tendones y articulaciones, previene la osteoporosis y mejora la postura.

#### **El Aparato Cardiovascular**

- Previene la aparición de arteriosclerosis (o disminución del calibre de los capilares), con lo que se ayudará a evitar la aparición de embolias y enfermedades coronarias.
- A nivel cardíaco: se aprecia un aumento de la resistencia orgánica, mejoría de la circulación, regulación del pulso y disminución de la presión arterial y el riesgo de arritmias cardíacas

#### **El Aparato Respiratorio**

##### **AUTORES:**

KARLA VERÓNICA CASTRO ARÉVALO.  
FRANKLIN OSWALDO GUAYASAMÍN VILLA.



## UNIVERSIDAD DE CUENCA

- ✓ Aumenta el metabolismo del organismo y, por tanto, las necesidades de oxígeno.
- ✓ Respecto a los pulmones, la frecuencia y amplitud respiratoria se ven elevadas, gracias al incremento de la capacidad pulmonar (capacidad vital y máxima capacidad respiratoria) y la eficacia de la musculatura respiratoria.
- ✓ Se incrementa la cantidad de hemoglobina de los glóbulos rojos y, dado que es la responsable de captar el oxígeno de los alvéolos, su transporte hasta los tejidos, el intercambio de CO<sub>2</sub> y la expulsión de éste en el saco alveolar, se verán mejorados.

### **El Sistema Nervioso**

- ✚ Disminución de los niveles de ansiedad y agresividad.
- ✚ Mejora el tono muscular, los reflejos y la coordinación.

### **A nivel metabólico:**

- Disminuye la producción de ácido láctico, la concentración de triglicéridos, colesterol y LDL, ayuda a disminuir y mantener un peso corporal saludable, normaliza la tolerancia a la glucosa, aumenta la capacidad de utilización de grasas como fuente de energía, el consumo de calorías, la concentración de colesterol bueno y mejora el funcionamiento de la insulina.

### **A nivel psíquico:**

- Ⓢ incrementa la capacidad de fuerza de voluntad y de autocontrol, disminuye la ansiedad, el estrés, la agresividad y la depresión, estimula la creatividad, la capacidad afectiva.

## **2.4.2 BENEFICIOS DE LA RECREACION**

### **COGNITIVO**

- ❖ Incremento de habilidades.
- ❖ Mejoras en procesos básicos (memoria, atención, concentración)
- ❖ Posibilidad de adquirir nuevos aprendizajes.
- ❖ Integración mente- cuerpo-espíritu
- ❖ se incrementan los escenarios de participación desde el fomento y desarrollo del pensamiento
- ❖ se da una mayor integración sensorial
- ❖ Mejoramiento de las habilidades preceptuales

### **AUTORES:**

KARLA VERÓNICA CASTRO ARÉVALO.  
FRANKLIN OSWALDO GUAYASAMÍN VILLA.



### **Afectivo/social**

- Mayor socialización
- Mayor oportunidad de participación
- Integración Social y aceptación
- Mejora las técnicas de comunicación
- Se adquiere habilidad individual para asumir cambios en su vida de forma positiva.
- Motivación para el cambio de estilo de vida

### **Psicomotor**

- ❖ Adquisición de una mejor condición física
- ❖ Mejoramiento del esquema corporal
- ❖ Potenciación del sentido kinestésico
- ❖ Incremento de la fuerza muscular
- ❖ Utilización adecuada de la respiración
- ❖ Mejora la coordinación general
- ❖ Fortalece ligamentos y tendones
- ❖ Mejora el equilibrio estático y dinámico
- ❖ Adquiere mayor agilidad y flexibilidad
- ❖ Mejora la postura(alineación muscular, marcha y tono muscular)
- ❖ Otorga una mejor calidad a los movimientos
- ❖ Perfecciona las técnicas necesarias para mejores y mayores desplazamientos

### **Psicológico**

- ❖ Se fomenta la autoestima, a través de la mejora del autoconcepto y la autoimagen
- ❖ Se generan sentimientos de bienestar
- ❖ Afirmación de la identidad
- ❖ Percepción de libertad

#### **AUTORES:**

KARLA VERÓNICA CASTRO ARÉVALO.  
FRANKLIN OSWALDO GUAYASAMÍN VILLA.



- ❖ Reducción del estrés
- ❖ incremento del sentido de superación y de competencia con uno mismo.
- ❖ Enseña técnicas para disminuir los comportamientos disfuncionales
- ❖ Enseña los beneficios de la salud

## **2.5 ACTIVIDADES FÍSICAS ADAPTADAS.**

Antes de dar el concepto sobre Actividad Física Adaptada debemos conocer el significado de lo que es <sup>18</sup>adaptación que es un proceso personalizado, coordinado y limitado en el tiempo de los diferentes medios puestos en práctica para facilitar que una persona con limitaciones funcionales desarrolle sus capacidades físicas y mentales así como su potencial de autonomía personal y social.

### **2.5.1 Existen varios conceptos sobre actividades físicas adaptadas las más importantes son:**

<sup>19</sup>**Actividad Física Adaptada** es un proceso de la Cultura Física, en el cual se planifica y actúa para dar respuesta a las necesidades y posibilidades de quienes la practican, constituyendo una forma de estimulación de las potencialidades físicas, cognoscitivas, afectivas, sociales y motrices de estas personas.

<sup>20</sup> **La Actividad Física Adaptada.**-se define como un cuerpo de conocimiento multidisciplinar dirigido a la identificación y solución de las diferencias individuales en la actividad física. Su objetivo principal es mejorar sus estilos de vida, promover la innovación y cooperación en la prestación de servicios y la adaptación de las normativas. Incluye además otros aspectos como: Educación Física, Recreación, Deporte, la rehabilitación, la nutrición y la medicina.

---

<sup>18</sup><http://www.slideshare.net/jmolayo/actividad-fsica-adaptada>

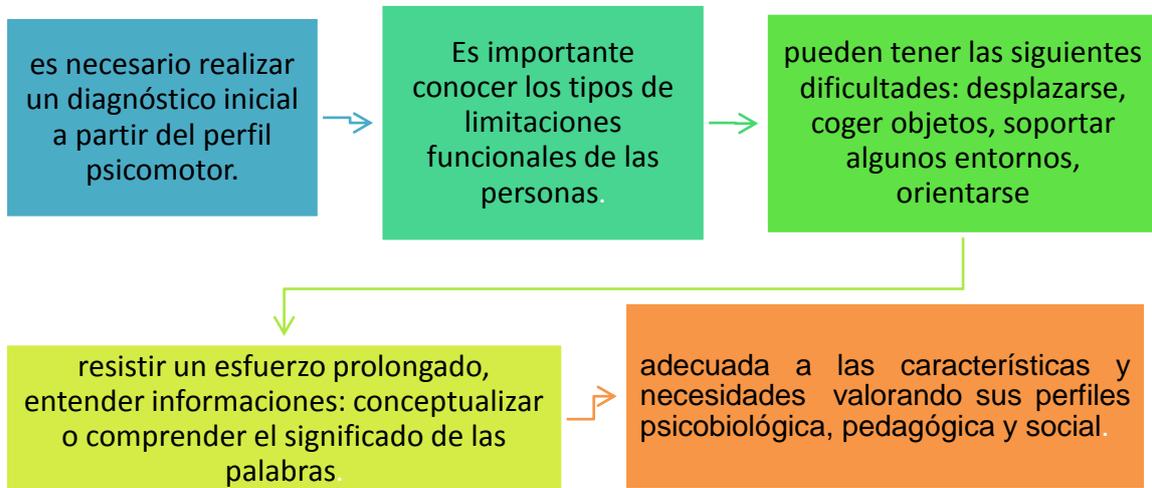
<sup>19</sup>HERNÁNDEZ, Mercedes, Actividad física adaptada: el juego y los alumnos con discapacidad. 1era edición. Barcelona. Editorial Paidotribo, 2004.

<sup>20</sup>ASÚN. Sonia. Educación física adaptada, una propuesta para primaria. 1era edición, Barcelona. Editorial Paidotribo, 2004.

**AUTORES:**

KARLA VERÓNICA CASTRO ARÉVALO.

FRANKLIN OSWALDO GUAYASAMÍN VILLA.





## ACTIVIDAD FÍSICA ADAPTADA



Es un proceso de la Cultura Física

- planifica
- dar respuestas a las necesidades bio-psico-sociales de las personas que practican.

utiliza todos los medios de la CCFF para:

- facilitar y/o mejorar el comportamiento de las personas con limitaciones físicas o mentales.
- potenciar y facilitar las vías de expresión corporal, los juegos y la actividad social prioritarias en estas personas.

### 2.5.2 Las características que debe poseer un programa sobre Actividades Físicas Adaptadas son:

- Ayudar al practicante a lograr la adaptación y equilibrio psicológico que requiere su impedimento.
- Capacitarle para la comprensión del impedimento, así como de las posibilidades de movimiento y actuación derivadas del mismo.
- Posibilitar la adaptación a sus posibilidades y su compensación.
- Facilitar la independencia y autonomía de las personas con necesidades especiales.
- Ayudar al practicante en el proceso de identificación e inclusión en su grupo social.

La Actividad Física Adaptada ofrece oportunidades para usar las habilidades que los individuos han aprendido o reaprendido. Las actividades motrices, los juegos y los

#### **AUTORES:**

KARLA VERÓNICA CASTRO ARÉVALO.  
FRANKLIN OSWALDO GUAYASAMÍN VILLA.



deportes constituyen una posibilidad para la formación y desarrollo mental, social y físico.

**Williamson (1988) indica todo el proceso “debe valorarse frente al principio de integración, para lograrlo es necesario conocer el perfil individual de las personas con enfermedades o limitaciones físicas o psíquicas.**

El mismo incluye los siguientes aspectos:

- Carácter personal: Introversión/extroversión.
- Tipo de discapacidad: nivel de comunicación que ésta le permite
- Edad de aparición de la deficiencia.
- Factores relacionados con el estilo de vida, sobre todo lo referidos a la experiencia y a los “roles adoptados” ante el déficit.
- Disposición psico-social: niveles de independencia, de seguridad y de confianza en sí, de auto concepto y auto imagen.
- Capacidades para establecer relaciones y de integrarse al grupo.

**Para ejecutar cualquier tipo de actividad física es necesario conocer el tipo de discapacidad o profundidad del defecto presente el mismo que tendrá su repercusión en la actividad física y/o motriz por lo que es fundamental:**

- Deficiencia específica del desarrollo y deficiencias traumáticas (problemas de crecimiento, desarrollo físico o mental).
- Problemas relacionados con la postura y los equilibrios: Controles corporales y posturales.
- Dificultades relacionadas a las actividades de manipulación tales como agarrar, soltar, alcanzar, recibir y propulsar.
- Ritmo y locomoción. Diferentes tipos de ritmos y desplazamientos (marcha, carrera, salto, giros).
- Déficit en los aspectos cognitivos en relación con el aprendizaje motor: potencialidades de aprendizaje y niveles perceptivos-motrices.
- Capacidades y condición física.

**AUTORES:**

KARLA VERÓNICA CASTRO ARÉVALO.  
FRANKLIN OSWALDO GUAYASAMÍN VILLA.



### 2.5.3 BENEFICIOS DE LAS ACTIVIDADES FISICAS ADAPTADAS A PERSONAS CON DISCAPACIDAD MENTAL



Cardiovasculares: mejora el rendimiento cardiaco, disminuye la incidencia de enfermedades coronarias.

Respiratorios: Mejor rendimiento respiratorio, aumento de la capacidad funcional, disminuye la gravedad de disnea.

Musculares: mejora la fuerza de músculos, tendones y ligamentos, disminuye la hipotonía muscular y efectos adversos de artrosis.

### 2.6 ACTIVIDADES RECREATIVAS ADAPTADAS.

Las actividades recreativas adaptadas son actividades orientadas al disfrute, goce de la actividad pero sujeta a las necesidades, intereses de las personas que padecen algún tipo de discapacidad.

#### 2.6.1 Características:

- Tenga una activa participación permitiendo la integración de todos sin discriminación alguna.
- Ejecutar todas las actividades recreativas pensando en el impacto positivo que puede tener sobre la realidad social.
- Sean económicamente viables.
- Que satisfacen las necesidades e intereses físicos, sociales.
- Brindar un ambiente de formación, donde todas las personas desarrollen sus potencialidades cognoscitivas y motrices, así como el fomento de hábitos y valores.
- Ofrecer actividades que permitan el buen aprovechamiento del tiempo libre para el mejoramiento de la calidad de vida.

#### AUTORES:

KARLA VERÓNICA CASTRO ARÉVALO.  
FRANKLIN OSWALDO GUAYASAMÍN VILLA.



## **2.7. PAUTAS O ESTRATEGIAS METODOLÓGICAS.**

El ser humano está dotado de capacidades y es la persona para quien se realiza la adaptación la mejor fuente de información. Conocer sus necesidades y dificultades es la primera tarea para abordar la intervención. Unas personas presentan importantes dificultades en el equilibrio otras muestran deficiencias en su esquema corporal, escaso nivel en el desarrollo de las habilidades básicas, trastornos importantes en el tono muscular, torpeza motriz de origen cognitivo, perceptivo o neurológico, torpeza motriz de origen cognitivo, perceptivo o neurológico, escasa o nula capacidad de concentración, problemas de coordinación, estados habituales de ansiedad, hiperactividad o escaso grado de motivación o interés por la actividad.

La planificación de actividades a trabajar debe ser en gran parte lúdica intentando provocar la aparición de nuevos movimientos a través del placer que brinda el juego, por lo que las actividades que se proponga debe estar a modo de juego, permitiendo la participación espontanea de parte de los alumnos.

- ⊗ Las propuestas de trabajo deben ser **creativas** para que la persona se involucre y se incluya con entusiasmo tratando de no llegar al aburrimiento con ejercitaciones repetitivas.
- ⊗ Pero para lograr un buen aprendizaje se necesita de la repetición pero esta repetición debe ir enmarcada sobre diferentes acciones desde lo actitudinal, espacial permitiendo que aparezca cierta diferencia en esta repetición.

### **2.7.1 RECOMENDACIONES**

#### **<sup>21</sup> Adaptar las actividades físicas puede requerir:**

- ⊗ Definir los sistemas de comunicación que se utilizan en el grupo para facilitar la relación entre todos sus componentes.
- ⊗ Utilizar un lenguaje sencillo, estructurado y comprensible para todos.
- ⊗ Diseñar actividades alternativas para que todos puedan realizar las tareas y lograr los objetivos previstos para todos.
- ⊗ Proponer estrategias y actividades verdaderamente motivadoras que permitan ampliar el abanico de intereses y expectativas personales.
- ⊗ Utilizar refuerzos y estrategias de focalización que nos permitan mantener el esfuerzo y la ilusión en lo que se hace, caminando de lo global a lo analítico y de lo concreto a lo abstracto.

---

<sup>21</sup>CASSARINO, Lylia, Adaptaciones curriculares en la clase de Educación Física con niños con necesidades educativas especiales, Revista Digital - Buenos Aires - Año 14 - Nº 140 - Enero de 2010.

#### **AUTORES:**

KARLA VERÓNICA CASTRO ARÉVALO.  
FRANKLIN OSWALDO GUAYASAMÍN VILLA.



## UNIVERSIDAD DE CUENCA

- ② Trabajar con grupos heterogéneos y estables potenciando el aprendizaje cooperativo

**Dentro de las estrategias metodológicas es necesario adaptar ciertos aspectos como son:**

### ADAPTAR LAS REGLAS DE JUEGO:

- ✓ Variar la puntuación para ganar.
  - ✓ Reducir el tiempo de juego, las dimensiones del terreno de juego.
  - ✓ Brindar más oportunidades de juego (dar más poderes o vidas).
  - ✓ Incluir nuevas normas
  - ✓ Prohibiciones específicas.
  - ✓ Jugar una parte con cada equipo.
- 
- ❖ Cambiar de jugadores durante el juego.
  - ❖ Cambiar de papeles o de jugadores.
  - ❖ Limitar las situaciones de contacto físico
  - ❖ Reducir o aumentar los componentes del grupo.
  - ❖ Acelerar o disminuir el ritmo de la actividad.

### COMO PARTE DE LAS ESTRATEGIAS METODOLÓGICAS ENCONTRAMOS CIERTOS COMPONENTES QUE SON DE GRAN UTILIDAD A LA HORA DE TRABAJAR ACTIVIDADES FÍSICAS ADAPTADAS.

#### **Componentes no verbales:**

- La mirada
- Los gestos (manos, cara, cuerpo)
- La postura, la actitud
- La proximidad espacial.
- El contacto físico.

#### **Para las personas que padecen discapacidad mental lo mejor será:**

1. Prever entornos que ofrezcan seguridad y motivación.
2. Concretar el tipo de ayuda en cada caso.
3. Utilizar frases claras, asequibles y reconocibles.
4. Realizar demostraciones: la percepción y comprensión les llega antes y mejor por los ojos que por los oídos.
5. Inspirar confianza y seguridad en la comunicación.

#### **AUTORES:**

KARLA VERÓNICA CASTRO ARÉVALO.  
FRANKLIN OSWALDO GUAYASAMÍN VILLA.



## UNIVERSIDAD DE CUENCA

6. Utilizar materiales con colores y formas divertidas que favorezcan la estimulación y la curiosidad.
7. Utilizar objetos más grandes para facilitar la manipulación y control; pocos materiales a la vez para evitar la dispersión.
8. Utilizar formas de comunicación alternativa que favorezcan la expresión y la relación: signos, gestos, contactos físicos y afectos.
9. Organizar pequeños grupos para favorecer la relación y la participación.

### **2.7.2 LA LABOR DEL PROFESOR:**

El éxito de todo proceso de enseñanza aprendizaje depende del modo de intervención del profesor, lo importante es encontrar estrategias de intervención adecuadas a cada grupo.

- La mirada y en especial las palabras que dirija el profesor al cuerpo del alumno son claves durante este proceso favoreciendo o limitando la comunicación entre ambos.
- El profesor tendrá que encontrar cual es la capacidad, la posibilidad del alumno, marcarle una dirección y un sentido a las acciones que realiza.
- El alumno o la persona con discapacidad es el protagonista de este proceso ubicándolo en un lugar activo y no como un simple receptor de las actividades propuestas, debemos hacerle partícipe de la experiencia involucrándole desde su hacer particular, reconociéndole como sujeto que puede y sabe

Un punto importante para los docentes que trabajan con personas con discapacidad mental es poder soportar el **desorden por lo siguiente:**

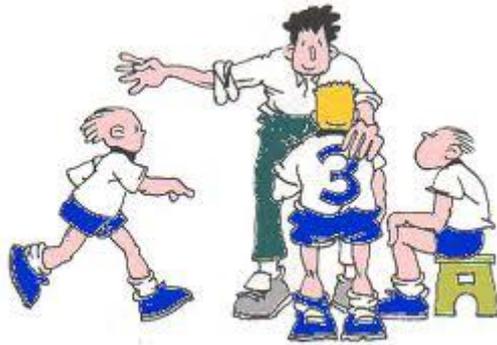
- Ⓜ En las clases regulares de cultura física o en la práctica de actividad física con personas sin discapacidad el orden y la disciplina son aspectos fundamentales para el éxito de la clase por ejemplo es importante que los niños realicen filas, columnas, hileras, se respete el orden, turnos, realicen ciertas formaciones.
- Ⓜ Con las personas que tiene discapacidad mental no se consigue a las primeras clases por lo que se recomienda trabajar ese aspecto poco a poco y durante todo el tiempo que se va a trabajar, acompañando a los alumnos para que puedan ir encontrando un ordenamiento, ciertos hábitos de solidaridad, compartiendo el espacio con otros.
- Ⓜ La inestabilidad y la desorganización que presentan con su cuerpo muchas veces no les permiten adaptarse y responder de forma organizada.
- Ⓜ El requisito fundamental para lograr éxito en el proceso de enseñanza aprendizaje es la **PACIENCIA** e intervenir en cada momento, sabiendo que

#### **AUTORES:**

KARLA VERÓNICA CASTRO ARÉVALO.  
FRANKLIN OSWALDO GUAYASAMÍN VILLA.



no se trata de mal comportamiento o falta de respeto hacia el docente, simplemente su modo de ser no les permite por momentos responder al pedido del profesor, adecuarse a los ritmos externos.



**La motivación del profesor hacia el alumno durante el proceso de enseñanza-aprendizaje es fundamental que esté presente en todo momento.**



Cuando un niño alcance un logro el docente lo acompañará manifestando un “un bravo”, “muy bien”, con un gesto corporal de aliento y felicitación.



Cuando el logro no aparezca el docente acompañará al alumno con un abrazo, acercándose.

**✚ El contacto corporal es una vía posible de estimular los aprendizajes.**

## **2.8. MÉTODOS DIDÁCTICOS.**

Debemos tener en cuenta ciertos principios metodológicos que son:

- Aprender en familia: por ejemplo si se aprende los roles se debe dar todos los tipos que existen.
- De la experiencia propia: dejar al alumno para que el a través de su experiencia desarrolle el ejercicio y luego nosotros indicamos las técnicas para el ejercicio.
- De lo individual a lo grupal.

Pero también existen principios didácticos:

- ❖ <sup>22</sup>Cambio de perspectiva: Es la forma de presentar o conocer un movimiento o una actividad física desde varios puntos de vista, en la misma forma, es posible ejecutar los diferentes movimientos según varios criterios.
- ❖ Variación: ofrecer al alumnado variedad en los ejercicios, materiales, lugares de enseñanza según el tema clase.
- ❖ Participación: lograr la participación de todos los alumnos en las actividades planificadas.
- ❖ Diferenciación: el grupo de trabajo siempre va a ser heterogéneo por lo que las actividades deben ser desarrolladas de acuerdo al grupo que se tiene.

<sup>22</sup> León, Diego, Apuntes de Didáctica.

### **AUTORES:**

KARLA VERÓNICA CASTRO ARÉVALO.  
FRANKLIN OSWALDO GUAYASAMÍN VILLA.



### **2.8.1 Métodos de enseñanza**

Es importante conocer ciertos conceptos que son importantes al momento de realizar una clase, estos son:

<sup>23</sup>**La planificación:** es un instrumento al servicio del profesor y del aprendizaje de los alumnos. Este instrumento de trabajo debe ser estrictamente personal, de cada profesor y precisamente, su valor radica en la elaboración personal de quien lo vaya a ejecutar. Toda planificación debe ser esquemática, abreviada, ya que es tan solo un instrumento operacional de referencia y de control; así pues, en forma esquemática, el plan señalará la materia que se va a tratar, el objetivo, el tiempo necesario para alcanzarlo, los recursos a emplear, el método, etc...

**Plan:** Es la previsión general de algo o un proyecto de trabajo para cierto tiempo .  
**Plan de clase lección:** el plan de clase o lección es la previsión de las actividades que el profesor y alumnos deberán desarrollar en el transcurso de una clase.

**Método Directo:** el profesor es el que guía, dirige el proceso de enseñanza – aprendizaje de técnicas y tácticas deportivas, consta de los siguientes pasos:

- ☺ el profesor explica la clase a sus alumnos.
- ☺ luego lo demuestra o puede pedir apoyo de algún alumno.
- ☺ posteriormente los alumnos adoptan la posición inicial del ejercicio a la voz de listos.
- ☺ Los alumnos ejecutan lo demostrado por el profesor a través de la voz ejecutiva por lo que el profesor utiliza diferentes maneras como son: silbato, o sílabas como “ya”, etc.
- ☺ Repetición y perfeccionamiento.
- ☺ Corrección de errores cuando los alumnos no cumplen bien los ejercicios.
- ☺ Evaluación bajo criterios del docente según el tema clase.

**Método indirecto:** el protagonista es el alumno, éste método se utiliza al enseñar los bloques de danza, baile, expresión corporal, este método posee los siguientes pasos:

- ⚙ Explicación de la actividad.
- ⚙ Reglas de organización (grupos, tiempo).
- ⚙ Demostración del o de los movimientos por parte del docente, de un estudiante o del grupo de acuerdo a las circunstancias.
  
- ⚙ Planificación del grupo por los alumnos.
  
- ⚙ Realización de las actividades seleccionadas.

---

<sup>23</sup> León, Diego, Apuntes de Didáctica.



## UNIVERSIDAD DE CUENCA

- ⊗ Actividad de ayuda y correcciones mutuas.
- ⊗ Diálogo-discusión-auto evaluación y evaluación.
- ⊗ Unificación de criterios-acciones.
- ⊗ Aplicación de ejercitaciones individualmente y en grupo (intra y extraescolares).

**Método mixto:** Es una combinación de los dos métodos , se caracteriza por:

- Análisis de la clase por parte del profesor con sus alumnos.
- Discusión sobre las formas de trabajo o ejercitación.
- Explicación de la clase por parte del profesor.
- Práctica de la clase por los alumnos según el análisis y la discusión.
- Corrección de errores y actividades de ayuda entre alumnos y maestro.
- Análisis de los logros y limitaciones del proceso: diálogo, discusión, auto evaluación y evaluación.

### **2.8.2 Modalidades de posicionarse el profesor frente al alumno:**

#### **Modalidad espontánea libre:**

- 🌈 Con consigna mínima (en un espacio adecuado y con un mínimo de encuadre preestablecido). Por ejemplo tomar una pelota y jugar como quieran.
  - 🕒 no se plantea un objetivo
  - 🕒 no se indica cómo realizarlo.
- 🌈 El profesor observa y acompaña las acciones de los alumnos, ampliando un juego que se está desarrollando, dando una sugerencia frente a la dificultad.
- 🌈 La actitud del profesor debe ser abierta para el intercambio, receptivo para intervenir en el momento apropiado.
- 🌈 Empleando esta modalidad las actividades son exploratorias, permitiendo el conocimiento de las posibilidades de movimiento y la propia creatividad en el hacer, se da plena libertad a los alumnos, ofreciendo objetos y una propuesta pero sin dirigir la actividad.
- 🌈 Puede utilizarse: Con niños pequeños o con poca experiencia en el uso y dominio del cuerpo y los objetos, para que descubren por si mismos, la posibilidad de acción.

#### **AUTORES:**

KARLA VERÓNICA CASTRO ARÉVALO.  
FRANKLIN OSWALDO GUAYASAMÍN VILLA.



## UNIVERSIDAD DE CUENCA

- Ⓢ Ante la presentación de nuevos objetos, dando un tiempo para que el niño explore y conozca las posibilidades de uso y aparezca la actividad espontánea.
- Ⓢ Para evaluar los recursos con que cuenta cada niño en el uso del objeto, accionando sobre él sin depender del adulto ni responder a sus indicaciones.

### Modalidad dirigida

#### a) Consigna con objetivo

- ♣ se plantea un objetivo, por ejemplo derribar las botellas.
- ♣ No se indica cómo hacerlo.
- ♣ El profesor alienta y refuerza las acciones observadas, utiliza la palabra para dar indicaciones a quien lo necesite.
- ♣ la actitud del profesor debe ser cercano al alumno sirviéndole de guía.

#### b) Varias consignas

- ♣ Por ejemplo caminar hasta la soga y lanzar las pelotas hacia las botellas de plástico.
- ♣ Se plantea un objetivo específico.
- ♣ se indica cómo hacerlo.
- ♣ Se anticipa al alumno.
- ♣ el profesor: alienta los aciertos, indica otros modos de realización, muestra otras posibilidades de acción.
- ♣ Corrige los errores.

### En esta modalidad dirigida lo principal es:

- ❖ **desarrollar la autonomía del alumno en el uso de su cuerpo y para con el objeto.**
- ❖ **afianzar en él lo que sabe y puede hacer con su cuerpo, se plantea una situación a resolver poniendo a prueba al alumno en cómo resolverla.**

### Puede utilizarse:

- ♣ Con grupos con mayor experiencia en el uso de su cuerpo y los objetos.
- ♣ Con grupos que conozcan previamente el material ofrecido.
- ♣ Como una segunda etapa en el trabajo, a modo de progresión.
- ♣ Al plantear más consignas se busca evaluar las respuestas adecuadas, es una actividad puramente dirigida, siendo más segura para el profesor ya que está todo pautado.

### AUTORES:

KARLA VERÓNICA CASTRO ARÉVALO.  
FRANKLIN OSWALDO GUAYASAMÍN VILLA.



- ✿ Puede emplearse para enseñar acciones motrices coordinadas, para aumentar el nivel de dificultad, para observar la capacidad de resolución de problemas y pasar de consignas simples a complejas.

**METODOLOGIA EN EL MOMENTO QUE SE ESTÉ REALIZANDO LAS ACTIVIDADES PROPUESTAS**

- ☺ Ser flexibles en las clases que se planifica.
- ☺ Estar atentos a los intereses y deseos de los niños y ajustar las actividades a las posibilidades de cada uno.
- ☺ Respetar los tiempos de atención y ejecución de cada niño y saberlo esperar.
- ☺ Dar consignas claras y sencillas dejando margen a los alumnos para que puedan demostrar que entendieron.
- ☺ El esfuerzo tiene que ser acorde con las capacidades de los alumnos y el logro tiene que ser puesto en evidencia por el profesor.
- ☺ Alentar sus acciones, mencionar los pequeños adelantos dan una mayor confianza al niño, habilitándole a probar sin importar si se equivoca.

**2.9 RECURSOS Y MATERIALES UTILIZADOS.**

- ☺ Utilizar materiales atractivos y diversos.
- ☺ adaptar los objetos y materiales.
- ☺ Agrandar el tamaño de fichas, mangos, agarradores, objetos pequeños
- ☺ . Utilizar pulsadores y botones grandes y fáciles de presionar en los juguetes y materiales.
- ☺ Adosar a los objetos cordeles, cintas adhesivas y varillas para que puedan ser lanzados, arrastrados o transportados
- ☺ Elegir materiales que demanden una menor movilidad articular para aquellos que presenten problemas osteoarticulares.
- ☺ Utilizar pocos objetos a la vez para evitar la dispersión.

**Entre algunos materiales usados para desarrollar sus capacidades y habilidades motrices tenemos:**

<b><u>OBJETOS</u></b>	<b><u>CARACTERISTICAS</u></b>	<b><u>POSIBILIDAD DE UTILIZACION</u></b>
TUBOS: que consiguen en tiendas donde venden hilos,lanas.	Ⓜ Pequeños o grandes.	<ul style="list-style-type: none"> <li>Ⓜ Para rodar por el espacio con manos o pies</li> <li>Ⓜ Para entrar, salir, aparecer, desaparecer, esconderse, rodar, apoyo y balanceo del cuerpo, flexibilidad.</li> </ul>

**AUTORES:**

KARLA VERÓNICA CASTRO ARÉVALO.  
FRANKLIN OSWALDO GUAYASAMÍN VILLA.



UNIVERSIDAD DE CUENCA

<p><u>Telas de colores:</u></p>	<p>Es poco común encontrar en el inventario de Educación Física, este material, pero resulta muy enriquecedora para los niños en su inclusión.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>❖ Grandes y resistentes de diferentes texturas.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>❖ Noción del esquema corporal.</li> <li>❖ Rodar con el cuerpo sobre la tela hasta involucrarse.</li> <li>❖ Tapar y apoyar sobre la tela.</li> <li>❖ Sacudir, atar, trasladar objetos o personas.</li> <li>❖ Nociones de resistencia y fuerza.</li> </ul>
<p><u>Sogas</u></p>	<p>De diferente grosor, largas, resistentes.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>⊕ Permiten marcar el espacio, hacer figuras.</li> <li>⊕ Afianzar nociones espaciales: largo, corto, abierto, cerrado, curvo, recto.</li> <li>⊕ Tracción midiendo la fuerza.</li> <li>⊕ Coordinación dinámica general y manual: hacer nudos, lazos, etc.</li> </ul>
<p><u>Tizas</u></p>	<p>De diferentes colores.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Para delimitar espacios: línea de partida, de llegada.</li> <li>➤ Señalar recorridos que pueden realizar.</li> <li>➤ Incentivar la realización de trazos, figuras, formas.</li> <li>➤ Para contornear el cuerpo.</li> </ul>
<p><u>Papel</u></p>	<p>De diarios, papel madera, papel afiche.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Hacer bolas con las manos</li> <li>Para arrojar, cubrir o marcar superficies en el piso, saltar, envolver, doblar.</li> </ul>
<p><u>Rollo de papel higiénico o papel de cocina</u></p>	<p>Que no sea muy fino ya se rompe fácilmente.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Envolver partes del cuerpo.</li> <li>• Tapar partes del cuerpo.</li> </ul>

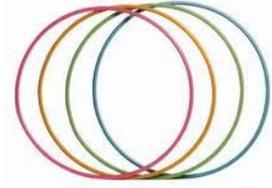
**AUTORES:**

KARLA VERÓNICA CASTRO ARÉVALO.

FRANKLIN OSWALDO GUAYASAMÍN VILLA.



UNIVERSIDAD DE CUENCA

		<ul style="list-style-type: none"> <li>• Lanzar, patear, pisar, marcar recorridos.</li> <li>• Aseo personal.</li> </ul>
<p><u>Globos</u></p> 	<p>Pequeños, grandes, inflados, desinflados, llenos de agua, harina, etc.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>○ Inflar, soplar, apretar, pegar, arrojar, atrapar, tomar, saltar, etc</li> </ul>
<p><u>Burbujero</u></p> 	<ul style="list-style-type: none"> <li>✚ Se pueden fabricar con alambre.</li> <li>✚ Se pueden comprar.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>✚ Soplar.</li> <li>✚ Trabajar la respiración.</li> <li>✚ Inspirar y exhalar.</li> <li>✚ Calmar la ansiedad.</li> </ul>
<p><u>Los aros o ulas.</u></p> 	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Flexibles</li> <li>● De varios colores</li> <li>● Resistentes</li> <li>● De diferentes tamaños.</li> </ul>	<p>Exploración del objeto en relación con la forma, tamaño y peso. Posibilidad de movimiento, giros, rotaciones, desplazamientos. Nociones espaciales: adentro, afuera, arriba, abajo, alrededor, interior, exterior. Favorecen el juego simbólico acciones como atrapar, proteger, invadir, compartir.</p>
<p><u>Las pelotas o balones</u></p> 	<ul style="list-style-type: none"> <li>☺ De diferentes tamaños, pesos colores.</li> <li>☺ Texturas: lisas, protuberancias.</li> <li>☺ De cuero, de tela, plástico, de papel.</li> </ul>	<p>-Posibilidad de movimiento: rodar, picar, lanzar, arrojar, patear, golpear, botear, embocar. -Favorece la coordinación óculo manual. -La percepción del espacio y el tiempo en el recorrido que hace la pelota: le cerca, acá, allá. -Ritmo y fuerza: lento, rápido, despacio, fuerte.</p>
<p><u>Las colchonetas</u></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>⚙ De diferentes tamaños.</li> </ul>	<p>Para transportar, llevar, cubrir, apoyar el cuerpo. Realizar construcciones o refugios, Realizar actividades gimnásticas.</p>

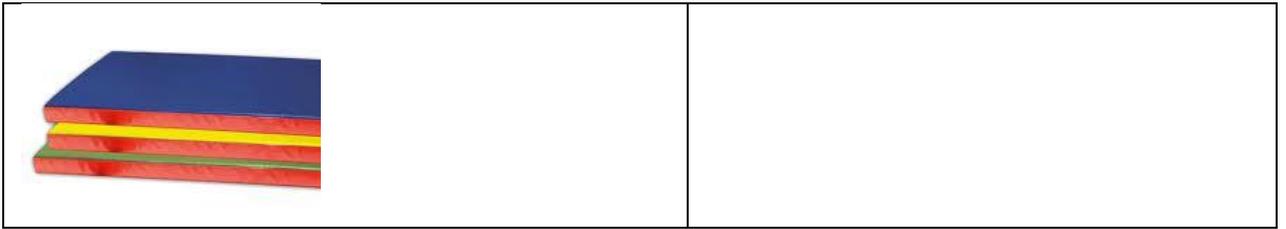
**AUTORES:**

KARLA VERÓNICA CASTRO ARÉVALO.

FRANKLIN OSWALDO GUAYASAMÍN VILLA.



UNIVERSIDAD DE CUENCA



Cuadro tomado de: Moreno, María Laura, Educación Física en el Discapacitado.



UNIVERSIDAD DE CUENCA

### CAPÍTULO III

## **PROPUESTA DE ACTIVIDADES FÍSICAS Y RECREATIVAS PARA EL DISCAPACITADO MENTAL EN EL INSTITUTO PILOTO DE INTEGRACIÓN DEL AZUAY (IPIA).**

### **3.1. Propuesta de actividades físicas y recreativas para las personas con discapacidad mental.**

#### **INSTITUTO PILOTO DE INTEGRACIÓN DEL AZUAY (IPIA).**

El Instituto fue creado en el mes de Septiembre del año 2001 bajo acuerdo ministerial 0245, es una Institución fiscal que brinda educación a niños y niñas adolescentes con necesidades educativas especiales asociadas al retardo mental.

#### **3.1.1. HISTORIA Y DATOS DEL ESTABLECIMIENTO**

Nombre: Instituto Piloto de Integración del Azuay acuerdo # 0245

Parroquia; Cañaribamba

Provincia: Azuay

Cantón: Cuenca

Tipo: urbana

Categoría: retardo mental

Niveles: 6

Profesionales: 14

Directora: Lcda. Gloria Sánchez

Dirección: Av. Huayna Capac (Centro de Salud # 1)

#### **AUTORES:**

KARLA VERÓNICA CASTRO ARÉVALO.

FRANKLIN OSWALDO GUAYASAMÍN VILLA.



### **MISIÓN:**

Formar y educar a niños y jóvenes con necesidades educativas especiales que es la discapacidad intelectual hasta llegar a convertirlos en seres autónomos e integrados a la sociedad como entes productivos y participativos, independientemente de su discapacidad.

### **VISIÓN**

Convertirse en una Institución con sólidos principios capaces de mejorar la calidad de vida de los alumnos.

### **Características sobresalientes**

- ♣ Los alumnos matriculados en el centro en su totalidad presentan como discapacidad dominante retardo mental en sus diferentes categorías como son: retardo mental leve, moderado y profundo, en algunos casos esta discapacidad está asociada del síndrome de Down, parálisis cerebral, problemas de psicomotricidad, autismo, apper, dificultades en el lenguaje, problemas conductuales, emocionales, familiares, socio económicos.
- ♣ Alumnos están distribuidos en 6 niveles pedagógicos dependiendo de su edad cronológica y desempeño funcional, en la escuela asisten 61 estudiantes en edades comprendidas entre los cuatro años a los 17 años.
- ♣ Proviene de hogares de diferente nivel socioeconómico, de hogares incompletos, de padres emigrantes y con una situación media baja lo que afecta su normal desenvolvimiento en la escuela y en su desarrollo personal y social.
- ♣ El diagnóstico se establece luego de la valoración correspondiente por el equipo de profesionales lo que nos permite ubicar al estudiante en el nivel adecuado tomando en consideración sus destrezas, habilidades así como la edad cronológica y edad mental.

### **AUTORES:**

KARLA VERÓNICA CASTRO ARÉVALO.  
FRANKLIN OSWALDO GUAYASAMÍN VILLA.



## OBJETIVOS GENERALES DE LA EDUCACIÓN ESPECIAL

- La educación especial es parte de la educación general que mediante la aplicación coordinada de métodos, técnicas y recursos especializados proporciona atención educativa a aquellos estudiantes con necesidades educativas especiales que por diversas causas tienen dificultad para adaptarse a los programas diseñados por la educación regular.

## OBJETIVOS DE LA CATEGORÍA DE RETARDO MENTAL

Como Institución que proporciona educación a estudiantes con discapacidad intelectual nos proponemos:

- ☺ El principal objetivo de la Institución es el lograr la integración de los alumnos con discapacidad en el aspecto físico, social, cultural, deportivo y educativo dentro de un ambiente lo más normalizado posible en el que los servicios se adapten a las necesidades y exigencias de los estudiantes.
- ☺ Preparar al alumno con necesidades educativas especiales asociadas a la discapacidad intelectual con el fin de que alcance su autorrealización e integración en el mundo social y laboral como elemento activo.
- ☺ Lograr que el sujeto con discapacidad intelectual alcance el máximo desarrollo de sus potencialidades, apoyándose en sus posibilidades que en sus limitaciones.
- ☺ Desarrollar al máximo todas las potencialidades de los alumnos, mediante la implementación de un programa educativo individualizado.
- ☺ Coordinar con las autoridades de educación especial y participar en las actividades de carácter pedagógico, social, cultural, deportivo.

## ORGANIZACIÓN DEL CENTRO

### 3.1.2. ESTRUCTURA DE LOS PROGRAMAS

#### A) PROGRAMA EDUCATIVO

Constituido por 7 niveles educativos:

- ✓ ESTIMULACION: Comunicativa, cognitiva, personal social, autoayuda.

#### **AUTORES:**

KARLA VERÓNICA CASTRO ARÉVALO.  
FRANKLIN OSWALDO GUAYASAMÍN VILLA.



## UNIVERSIDAD DE CUENCA

- ✓ PRE PRIMARIO (NIVEL 1): en este nivel se cubrirán los ejes de: desarrollo personal y social, desarrollo del conocimiento del entorno inmediato, desarrollo de expresión y comunicación creativa.
  
- ✓ PRIMARIO (NIVEL 2, 3, 4, 5,6): en este nivel se desarrollan: matemática, lenguaje y comunicación, entorno natural y social, cultura física, cultura estética, autonomía e independencia personal.

### **B) PROGRAMA DE CULTURA FÍSICA**

El programa en el área de Cultura Física en el Instituto fue creado junto con los otros programas del área educativa pero con una gran diferencia de que esta área jamás fue impartida por profesionales de la Cultura Física, la gran mayoría fue dada por las mismas profesoras del Instituto pero con una escasez de conocimientos y aún esta asignatura casi nunca era realizada por lo que se verán reflejados en el siguiente programa educativo que posee el Instituto:

#### Programa de Cultura Física para nivel Primario I:

Los Contenidos son: Formación en orden de estatura, realizar ejercicios de marcha, lanzar y recibir la pelota, realizar diferentes juegos según sus capacidades.

#### Programa de Cultura Física para Nivel Primario II:

El objetivo en este nivel es practicar y desarrollar destrezas de equilibrio, lateralidad.

Los contenidos son: realizar carreras, saltos, lanzamientos, ejecutar ejercicios libres y dirigidos.

#### Programa de Cultura Física para Nivel Primario III:

#### **AUTORES:**

KARLA VERÓNICA CASTRO ARÉVALO.  
FRANKLIN OSWALDO GUAYASAMÍN VILLA.



## UNIVERSIDAD DE CUENCA

Los contenidos son: participar e integrarse en juegos y actividades individuales y grupales, caminar: por direcciones, por sendas, saltar con dirección, saltar con obstáculos, correr con ritmo, jugar con la pelota.

### Programa de Cultura Física para los Niveles Primario s IV, V, VI:

Los contenidos son los siguientes: mejorar y aumentar el equilibrio, conseguir la postura normal, realizar la disociación de movimientos de las diferentes partes del cuerpo, aumentar y mejorar la coordinación.

**Estos programas cabe recalcar que fueron realizados en años anteriores por las profesoras de cada nivel que posee el Instituto ya que como se mencionó anteriormente ellas eran las encargadas de realizar de forma esporádica la práctica de la Cultura Física en el Instituto.**

### **3.1.3. CARACTERÍSTICAS DE LOS GRUPOS DE TRABAJO**

- ♣ Los alumnos matriculados en el centro en su totalidad presentan como discapacidad dominante retardo mental en sus diferentes categorías como son: retardo mental leve, moderado y profundo, en algunos casos esta discapacidad está asociada al Síndrome de Down, parálisis cerebral, problemas de psicomotricidad, Autismo, Apper, dificultades en el lenguaje, problemas conductuales, emocionales, familiares, socio económicos.
- ♣ Alumnos están distribuidos en 6 niveles pedagógicos dependiendo de su edad cronológica y desempeño funcional, en la escuela asisten 61 estudiantes en edades comprendidas entre los cuatro años a los 17 años.

#### **AUTORES:**

KARLA VERÓNICA CASTRO ARÉVALO.  
FRANKLIN OSWALDO GUAYASAMÍN VILLA.



**3.1.3.1. FICHAS PERSONALES**

**FICHAS PERSONALES DE LOS ALUMNOS DEL NIVEL PRIMARIO 1**

Nombre	Edad cronológica		Edad mental	Coeficiente Intelectual	Observaciones en el campo medico	Peso	Talla
	Años	Meses	AÑOS				
Pedro Barros	07	01	04	CI= 69 Retardo mental leve	Problemas conductuales, psicomotrices y de lenguaje.	21	1,15
Pamela Chalco	08	00	04	CI=66 Retardo mental leve	Problemas conductuales, psicomotrices y de lenguaje.	18	1,22
Miguel Cajamarca	08	02	02	CI=	Síndrome de Down	16	1,07
Carolina García	07	09	1 año y medio	CI	Problemas conductuales, psicomotrices y de lenguaje.	18	1,09
Anthony Prado	08	00	04	CI=65 Retardo mental leve	Problemas conductuales, psicomotrices y de lenguaje.	22	1,17

Tabla # 1: Elaborado por KC / OG

**AUTORES:**

KARLA VERÓNICA CASTRO ARÉVALO.  
FRANKLIN OSWALDO GUAYASAMÍN VILLA.

**FICHAS PERSONALES DE LOS ALUMNOS DEL NIVEL PRIMARIO 2**

Nombre	Edad cronológica		Edad mental	Coeficiente Intelectual	Observaciones Campo medico	Peso	Talla
	Años	Meses	Años				
Cristina Arias	08	10	02 años	COEF. DLLO	Problemas conductuales, psicomotrices y de lenguaje.	16	1,14
Henry Bravo	08	05	05	CI=68 Retardo mental leve	Problemas conductuales, psicomotrices y de lenguaje.	24	1,19
Josué Bravo	09	04			Problemas conductuales, psicomotrices y de lenguaje.	38	1,24
Anita Chicaiza	09	03	02 años	COEF. DLLO	Problemas conductuales, psicomotrices y de lenguaje.	30	1,28
Araceli Guarango	08	09	05	CI= 60 Retardo mental leve	Problemas conductuales, psicomotrices y de lenguaje.	21	1,13
Cristian Lema	09	08	04	CI=54 Retardo mental leve	Problemas conductuales, psicomotrices y de lenguaje.	22	1,17
Daniela Lozada	08	08	04	CI= 46 Retardo mental moderado	Sindrome de Down	17	1.04
Miguel Palacios	09	04	02AÑOS	COEF. DLLO	Autismo	27	1,23
Jacqueline Pallashco	08	08	03	CI=37 Retardo mental moderado	Problemas conductuales, psicomotrices y de lenguaje.	19	1,12
Jonathan Rodríguez	08	03	05	CI=64 Retardo mental leve	Problemas conductuales, psicomotrices y de lenguaje.	25	1,17
Martín Santacruz	09	09	05	CI=49 Retardo mental	Problemas conductuales, psicomotrices y de	31	1,30

**AUTORES:**

KARLA VERÓNICA CASTRO ARÉVALO.

FRANKLIN OSWALDO GUAYASAMÍN VILLA.



UNIVERSIDAD DE CUENCA

				moderado	lenguaje.		
Viviana Tenecota	09	00	04	CI= 44 Retardo mental moderado	Síndrome de Down	20	1,12

Tabla # 2: Elaborado por KC / OG.

**FICHAS PERSONALES DE LOS ALUMNOS DEL NIVEL PRIMARIO 3**

Nombre	Edad cronológica		Edad mental	Coeficiente Intelectual	Observaciones en el campo medico	Peso	Talla
	Años	Meses	Años				
Lisbeth Ortega	11	05	05	CI=46 Retardo mental moderado	Síndrome de Appert	26	1,28
Shirley Vintimilla	11	03	04	CI= 47 Retardo mental moderado	Problemas conductuales, psicomotrices y de lenguaje.	25	1,32
Martin Barros	11	10	03	CI= 34 Retardo mental grave	Síndrome de Down	24	1,24
Luis Miguel Guillermo	10	07	06	CI= 75 Retardo mental límite, borderline fronterizo	Problemas conductuales, psicomotrices y de lenguaje.	26	1,22
Jonathan Lituma	10	07	05	CI= 54 Retardo mental leve	Problemas conductuales, psicomotrices y de lenguaje.	22	1,28
Kevin Muñoz	10	03	04	CI= 44 Retardo mental moderado	Síndrome de Down	22	1,14
Anthony Naranjo	10	01	04	CI= 51 Retardo mental leve	Problemas conductuales, psicomotrices y de lenguaje.	22	1,30
Bryan Saquipay	10	05	05	CI= 66 Retardo mental leve	Problemas conductuales, psicomotrices y de lenguaje.	21	1,18

Tabla # 3: Elaborado por: KC / OG.

**AUTORES:**

KARLA VERÓNICA CASTRO ARÉVALO.  
FRANKLIN OSWALDO GUAYASAMÍN VILLA.

**FICHAS PERSONALES DE LOS ALUMNOS DEL NIVEL PRIMARIO 4**

Nombres y apellidos	Edad cronológica		Edad Mental	Coeficiente Intelectual	Observaciones campo médico	Peso	Talla
	Años	Meses	Años				
Angélica Fernández	12	01	06	CI=54 Retardo mental leve	Problemas conductuales, psicomotrices y de lenguaje.	46	1,38
Jessica Mendieta	11	01	04	CI= 60 Retardo mental leve	Problemas conductuales, psicomotrices y de lenguaje.	26	1,34
Andrea Mejía	12	00	06	CI= 60 Retardo mental leve	Problemas conductuales, psicomotrices y de lenguaje.	29	1,32
María Suqui	11	05	07	CI= 73 Retardo mental limite fronterizo	Problemas conductuales, psicomotrices y de lenguaje.	24	1,14
Jennifer Tenesaca	10	08	03	CI= 35 Retardo mental moderado	Problemas conductuales, psicomotrices y de lenguaje.	30	1,29
Jessica Velásquez	11	08	06	CI= 59 Retardo mental leve	Problemas conductuales, psicomotrices y de lenguaje.	26	1,23
Marco Domínguez	11	01	05	CI= 54 Retardo mental leve	Problemas conductuales, psicomotrices y de lenguaje.	29	1,23
Marcelo Quizhpe	11	01	07	CI= 75 Retardo mental fronterizo	Problemas conductuales, psicomotrices y de lenguaje.	26	1,29
Sebastián Guichay	12	03	05	CI= 53 Retardo mental leve	Problemas conductuales, psicomotrices y de lenguaje.	50	1,65
Jesús Villazhañay	11	02	05		Problemas conductuales, psicomotrices y de lenguaje.	27	1,29

Tabla # 4: Elaborado por: KC / OG

**AUTORES:**

KARLA VERÓNICA CASTRO ARÉVALO.  
FRANKLIN OSWALDO GUAYASAMÍN VILLA.

**FICHAS PERSONALES DE LOS ALUMNOS DEL NIVEL V: 12 – 15 AÑOS**

Nombres y apellidos	Edad cronológica		Edad mental	Coeficiente Intelectual	Observaciones Campo medico	Peso	Talla
	Años	Meses	Años				
Cristina Aguirre	13	01	08	CI=65 Retardo mental leve	Problemas conductuales, psicomotrices y de lenguaje.	40	1,52
Gabriela Castillo	13	10	04	CI= 30 Retardo mental severo	Problemas conductuales, psicomotrices y de lenguaje.	26	1,34
Evelyn Chuya	13	07	08	CI= 60 Retardo mental leve	Problemas conductuales, psicomotrices y de lenguaje.	44	1,32
Karla Paredes	13	00	07	CI= 54 Retardo mental leve	Problemas conductuales, psicomotrices y de lenguaje.	44	1,54
Maria Plaza	14	05	09	CI= 64 Retardo mental leve	Problemas conductuales, psicomotrices y de lenguaje.	30	1,50
Doris Tocto	13	06	07	CI= 58 Retardo mental leve	Problemas conductuales, psicomotrices y de lenguaje.	34	1,31
Liliana Zaruma	12	01	07	CI= 56 Retardo mental leve	Problemas conductuales, psicomotrices y de lenguaje.	40	1,40
Bryan Aguilar	13	00	05	CI= 36 Retardo mental moderado	Síndrome de Down	30	1,33
Maria Pelaez	14	01	08	CI= 51 Retardo mental leve	Problemas conductuales, psicomotrices y de lenguaje.	36	1,47
Cesar Chicaiza	14	11	08	CI= 62 Retardo mental	Problemas conductuales, psicomotrices y de	30	1,50

**AUTORES:**

KARLA VERÓNICA CASTRO ARÉVALO.  
FRANKLIN OSWALDO GUAYASAMÍN VILLA.



UNIVERSIDAD DE CUENCA

				leve	lenguaje.		
Lenin Borja	12	08	08	CI= 66 Retardo mental leve	Problemas conductuales, psicomotrices y de lenguaje.	40	1,29
Edison Saico	14	00	09	CI= 65 Retardo mental leve	Problemas conductuales, psicomotrices y de lenguaje.	33	1,31
Victor Tacuri	13				Problemas conductuales, psicomotrices y de lenguaje.	30	1,47

Tabla # 5: Elaborado por KC/OG

**FICHAS PERSONALES DE LOS ALUMNOS DEL NIVEL 6**

Nombre	Edad Cronológica		Edad Mental	Coeficiente intelectual	Observaciones ámbito Médico	Peso	Talla
	Años	Meses	Años				
Karla Bustamante	16	03	07	CI= 40 Retardo mental moderado	Problemas conductuales, psicomotrices y de lenguaje.	40	1,47
María Chuchuca	18	01	08	CI= 57 Retardo mental leve	Problemas conductuales, psicomotrices y de lenguaje.	40	1,45
Tatiana Carrión	17	06	09	CI= 50 Retardo mental leve	Problemas conductuales, psicomotrices y de lenguaje.	32	1,40
Michel García	17	08	10	CI= 57 Retardo mental leve	Problemas conductuales, psicomotrices y de lenguaje.	40	1,58
Anita León	17	02	05	CI= 30 Retardo mental grave	Problemas conductuales, psicomotrices y de lenguaje.	44	1,32

**AUTORES:**

KARLA VERÓNICA CASTRO ARÉVALO.

FRANKLIN OSWALDO GUAYASAMÍN VILLA.



UNIVERSIDAD DE CUENCA

Cintha Naranjo	14	00	09	CI= 66 Retardo mental leve	Problemas conductuales, psicomotrices y de lenguaje.	43	1,51
Paúl Coronel	16	00	10	CI= 63 Retardo mental leve	Problemas conductuales, psicomotrices y de lenguaje.	54	1,74
Paúl Peñafiel	18	04	09	CI= 53 Retardo mental leve	Problemas conductuales, psicomotrices y de lenguaje.	72	1,72
Francisco Peláez	17	00	10	CI= 60 Retardo mental leve	Problemas conductuales, psicomotrices y de lenguaje.	48	1,57
Mauricio Pineda	17	03	08	CI= 47 Retardo mental moderado	Problemas conductuales, psicomotrices y de lenguaje.	48	1,52
Juan Pablo Sanmartín	14	05	08	CI= 60 Retardo mental leve	Problemas conductuales, psicomotrices y de lenguaje.	52	1,71
Gabriel Suquisupa	17	08	09	CI= 53 Retardo mental leve	Problemas conductuales, psicomotrices y de lenguaje.	48	1,65
Sebastián Martínez	16	05	08	CI= 57 Retardo mental leve	Problemas conductuales, psicomotrices y de lenguaje.	52	1,69

Tabla # 6: Elaborado por: KC/OG

**AUTORES:**

KARLA VERÓNICA CASTRO ARÉVALO.

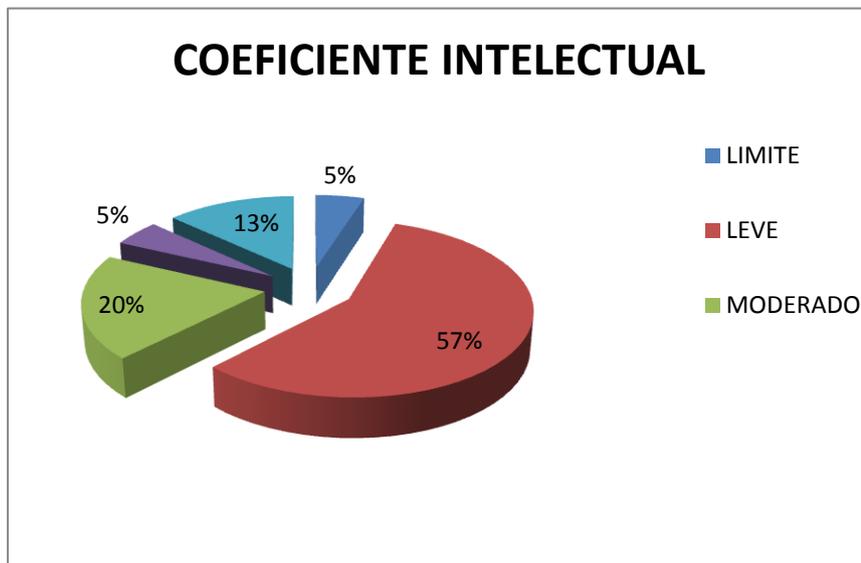
FRANKLIN OSWALDO GUAYASAMÍN VILLA.



**.1.3.2. DISCAPACIDAD MENTAL EN EL INSTITUTO PILOTO DE INTEGRACIÓN DEL AZUAY: DATOS ESTADÍSTICOS DEL NIVEL DE COEFICIENTE INTELECTUAL**

<b>COEFICIENTE INTELECTUAL</b>	<b>TABULACIÓN</b>
Deficiencia mental Limítrofe.	03
Deficiencia mental leve	35
Deficiencia mental Moderado.	12
Deficiencia mental Severa o grave.	3
Deficiencia mental Profunda.	0
Dificultad de diagnóstico: por falta de colaboración del alumno.	08
<b>TOTAL</b>	<b><u>61</u></b>

Tabla # 7: Elaborado por KC/OG





## UNIVERSIDAD DE CUENCA

En el Instituto Piloto de Integración del Azuay, el alumnado que posee discapacidad mental limite son 3 de los 61 alumnos que asisten al Instituto representando únicamente el 5%, estos alumnos para el próximo año lectivo están para incluirles en las escuelas regulares, la discapacidad mental leve representa la gran mayoría de alumnos que posee el Instituto, posee el 57%, el 20% corresponde a la discapacidad mental moderada, el 5% representa la discapacidad mental severa o grave, mientras que el 13% son de los alumnos que por su falta de colaboración por la misma discapacidad que poseen presenta un cierto grado de dificultad para que el psicólogo aplique los test en estos alumnos por lo que ellos no poseen datos reales de su coeficiente intelectual y por ende se desconoce su nivel de discapacidad mental.

### **3.2.ACTIVIDADES FISICAS Y RECREATIVAS PARA EL DISCAPACITADO MENTAL EN EL INSTITUTO PILOTO DE INTEGRACIÓN DEL AZUAY**

Los contenidos desarrollados en el Instituto se basan utilizar los medios de la Educación física normal pero haciendo algunas variaciones con el fin de mejorar y potenciar el desarrollo motriz y social de la persona con discapacidad mental.

Las acciones motrices que ellos aportaron con sus estudios son de gran importancia ya que ellos dividen las acciones motrices en tres tipos de conductas que son:

- Conductas motrices de base(equilibrio, coordinación dinámica general, coordinación dinámica óculo manual. )
- Conductas neuromotrices: relacionadas con la maduración del sistema nervioso central: lateralidad.
- Conductas perceptivas motrices: asociadas a las conductas de la memoria y a las estructuras espacio temporales.

#### **AUTORES:**

KARLA VERÓNICA CASTRO ARÉVALO.  
FRANKLIN OSWALDO GUAYASAMÍN VILLA.



## **OBJETIVOS GENERALES DE LA EDUCACION FISICA ESPECIAL**

El principal objetivo es desarrollar la psicomotricidad en el alumno entendida esta como la integración superior de la motricidad, producto de una relación inteligente entre el niño y el medio e instrumento privilegiado a través de la cual la conciencia se forma y se materializa.

1. Establecer relaciones de comunicación con los demás a partir de juegos corporales y con objetos.
2. Favorecer la construcción del esquema e imagen corporal a través de las vivencias corporales en un espacio y tiempo con otros.
3. Acompañar al niño en el dominio y control de patrones motrices básicos a partir de la actividad corporal con otros.
4. Propiciar un encuadre de trabajo corporal con los niños, que permita conocer y valorar el espacio de la Educación Física.
5. Promover el registro y el encuentro con las posibilidades de acción del propio cuerpo en el espacio.
6. Posibilitar la expresión del propio cuerpo y del movimiento como vía de comunicación de sensaciones, sentimientos, ideas y emociones.
7. Incentivar el cuidado, la higiene y hábitos posturales del cuerpo mejorando la salud y la calidad de vida.

### **3.2.1. CONTENIDOS DE LA EDUCACION FISICA ESPECIAL**

Se trabajó en cinco bloques los cuales se describan a continuación los mismos que tienen las siguientes actividades:

#### **BLOQUE # 1: EL PROPIO CUERPO: ESQUEMA E IMAGEN CORPORAL.-**

La apropiación del cuerpo del sujeto es la base para realizar cualquier acción de intercambio en el espacio y con otros. Que el niño discapacitado pueda saber y registrar las posibilidades y limitaciones con que cuenta para moverse y comunicarse le va a posibilitar establecer mejores relaciones con el entorno.

Este bloque pone el acento en la experiencia corporal del niño, en el encuentro con los otros, los objetos y el espacio, ofrecer actividades que propicien una vivencia placentera del cuerpo en la relación con el docente y sus padres, por medio del intercambio de gestos, palabras, miradas, movimientos, favorecerá los procesos de construcción de la imagen y esquema corporal.

El esquema corporal es la imagen corporal o representación de cada quien tiene de su propio cuerpo, sea en un estado de reposo o en movimiento.

#### **AUTORES:**

KARLA VERÓNICA CASTRO ARÉVALO.  
FRANKLIN OSWALDO GUAYASAMÍN VILLA.



Las actividades de este bloque que se trabajó son los siguientes:

- Registro y percepción de las partes del cuerpo.
- Postura y tono muscular.
- Control respiratorio, identificación de las fases respiratorias.
- Registro de sensaciones intero, propio y exteroceptivas.
- Conciencia y representación del propio cuerpo y el del otro.
- Segmentación de las partes del cuerpo y sus movimientos.

## **BLOQUE # 2: EL CUERPO Y LA ORGANIZACIÓN ESPACIO – TEMPORAL**

Investir el espacio con el propio cuerpo, ocupar su lugar, adoptar una posición, requiere de cierta organización que se va construyendo a partir de las experiencias vividas con otros, la existencia de lesiones orgánicas de distinta índole imita muchas veces el accionar del cuerpo en el espacio, el registro de sensaciones y percepciones.

El objetivo de este bloque es brindar al alumno que padece una deficiencia referencias y datos concretos en relación con los objetos y con los otros que enriquezcan su experiencia con el propio cuerpo.

El cuerpo del profesor oficiará como un modelo para el niño, permitiéndole situarse en relación con él, realizando intercambios cuerpo a cuerpo.

Las unidades que se trabajó son:

- Ubicación del cuerpo en el espacio total - parcial:
- Orientación del cuerpo en el espacio:
- En relación con los objetos (adentro, afuera, enfrente, al lado).
- En relación con los otros (adelante, atrás, arriba, abajo, a un lado, al otro, cerca, lejos).
- Organización en el espacio con otros: agrupación, dispersión, juntos, separados, en fila, en hilera, en ronda, en parejas, en tríos.
- Percepción temporal: duración, ritmo, lento rápido, antes después.

## **BLOQUE # 3: USO Y DOMINIO DEL CUERPO: LAS COORDINACIONES Y HABILIDADES MOTRICES**

El objetivo de este bloque es incentivar y habilitar al niño que padece una deficiencia a hacer uso de su cuerpo a ponerlo en funcionamiento mediante su accionar en el espacio, lo que permitirá el conocimiento de sus posibilidades y limitaciones.

Posibilitar, a partir de la oferta de objetos, de un espacio adecuado y del acompañamiento del profesor, el despliegue de movimientos, gestos y posturas

### **AUTORES:**

KARLA VERÓNICA CASTRO ARÉVALO.  
FRANKLIN OSWALDO GUAYASAMÍN VILLA.



## UNIVERSIDAD DE CUENCA

intencionales y dirigidas de un objeto a otro. Acompañar al alumno, de acuerdo a su capacidad, a disponer de su cuerpo en el encuentro con los objetos y el medio que los rodea.

Las unidades son las siguientes:

- Equilibrio: estático, dinámico.
- Coordinación dinámica general (marcha, carrera, salto).
- Coordinación dinámica manual: viso – motriz (ojo mano, ojo – pie).
- Freno inhibitorio: desplazamientos en el espacio con y sin objeto: acción / detención (reptar, trepar, girar, rodar).
- Cualidades físicas: flexibilidad, fuerza, resistencia, velocidad.
- Lateralidad: dominancia en el uso de los hemisferios:

### **BLOQUE # 4: CUIDADO, COMUNICACIÓN Y EXPRESIÓN DEL CUERPO**

La idea de este bloque es que el alumno con discapacidad pueda hacerse presente, mediante el despliegue de las producciones corporales: risas, palabras, miradas, cambios de tono, juegos, etc, en la relación con los otros.

Acompañarlo a que pueda dar cuenta de su modo de ser y hacer en el intercambio con sus pares, brindar al alumno un espacio y tiempo para que exprese y desarrolle sus modos de comunicación.

Las unidades son:

- Desarrollo de la capacidad para expresar ideas, emociones, sensaciones.
- Movimiento y gesto espontáneo.
- Actitud corporal: despliegue de las producciones corporales
- Juegos de imitación y representación
- Juegos de roles
- Higiene del cuerpo

### **BLOQUE 5: LOS JUEGOS Y EL JUGAR**

Mediante la implicancia del profesor en las actividades lúdicas, se intentará mejorar las relaciones psicosociales del alumno y el funcionamiento general de su cuerpo.

Los juegos estarán presentes en todas las clases, por ser la forma espontánea en la actividad motriz de los niños.

#### **AUTORES:**

KARLA VERÓNICA CASTRO ARÉVALO.  
FRANKLIN OSWALDO GUAYASAMÍN VILLA.



## UNIVERSIDAD DE CUENCA

A través de los juegos, el alumno podrá ir tomando diferentes lugares dentro del grupo, vivenciando situaciones de bienestar y de placer.

La actitud del docente, su interés y participación serán fundamentales para que el alumno acceda y se involucre en la actividad lúdica.

Las unidades son:

- Juegos grupales por bando
- Juegos con refugio
- Juegos de persecución
- Juegos por equipos; pre deportivos: baloncesto y fútbol.

### **3.2.2 Criterios de ejecución de las actividades físicas y recreativas**

#### **Los objetivos que nosotros nos planteamos son:**

- ❖ El programa de ejercicios tiende a contribuir a que las personas con discapacidad mental practiquen actividades física - recreativas planificadas según sus necesidades e intereses por lo que son necesarias para su bienestar físico y psicológico.
- ❖ Demostrar la importancia de las actividades físicas y recreativas en este grupo de personas.
- ❖ Incrementar la autoestima en el alumno.
- ❖ Favorecer la inclusión a través de la práctica de las diferentes actividades físicas y recreativas propuestas.
- ❖ Satisfacer los ideales de expresión y socialización mediante actividades recreativas.

#### **Las actividades que se realizaron se basaron siempre en estos criterios de ejecución:**

- ❖ Adaptada,
- ❖ Calidad más que cantidad,
- ❖ Fácil realización,
- ❖ Global,
- ❖ Progresiva,
- ❖ Variada
- ❖ PLANIFICADA
- ❖ Los planes de lección o clases diarias tuvieron tres componentes esenciales:

#### **AUTORES:**

KARLA VERÓNICA CASTRO ARÉVALO.  
FRANKLIN OSWALDO GUAYASAMÍN VILLA.



- ☺ Parte inicial
- ☺ Parte principal
- ☺ Parte final

**La práctica de actividades físicas y recreativas se basa en una propuesta metodológica de enseñanza aprendizaje para el correcto desarrollo psicomotor del discapacitado mental , por lo que; el presente capítulo contiene el diseño y la elaboración de los planes de lección de todas y cada una de las clases mediante las cuales se llevó a la práctica la propuesta metodológica en mención que tuvo una duración de cuatro meses, por lo tanto; con el contenido del presente capítulo se fundamenta científica y técnicamente la investigación de campo, los cuales se detallan a continuación:**

### **3.2.3. Cronograma de Actividades**

#### **MARZO**

##### **Semana del 28 de Febrero al 3 de Marzo**

Test de cualidades físicas: velocidad, fuerza, resistencia, flexibilidad.

##### **Semana del 7 al 10 de Marzo**

Test de cualidades coordinativas: coordinación, agilidad, equilibrio.

##### **Semana del 14 al 24 de Marzo: Actividades relacionadas con el esquema e imagen corporal.**

- ❖ Registro y percepción de las partes del cuerpo.
- ❖ Postura y tono muscular: tensión – distensión.
- ❖ Ejercicios respiratorios.
- ❖ Registro de sensaciones intero, propio y exteroceptivas.

##### **AUTORES:**

KARLA VERÓNICA CASTRO ARÉVALO.  
FRANKLIN OSWALDO GUAYASAMÍN VILLA.



## UNIVERSIDAD DE CUENCA

- ❖ Conciencia y representación del propio cuerpo y del otro.
- ❖ Segmentación de las partes del cuerpo y sus movimientos.

### **Semana del 28 al 31 de Marzo: Actividades acuáticas.**

- ❖ Familiarización.
- ❖ Juegos en el agua

## ABRIL

### **Semana del 4 al 7 de Abril: Actividades relacionadas con el cuerpo y la organización espacio-temporal.**

- Ubicación del cuerpo en el espacio total y parcial.
- Orientación del cuerpo en el espacio:  
En relación con los objetos: adentro, afuera, enfrente, al lado, etc.  
En relación con los otros: adelante, atrás, arriba, abajo, a un lado, al otro, cerca, lejos, etc.

### **Semana del 11 al 14 de Abril: Actividades relacionadas con el cuerpo y la organización espacio-temporal.**

- Organización en el espacio con otros: agrupación, dispersión, en fila, en hilera, en ronda, en parejas, tríos, etc.
- Percepción temporal: antes, después y percepción ritmo: lento, rápido.

### **Semana del 18 al 21 de Abril**

Aplicación de test (evaluación intermedia).

### **Semana del 25 al 28 de Abril: Actividades relacionadas con las coordinaciones y habilidades motrices.**

- Equilibrio: estático y dinámico.
- Coordinación dinámica general: marcha, carrera, salto, lanzamientos.

#### **AUTORES:**

KARLA VERÓNICA CASTRO ARÉVALO.  
FRANKLIN OSWALDO GUAYASAMÍN VILLA.



## MAYO

**Semana del 2 al 5 de Mayo: Actividades relacionadas con las coordinaciones y habilidades motrices.**

- Ⓢ Coordinación dinámica manual: visomotriz, ojo mano, ojo pie
- Ⓢ Freno inhibitorio: reptar trepar, girar, rodar.

**Semana del 9 al 12 de Mayo: Actividades relacionadas con las coordinaciones y habilidades motrices.**

- Ⓢ Cualidades físicas: flexibilidad, fuerza, resistencia, velocidad.
- Ⓢ Lateralidad: dominio de los hemisferios.

**Semana del 16 al 19 de Mayo: Actividades relacionadas con el cuidado, comunicación y expresión del cuerpo.**

- Ⓢ Movimiento y gesto espontáneo:
- Ⓢ Desarrollo de la capacidad para expresar ideas, emociones y sensaciones.
- Ⓢ Actitud corporal
- Ⓢ Juegos de roles e higiene del cuerpo

**Semana del 23 al 26 de Mayo: Actividades recreativas: los juegos y el jugar.**

- Ⓢ Juegos grupales por bandos.
- Ⓢ Juegos con refugio.
- Ⓢ Juegos de persecución.
- Ⓢ Comprensión de consignas y reglas de juego.
- Ⓢ Baloncesto: introducción, familiarización, juego.

## JUNIO

**Semana del 30 de Mayo al 2 de Junio: Actividades recreativas: los juegos y el jugar.**

Fútbol: introducción, familiarización, juego

**AUTORES:**

KARLA VERÓNICA CASTRO ARÉVALO.  
FRANKLIN OSWALDO GUAYASAMÍN VILLA.



### **Semana del 6 al 9 de Junio**

Festival de juegos tradicionales

- Baile del tomate
- Carrera de limones
- Ollas encantadas (pequeños)
- El baile de la silla
- San Bendito nos lleva el diablo
- El baile del palo
- Los ensacados
- Lirón lirón

### **Semana del 13 al 16 de Junio**

Test de cualidades físicas.

### **Semana del 20 al 23 de Junio**

Test de cualidades coordinativas.

### **Semana del 27 de Junio al 4 de Julio**

Bailoterapia

#### **3.2.4. DISEÑOS DE CLASE**

Los diseños de clase son la previsión de las actividades que el profesor y alumnos deberán ejecutar y desarrollar en el periodo de una clase, los cuales permiten llevar a cabo un correcto desarrollo de las actividades propuestas.

A continuación se exponen los planes de lección o de clase de las diferentes actividades físicas y recreativas que impartimos durante el transcurso de trabajo de tesis, recalcando que de todos los planes de lección se colocó cinco planes ya que todos tienen el mismo formato con las diferencias en cuanto a temas, objetivos, contenidos, recursos, evaluaciones, etc.

#### **AUTORES:**

KARLA VERÓNICA CASTRO ARÉVALO.  
FRANKLIN OSWALDO GUAYASAMÍN VILLA.



PLAN DE LECCION No. 1

DATOS INFORMATIVOS:

**Nivel:** 1, 2, 3, 4, 5 y 6

**Fecha:** 2011-04-18/21

**Unidad Didáctica:** Evaluación

**Área:** Cultura Física

**Metodología:** Método directo

**Tema:** Test de cualidades físicas básicas y motrices

**Paralelo:** "A"

**Periodo:** 3ro – 6to (9h30 – 13h00)

**Objetivo:** Evaluar el progreso de las condiciones físicas del niño mediante test de cualidades físicas y motrices.

**Bloque:** Movimientos naturales

**Técnica:** demostrativa - explicativa

CONTENIDOS DEL APRENDIZAJE	ACTIVIDADES	RECURSOS	EVALUACIÓN
<p><b>Conceptuales :</b> -Cualidades básicas -Cualidades motrices</p> <p><b>Procedimentales:</b> -Desarrollo de cualidades para la realización del test. -Observación. -Ejecución.</p> <p><b>Actitudinales:</b> -Comprensión de los pasos para la realización del test. -Ejecución del test.</p>	<p><b>Prerrequisitos:</b> -Caminar alrededor del patio con movimientos alternados de brazos y piernas. -Ejecutar ejercicios dinámicos (elevación de rodillas, talones hacia atrás etc.).</p> <p><b>Esquema conceptual de partida</b> ¿Qué es test de cualidades básicas? ¿Qué es test de cualidades motrices?</p> <p><b>Construcción del conocimiento:</b> -Comprender la explicación del alumno- maestro -Dominar sus capacidades para el desarrollo del test. -Motivar al cumplimiento del ejercicio. -Evaluar individualmente. -Enmendar errores</p> <p><b>Transferencia de conocimiento:</b> -Realizar una dinámica.</p>	<p>Cronómetro Patio. Silbato. Cinta métrica. Jaba de cola. Conos. Pelotas de tenis. Balones. Balón medicinal Espacio adecuado.</p>	<p><b>Conocimiento motor:</b> - Conoce la manera de realizar el test.</p> <p><b>Dominio motor:</b> -Realiza correctamente el ejercicio. -Desarrolla adecuadamente el test.</p> <p><b>Socio-afectivo:</b> -Interés. -Esfuerzo. -Compañerismo. -Colaboración.</p>

**AUTORES:**

KARLA VERÓNICA CASTRO ARÉVALO.

FRANKLIN OSWALDO GUAYASAMÍN VILLA.



	-Practicar ejercicios de recuperación. -Practicar el aseo personal		
--	---	--	--

**DATOS COMPLEMENTARIOS:**



**Información científica:** Las cualidades físicas básicas son aquellas cualidades que todo deportista o persona que practique actividad física debe desarrollar. Desarrollará unas u otras dependiendo de la actividad en la que vaya a especializarse o desee practicar. Estas cualidades son cuatro: fuerza, velocidad, resistencia y flexibilidad. Las cualidades motrices son las facultades que poseemos los seres humanos para realizar movimientos diversos gracias a los músculos, las articulaciones y los huesos que componen nuestro cuerpo. Estas cualidades son: agilidad, coordinación, equilibrio y lateralidad.

**Fuentes de consulta:** MAHLER, Donald A. Manual para la Valoración y Prescripción del Ejercicio. 2ª edición. Barcelona. Editorial Paidotribo. 2005. MARTINEZ, Emilio. Pruebas de Aptitud Física. 2da ed. Barcelona. Editorial Paidotribo. 2006.

**AUTORES:**

KARLA VERÓNICA CASTRO ARÉVALO.  
FRANKLIN OSWALDO GUAYASAMÍN VILLA.



**Enmiendas ortográficas:**

**Observaciones:**

.....  
.....

**Recomendaciones:**

.....  
.....

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

f) Alumno maestro

f) Prof. Orientador

f) Supervisor

**PLAN DE LECCION No. 2**

**DATOS INFORMATIVOS:**

**Nivel:** 1, 2, 3, 4, 5 y 6

**Fecha:** 2011-03-21/24

**Unidad Didáctica:** El propio cuerpo

**Área:** Cultura Física

**Metodología:** Método directo

**Tema:** Conciencia, representación y movimientos corporales

**Paralelo:** "A"

**Periodo:** 3ro – 6to (9h30 – 13h00)

**Objetivo:** Conocer la nominación de las distintas partes del cuerpo y registrar las posturas y movimientos tanto en reposo como en movimiento.

**Bloque:** Esquema e imagen corporal

**Técnica:** demostrativa - explicativa

CONTENIDOS	ACTIVIDADES	RECURSOS	EVALUACIÓN
<b>Conceptuales:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Importancia del cuerpo.</li> <li>- Dominio del cuerpo.</li> <li>- Movimiento corporal.</li> </ul>	<b>Prerrequisitos:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Realizar movimientos de brazos y piernas.</li> <li>- Desarrollar un calentamiento específico.</li> </ul>	Patio Aros Globos Sábanas Espacio adecuado	<b>Conocimiento motor:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Conocimiento de los segmentos corporales.</li> </ul>
<b>Procedimentales:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Análisis del reconocimiento del cuerpo.</li> </ul>	<b>Esquema conceptual de la partida</b> ¿Conocen su propio		<b>Dominio motor:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Cumplimiento adecuado de los movimientos corporales.</li> </ul>

**AUTORES:**

KARLA VERÓNICA CASTRO ARÉVALO.

FRANKLIN OSWALDO GUAYASAMÍN VILLA.



<ul style="list-style-type: none"> <li>- Manejo adecuado y control del cuerpo.</li> <li>- Observación.</li> <li>- Ejercitación.</li> <li>-</li> </ul> <p><b>Actitudinales:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Aplicación de ejercicios básicos para la ejercitación corporal a través del movimiento.</li> <li>- Comprensión de los movimientos corporales.</li> </ul>	<p>cuerpo? ¿Qué es movimiento corporal?</p> <p><b>Construcción del conocimiento:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Comprender el trabajo individual a realizarse.</li> <li>- Organizar la mecánica de trabajo según los materiales.</li> <li>- Evaluar los movimientos individuales realizados</li> <li>- Enmendar errores</li> </ul> <p><b>Transferencia de conocimiento:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Realizar una dinámica.</li> <li>- Desarrollar la vuelta a la calma.</li> <li>- Practicar el aseo personal.</li> </ul>		<p><b>Socio-afectivo:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Esfuerzo.</li> <li>- Participación.</li> <li>- Colaboración.</li> </ul>
--	--	--	--

**DATOS COMPLEMENTARIOS:**



**Información científica:** El componente perceptivo se refiere a la precisión con la que se percibe el tamaño, el peso y las formas. Los aspectos cognitivo-afectivos son los sentimientos, actitudes, pensamientos que despiertan el

**AUTORES:**

KARLA VERÓNICA CASTRO ARÉVALO.  
FRANKLIN OSWALDO GUAYASAMÍN VILLA.



**UNIVERSIDAD DE CUENCA**

propio cuerpo y con aspectos conductuales nos referimos a conductas que se pueden derivar de los anteriores factores como la evitación de la exhibición del cuerpo o el uso de rituales, entre otros.

**Fuentes de consulta:** LLEIXA, Teresa. Juegos Sensoriales y de Conocimiento Corporal. 1era ed. Barcelona. Editorial Paidotribo. 2002.

**Enmiendas ortográficas:**

**Observaciones:**

.....  
.....

**Recomendaciones:**

.....  
.....

\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

f) Alumno maestro

f) Prof. Orientador

f) Supervisor

**AUTORES:**

KARLA VERÓNICA CASTRO ARÉVALO.  
FRANKLIN OSWALDO GUAYASAMÍN VILLA.



PLAN DE LECCION No. 3

DATOS INFORMATIVOS:

**Nivel:** 1, 2, 3, 4, 5 y 6

**Fecha:** 2011-03-28/31

**Unidad Didáctica:** El propio cuerpo

**Área:** Cultura Física

**Metodología:** Método directo

**Tema:** Actividad acuática

**Paralelo:** "A"

**Periodo:** 3ro – 6to (9h30 – 13h00)

**Objetivo:** Favorecer la construcción del esquema e imagen corporal a través de las vivencias corporales en un espacio y tiempo con otros.

**Bloque:** Esquema e imagen corporal

**Técnica:** demostrativa - explicativa

CONTENIDOS DEL APRENDIZAJE	ACTIVIDADES	RECURSOS	EVALUACIÓN
<p><b>Conceptuales:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Actividad acuática.</li> <li>- Juegos en el agua.</li> </ul> <p><b>Procedimentales:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Adaptación al medio acuático</li> <li>- Observación</li> <li>- Ejercitación</li> </ul> <p><b>Actitudinales:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Importancia del medio acuático en el desarrollo físico del niño.</li> <li>- Aplicación de motivación para el cumplimiento de la tarea.</li> </ul>	<p><b>Prerrequisitos:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Caminar acompañando con balanceo de brazos.</li> <li>- Realizar movimientos articulares</li> <li>- Realizar el calentamiento general</li> </ul> <p><b>Esquema conceptual de la partida</b> ¿Qué es el medio acuático?</p> <p><b>Construcción del conocimiento:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Comprender la forma de trabajo</li> <li>- Incentivar a la práctica del ejercicio</li> <li>- Evaluar el ejercicio realizado</li> <li>- Enmendar errores.</li> </ul> <p><b>Transferencia de conocimiento:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Realizar una dinámica.</li> <li>- Ejecutar ejercicios de recuperación.</li> <li>- Practicar normas de buenas costumbres y</li> </ul>	<p>Piscina Globos Tablas flotadoras Espacio adecuado</p>	<p><b>Conocimiento motor:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Conocimiento de reglas.</li> </ul> <p><b>Dominio motor:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Desarrollo de capacidades.</li> </ul> <p><b>Socio-afectivo:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Interés.</li> <li>- Entusiasmo.</li> <li>- Esfuerzo.</li> </ul>

**AUTORES:**

KARLA VERÓNICA CASTRO ARÉVALO.

FRANKLIN OSWALDO GUAYASAMÍN VILLA.



	aseo personal.		
--	----------------	--	--

**DATOS COMPLEMENTARIOS:**



**Información científica:** La actividad acuática especial está dirigida a personas con discapacidades mentales, sensoriales y motoras. En donde se trabajará en la etapa que va desde la primera infancia hasta llegar a la edad adulta, es decir, a su aplicación en las distintas etapas del desarrollo. Asimismo las actividades acuáticas se plantearán desde el ámbito de la reeducación y terapia. Estas actividades ofrecen sin lugar a dudas a las personas con limitaciones enormes ventajas para la reeducación, rehabilitación e integración a través del movimiento.

**Fuentes de consulta:** LLORET, Mario. 1020 ejercicios y actividades de readaptación motriz. España. Editorial Paidotribo. 2002.

**Enmiendas ortográficas**

**Observaciones:**

.....  
 .....

**Recomendaciones:**

.....  
 .....

**AUTORES:**

KARLA VERÓNICA CASTRO ARÉVALO.  
 FRANKLIN OSWALDO GUAYASAMÍN VILLA.



UNIVERSIDAD DE CUENCA

---

---

f) Alumno maestro

f) Prof. Orientador

---

f) Supervisor



**PLAN DE LECCIÓN # 4**

**DATOS INFORMATIVOS**

**Años de Educación Primaria Especial** Períodos: 09h30-13h00  
**Niveles:** 1,2,3,4,5,6. **Bloque:** Cuidado, comunicación y expresión del cuerpo.  
**Fecha:** 2011-05-16 **Objetivo de la Unidad:** .Expresar con el cuerpo diferentes  
**Área:** Cultura Física gestos, movimientos y posturas comunicando situaciones  
**Unidad Didáctica:** Actitud corporal  
**Método:** Directo (expli-demos-org- prac- correc-aciert-eval)  
**Tema:** movimiento y gesto espontaneo,vidas presentes y pasadas y a la vez creando hábitos de higiene.  
**Técnica:** Explicativa-Demostrativa

**Profesores:** Karla Castro – Oswaldo Guayasamín.

CONTENIDOS	ACTIVIDADES	RECURSOS	EVALUACIÓN
<p><b>Conceptuales:</b>                      -Concepto e importancia de los movimientos corporales y de la higiene.                      -Indicaciones para cada actividad de movimiento, actitud corporal e higiene del cuerpo.                      -Posición Inicial y final para cada ejercicio.</p> <p><b>Procedimentales:</b>                      -Descubrimiento y experimentación de diferentes movimientos, gestos y actitudes corporales.</p> <p><b>Actitudinales:</b>                      -Desarrollo de la creatividad e imaginación en los movimientos, gestos y actitud corporal.                      -Actitud positiva y disfrute de cada</p>	<p><b>Prerrequisitos:</b>                      - Correr por el espacio físico elevando las rodillas, realizando cambios de velocidad.                      -Realizar movimientos gestuales y con los brazos indicando diferentes situaciones de la vida diaria.                      -Realizar ejercicios de estiramiento.</p> <p><b>Esquema Conceptual de Partida:</b>                      ¿Por qué es importante la higiene?</p> <p><b>Construcción del Conocimiento:</b>                      -Entender cada actividad a realizar..                      -Comprender las maneras de ejecutar cada movimiento, gesto y actitud corporal.                      -Formar grupos de trabajo</p>	<p>- espacio físico adecuado                      -cepillos de dientes                      -frutas                      -palos de escoba                      -radio                      -cds de música.</p>	<p><b>Conocimiento motor:</b>                      Conocimiento de la importancia de la higiene en la persona.</p> <p><b>Dominio motor:</b>                      Desarrollo de la creatividad en el alumno mediante los movimientos corporales.</p> <p><b>Socio-afectivo:</b>                      Creatividad                      Participación activa                      Espontaneidad</p>

**AUTORES:**  
 KARLA VERÓNICA CASTRO ARÉVALO.  
 FRANKLIN OSWALDO GUAYASAMÍN VILLA.



<p>actividad.</p>	<p>-Rectificar errores presentados durante las actividades. -Estimular aciertos -Evaluar los movimientos corporales, gestos y actitudes corporales de forma individual</p> <p><b>Transferencia del Conocimiento:</b> Ejecutar un juego de aplicación Realizar ejercicios de relajación Practicar normas de aseo</p>		
-------------------	---	--	--

**Datos complementarios:**



**Información Científica:**

Dinámica: En la feria de San Andrés: Esta dinámica consiste en cantar la siguiente canción: En la feria de san Andrés me compré una cocacola clocloc la Coca-Cola ( en ese momento indicamos con nuestras manos como bebemos la cocacola) en la feria de san Andrés me compré unos platillos chis chis los platillos, clocloc la cocacola; en la feria de san Andrés me compré una pistola pum pum la pistola, chis chis los platillos, clocloc la cocacola y así se puede seguir añadiendo más objetos en la dinámica siempre indicando con nuestras manos los objetos que decimos.

**Fuentes de Consulta:** Moreno, María Laura. Educación Física en el discapacitado. Colombia, Editorial Landeira; Hernández, Mercedes, Actividad física adaptada: el juego y los alumnos con discapacidad. 1era edición. Barcelona. Editorial Paidotribo, 2004.

**AUTORES:**

KARLA VERÓNICA CASTRO ARÉVALO.  
FRANKLIN OSWALDO GUAYASAMÍN VILLA.



**Enmiendas Ortográficas:**

**Observaciones:**

.....  
.....

**Recomendaciones:**

.....  
.....

**Firmas:**

.....  
.....

**Alumno-maestro**

**Supervisor**

.....  
.....

**Prof. Orientador**

**PLAN DE LECCIÓN # 5**

**DATOS INFORMATIVOS**

**Años de Educación** Primaria

**Especial:** 1,2,3,4,5,6.

**Fecha:**2011-06-09

**Área:** Cultura Física

**Unidad Didáctica:**Juegos populares y tradicionales.

**Método:** Directo (expli-demos-org- prac-correc-aciert-eval)

**Tema:** Festival de juegos tradicionales y populares.

**Profesores:** Karla Castro – Oswaldo Guayasamín.

**Períodos:** 09h30-13h00

**Bloque:** Juegos.

**Objetivo de la Unidad:** Desarrollar la capacidad lúdica a través del encuentro con los otros.

**Técnica:** Explicativa-Demostrativa

CONTENIDOS	ACTIVIDADES	RECURSOS	EVALUACIÓN
<b>Conceptuales:</b> -Concepto e importancia de los juegos populares y tradicionales. -Indicaciones de la forma de jugar en cada juego.	<b>Prerrequisitos:</b> -Caminar flexionando la cabeza lateralmente hacia cada lado. -Cruzar los brazos por delante y luego llevarlos hacia atrás. -Rebotar con pies juntos:	- espacio físico adecuado. -cucharas plásticas -limones -saquillos -ollas de barro -golosinas	<b>Conocimiento motor:</b> Conocimiento de la manera de realizar cada juego.

**AUTORES:**

KARLA VERÓNICA CASTRO ARÉVALO.

FRANKLIN OSWALDO GUAYASAMÍN VILLA.



UNIVERSIDAD DE CUENCA

<p>-Posición Iniciales y finales para el desarrollo de cada juego.</p> <p><b>Procedimentales:</b> -Observación de la ejecución de los ejercicios de coordinación dinámica manual y de los ejercicios de freno inhibitorio. - Práctica de los diferentes ejercicios para desarrollar coordinación y el freno inhibitorio en el alumno.</p> <p><b>Actitudinales:</b> -Rescate de valores. -Satisfacción y disfrute en cada juego.</p>	<p>adelante, atrás y lateralmente acompañado con movimientos circulares de brazos. -Saltar con pie derecho, luego el izquierdo y luego los dos juntos. -Flexionar el tronco en forma lateral.</p> <p><b>Esquema Conceptual de Partida:</b> ¿Qué entienden por juego tradicional?</p> <p><b>Construcción del Conocimiento:</b> -Comprender las maneras de realizar los diferentes juegos. -Formar grupos para los diferentes juegos. -Practicar los juegos usando varios materiales. -Rectificar errores presentados durante cada juego. -Estimular aciertos -Evaluar los juegos de forma colectiva.</p> <p><b>Transferencia del Conocimiento:</b> Ejecutar un juego de aplicación Realizar ejercicios de relajación Practicar normas de aseo</p>	<p>-tomates -sillas -palos de escoba -radio -cds de música.</p>	<p><b>Dominio motor:</b> Desarrollo de destrezas y habilidades básicas en cada juego.</p> <p><b>Socio-afectivo:</b> Participación activa. disfrute Creatividad Espontaneidad</p>
---	--	---	--

Datos complementarios:

AUTORES:

KARLA VERÓNICA CASTRO ARÉVALO.  
FRANKLIN OSWALDO GUAYASAMÍN VILLA.



**Información Científica:** los juegos populares están determinados a una zona y los habitantes del lugar lo practican habitualmente ya sea en un sector determinado. Los juegos tradicionales son aquellos que han pasado de un proceso de transmisión y que han tenido continuidad durante vario tiempo.

**Juego el baile del tomate:** Este juego consiste en ubicarse en parejas, cada pareja tiene un tomate el cual se pondrán en la frente de la pareja, al mismo tiempo bailan según la música que escuchen, gana la pareja que no haya hecho caer el tomate de su frente.

**Fuentes de Consulta:**

**Enmiendas Ortográficas:**

**Observaciones:**

.....  
.....

**Recomendaciones:**

.....  
.....

**Firmas:**

.....  
.....

**Supervisor**  
**Alumno-maestro**

.....  
.....

**Prof. Orientador**



### 3.3. RESULTADOS OBTENIDOS Y DEFENSA DE LA PROPUESTA

Para evaluar el aprendizaje de las actividades físicas y recreativas, se procedió a la aplicación de test de cualidades físicas bajo la apreciación de las acciones motoras y valorando el esfuerzo de cada alumno.

Dependiendo de factores como la aptitud física, el nivel de aprendizaje, pero básicamente de la edad y sexo, se excluyó a los niños del nivel 1 de las pruebas de resistencia y lateralidad cumpliendo así con la metodología de trabajo que hemos planteado y cuidando de su bienestar tanto físico como psicológico.

El rendimiento más eficiente se demuestra en la prueba de salto horizontal mientras que por el contrario el rendimiento menos eficiente se comprueba en la prueba de velocidad. Cabe señalar que hubo casos en que el alumno obtuvo resultados contrarios a lo planificado afectando de esta forma el promedio del grupo esto se debe a que encontramos niños en los cuales su deficiencia mental es profunda lo que hizo difícil su capacidad de respuesta ante estímulos o instrucciones padeciendo además de límites en su motricidad e incluso se dificultó su participación en las actividades por su falta de interés. No obstante, el promedio global nos permite demostrar que se ha cumplido con la propuesta planteada obteniendo mejoras significativas en los resultados de los test tanto intermedios como finales tal como se muestra en los siguientes cuadros.

**AUTORES:**

KARLA VERÓNICA CASTRO ARÉVALO.  
FRANKLIN OSWALDO GUAYASAMÍN VILLA.



**3.3.1 RESULTADOS DE LOS TEST INICIALES, INTERMEDIOS, FINALES DE CUALIDADES FÍSICAS Y MOTRICES DE CADA UNO DE LOS ALUMNOS DE LOS NIVELES UNO, DOS, TRES, CUATRO, CINCO, SEIS DEL INSTITUTO**

**NIVEL UNO**

**NIVEL 1: TEST DE CUALIDADES FISICAS BASICAS: RESISTENCIA, FUERZA, VELOCIDAD Y FLEXIBILIDAD**

#	Nivel 1	Fuerza: salto horizontal sin impulso (cmts)			Fuerza: lanz. de balón Medicinal (mts)			Velocidad: 20mts planos (seg)			Flexibilidad: flexión de tronco de pie (cmts)		
		inicia l	inter	final	inicia l	inter	final	inicia l	inter	final	inicia l	inter	final
2	Barros Pedro	57	61	69	1,42	1,73	2,33	5,91	5"71	5'20	-19	-15	-14
3	Cajamarca Miguel	40	43	75	1,13	1,02	1,05	7"65	7"54	8'66	-19	-18	-18
4	Chalco Pamela	48	70	91	1,55	2,40	3,07	7'71	6"12	5,20	-5	-3	-2
5	García Carolina	33	37	34	0,46	0,73	0,71	7"33	7"72	13'37	-25	-24	-25
6	Prado Antony	39	40	77	1,97	2,23	2,40	6,66	6"18	4'81	-24	-22	-18
	Promedio total	43,4	50,2	69,2	1,31	1,85	1,91	6,89	6,65	7,45	-18,4	-16,4	-15,4

Tabla # 8: Elaborado por KC/OG

**TEST DE CUALIDADES MOTRICES: AGILIDAD, COORDINACION, EQUILIBRIO Y LATERALIDAD**

#	Nivel 1	Agilidad: gateo en cuadrupedia baja (seg)			Coordinación: conducción de balón en zig – zag (seg)			Equilibrio: parada en un solo pie (seg)		
		inicia l	inter	final	inicia l	inter	final	inicial	inter	final
2	Barros	8,22	6"88	6'12	17,97	14"11	13'1	4"82	6"32	8"78

**AUTORES:**

KARLA VERÓNICA CASTRO ARÉVALO.  
FRANKLIN OSWALDO GUAYASAMÍN VILLA.



UNIVERSIDAD DE CUENCA

	Pedro						6			
3	Cajamarca Miguel	25,34	15"47	6'53	30,84	26"54	21'28	1"96	2"67	2"14
4	Chalco Pamela	10,17	7"66	5'31	18,25	12"02	5'53	3,35	7"67	8"96
5	García Carolina	17"63	14"84	9'57	21"31	23"55	19'15	0"89	2"91	2"36
6	Prado Antony	8,77	5"93	3'66	10'97	9"12	8,00	3,41	7"63	8"69
	PROMEDIO TOTAL	14,01	10,16	6,24	19,83	17,01	13,42	2,89	5,44	6,19

Tabla # 9: Elaborado por KC/OG

**NIVEL DOS**

**NIVEL 2: TEST DE CUALIDADES FISICAS BASICAS: RESISTENCIA, FUERZA, VELOCIDAD Y FLEXIBILIDAD**

Nivel 2	Resistencia: 100mts (seg)			Fuerza: salto horizontal sin impulso (cmts)			Fuerza: lanz. de balón Medicinal (mts)			Velocidad: 20mts planos (seg)			Flexibilidad: flexión de tronco de pie (cmts)		
	Prueba	Inicial	Inter	Final	Ini	Int	Fin	Ini	Int	Fin	Inici	Inter	Final	Ini	Int
Arias Cristina	59"17	40"12	34"63	32	36	46	0,62	0,73	0,90	15"55	13"22	12'29	-16	-14	-14
Bravo Henry	46"32	46"01	39"47	78	84	91	2,10	2,35	2,52	7"09	5"99	5'61	-3	-2	-1
Bravo Josué	57"34	46"94	38"25	66	74	75	2,42	2,68	2,70	6"00	5"82	5'21	-9	-7	-4
Chicaiza Anita	50"02	46"76	42"24	51	42	39	0,64	0,76	1,54	9"15	10"94	8'87	-7	-6	-7
Guaran Aracely	41,06	38"43	36"39	48	61	66	1,33	1,53	2,17	8'67	7"72	7"01	-6	-5	-5
Lema Cristina	41"44	30,70	30"03	79	89	98	1,74	1,94	2,81	8"85	8"14	7'65	-11	-10	-9
Lozada Daniela	49"98	49"41	44"72	27	47	61	1,31	1,45	1,78	8'53	8"10	7"94	-9	-5	-1
Palacio Miguel	60'05	52"66	60'60	28	45	38	0,72	1,70	1,53	10"41	12"77	13'21	-14	-4	-6

**AUTORES:**

KARLA VERÓNICA CASTRO ARÉVALO.  
FRANKLÍN OSWALDO GUAYASAMÍN VILLA.



UNIVERSIDAD DE CUENCA

Pallaz Jaquelin	51"30	40"50	40"32	39	51	52	0,76	1,57	1,61	10"00	8"63	7"50	-6	-4	-2
Rodríguez Jonathan	37,12	36"94	35"22	47	47	55	1,92	2,23	2,50	10"31	7"79	6"87	-9	-2	-1
Santa Martín	58"45	44"13	34,71	75	87	98	2"05	2"37	2,67	6"51	5"23	4"68	-9	-7	-5
Teneco Viviana	57"38	47"62	45"18	43	48	59	0,99	1,27	1,47	9"10	8"20	8"02	-7	-2	-2
Promedio total	50,81	43,35	40,15	51,1	59,3	64,8	1,32	1,55	2,02	9,18	8,55	7,91	-	-	-

Tabla # 10: Elaborado por KC/OG

**AUTORES:**

KARLA VERÓNICA CASTRO ARÉVALO.

FRANKLIN OSWALDO GUAYASAMÍN VILLA.



**TEST DE CUALIDADES MOTRICES: AGILIDAD, COORDINACION,  
EQUILIBRIO Y LATERALIDAD: NIVEL DOS**

Nivel 2	Agilidad: ganeo en cuadrupedia baja (seg)			Coordinación: conducción de balón en zig – zag (seg)			Equilibrio: parada en un solo pie (seg)			Lateralidad: adelante, atrás, izquierda, derecha (aciertos)		
	Prueba	Inicial	Inter	Final	Inicial	Inter	Final	Inicial	Inter	Final	Inicial	Inter
Arias Cristina	16"22	14"56	13"44	28"57	26"90	23"31	3"14	8"61	9"31	0	1	1
Bravo Henry	7"78	6,09	4"56	14"76	12"38	9,62	3"87	9"54	13"79	1	2	4
Bravo Josué	7"91	5"53	4,90	11"15	10"62	10,37	14"03	16"28	17"09	0	2	4
Chicaiza Anita	26"76	25"52	28"21	15"84	14"72	16"56	4"64	6"36	12"32	0	0	0
Guarango Aracely	8"13	7,50	6"56	16,12	15"25	13"73	6"38	6"91	8"60	0	1	1
Lema Cristian	9"25	8,21	6"54	16,72	11"91	10"33	3"24	3"56	7"04	1	2	4
Lozada Daniela	10"11	9"28	7,91	21,90	15"62	14"63	5"73	7"14	7"65	1	1	2
Palacios Miguel	35"94	28"04	31"16	23"63	24"79	29"87	5"04	4"86	4"71	2	3	4
Pallazco Jaqueline	14"59	12"54	10"78	15"31	12"20	10"50	3"12	4"28	7"48	0	0	1
Rodriguez Jonatan	11"99	9"09	8,91	22"56	19"11	15,12	3"53	9"51	11"84	0	0	1
Santacruz Martín	6"50	4,75	4"47	6"67	5,94	5"15	18"02	26"33	31"31	2	2	4
Tenecota Viviana	19"09	18"50	15"62	17"23	15"25	12"03	3"56	6"66	7"38	0	1	2
Promedio total	14,52	12,47	11,92	17,54	15,39	14,27	6,19	9,17	11,54	0,6	1,3	2,3

Tabla #11: Elaborado por KC/OG

**AUTORES:**

KARLA VERÓNICA CASTRO ARÉVALO.  
FRANKLIN OSWALDO GUAYASAMÍN VILLA.



**NIVEL 3**

**TEST DE CUALIDADES FISICAS BASICAS: RESISTENCIA, FUERZA, VELOCIDAD Y FLEXIBILIDAD**

Nivel 3	Resistencia: 100mts (seg)			Fuerza: salto horizontal sin impulso (cmts)			Fuerza: lanzamiento de balón Medicinal (mts)			Velocidad: 20mts planos (seg)			Flexibilidad: flexión de tronco de pie (cmts)		
	PRUEBA	inicial	inter	final	inici	inte	final	inici	inte	final	inici	inte	final	inicial	inter
Barros Martín	40"25	37"41	36"26	66	68	112	1,92	2,04	2,70	6"34	5"05	4"37	-15	-13	-9
Guillermo Luis	26"41	23"16	22"17	102	107	114	3,53	3,90	3,90	5"41	4"69	4"25	-13	-9	.8
Lituma Jonathan	24"27	23"66	20"52	86	90	109	3,85	3,98	4,70	4"82	4"20	4"08	-3	+1	+4
Muñoz Kevin	36"72	33"14	32"57	60	72	86	1,62	1,79	1,85	7"13	6"61	6"38	-1	+1	+3
Naranjo Antony	31"41	24"16	24"08	101	110	118	2,04	2,35	2,60	6"27	4"85	4"59	-14	-12	-12
Ortega Lizbeth	43"11	41"32	40"34	63	72	78	1,19	1,23	1,52	7"19	6"79	6"04	-36	-29	-27
Saquipay Brayan	32"78	31"09	27"33	75	94	95	2,04	2,45	3,76	6"39	5"08	4"47	-13	-12	-9
Vintimilla Shirley	44"50	42"61	53"30	39	42	61	2,09	2,11	2,04	8"33	7"00	7"14	-15	-12	-9
Promedio total	34,93	32,07	32,07	74	81,9	96,6	2,29	2,48	2,88	6,49	5,53	5,17	-13,8	-10,6	-8,4

Tabla #12: Elaborado por KC/OG

**AUTORES:**

KARLA VERÓNICA CASTRO ARÉVALO.  
FRANKLIN OSWALDO GUAYASAMÍN VILLA.



## NIVEL TRES

TEST DE CUALIDADES MOTRICES: AGILIDAD, COORDINACION,  
EQUILIBRIO Y LATERALIDAD

Nivel 3	Agilidad: recogida de pelotas (seg)			Coordinación: conducción de balón en zig – zag (seg)			Equilibrio: parada en un solo pie (seg)			Lateralidad: adelante, atrás, izquierda, derecha (aciertos)		
	PRUEBA	inici al	inter	final	inici al	inter	final	inici	inter	final	inici	inter
Barros Martín	24"6 7	22"1 8	15"3 5	18"6 6	16"4 1	10"2 5	1"36	3"04	3"97	0	2	2
Guillermo Luis	13"4 2	12"2 8	6"31	8"63	7"97	5"84	2"57	11"2 2	60"	4	4	4
Lituma Jonathan	15"9 0	14"3 4	11"9 0	10"6 6	9"63	8"56	1"33	12"5 6	15"7 9	4	4	4
Muñoz Kevin	17"6 4	14"8 7	12"8 1	19"6 5	19"1 6	16"0 5	1"83	4"11	5"80	1	2	4
Naranjo Antony	15"2 1	11"3 7	10"2 2	16"1 2	11"0 9	6"44	1"20	7"16	11"8 1	1	2	2
Ortega Lizbeth	25"8 6	22"1 9	17"7 8	17"1 2	12"3 4	11"6 0	1"03	4"12	12"6 3	1	2	3
Saquipay Brayan	11"7 8	9"84	9"04	13"4 1	9"56	8"56	28"3 7	55"	60"	0	1	2
Vintimilla Shirley	16"0 4	14"5 6	12"9 1	32"1 2	29"9 4	17"3 7	1"00	3"43	4"07	1	2	2
Promedio total	17,5 7	15,2 0	12,0 4	17,0 5	14,5 1	10,5 8	4,84	11,9 6	21,7 6	1,5	2,4	2,9

Tabla #13: Elaborado por KC/OG

## AUTORES:

KARLA VERÓNICA CASTRO ARÉVALO.

FRANKLIN OSWALDO GUAYASAMÍN VILLA.



**NIVEL 4**

**TEST DE CUALIDADES FISICAS BASICAS: RESISTENCIA, FUERZA, VELOCIDAD, FLEXIBILIDAD**

Nivel 4	Resistencia: 100mts (seg)			Fuerza: salto horizontal sin impulso (cmts)			Fuerza: lanz. de balón Medicinal (mts)			Velocidad: 20mts planos (seg)			Flexibilidad: flexión de tronco de pie (cmts)		
	INIC	INTE	FINA	IN I	INT	FIN	INI	INT	FIN	INI	INT	FIN	INI	INT	FIN
Domin Marco	45"57	34"57	28"37	50	54	78	2,34	2,50	3,26	6"42	6"41	6"07	+3	+4	+6
Fernan Angélica	38"93	35"12	23"97	109	116	126	3,16	4,30	4,67	6"42	4"98	4"47	-9	-7	-2
Guicha Sebastián	41"09	28"89	26"54	94	99	108	3,31	3,95	4,44	5"30	4"62	4"43	-13	-11	-10
Mejía Andrea	40"69	37"69	36"92	67	73	91	1,98	2,65	2,93	6"15	4"78	4"59	-10	-10	-5
Mendieta Jessica	46"20	36"71	36"22	87	104	104	3,23	4,07	3,83	8"59	7"06	5"25	-11	-5	-5
Quizhpe Marcelo	26"00	24"88	21"20	107	112	115	3,52	3,60	3,88	5"43	4"92	4"89	-4	-2	-2
Sánchez Fabiola	44"77	41"84	37"28	66	76	81	3,44	4,46	5,05	7"56	6"12	6"01	-8	-5	-2
Suqui María	40"18	39"16	33"47	80	84	102	2,57	2,65	3,35	7"14	6"34	5"74	-6	-5	-3
Tenesac Jennifer	48"14	43"01	40"38	38	41	55	1,04	1,87	2,62	8"97	8"13	7"62	-10	-7	-4
Velas Jessica	39"12	38"03	36"82	65	69	71	1,46	1,77	2,18	8"16	9"81	8"16	-14	-14	-12
Villazhañay Jesús	26"38	23"25	21"58	117	125	132	3,12	3,71	3,97	5"61	5"18	4"21	-12	-10	-9
Promedio total	39,73	34,83	31,16	80	86,6	96,6	2,65	3,12	3,51	6,89	6,21	5,59	-8,6	-6,6	-4,4

Tabla #14: Elaborado por KC/OG

**AUTORES:**

KARLA VERÓNICA CASTRO ARÉVALO.  
FRANKLIN OSWALDO GUAYASAMÍN VILLA.



**TEST DE CUALIDADES MOTRICES: AGILIDAD, COORDINACION,  
EQUILIBRIO Y LATERALIDAD: NIVEL 4**

Nivel 4	Agilidad: recogida de pelotas (seg)			Coordinación: conducción de balón en zig – zag (seg)			Equilibrio: parada en un solo pie (seg)			Lateralidad: adelante, atrás, izquierda, derecha (aciertos)		
	PRUEBA	inici al	inter	final	inici al	inter	final	inici	inter	final	inici	inter m
Domínguez Marco	20"7 2	11"0 3	8"34	11"0 3	7"50	7"12	3"66	4"34	5"68	2	2	2
Fernández Angélica	23"8 8	12"2 8	11"6 8	17"5 3	6"15	5"12	6"40	7"85	12"1 4	3	3	4
Guichay Sebastián	16"0 6	10"8 8	7"78	11"5 9	9"37	6"18	4"35	6"09	17"9 0	2	3	4
Mejía Andrea	42"0 0	11"1 9	10"7 2	34"1 5	21"2 8	16"5 7	3"25	3"69	7"32	1	2	2
Mendieta Jessica	31"1 8	14"6 5	9"31	28"3 4	16"5 3	14"3 8	7"40	8"41	17"5 2	2	2	2
Quizhpe Marcelo	15"3 8	14"3 2	10"5 0	9"88	7"82	7"44	13"1 9	27"1 3	32"4 0	4	4	4
Sánchez Fabiola	38"2 7	20"8 4	13"7 2	31"8 7	24"6 6	13"9 1	2"79	3"69	5"53	1	2	2
Suqui María	41"0 5	22"0 3	13"0 7	15"1 5	12"3 2	9"91	15"1 5	17"7 5	23"5 2	4	4	4
Tenesaca Jennifer	24"7 0	22"3 8	18"2 9	40"2 8	36"2 8	26"6 2	8"58	10"0 7	14"7 1	0	1	1
Velásquez Jessica	13"2 7	11"6 9	10"3 1	35"6 9	22"6 2	15"5 7	4"60	7"37	8"12	1	2	2
Villazhañay Jesús	17"7 2	8"56	7"28	7"06	6"09	5"53	28"7 1	30"9 9	37"6 7	4	4	4
Promedio total	25,8 4	14,5 3	11	22,0 5	15,5 1	11,6 7	8,92	11,5 8	16,5 9	2,2	2,6	2,8

Tabla #15: Elaborado por KC/OG

**AUTORES:**

KARLA VERÓNICA CASTRO ARÉVALO.

FRANKLIN OSWALDO GUAYASAMÍN VILLA.



**NIVEL 5**

**TEST DE CUALIDADES FISICAS BASICAS: RESISTENCIA, FUERZA, VELOCIDAD Y FLEXIBILIDAD**

Nivel 5	Resistencia: 100mts (seg)			Fuerza: salto horizontal sin impulso (cmts)			Fuerza: lanz. de balón (mts)			Velocidad: 20mts planos (seg)			Flexibilidad: flexión de tronco de pie (cmts)		
	1	2	3	1	2	3	1	2	3	1	2	3	1	2	3
Aguilar Bryan	32"6 3	34"9 6	30"1 3	50	77	80	1,2 0	1,7 3	1,7 0	10"3 4	6"4 9	6"5 8	-32	-29	-25
Aguirre Cristina	29"1 7	27"9 7	26"4 1	92	114	121	2,7 5	4,7 9	4,8 0	8"44	5"3 0	4,9 7	-2	+2	+3
Borja Lenin	30"3 3	28,7 9	26"4 1	13 0	151	155	4,6 2	4,6 5	4,8 6	5"03	4"8 1	4"5 4	-8	-5	-4
Castillo Gabriela	42"1 9	38,0 0	47"2 8	43	49	57	1,3 6	1,5 0	1,6 5	9"03	7"1 7	8"5 0	-23	-20	-18
Chicaiza César	45"9 3	24"7 4	23"0 3	14 4	150	158	5,8 0	6,5 0	7,5 6	4"20	3"9 4	3"7 7	-14	-12	-7
Chuya Evelyn	35"1 5	33"1 4	30"0 4	76	84	94	4,0 0	4,8 0	4,8 2	5"88	4"9 9	4,8 5	-5	-2	+3
Paredes Gabriela	31"1 1	27"0 0	25"6 9	10 7	110	115	4,1 8	4,2 5	4,3 0	6"36	5,1 7	3"9 7	-22	-19	-14
Peláez María	33"1 7	32,3 4	30"0 9	96	96	114	3,5 9	3,6 4	4,2 7	5"40	5,2 2	4,6 3	-3	-3	-2
Plaza María	35"8 7	34"2 5	31"6 2	84	91	98	2,2 0	2,6 9	2,9 0	6"30	5,4 6	5,1 0	-24	-24	-21
Saico Edison	25"1 5	23"6 9	22"9 9	14 6	147	150	4,8 2	5,0 0	5,8 0	4"28	4,2 8	3,2 9	-2	+2	+2
Tacuri Víctor	30"5 2	29,8 0	27"8 4	11 5	128	130	3,7 0	3,9 0	4,6 3	5"20	5,0 3	4,1 7	-8	-5	-3
Tocto Doris	44,1 0	41"1 6	36"7 2	72	79	88	2,9 0	3,4 4	3,5 5	6"69	6"5 2	6,3 7	-15	-12	-9
Zaruma Liliana	36"7 8	33,1 3	32"3 3	82	87	88	3,4 2	3,5 0	3,6 0	5"85	5,5 0	5"3 0	-18	-16	-9
Promedio total	34,7 8	31,4 6	30,0 5	95, 2	104, 9	111, 4	3,4 3	3,8 8	4,1 9	6,38	5,3 8	5,0 8	- 13,5	-11	-8

Tabla #16: Elaborado por KC/OG

**AUTORES:**

KARLA VERÓNICA CASTRO ARÉVALO.

FRANKLIN OSWALDO GUAYASAMÍN VILLA.



## NIVEL 5

TEST DE CUALIDADES MOTRICES: AGILIDAD, COORDINACION,  
EQUILIBRIO Y LATERALIDAD

Nivel 5	Agilidad: recogida de pelotas (seg)			Coordinación: en zig – zag (seg)			Equilibrio: parada en un solo pie (seg)			Lateralidad: adelante, atrás, izquierda, derecha (aciertos)		
	PRUEBA	inicial	inter	final	inicial	inter	final	inicial	inter	final	inici	inter
Aguilar Bryan	21"22	19"82	19"56	26"75	30"46	23"63	5"63	4"56	6"31	0	1	1
Aguirre Cristina	11"94	9"97	8"63	13"84	12"01	10"25	50"	55"	60"	4	4	4
Borja Lenin	11"52	9,93	9"41	9"40	5,88	3"75	21"00	55"	60"	4	4	4
Castillo Gabriela	24"78	21,97	19"47	20"16	24"68	33"91	3"87	2"09	2"41	0	1	2
Chicaiza César	9"42	7"19	6"81	4"47	3"88	2"69	22"56	55"	60"	4	4	4
Chuya Evelyn	13"67	10,91	9"91	11"94	6,34	3"83	22"59	22"94	24"78	2	2	2
Paredes Gabriela	11"79	10.62	8"40	13"31	9"91	7,06	3"89	8"41	18"00	2	2	4
Peláez María	12"20	9,59	8"26	11"28	7,69	6"25	28"53	55"	60"	4	4	4
Plaza María Belén	13"61	11"92	11"66	12"53	10"90	10"56	25"29	30"94	32"58	3	4	4
Saico Edison	8"84	7"04	6"22	9"75	6"55	3"83	50"	55"	60"	4	4	4
Tacuri Víctor	10"74	9"03	8"00	10,66	8"88	5"37	6"25	6"31	19"74	1	2	3
Tocto Doris	15"11	13,41	13"25	7"53	6,88	6"34	5"41	6"25	9"48	2	3	4
Zaruma Liliana	14"22	11"53	11"44	13"50	9"13	6"78	7"44	9"62	16"00	3	4	4
Promedio total	13,77	11,76	10,85	12,70	11,01	9,56	17,88	26,24	33,02	2,5	3	3,4

Tabla #17: Elaborado por KC/OG

## AUTORES:

KARLA VERÓNICA CASTRO ARÉVALO.

FRANKLIN OSWALDO GUAYASAMÍN VILLA.

**NIVEL 6****TEST DE CUALIDADES FISICAS BASICAS: RESISTENCIA, FUERZA, VELOCIDAD Y FLEXIBILIDAD**

Nivel 6	Resistencia: 100mts (seg)			Fuerza: salto horizontal sin impulso (cmts)			Fuerza: lanz. de balón (mts)			Velocidad: 20mts planos (seg)			Flexibilidad: flexión de tronco de pie (cmts)		
	Fecha	1	2	3	1	2	3	1	2	3	1	2	3	1	2
Bustamante Karla	106"	59"5 2	45"2 6	40	43	51	2,7 7	2,1 4	3,4 0	10" 32	11"6 6	9"8 9	-19	-17	-13
Carrión Tatiana	37"6 3	34"7 7	34,0 4	60	64	103	2,0 6	2,3 5	2,9 0	6"1 5	5"69	5"7 1	-17	-17	-10
Coronel Paúl	27"5 8	25"5 2	21"5 0	144	149	152	5,6 4	7,3 0	7,7 0	5"6 7	5"40	4"1 4	-25	-24	-21
Chuchuca María	84"	73"	66"	44	48	53	2,1 1	2,6 4	2,9 8	7"5 2	7"04	6"6 2	-15	-13	-12
García Mishell	55"	38"1 4	23"5 6	75	77	84	3,8 9	4,2 1	5,0 2	6"4 3	5"60	5"3 1	-16	-16	-12
Martínez Sebastián	25"7 1	24"6 7	23"0 6	141	149	192	5,0 0	6,0 0	6,3 9	5"0 0	4"90	4"8 4	-14	-14	-7
León Anita	99"	43"7 6	37"9 4	56	58	59	3,3 2	2,4 3	1,4 7	11" 12	8"09	7"2 5	-15	-9	-5
Naranjo Cinthya	36"5 2	32"5 6	29"8 8	111	120	124	4,4 3	4,9 8	5,8 5	6"7 7	6"16	4"2 8	-11	-7	-3
Peláez Francisco	25"3 3	23"0 9	20"4 1	136	141	152	5.1 2	5,4 5	6,7 0	5"1 9	4"66	4"0 8	-12	-11	-9
Peñafilel Paul	45"0 3	29"1 4	23"1 2	154	161	166	7,2 2	7,4 1	8.9 3	4"9 0	4"25	3"1 6	-23	-19	-19
Pineda Mauricio	105"	43"5 8	28"7 0	120	127	136	5,7 2	5,8 8	5,9 2	7"6 3	7"11	6"9 3	-12	-12	-4
Sanmartín Juan P.	23"8 4	21"8 5	21"2 9	189	201	202	8,4 7	8,7 0	9,4 7	4"4 1	4"05	3"6 7	-4	-3	-2
Suquisupa Gabriel	95"	37"1 3	25"1 6	107	126	134	3,4 0	4,0 3	5,5 7	5"9 9	5"21	4"3 8	-17	-12	-9

**AUTORES:**

KARLA VERÓNICA CASTRO ARÉVALO.

FRANKLIN OSWALDO GUAYASAMÍN VILLA.



UNIVERSIDAD DE CUENCA

Promedio total	58,89	37,44	30,76	105,9	112,6	123,7	4,50	4,89	5,28	6,7	6,14	5,41	-15,4	-13,4	-9,7
----------------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	------	------	------	-----	------	------	-------	-------	------

Tabla #18: Elaborado por KC/OG

NIVEL 6

TEST DE CUALIDADES MOTRICES: AGILIDAD, COORDINACION, EQUILIBRIO Y LATERALIDAD

Nivel 6	Agilidad: recogida de pelotas (seg)			Coordinación: en zig – zag (seg)			Equilibrio: parada en un solo pie (seg)			Lateralidad: adelante, atrás, izquierda, derecha (aciertos)		
	inicia	inter	final	inicia	inter	final	inicia	inter	final	inicia	inter	final
Bustamante Karla	18"70	18"66	14"62	18"43	17"54	10"78	2"16	2"04	3"36	0	1	1
Carrión Tatiana	12"13	11"29	8"50	11"47	8"99	6"56	5"58	22"74	38"04	4	4	4
Coronel Paúl	9"83	9"22	6"34	9"08	8"13	4"56	12"88	55"	60"	4	4	4
Chuchuca María	14"65	13"78	9"19	24"22	20"41	11"96	3"00	3"63	3"69	3	3	4
García Mishel	13"73	12"22	9"56	17"91	12"04	11"53	4"31	4"28	7"21	4	4	4
Martínez Sebastián	10"89	9"72	8"35	6"03	6"03	5"56	15"44	55"	60"	4	4	4
León Anita	15"62	17"37	14"34	24"77	25"94	22"34	6"58	4"37	20"29	0	1	2
Naranjo Cinthya	12"68	10"90	10"66	13"59	11"12	9"96	15"64	21"69	29"47	2	4	4
Peláez Francisco	8"62	7"22	6"88	6"47	6"50	6"35	50"	55"	60"	4	4	4
Peñafiel Paul	11"18	9"53	7"98	8"72	7"88	7"12	11"56	16"64	17"18	4	4	4
Pineda Mauricio	11"94	8"10	5"94	7"63	7"51	4"62	25"74	45"65	60"	3	4	4
Sanmartín Juan P.	6"73	6"47	5"78	4"66	4"41	4"04	50"	55"	60"	4	4	4

AUTORES:

KARLA VERÓNICA CASTRO ARÉVALO.  
FRANKLIN OSWALDO GUAYASAMÍN VILLA.



UNIVERSIDAD DE CUENCA

Suquisupa Gabriel	9"63	9"07	7"63	15"24	8"34	8"00	17"44	19"84	23"86	3	4	4
PROMEDIO TOTAL	12,02	11,04	8,91	12,94	11,14	8,72	15,41	26,22	34,08	3	3,5	3,6

Tabla #19: Elaborado por KC/OG

3.3.2 RESULTADOS GENERALES DE LOS TEST FÍSICOS DE LOS 6 NIVELES

3.3.2.1 TABULACIÓN, PROCESAMIENTO, GRÁFICOS Y ANÁLISIS ESTADÍSTICOS DE LOS RESULTADOS OBTENIDOS DE LOS TEST FÍSICOS.

Recordamos que se han adaptado las pruebas de acuerdo a nuestro grupo de trabajo acreditando una calificación en cada una de ellas y tomando en cuenta las capacidades y limitaciones del grupo.

TEST DE CUALIDADES FÍSICAS BÁSICAS

**RESISTENCIA:** Se recorrerá una distancia de 100 metros en una superficie plana tratando de cubrir el recorrido en el menor tiempo posible. El tiempo se mide en segundos.

Resistencia: 100mts (seg.)			
PRUEBA	inicial	intermedia	final
Nivel 1			
Nivel 2	50,81	43,35	40,15
Nivel 3	34,93	32,07	32,07
Nivel 4	39,73	34,83	31,16
Nivel 5	34,78	31,46	30,05
Nivel 6	58,89	37,441	30,76

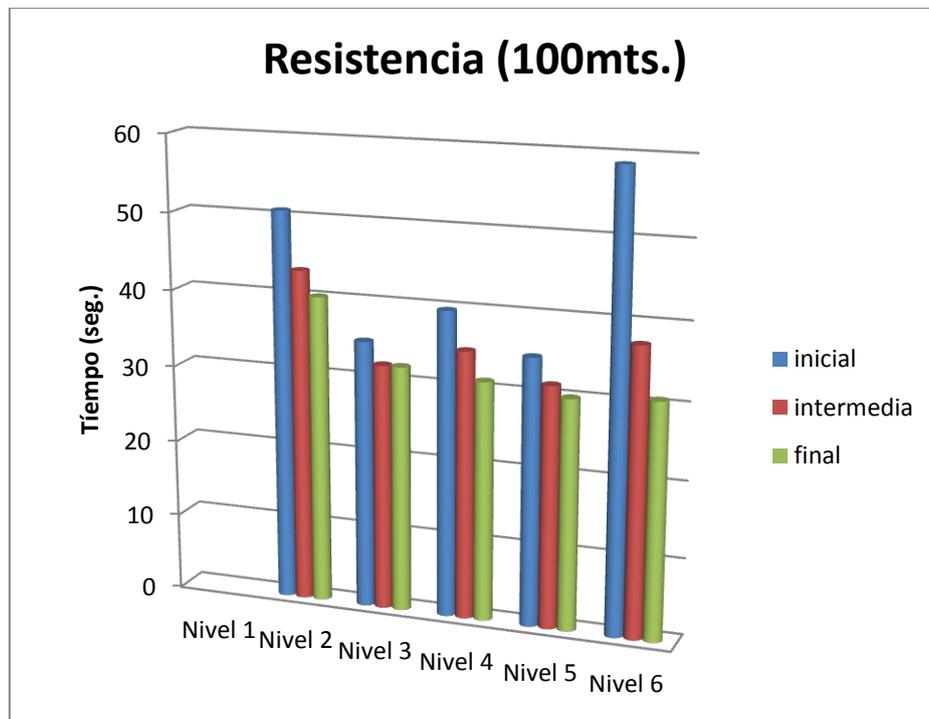


UNIVERSIDAD DE CUENCA

Tabla # 20: Elaborado por KC/OG

Tiempo (seg)	Puntos
65" o más	0
56" a 65"	2
46" a 55"	4
36" a 45"	6
26" a 35"	8
25" o menos	10

Tabla #21: Elaborado por KC/OG





Alumnos realizando la carrera de resistencia.

### FUERZA: - Salto horizontal sin impulso

El participante saltará simultáneamente con los dos pies tan lejos como pueda y sin tomar vuelo. La distancia se mide en centímetros desde la parte anterior de la línea hasta la marca más posterior hecha con los pies del saltador. Se permitirán dos intentos, siendo necesario alcanzar el mínimo establecido en la marca para considerarlo malo.

<b>Fuerza: salto horizontal sin impulso (cmts.)</b>			
<b>PRUEBA</b>	<b>inicial</b>	<b>intermedia</b>	<b>final</b>
Nivel 1	43,4	50,2	69,2
Nivel 2	51,1	59,3	64,8
Nivel 3	74	81,9	96,6
Nivel 4	80	86,64	96,64
Nivel 5	95,2	104,9	111,4
Nivel 6	105,9	112,6	123,7

**AUTORES:**

KARLA VERÓNICA CASTRO ARÉVALO.  
FRANKLIN OSWALDO GUAYASAMÍN VILLA.



**UNIVERSIDAD DE CUENCA**

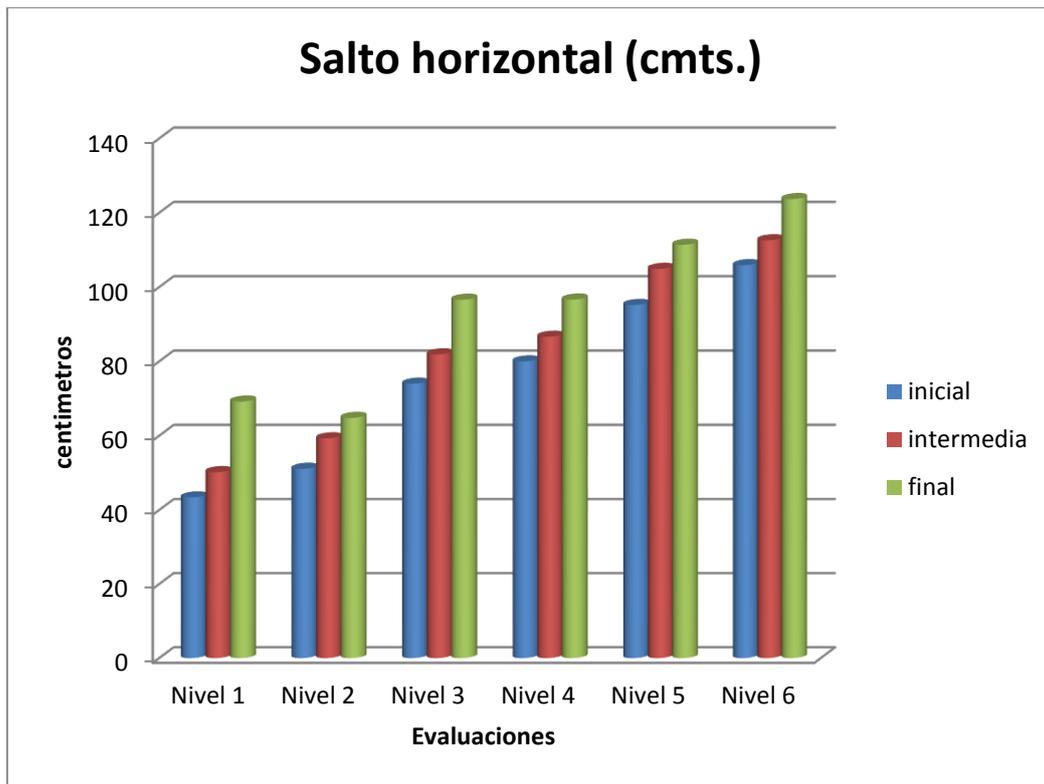
Tabla #22: Elaborado por KC/OG

<b>Distancia (cmts,)</b>	<b>Valoración</b>
20 a 40	Malo
40 a 60	Regular
60 a 80	Bueno
80 a 100	Muy bueno
101 o más	Excelente

Tabla #23: Elaborado por KC/OG



Alumnos realizando el salto horizontal sin impulso



### FUERZA: - Lanzamiento de balón medicinal

Lanzar el balón por detrás de la cabeza en posición de rodillas y con las dos manos. No se puede saltar. Se acreditará un puntaje de acuerdo a la distancia alcanzada.

<b>Fuerza: lanzamiento de balón medicinal (metros)</b>			
<b>PRUEBA</b>	<b>inicial</b>	<b>intermedia</b>	<b>final</b>
Nivel 1	1,31	1,85	1,91
Nivel 2	1,32	1,55	2,02
Nivel 3	2,29	2,48	2,88
Nivel 4	2,65	3,12	3,51
Nivel 5	3,43	3,88	4,19
Nivel 6	4,50	4,89	5,28
<b>PROMEDIO TOTAL</b>	<b>2,58</b>	<b>2,96</b>	<b>3,29</b>

Tabla #24: Elaborado por KC/OG

#### AUTORES:

KARLA VERÓNICA CASTRO ARÉVALO.  
FRANKLIN OSWALDO GUAYASAMÍN VILLA.



**UNIVERSIDAD DE CUENCA**

<b>Metros</b>	<b>Puntos</b>
5,51 o más	10
4,51 a 5,50	8
3,51 a 4,50	6
2,51 a 3,50	4
1,51 a 2,50	2
1,50 o menos	1

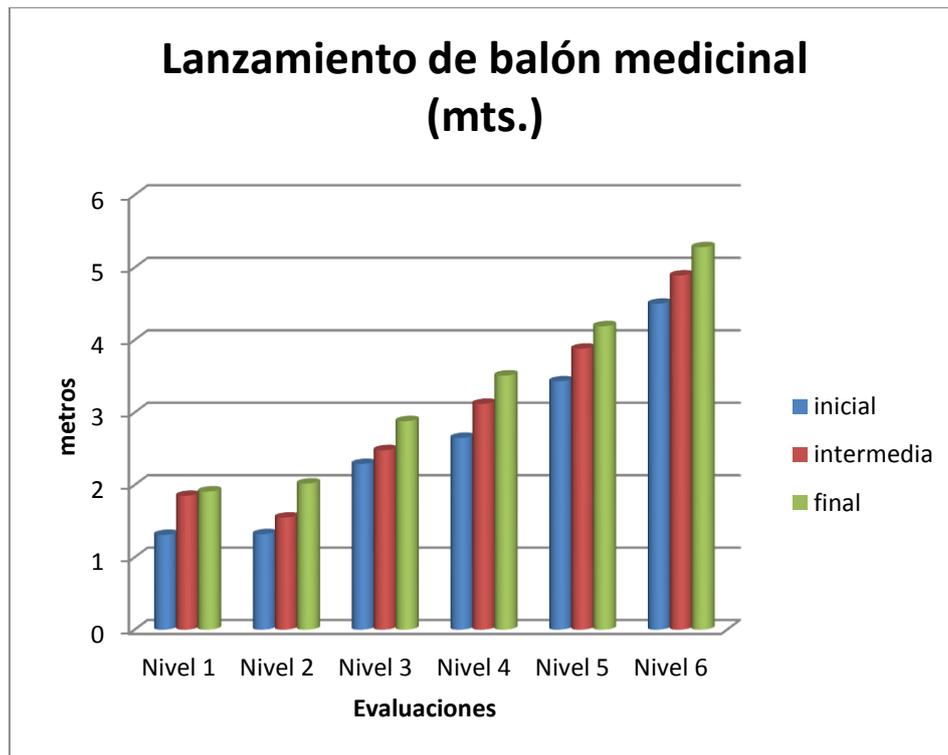
Tabla #25: Elaborado por KC/OG



**Alumnos realizando el lanzamiento de balón medicinal**

**AUTORES:**

KARLA VERÓNICA CASTRO ARÉVALO.  
FRANKLIN OSWALDO GUAYASAMÍN VILLA.



## VELOCIDAD

Recorrer una distancia de 20m en una superficie plana marcada por unas señales y en el menor tiempo posible.

Velocidad: 20mts planos (segundos)			
PRUEBA	inicial	intermedia	final
Nivel 1	6,89	6,65	7,45
Nivel 2	9,18	8,55	7,91
Nivel 3	6,49	5,53	5,17
Nivel 4	6,89	6,21	5,59
Nivel 5	6,38	5,38	5,08
Nivel 6	6,7	6,14	5,41

Tabla #26: Elaborado por KC/OG

## AUTORES:

KARLA VERÓNICA CASTRO ARÉVALO.  
FRANKLIN OSWALDO GUAYASAMÍN VILLA.



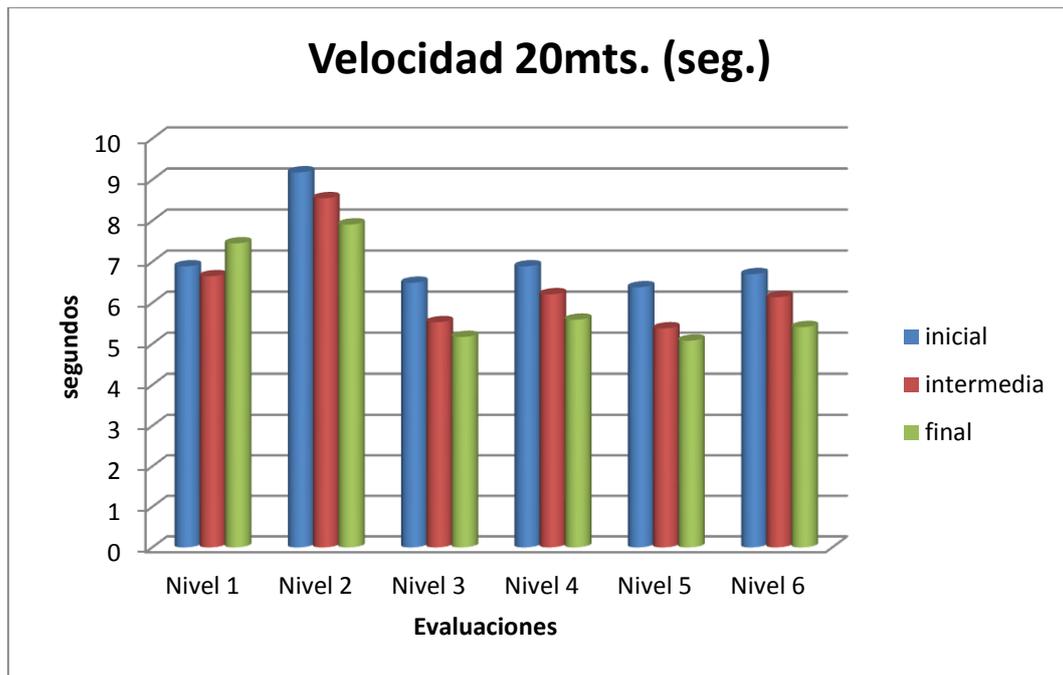
UNIVERSIDAD DE CUENCA

Calificación	Tiempo (seg)
Excelente	3"99 o menos
Bueno	4" – 4"99
Mediano	5" – 5"99
Bajo	6" – 6"99
Malo	7" o más

Tabla #27: Elaborado por KC/OG



Alumnos realizando la carrera de velocidad



## FLEXIBILIDAD

Partiendo desde la posición de pie sobre una jaba de cola con las manos extendidas hacia arriba, el ejecutante flexiona el tronco adelante y hacia abajo tratando de tocar con las palmas de las manos la punta de los pies o sobrepasarla sin flexionar las rodillas. Se mantiene esa posición durante 3 segundos.

<b>Flexibilidad: flexión de tronco de pie (centímetros)</b>			
<b>PRUEBA</b>	<b>inicial</b>	<b>intermedia</b>	<b>final</b>
Nivel 1	-18,4	-16,4	-15,4
Nivel 2	-8,8	-5,7	-4,8
Nivel 3	-13,8	-10,6	-8,4
Nivel 4	-8,6	-6,6	-4,4
Nivel 5	-13,5	-11	-8
Nivel 6	-15,4	-13,4	-9,7

Tabla #28: Elaborado por KC/OG

### AUTORES:

KARLA VERÓNICA CASTRO ARÉVALO.  
FRANKLIN OSWALDO GUAYASAMÍN VILLA.



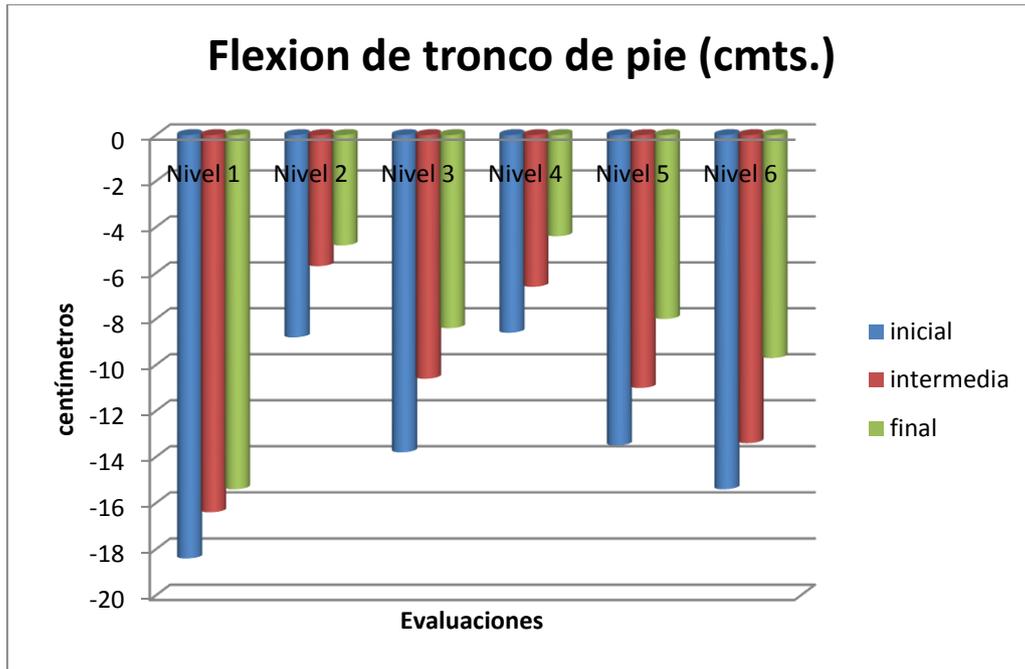
UNIVERSIDAD DE CUENCA

Nivel 1 (IPIA)	a) Prueba Inicial	b) Prueba Intermedia	c) Prueba final
Distancia Recorrida (en centímetros)	-18,4 cm	-16,4 cm	-15,4 cm
Diferencia con la Prueba Inicial		2 cm	3 cm
Porcentaje de mejora con la prueba inicial		11 %	16 %

Tabla #29: Elaborado por KC/OG



Alumnos realizando prueba de flexibilidad



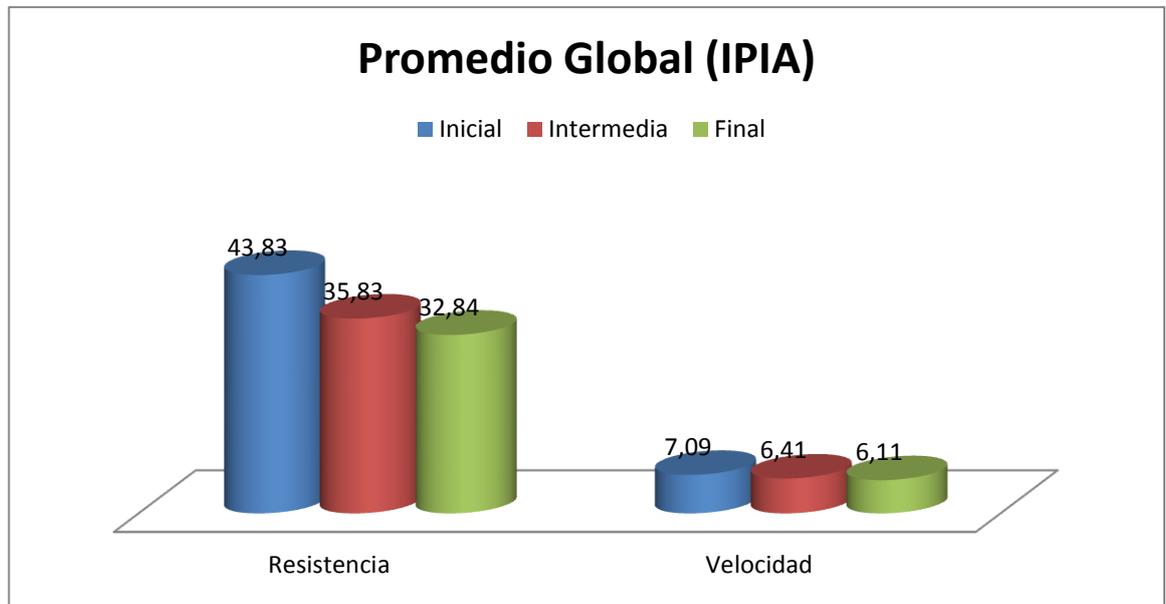


### 3.3.3 TABLAS DE PROMEDIO GLOBAL DE LOS TEST FÍSICOS EN EL “INSTITUTO PILOTO DE INTEGRACION DEL AZUAY”

#### RESULTADOS FINALES DE LOS TEST DE RESISTENCIA Y VELOCIDAD

Promedio Global IPIA	Resistencia: 100mts (seg)			Velocidad: 20mts planos (seg)		
	PRUEBA inicial	inter	final	inicial	inter	final
TOTAL	43,83	35,83	32,84	7,09	6,41	6,11

Tabla #30: Elaborado por KC/OG

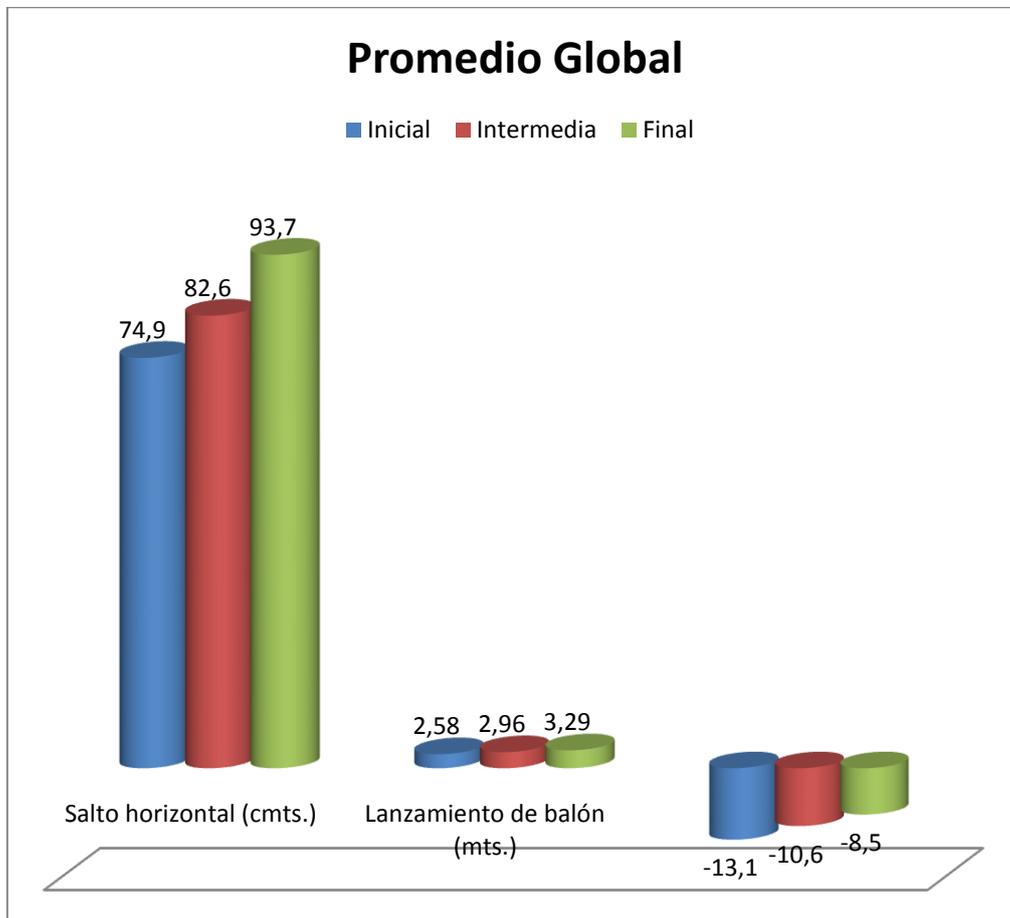




**RESULTADOS FINALES DE LOS TEST DE FUERZA Y FLEXIBILIDAD**

<b>Promedio Global IPIA</b>	Fuerza: salto horizontal sin impulso (cmts)			Fuerza: lanz. de balón Medicinal (mts)			Flexibilidad: flexión de tronco de pie (cmts)		
	<b>PRUEBA inicial</b>	<b>inter</b>	<b>final</b>	<b>inicial</b>	<b>inter</b>	<b>final</b>	<b>inicial</b>	<b>inter</b>	<b>final</b>
<b>TOTAL</b>	<b>74,9</b>	<b>82,6</b>	<b>93,7</b>	<b>2,58</b>	<b>2,96</b>	<b>3,29</b>	<b>-13,1</b>	<b>-10,6</b>	<b>-8,5</b>

Tabla #31: Elaborado por KC/OG





### 3.3.4 RESULTADOS GENERALES DE LOS TEST MOTRICES DE LOS 6 NIVELES

#### 3.3.4.1 TABULACIÓN, PROCESAMIENTO, GRÁFICOS Y ANÁLISIS ESTADÍSTICOS DE LOS RESULTADOS OBTENIDOS DE LOS TEST MOTRICES

##### AGILIDAD

Se colocan en el patio cuatro conos formando un cuadrado separados a 6mts. de distancia al pie de cada cono hay una pelota de tenis, el alumno tendrá que recoger cada una de las pelotas en el menor tiempo posible.

Resultados	Agilidad: recogida de pelotas (segundos)		
	PRUEBA inicial	intermedia	final
Nivel 1	28,01	25,16	23,24
Nivel 2	28,52	26,47	20,35
Nivel 3	25,2	20,03	18,35
Nivel 4	22,24	18,34	15
Nivel 5	19	18,28	17,5
Nivel 6	18,4	17,5	16,04

Tabla #32: Elaborado por KC/OG

**AUTORES:**

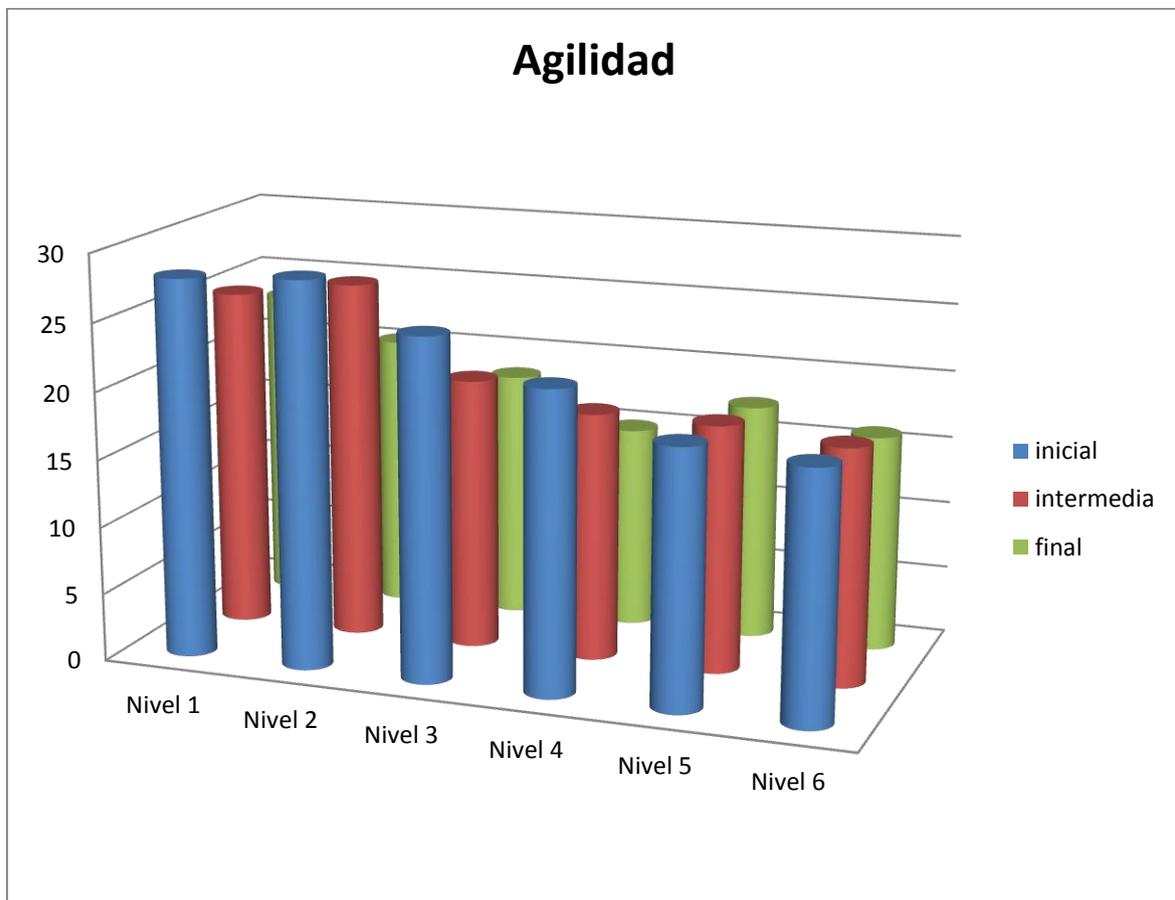
KARLA VERÓNICA CASTRO ARÉVALO.  
FRANKLIN OSWALDO GUAYASAMÍN VILLA.



UNIVERSIDAD DE CUENCA



Alumnos realizando recogida de pelotas





## COORDINACIÓN

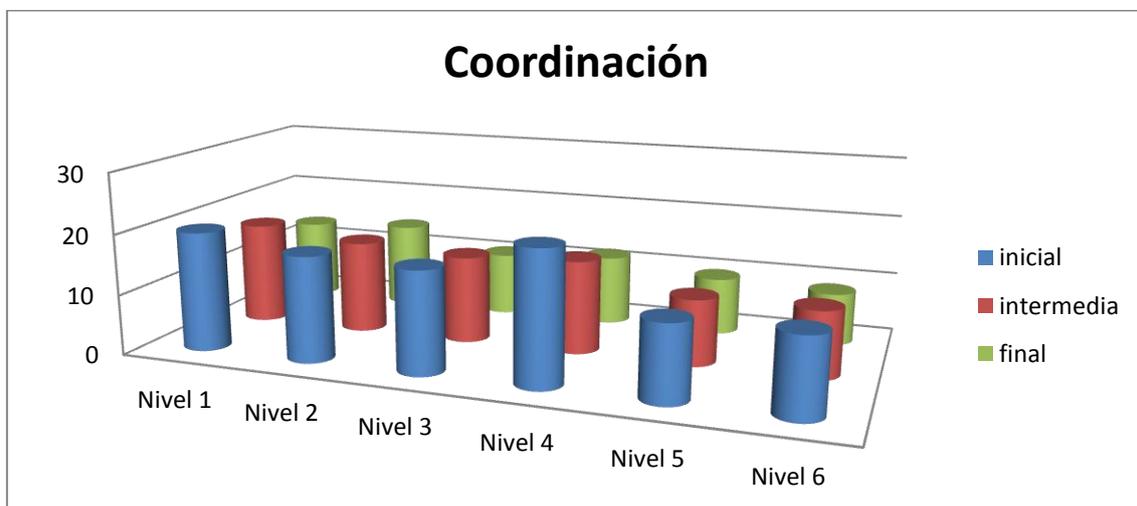
Se colocan en la cancha una serie de 5 conos en fila y separados a una distancia de 1,5mts. El alumno tiene que pasar por entre los conos conduciendo un balón con los pies en el menor tiempo posible hasta terminar pasando por todos los conos.

Resultados	Coordinación: conducción de balón en zig – zag (segundos)			
	PRUEBA	inicial	intermedia	final
Nivel 1		19,83	17,01	13,42
Nivel 2		17,54	15,39	14,27
Nivel 3		17,05	14,51	10,58
Nivel 4		22,05	15,51	11,67
Nivel 5		12,70	11,01	9,56
Nivel 6		12,94	11,14	8,72

Tabla #33: Elaborado por KC/OG



Alumnos realizando conducción de balón





## EQUILIBRIO

Partiendo de la posición de pié, el alumno levantará uno de los pies para mantener el equilibrio en el otro tendrá que mantenerse en esa posición el mayor tiempo posible.

<b>Resultados</b>	<b>Equilibrio: parada en un solo pie (segundos)</b>		
	<b>PRUEBA</b>	<b>inicial</b>	<b>intermedia</b>
Nivel 1	2,89	5,44	6,19
Nivel 2	6,19	9,17	11,54
Nivel 3	4,84	11,96	21,76
Nivel 4	8,92	11,58	16,59
Nivel 5	17,88	26,24	33,02
Nivel 6	15,41	26,22	34,08

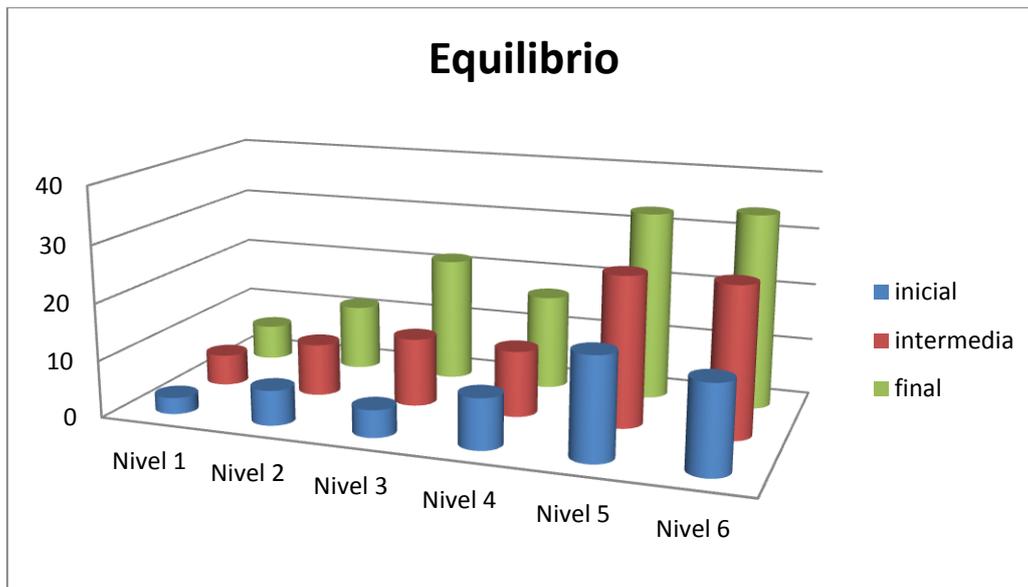
Tabla #34: Elaborado por KC/OG



Alumnos realizando prueba de equilibrio

### AUTORES:

KARLA VERÓNICA CASTRO ARÉVALO.  
FRANKLIN OSWALDO GUAYASAMÍN VILLA.



### LATERALIDAD

El alumno tendrá que dirigir ya sea su cuerpo o sus brazos hacia la dirección que diga el profesor como es: adelante, atrás, izquierda, derecha, arriba, abajo, se calificarán los aciertos.

Resultados	Lateralidad: adelante, atrás, izquierda, derecha (aciertos)		
	PRUEBA inicial	intermedia	final
Nivel 1			
Nivel 2	0,6	1,3	2,3
Nivel 3	1,5	2,4	2,9
Nivel 4	2,2	2,6	2,8
Nivel 5	2,5	3	3,4
Nivel 6	3	3,5	3,6

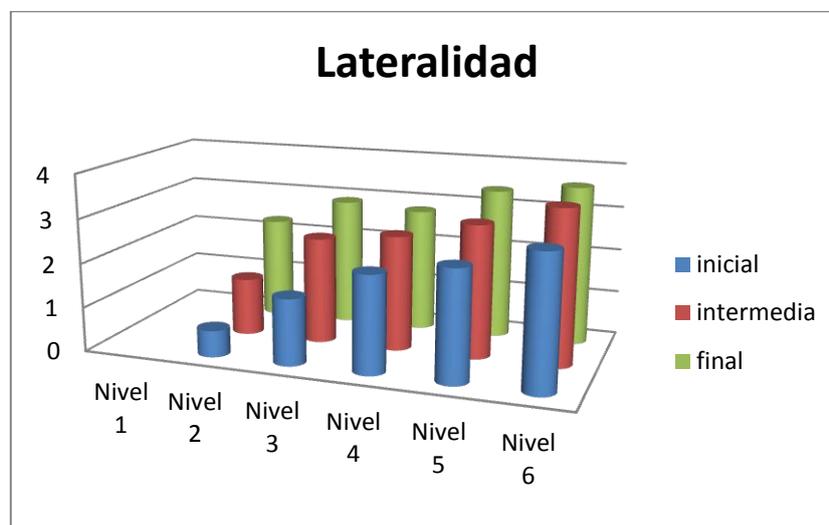
Tabla #35: Elaborado por KC/OG

**AUTORES:**

KARLA VERÓNICA CASTRO ARÉVALO.  
FRANKLIN OSWALDO GUAYASAMÍN VILLA.



Alumnos realizando prueba de lateralidad



### 3.3.5 TABLAS DE PROMEDIO GLOBAL DE LOS TEST FÍSICOS EN EL “INSTITUTO PILOTO DE INTEGRACIÓN DEL AZUAY”

#### RESULTADOS GENERALES EN EL TEST DE AGILIDAD

En este cuadro del test que se les aplicó a los alumnos del Instituto nos pudimos dar cuenta que los alumnos que mejor respondieron fueron los alumnos de los niveles superiores que son los niveles 4, 5 y 6 por el hecho que su educación es más avanzada que los niveles inferiores, sus cualidades físicas son mayores y sobre todo hubo mayor colaboración.

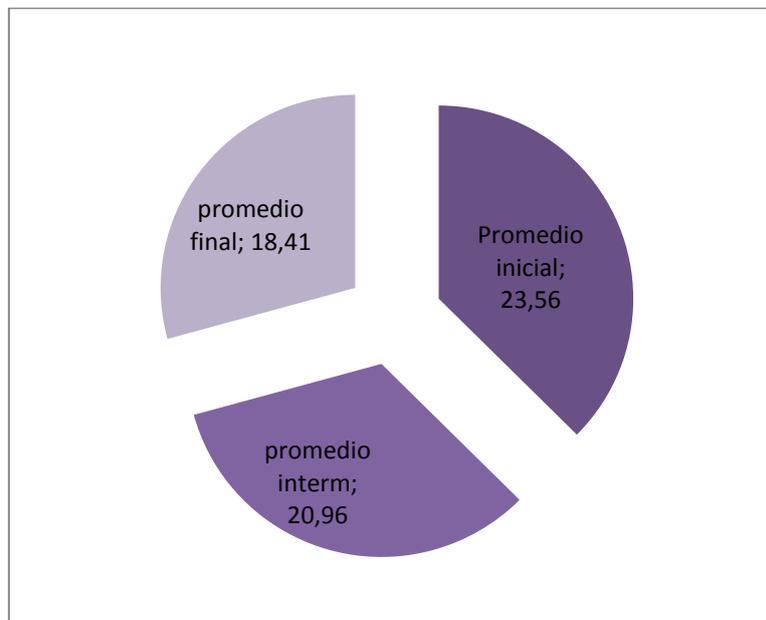


UNIVERSIDAD DE CUENCA

Resultados	Agilidad: recogida de pelotas (segundos)		
PRUEBA	inicial	intermedia	final
PROMEDIO TOTAL	23,56	20,96	18,41

Tabla #36: Elaborado por KC/OG

En términos generales el promedio total en el test inicial nos da de 23,56 que equivale a cero puntos, es decir existía graves problemas de comprensión, orientación, malas cualidades físicas en los alumnos para desarrollar esta prueba, en la segunda evaluación da como resultado 20,96 equivalente a 25 puntos, la tercera y última evaluación dio como resultado 18,41 que equivalen a 50 puntos, es decir con esta puntuación los alumnos mejoraron en los tiempos pero más que los tiempos a nosotros nos interesó que los alumnos sepan comprender lo que se les exponía, que realicen con gusto.



**RESULTADOS GENERALES DEL TEST DE COORDINACIÓN: CONDUCCIÓN DE BALÓN EN ZIG-ZAG**

En el siguiente cuadro nos damos cuenta del avance del trabajo con los alumnos del Instituto en el cual se logró grandes resultados y fue el que con mayor satisfacción hacían principalmente los varones, en el promedio inicial nos da 17,02 segundos es decir hacían demasiado tiempo para la corta distancias que tenían que realizar por los siguientes problemas: no controlaban el balón, no comprendían fácilmente lo que debían realizar, chocaban continuamente con los conos, en la segunda evaluación tienen de promedio

**AUTORES:**

KARLA VERÓNICA CASTRO ARÉVALO.  
FRANKLIN OSWALDO GUAYASAMÍN VILLA.

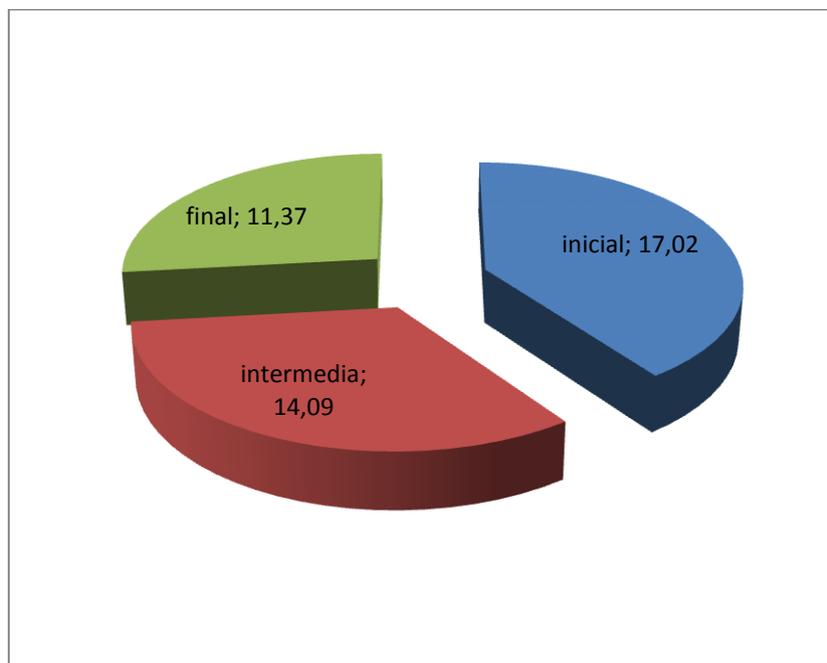


## UNIVERSIDAD DE CUENCA

14,09 es decir mejoraron más o menos 3seg lo que es un avance significativo, en la última evaluación se obtuvo 11,37 seg mejorando significativamente gracias a que se realizó actividades relacionadas al fútbol por lo que se consiguió un mejor resultado.

Resultados	Coordinación: conducción de balón en zig – zag (segundos)			
	PRUEBA	inicial	intermedia	final
PROMEDIO TOTAL		17,02	14,09	11,37

Tabla #37: Elaborado por KC/OG



### RESULTADOS GENERALES EN EL TEST DE EQUILIBRIO

Este cuadro indica el avance de nuestro trabajo con los alumnos del Instituto ya que el equilibrio es una de las mayores debilidades en los alumnos, se inició con un promedio de 9,36seg lo que indica que perdían el equilibrio en mínimo tiempo, en la segunda evaluación da como resultado 12,11 avanzando en 3 seg, la tercera evaluación da 14,53seg lo que significa que hubo un avance significativo.

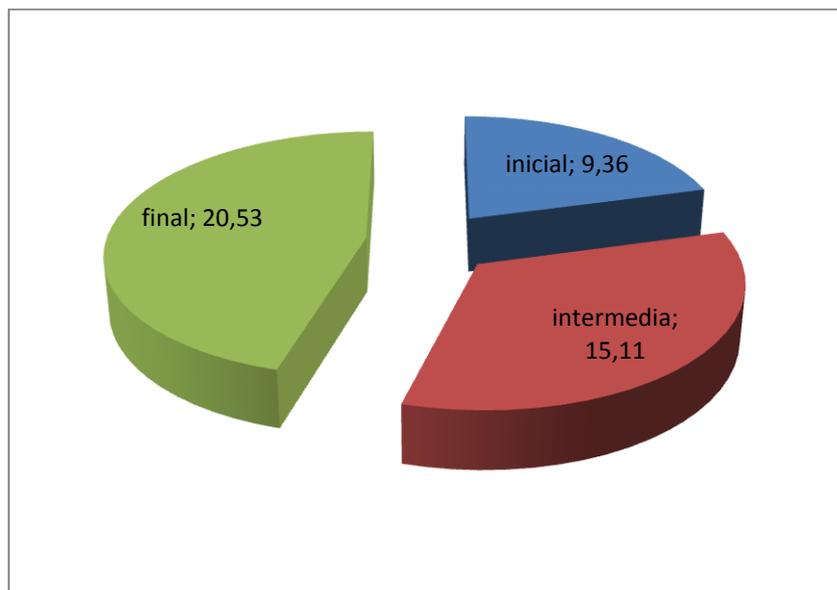
#### AUTORES:

KARLA VERÓNICA CASTRO ARÉVALO.  
FRANKLIN OSWALDO GUAYASAMÍN VILLA.



Resultados	Equilibrio: parada en un solo pie (segundos)		
	inicial	intermedia	final
Nivel 1	2,89	5,44	6,19
Nivel 2	6,19	9,17	11,54
Nivel 3	4,84	11,96	21,76
Nivel 4	8,92	11,58	16,59
Nivel 5	17,88	26,24	33,02
Nivel 6	15,41	26,22	34,08
PROMEDIO TOTAL	9,36	15,11	20,53

Tabla #38: Elaborado por KC/OG



## RESULTADOS GENERALES EN EL TEST DE LATERALIDAD

En el siguiente cuadro nos damos cuenta del avance del trabajo en la lateralidad de los alumnos, se obtuvo un promedio inicial de 1,9 aciertos significando una calificación mala ya que la lateralidad junto con el esquema e imagen corporal son los principales problemas de los alumnos del Instituto, para la segunda evaluación se obtuvo 2,6 equivalente a una calificación baja,

### AUTORES:

KARLA VERÓNICA CASTRO ARÉVALO.  
FRANKLIN OSWALDO GUAYASAMÍN VILLA.

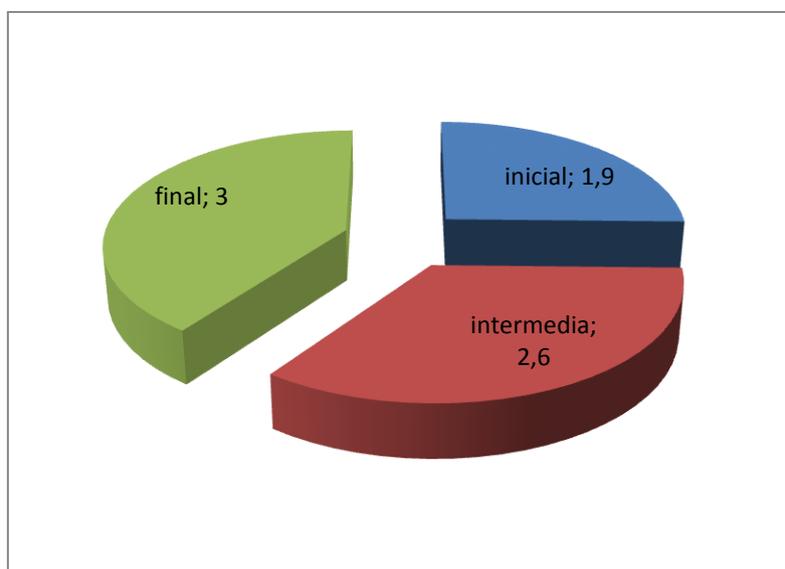


## UNIVERSIDAD DE CUENCA

en la tercera evaluación se obtuvo un promedio final de 3 puntos equivalente a una calificación buena, logrando sobre todo en los niveles superiores, porque en los inferiores se tienden a confundir a pesar de que se trabajó con gráficos, pancartas, etc.

Resultados	Lateralidad: adelante, atrás, izquierda, derecha (aciertos)		
	inicial	intermedia	final
Nivel 1			
Nivel 2	0,6	1,3	2,3
Nivel 3	1,5	2,4	2,9
Nivel 4	2,2	2,6	2,8
Nivel 5	2,5	3	3,4
Nivel 6	3	3,5	3,6
PROMEDIO TOTAL	1,9	2,6	3

Tabla #39: Elaborado por KC/OG



### ELABORACIÓN DE ENCUESTA A PROFESORES DE CULTURA FÍSICA

Las encuestas se realizaron a 20 profesores de Cultura Física de la ciudad de Cuenca, de diversos establecimientos educativos tanto fiscales como

#### **AUTORES:**

KARLA VERÓNICA CASTRO ARÉVALO.  
FRANKLIN OSWALDO GUAYASAMÍN VILLA.



**UNIVERSIDAD DE CUENCA**

particulares, con lo que pudimos obtener un universo adecuado para nuestra investigación.

**3.3.6 TABULACIÓN, PROCESAMIENTO, GRÁFICOS Y ANÁLISIS ESTADÍSTICOS DE LOS DATOS: ENCUESTA A PROFESORES DE CULTURA FÍSICA.**

**1. ¿Conoce Ud. de programas que se realicen sobre actividad física y recreativa adaptada a personas con discapacidad mental?**

Respuestas	Tabulación	Encuestados
En su totalidad		0
En gran parte	I	1
Muy poco		19
Nada	0	0
Total	20	20

Tabla #40: Elaborado por KC/OG



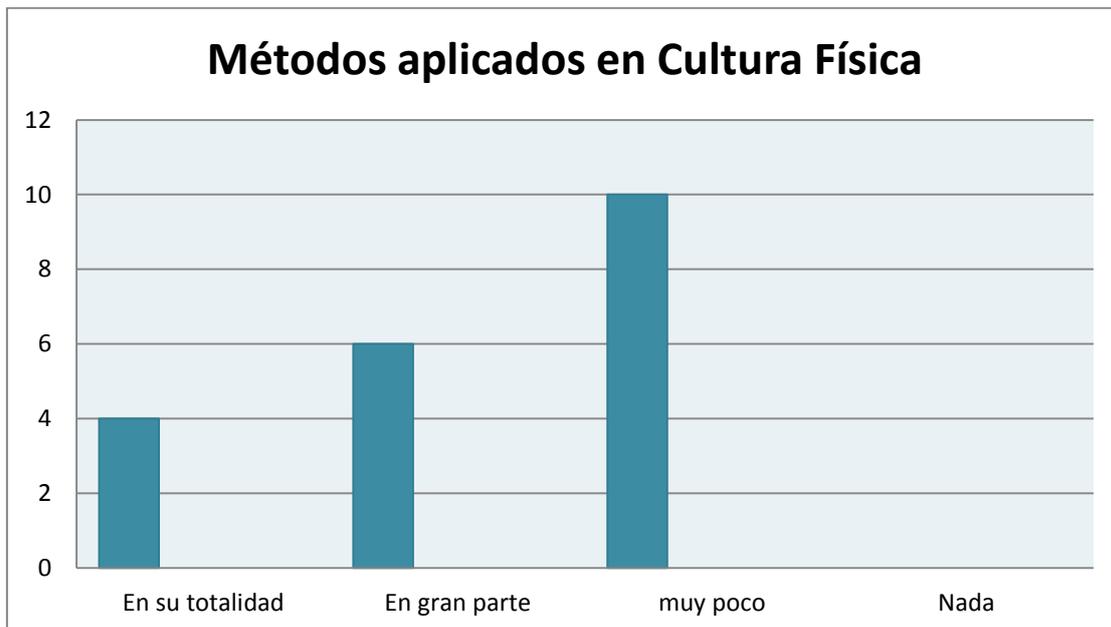
En la primera pregunta, el desconocimiento sobre programas de Cultura Física adaptada se ve reflejada en este cuadro ya que 19 profesionales respondieron conocer muy poco lo que representa el 95%, mientras que el 5 % representa que conocen en gran parte, lo que significa que en nuestro medio se realizan muy poco programas de Cultura Física adaptada siendo los más importantes las Jornadas Deportivas Especiales.



2. Considera Ud. que los métodos aplicados en la Cultura Física, para el proceso de enseñanza aprendizaje pueden ser aplicados a personas con discapacidad mental?

Respuestas	Tabulación	Encuestados
En su totalidad	IIII	4
En gran parte	IIIIII	6
Muy poco	IIIIIIIIII	10
Nada		0

Tabla #41: Elaborado por KC/OG.



En esta pregunta 10 profesionales respondieron que los métodos didácticos se utilizan muy poco con este tipo de personas representando el 50%, 6 en gran parte representa el 30%, 4 en su totalidad representa el 20%. Lo que significa que existe una confusión sobre que métodos didácticos utilizar para trabajar con este tipo de personas.

**AUTORES:**

KARLA VERÓNICA CASTRO ARÉVALO.  
FRANKLIN OSWALDO GUAYASAMÍN VILLA.



**3. Considera Ud. que los bloques de Cultura Física según la reforma curricular es adecuado para trabajar actividades físicas recreativas para personas con discapacidad mental?**

Respuestas	Tabulación	Encuestados
En su totalidad	IIII	4
En gran parte	IIIIIIII	7
Muy poco	IIIIII	6
Nada	III	3
Total	20	20

Tabla #42: Elaborado por KC/OG.



En su totalidad respondieron 4 profesionales lo que representa el 20%, en gran parte 7 personas representando el 35%, muy poco 6 personas representando el 30%, nada 3 personas representando el 15%, es decir en esta pregunta se ve reflejado que los bloques de Cultura Física según la Reforma Curricular no son muy adecuados trabajar con las personas que poseen discapacidad mental.

**AUTORES:**

KARLA VERÓNICA CASTRO ARÉVALO.  
FRANKLIN OSWALDO GUAYASAMÍN VILLA.



**4. Cree usted que existe el suficiente personal capacitado en la rama de Cultura Física, Deportes y Recreación para trabajar con personas con discapacidad mental en el Azuay.**

resultados	tabulación	Encuestados
En su totalidad		0
En gran parte		0
Muy poco		19
Nada		1
total	20	20

Tabla #43: Elaborado por KC/OG.



Esta pregunta es la de mayor importancia para nosotros porque vemos que en el Azuay según esta encuesta existen muy pocos profesionales en el área de Cultura Física para trabajar con este tipo de personas, algunos profesionales argumentaban que en las Universidades no se imparte una asignatura de Cultura Física adaptada, tampoco existen cursos o seminarios sobre la forma de trabajo, la respuesta fue de 19 personas que respondieron muy poco representando el 95% y 1 persona que respondió nada representando el 5%.

**AUTORES:**

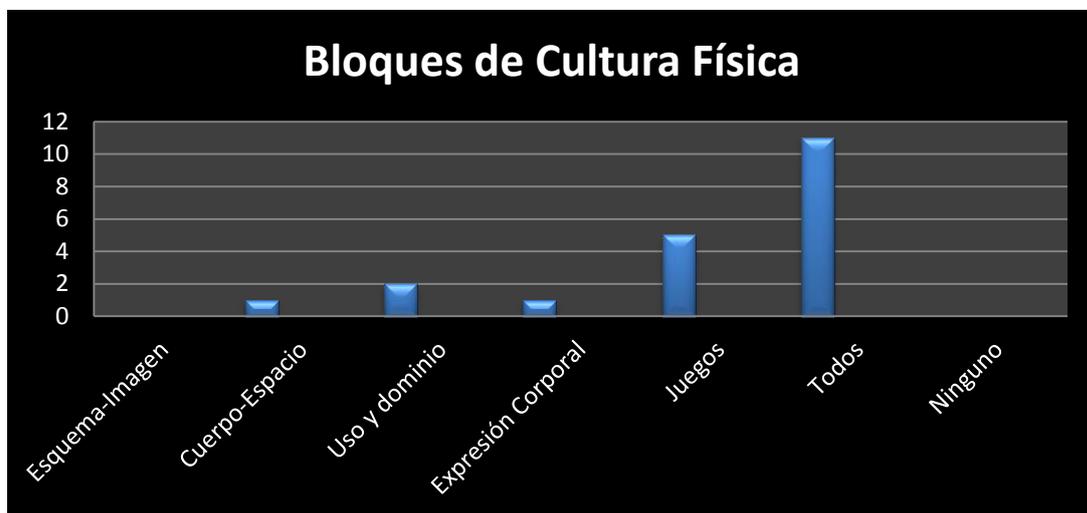
KARLA VERÓNICA CASTRO ARÉVALO.  
FRANKLIN OSWALDO GUAYASAMÍN VILLA.



5 .De los siguientes bloques de Cultura Física Adaptada, señale el de mayor importancia para mejorar las condiciones tanto físicas como psicológicas de las personas que poseen discapacidad mental.

Resultados	Tabulación	Respuestas según los encuestados.
Esquema E Imagen Corporal.		0
Cuerpo Y Organización Espacio-Temporal	I	1
Uso Y Dominio Del Cuerpo	II	2
Cuidado, Comunicación Y Expresión Del Cuerpo.	I	1
Los Juegos Y El Jugar.	IIII	5
Todos	IIIIIIIIII	11
Ninguno		0
Total	20	20

Tabla #44: Elaborado por KC/OG.



En esta pregunta 11 profesionales manifestaron que todos los bloques son importantes, 5 personas respondieron que son el bloque de los juegos que es el 25%, 2 personas que el bloque de uso y dominio del cuerpo son importantes que es el 10%, 1 persona que el bloque de cuidado, comunicación y expresión del cuerpo que es el 5%, 1 persona respondió que el bloque de cuerpo y organización espacio- temporal que es el 5%, por lo que según nos dimos cuenta en esta pregunta la gran mayoría considera que todos son importantes

**AUTORES:**

KARLA VERÓNICA CASTRO ARÉVALO.  
FRANKLIN OSWALDO GUAYASAMÍN VILLA.

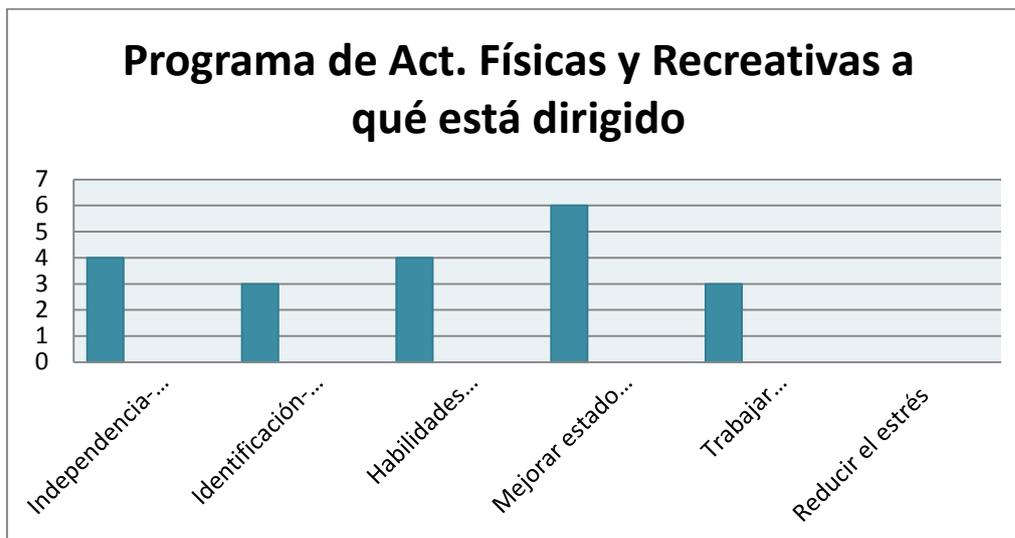


para el desarrollo físico y psicológico del discapacitado mental representando el 55%.

**6. Según su criterio un programa de Actividades Físicas y Recreativas para persona con discapacidad mental a qué debe estar dirigido. Señale el más importante.**

Resultados	Tabulación	Encuestados
Facilitar la independencia y autonomía de las personas con necesidades especiales.	IIII	4
Ayudar al practicante en el proceso de identificación e inclusión en su grupo social	III	3
Desarrollar sus habilidades y capacidades psicomotrices	IIII	4
Mejorar su estado de salud	IIIIII	6
Trabajar cualidades físicas: velocidad, fuerza, flexibilidad, resistencia	III	3
Reducir el estrés		0
TOTAL	20	20

Tabla #45: Elaborado por KC/OG



Al igual que la pregunta 4, ésta es de gran utilidad para nosotros porque es de suma importancia conocer los beneficios que aporta la actividad física en el discapacitado mental según los puntos de vista de profesionales en el área de Cultura Física, los resultados son los siguientes: 4 personas respondieron para facilitar la independencia y autonomía de las personas con necesidades especiales, representando el 20% , 3 para ayudar al practicante en el proceso de identificación e inclusión en su grupo social, representando el 15%, 4 personas a desarrollar sus habilidades y capacidades psicomotrices, representando el 20%, 6 personas para mejorar su estado de salud,

**AUTORES:**

KARLA VERÓNICA CASTRO ARÉVALO.  
FRANKLIN OSWALDO GUAYASAMÍN VILLA.



representando 30%, 3 personas para trabajar cualidades físicas: velocidad, fuerza, flexibilidad, resistencia , representando el 15%.

**ELABORACIÓN DE ENCUESTAS A LOS PADRES DE FAMILIA DEL INSTITUTO PILOTO DE INTEGRACIÓN DEL AZUAY**

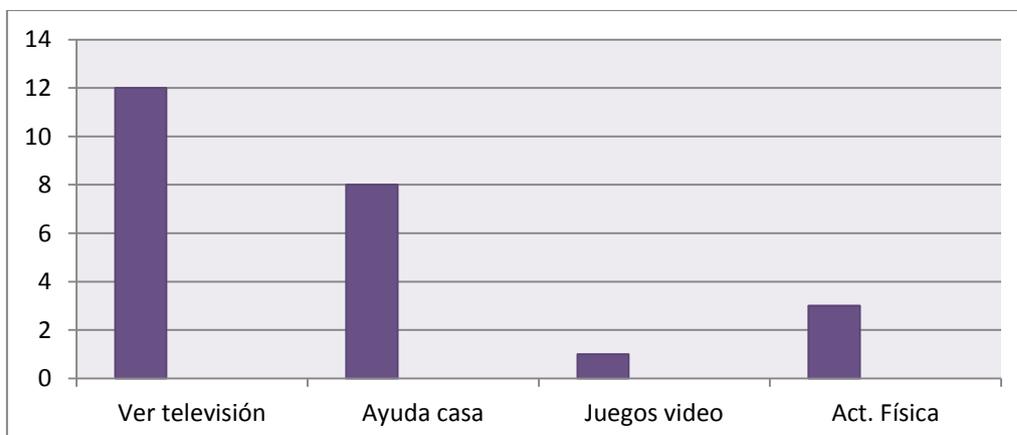
Se realizaron encuestas a los padres de familia del Instituto Piloto de Integración del Azuay, con el objetivo de conocer el nivel, frecuencia, tipo de actividad física que realizan sus hijos/as en su vida diaria. Se les realizó a 24 padres de familia que posee el instituto.

**3.3.7. TABULACIÓN, PROCESAMIENTO, GRÁFICOS Y ANÁLISIS ESTADÍSTICOS DE LOS DATOS: ENCUESTA A PADRES DE FAMILIA DEL INSTITUTO PILOTO DE INTEGRACIÓN DEL AZUAY**

1. ¿A qué le dedica más tiempo su hijo?

Resultados	Tabulación	Encuestados
Ver televisión	IIIIIIIIII	12
Ayudar en la casa	IIIIIII	8
Juegos de video	I	1
Practicar actividad física	III	3
<b>TOTAL</b>	24	24

Tabla #46: Elaborado por KC/OG



Esta pregunta evidenció que los alumnos dedican más tiempo a la televisión con un total de 12 personas representa el 50%, 8 padres manifestaron que sus

**AUTORES:**

KARLA VERÓNICA CASTRO ARÉVALO.  
FRANKLIN OSWALDO GUAYASAMÍN VILLA.



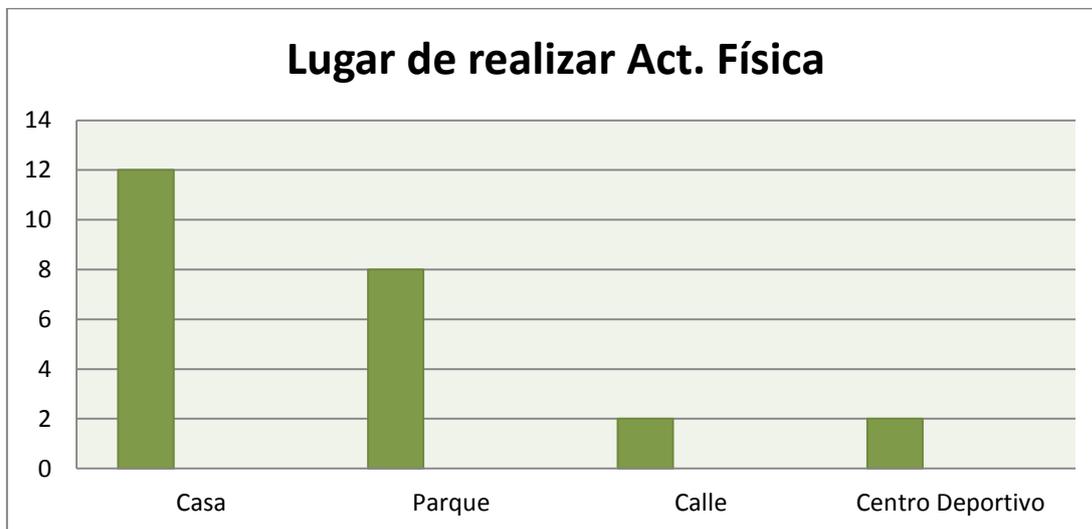
UNIVERSIDAD DE CUENCA

hijos ayudan en la casa representando el 33%, 1 practica juegos de video representando el 4%, únicamente 3 padres respondieron que sus hijos practican alguna actividad física representando el 13%, lo que es preocupante ya que la mayoría de alumnos del Instituto tienen una vida sedentaria.

2. ¿En qué lugar realiza actividades físicas su hijo?

Resultados	Tabulación	Encuestados
En la casa		12
En un parque		8
En la calle		2
En un centro deportivo		2
<b>TOTAL</b>	24	24

Tabla #47 : Elaborado por KC/OG



El lugar que tuvo mayor puntuación fue la casa con un total de 12 respuestas ya que los padres consideran como actividad física la ayuda que brindan sus hijos en la casa representando el 50% ,8 respondieron en un parque pero que esto solo hacen los fines de semana, representando el 34%, 2 personas respondieron que en la calle representado el 8% ,2 en un centro deportivo, representando el 8%.

**AUTORES:**

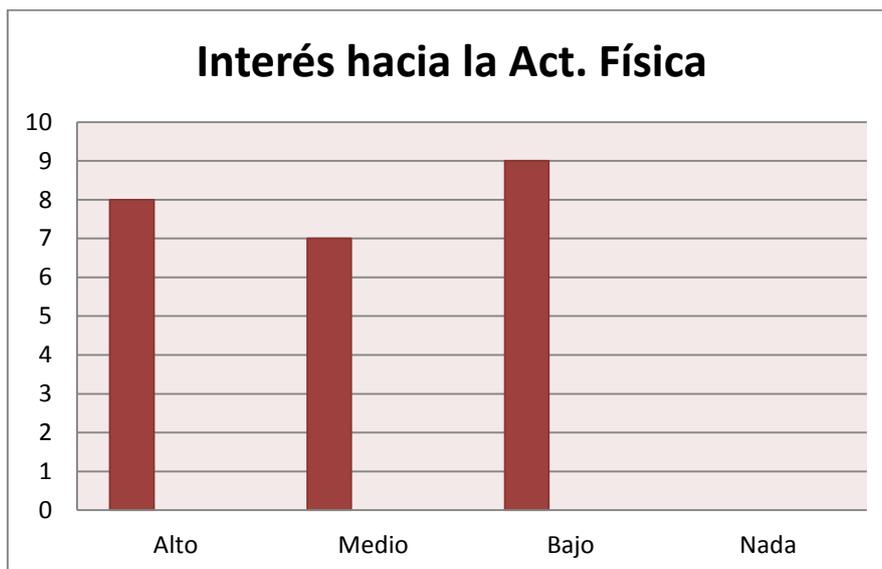
KARLA VERÓNICA CASTRO ARÉVALO.  
FRANKLIN OSWALDO GUAYASAMÍN VILLA.



3. ¿Cuál es el grado de interés que tiene su hijo/a hacia la práctica de actividad física y recreativa?

Resultados	Tabulación	Encuestados
Alto	IIIIIIII	8
Medio	IIIIIII	7
Bajo	IIIIIIII	9
Nada		0
<b>TOTAL</b>	24	24

Tabla #48: Elaborado por KC/OG



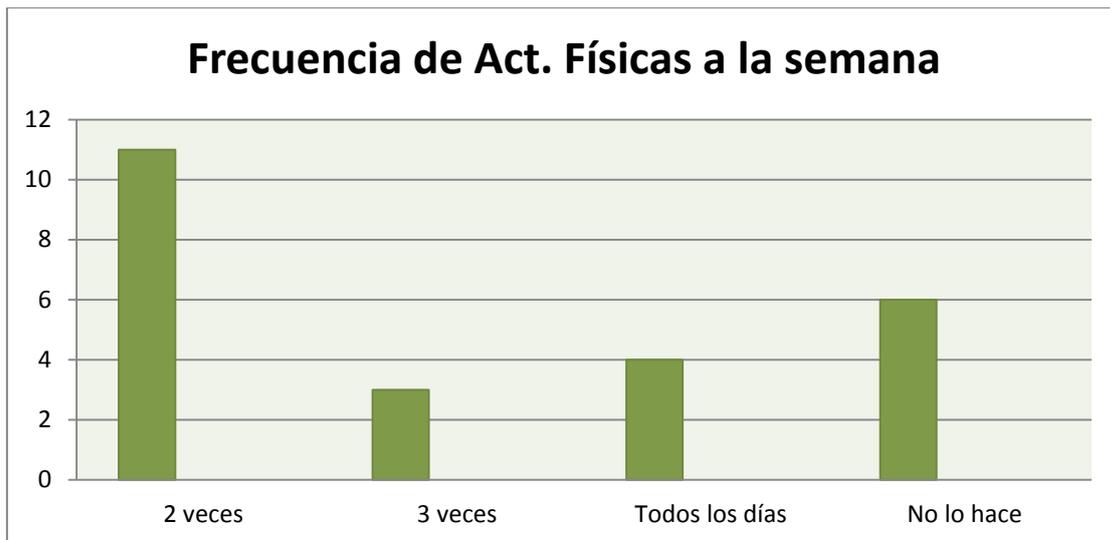
Esta pregunta tuvo los siguientes resultados: 8 personas respondieron que es alto el nivel de interés de sus hijos hacia la práctica de actividad física representando el 33%, 7 respondieron que tienen un nivel medio representando el 29% y 9 padres respondieron que sus hijos tienen un nivel bajo de interés representado el 38%, significando que los niveles de interés hacia la actividad física se encuentran en un nivel bajo pero no con mucha diferencia sobre los niveles alto y medio de interés.



4. ¿Con qué frecuencia realiza su hijo/a las actividades físicas y recreativas en la semana?

Resultados	Tabulación	Encuestados
2 veces por semana o menos.	IIIIIIIIII	11
3 veces por semana o más	III	3
Todos los días	IIII	4
No lo hace.	IIIIII	6
<b>TOTAL</b>	24	24

Tabla #49: Elaborado por KC/OG



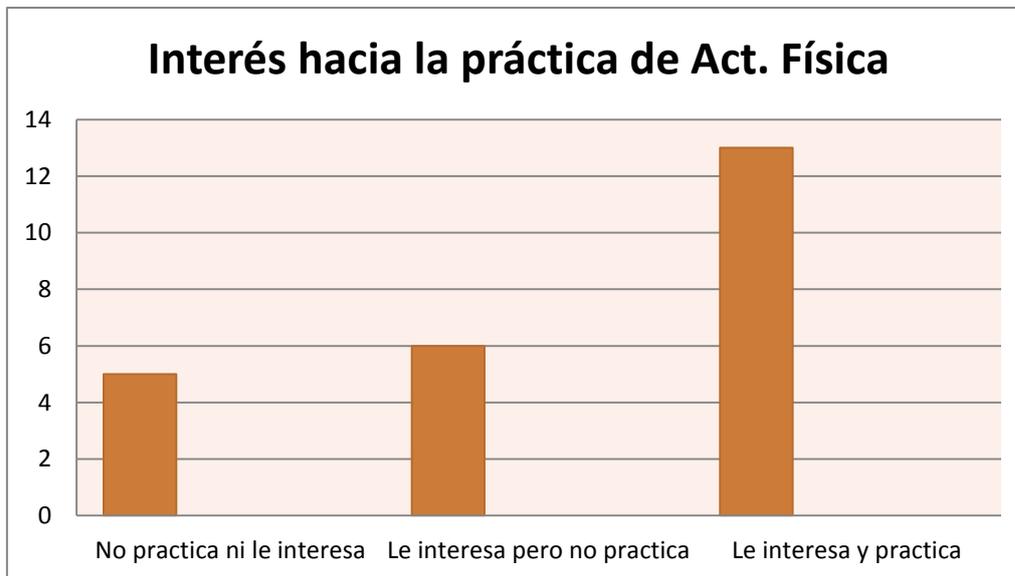
La frecuencia de práctica de las actividades físicas y recreativas nos dan como resultado que 11 alumnos practican 2 veces por semana representando el 39%, 3 alumnos practican 3 veces por semana representando el 14%, 4 alumnos lo hacen todos los días representando el 19%, 6 alumnos no lo hacen representando el 28%, significando que la frecuencia está en nivel bajo porque lo recomendable es realizarlo 3 veces por semana y lo que nos supieron manifestar los padres que los dos días son cuando los llevan a los parques.



5. ¿Cuál es el interés que tiene su hijo/a por la práctica de actividades físicas y recreativas?

Resultados	Tabulación	Encuestados
No practica ni le interesa.	IIII	5
Le interesa pero nunca la practica	IIIIII	6
Le interesa y la practica	IIIIIIIIII	13
<b>TOTAL</b>	24	24

Tabla #50: Elaborado por KC/OG



Las respuestas fueron las siguientes: 5 personas respondieron que a sus hijos no practican ni les interesa la actividad física representando el 21%, 6 personas que le interesa pero no la practica por varias causas entre ellas el tiempo y el factor económico representando el 25% , 13 personas que les interesa y la practica representando el 54%.





7. ¿Cuáles son los motivos por los que su hijo/a ha abandonado la práctica de la actividad física?

Resultados	Tabulación	Encuestados
Bajo rendimiento en los estudios	II	2
Pereza		17
Lesión o impedimento	III	3
Le dejó de gustar lo que hacía.	II	2
<b>TOTAL</b>	24	24

Tabla #52: Elaborado por KC/OG



Las respuestas fueron las siguientes: 2 padres de familia respondieron que la razón es por bajo rendimiento en los estudios representando el 8%, 17 padres por pereza representando el 71%, 3 padres por lesión o impedimento físico de sus hijos representando el 13%, 2 padres respondieron que sus hijos les dejó de gustar las actividades físicas que hacían representando el 8%; lo que significa que la pereza es el principal motivo para no practicar actividad física.



UNIVERSIDAD DE CUENCA

## CAPÍTULO IV

### .1. CONCLUSIONES

Prosiguiendo con el desarrollo de la Tesis, presentamos las conclusiones a las que hemos llegado durante el proceso de recolección, procesamiento y tabulación de este trabajo de investigación tanto científico como social de la Propuesta Metodológica para la enseñanza de Actividades Físicas y Recreativas en el discapacitado mental del “Instituto Piloto de Integración de Azuay”.

Los aspectos más relevantes que nos han permitido establecer conclusiones en el transcurso del trabajo para que nuestra propuesta metodológica sea llevada a cabo son los siguientes:

La Actividad Física y Recreativa permite la inclusión total de todo tipo de personas sin discriminación de ningún tipo pero nos encontramos con una sorpresa que en el Instituto la gran mayoría de alumnos no sentían un interés, una motivación hacia la práctica de la actividad física por que no era impartida por profesionales de la Cultura Física, sino por el contrario por las maestras que posee la Institución, por lo que nuestra meta principal fue llegar a ellos con actividades motivantes.

Los alumnos del Instituto por su discapacidad presentaban un cierto nivel de agresividad, cambios de carácter, falta de atención para lo cual se trabajó con actividades creativas, socializadoras para lograr en ellos, un cambio de conducta.

Presentaban graves problemas en su motricidad gruesa siendo las más notorias las que implicaban los saltos, lanzamientos, el dominio de una pelota, pero también con las encuestas nos dimos cuenta que los niveles de actividad física en los alumnos eran bajos por el mismo hecho que en el Instituto no realizaban actividad física y en el hogar casi de igual forma por lo que se vieron reflejadas con las primeras evaluaciones, siendo los resultados negativos en las cualidades físicas y motoras.

Por lo que el trabajo de nosotros se enmarcó principalmente en los aspectos motrices y físicos utilizando diferentes métodos didácticos siendo el juego, la arma más importante para desarrollar y mejorar sus cualidades físicas y motrices. Dentro de nuestras planificaciones también se realizaron actividades recreativas porque éstas, permiten que el alumno se sociabilice, cambie de conducta que son los puntos débiles en este tipo de personas, se trabajó con varias actividades recreativas siendo dos las más importantes: la natación que para nosotros fue la más gratificante porque existían niños que no conocían la piscina sintiendo temor en las primeras clases pero después se habían adaptado perfectamente, la otra actividad fue la semana de juegos

#### **AUTORES:**

KARLA VERÓNICA CASTRO ARÉVALO.

FRANKLIN OSWALDO GUAYASAMÍN VILLA.



## UNIVERSIDAD DE CUENCA

tradicionales en la cual los alumnos se sentían totalmente incluidos en cada actividad realizada.

Al final de nuestro trabajo se realizaron las evaluaciones finales, las cuales se ejecutaron con los mismos test obteniendo un resultado de positivo en el hecho que disminuyeron los tiempos de ejecución en los test de resistencia, velocidad, agilidad, coordinación, también se mejoró en distancias en los saltos y lanzamientos, la flexibilidad se mejoró en cierta forma ya que la gran mayoría de alumnos tenía problemas de columna pero se logró un avance significativo de -13 a -8, lo que al comienzo fueron muy negativos por lo que podemos decir que se logró los objetivos planteados, porque para nosotros lo primordial no fue la cantidad de contenidos que se enseñaban sino la calidad del aprendizaje, el disfrute, el gusto por la actividad física y sobre todo la inclusión en cada actividad que se realizó y nos pudimos dar cuenta que a veces los discapacitados somos nosotros porque nos sentimos incapaces de realizar ciertas actividades y ellos nos demostraron que no existen limitaciones sino las ganas y el deseo de superar las barreras que nos impone la sociedad.

Otro aspecto importante que creemos que es necesario recalcar es la falta de profesionales en el área de la Cultura Física para trabajar con las personas discapacitadas porque en el Azuay según datos del CONADIS (Consejo Nacional de Discapacidades) existen 4184 personas con discapacidad mental, significando un buen número de personas que requieren realizar actividad física, entre las razones que nos manifestaban profesionales en el área eran que en las Universidades no existen materias relacionadas con la discapacidad como es la Cultura o Actividad Física adaptada por lo que ellos no se sienten con las suficientes bases educativas para trabajar, falta de seminarios o cursos de formación sobre los métodos de enseñanza, poco interés por las autoridades de los Ministerios de Educación y del Deporte para incentivar la práctica de la actividad física en estas personas, falta de motivación de los padres hacia sus hijos para realizar algún tipo de deporte o actividad física, por lo que con todos estos problemas existentes en nuestra sociedad podemos decir que aportamos con nuestros conocimientos llevados a la práctica para mejorar la calidad y los estilos de vida de los alumnos del Instituto Piloto de Integración del Azuay.

### **AUTORES:**

KARLA VERÓNICA CASTRO ARÉVALO.  
FRANKLIN OSWALDO GUAYASAMÍN VILLA.



## 4.2. RECOMENDACIONES

Concluyendo con el presente trabajo de tesis, queremos señalar algunos aspectos que se deben tener en cuenta al momento de realizar un proceso de enseñanza que contemple actividades físicas y recreativas en el discapacitado mental, los más relevantes son los siguientes:

- Tener en cuenta que este grupo de personas a parte de que poseen discapacidad mental pueden tener otras discapacidades, enfermedades, etc., por lo que es indispensable tener una historia clínica y psicológica del alumno.
- Las actividades tanto físicas como recreativas deben ser motivantes, creativas.
- La metodología de enseñanza debe ser variada utilizando diversas formas de enseñanza, los materiales deben estar acordes a sus necesidades e intereses.
- Un aspecto primordial del docente será tener paciencia al comienzo de nuestro trabajo, porque las repeticiones a la hora de enseñar un ejercicio son constantes, también por sus cambios repentinos de conducta debemos trabajar con la voluntad y predisposición del alumno hacia la práctica de la actividad física de esta forma estamos precautelando su bienestar emocional y del grupo.
- Las actividades físicas y recreativas deben ser progresivas, es decir de lo fácil a lo complejo, siempre motivando pero nunca rechazando la forma en que ellos lo realizan, siempre teniendo en cuenta que lo más importante es la calidad de ejecución del ejercicio, el disfrute de la actividad más que la cantidad del ejercicio que pueda desarrollar el alumno.
- Como profesionales en el área de la Cultura Física proponer desde varios ámbitos ya sea desde el lugar de nuestro trabajo o en cualquier lugar que nos encontremos la inclusión de las personas discapacitadas a la práctica de la actividad física y recreativa.
- Como alumnos cuando estemos en las aulas de formación solicitar a las autoridades estudiantiles y al profesorado conocer sobre la Cultura Física adaptada que es un campo que no está muy explotado como en otros ámbitos deportivos.

### AUTORES:

KARLA VERÓNICA CASTRO ARÉVALO.  
FRANKLIN OSWALDO GUAYASAMÍN VILLA.



## BIBLIOGRAFIA

1. **AGUILAR, LUIS.** Discapacidad e Igualdad de Oportunidades. Buenos Aires. Editorial Lumen, 1997.
2. **ASÚN. SONIA.** Educación física adaptada, una propuesta para primaria. 1era edición, Barcelona. Editorial Paidotribo 2004.
3. **CAMACHO, HIPÓLITO.** Pedagogía y Didáctica de la Educación Física. Primera edición Armenia. Editorial Kinesis, 2003.
4. **CASSARINO, LYLIA,** Adaptaciones curriculares en la clase de Educación Física con niños con necesidades educativas especiales, Revista Digital - Buenos Aires - Año 14 - N° 140 - Enero de 2010.
5. **CASTILLO, JOAQUINA,** Educación física en alumnos con necesidades educativas especiales. Revista Digital Wanceulen. No 5. Abril 2009.
6. **DE MANTILLA, MARÍA ELENA.** Guía para el Entrenamiento Ocupacional de Niños y Jóvenes con Retardo Mental. Quito. Editorial INNFA 1993.
7. **FANTOVA, FERNANDO.** Ocio, Discapacidad e Inclusión. En: [www.fantova.net](http://www.fantova.net).
8. **FUSTE, XAVIER.** Juegos de iniciación a los deportes colectivos. España. Editorial Paidotribo. 2007.
9. **FUSTÉ, XAVIER.** Juegos de Iniciación a los Deportes Colectivos. 5ª edición, Barcelona, Editorial Paidotribo, 2007.

### AUTORES:

KARLA VERÓNICA CASTRO ARÉVALO.  
FRANKLIN OSWALDO GUAYASAMÍN VILLA.



**UNIVERSIDAD DE CUENCA**

10. **GARCÍA, ITZIAR**, Acercamiento a la discapacidad, Revista Digital - Buenos Aires - Año 14 - N° 137 - Octubre de 2009.
11. **GEORGE JAMES, FISHER GARTH**. Test y Pruebas Físicas. 1ra edición. Barcelona. Colección Fitness.
12. **HERNÁNDEZ, MERCEDES**, Actividad física adaptada: el juego y los alumnos con discapacidad. 1era edición. Barcelona. Editorial Paidotribo, 2004.
13. **LLEIXA, TERESA**. Juegos Sensoriales y de Conocimiento Corporal. 1era ed. Barcelona. Editorial Paidotribo. 2002.
14. **LLORET, MARIO**. 1020 ejercicios y actividades de readaptación motriz. España. Editorial Paidotribo. 2002.
15. **MAHLER, DONALD A**. Manual para la Valoración y Prescripción del Ejercicio. 2ª edición. Barcelona. Editorial Paidotribo. 2005.
16. Manual de Educación Física, Deportes y Recreación por edades. Madrid. Editorial Cultural, 2005.
17. **MARTINEZ, EMILIO**. Pruebas de Aptitud Física. 2da ed. Barcelona. Editorial Paidotribo. 2006.
18. **MORENO, MARÍA LAURA**. Educación Física en el discapacitado. Colombia, Editorial Landeira.
19. **RIERA, MONTSERRAT**, Alumnos con discapacidades en las clases de Educación Física convencionales. Revista Digital - Buenos Aires - Año 5 - N° 23 - Julio 2000.
20. **RODRIGUEZ, FIDEL**, Actividades físicas adaptadas, para incrementar la participación de niños con Retraso Mental Leve. En:

**AUTORES:**

KARLA VERÓNICA CASTRO ARÉVALO.  
FRANKLIN OSWALDO GUAYASAMÍN VILLA.



**UNIVERSIDAD DE CUENCA**

[www.monografias.com/trabajos82/actividades-fisicas-retraso-mental-leve/actividades-fisicas-retraso-mental-leve3.shtml](http://www.monografias.com/trabajos82/actividades-fisicas-retraso-mental-leve/actividades-fisicas-retraso-mental-leve3.shtml).

21. **TRIGO, EUGENIA.** Juegos Motores y Creatividad, 3era ed., España. Editorial Paidotribo.
22. **ZUCCHI, DANIEL,** La torpeza motora en niños con discapacidad mental, un enfoque desde la educación física escolar, Revista Digital - Buenos Aires - Año 8 - N° 45 - Febrero de 2002.

**AUTORES:**

KARLA VERÓNICA CASTRO ARÉVALO.  
FRANKLIN OSWALDO GUAYASAMÍN VILLA.



UNIVERSIDAD DE CUENCA

ANEXOS

**FORMATO APLICADO A PROFESORES DE CULTURA FÍSICA EN EL CANTÓN CUENCA:**

**UNIVERSIDAD DE CUENCA**

**FACULTAD DE FILOSOFIA, LETRAS Y CIENCIAS DE LA EDUCACION**

**ESCUELA DE CULTURA FISICA**

**ENCUESTA DIRIGIDA A PROFESORES DE CULTURA FISICA**

La presente encuesta servirá para recolectar información valedera y fidedigna que nos permita conocer los criterios bajo los cuales se imparte la actividad física y recreativa adaptada a personas con discapacidad mental que nos servirá para implementar una propuesta metodológica en el área de Cultura Física por lo que le pedimos contestar con la seriedad que este caso amerita, señalando la opción que crea más correcta.

**1. ¿Conoce Ud. de programas que se realicen sobre actividad física y recreativa adaptada a personas con discapacidad mental?**

.....En su totalidad

.....En gran parte

.....Muy poco

.....Nada

**2. Considera Ud. que los métodos aplicados en la Cultura Física, para el proceso de enseñanza aprendizaje pueden ser aplicados a personas con discapacidad mental?**

.....En su totalidad

.....En gran parte

.....Muy poco

.....Nada

**AUTORES:**

KARLA VERÓNICA CASTRO ARÉVALO.  
FRANKLIN OSWALDO GUAYASAMÍN VILLA.



**3. Considera Ud. que los bloques de Cultura Física según la reforma curricular son adecuados para trabajar actividades físicas recreativas para personas con discapacidad mental?**

.....En su totalidad

.....En gran parte

.....Muy poco

.....Nada

**4. Cree usted que existe el suficiente personal capacitado en la rama de Cultura Física, Deportes y Recreación para trabajar con personas con discapacidad mental en el Azuay.**

.....En su totalidad

.....En gran parte

.....Muy poco

.....Nada

**5 .De los siguientes bloques de Cultura Física adaptada señale el de mayor importancia para mejorar las condiciones tanto físicas como psicológicas de las personas que poseen discapacidad mental.**

.....Esquema E Imagen Corporal.

.....Cuerpo Y Organización Espacio-Temporal

.....Uso Y Dominio Del Cuerpo

.....Cuidado, Comunicación Y Expresión Del Cuerpo.

.....Los Juegos Y El Jugar.

.....Todos

.....Ninguno

**AUTORES:**

KARLA VERÓNICA CASTRO ARÉVALO.  
FRANKLIN OSWALDO GUAYASAMÍN VILLA.



**6. Según su criterio, un programa de actividades físicas y recreativas para persona con discapacidad mental a que debe estar dirigido, señale la más importante.**

.....Facilitar la independencia y autonomía de las personas con necesidades

especiales.

.....Ayudar al practicante en el proceso de identificación e inclusión en su grupo social

.....Desarrollar sus habilidades y capacidades psicomotrices

.....Mejorar su estado de salud

.....Trabajar cualidades físicas: velocidad, fuerza, flexibilidad, resistencia

.....Reducir el estrés.

**AUTORES:**

KARLA VERÓNICA CASTRO ARÉVALO.

FRANKLIN OSWALDO GUAYASAMÍN VILLA.



UNIVERSIDAD DE CUENCA

## **FORMATO PARA LOS PADRES DE FAMILIA DEL INSTITUTO PILOTO DE INTEGRACIÓN DEL AZUAY FUE EL SIGUIENTE:**

Se realizaron encuestas a los padres de familia del Instituto Piloto de Integración del Azuay, con el objetivo de conocer el nivel, frecuencia, tipo de actividad física que realizan sus hijos/as en su vida diaria. Se les realizó a 24 padres de familia que posee el instituto.

**UNIVERSIDAD DE CUENCA**

FACULTAD DE FILOSOFIA, LETRAS Y CIENCIAS DE LA EDUCACION

ESCUELA DE CULTURA FISICA

## **ENCUESTA DIRIGIDA A PADRES DE FAMILIA DEL INSTITUTO PILOTO DE INTEGRACIÓN DEL AZUAY (IPIA)**

La presente encuesta servirá para recolectar información que nos permita conocer el criterio que tienen los padres de familia hacia sus hijos en la práctica de actividad física y recreativa y el papel que desempeñan en el proceso de educación de sus hijos en la práctica de la Cultura Física.

**Pedimos leer detenidamente cada pregunta, contestar con la seriedad que este caso amerita, señalando una sola opción la que cree más correcta:**

1. ¿A qué le dedica más tiempo su hijo?

- Ver televisión.
- Ayudar en la casa.
- Juegos de video.
- Practicar actividad física.

2. ¿En qué lugar realiza actividades físicas su hijo?

- Dentro de la casa
- En un parque.

### **AUTORES:**

KARLA VERÓNICA CASTRO ARÉVALO.  
FRANKLIN OSWALDO GUAYASAMÍN VILLA.



- En la calle.
- En un centro deportivo.

**3.¿Cuál es el grado de interés que tiene su hijo/a hacia la práctica de actividad física y recreativa?**

- Alto.
- Medio.
- Bajo.
- Nada.

**4.¿Con qué frecuencia realiza su hijo/a las actividades físicas y recreativas en la semana?**

- 2 veces por semana o menos.
- 3 veces por semana o más.
- Todos los días.
- No lo hace.

**5. ¿Cuál es el interés que tiene su hijo/a por la práctica de actividades físicas y recreativas?**

- No practica ni le interesa.
- No le interesa y la practica.
- Le interesa pero nunca la practica.
- Le interesa y la practica.

**6.¿Cuál es el motivo por el que piensa que su hijo debe realizar actividad física y recreativa?**

- Por diversión.
- Para socializar con los demás.

**AUTORES:**

KARLA VERÓNICA CASTRO ARÉVALO.  
FRANKLIN OSWALDO GUAYASAMÍN VILLA.



**UNIVERSIDAD DE CUENCA**

- Para mejorar su desarrollo físico y mental.
- Para acostumbrarse.
- 

**7.¿Cuáles son los motivos por los que su hijo/a ha abandonado la actividad física?**

- Bajo rendimiento en los estudios.
- Pereza.
- Lesión o impedimento.
- Le dejó de gustar lo que hacía.

**AUTORES:**

KARLA VERÓNICA CASTRO ARÉVALO.  
FRANKLIN OSWALDO GUAYASAMÍN VILLA.



Nuestro trabajo plasmado en estas fotografías que las consideramos las más importantes entre tantas, ya que cada una de ellas representan las diversas actividades físicas y recreativas que se impartieron, las cuales nos supieron reflejar alegría, amor, superación y respeto hacia cada uno de nuestros alumnos.



Posando para nuestra primera foto con los queridos alumnos del Nivel cuatro.



UNIVERSIDAD DE CUENCA

Actividades acuáticas llenas de alegría y diversión.



DISFRUTANDO AL MÁXIMO DEL FESTIVAL DE JUEGOS TRADICIONALES Y POPULARES



**AUTORES:**  
KARLA VERÓNICA CASTRO ARÉVALO.  
FRANKLIN OSWALDO GUAYASAMÍN VILLA.



UNIVERSIDAD DE CUENCA



**VARIAS ACTIVIDADES FÍSICAS Y RECREATIVAS LLENAS DE EMOCIÓN REFLEJADAS EN LOS ROSTROS DE LOS ALUMNOS DEL INSTITUTO.**



**AUTORES:**  
KARLA VERÓNICA CASTRO ARÉVALO.  
FRANKLIN OSWALDO GUAYASAMÍN VILLA.



UNIVERSIDAD DE CUENCA

