



Una experiencia en deporte inclusivo: el evento final del programa Deporte Inclusivo en la Escuela (DIE)



El deporte inclusivo es una herramienta facilitadora de la inclusión de alumnos con discapacidad en Educación Física. Su práctica debe promover interacciones de calidad entre los alumnos con y sin discapacidad. El programa educativo Deporte Inclusivo en la Escuela consiste en una serie de actividades y recursos didácticos, dirigidos especialmente a alumnos y profesores de Educación Física, que buscan la participación activa de sus alumnos en las actividades deportivas inclusivas desde un planteamiento educativo en un ambiente motivador y ameno.



Carmen
Ocete



Cátedra "Fundación Sanitas" de Estudios sobre Deporte
inclusivo-CEDI. UPM

carmen.ocete@upm.es



Javier
Pérez



Cátedra "Fundación Sanitas" de Estudios sobre Deporte
inclusivo-CEDI. UPM

j.perez@upm.es

www.deporteinclusivoescuela.com



El filósofo Fernando Savater dijo que como educadores solo podemos ser optimistas, ya que con pesimismo se puede escribir contra la educación, pero el optimismo es necesario para ejercerla; que los pesimistas pueden ser buenos domadores, pero no buenos maestros... que la educación es un acto de coraje... Desde esta perspectiva siempre entendí la educación, su verdadero valor, la educación que no lleva adjetivos. Así deberían ser los procesos de enseñanza-aprendizaje en cualquier área, sin adjetivos, sin tiempos, sin límites, solo un proceso individual de crecimiento, guiado y orientado. En el caso de la inclusión de alumnos con discapacidad, el educador debe disponer de recursos y apoyos, necesarios y suficientes para conseguir de manera exitosa este proceso.

Actualmente, los cambios manifiestos en materia de inclusión de personas con discapacidad son el reflejo continuo de una sociedad sensible, que se esfuerza por facilitar este proceso desde distintas perspectivas. Con la ley de integración educativa en España en los años 90, la diversidad irrumpió en las aulas, exigiendo un cambio metodológico de las sesiones de Educación Física (EF). Los alumnos con discapacidad, que anteriormente no eran objeto de atención, al menos desde una interacción motriz en las sesiones, por derecho, debían ser partícipes junto con el resto de sus compañeros de manera activa y real. Estos cambios exigían dotar de herramientas a un profesorado, encargado de vehicular valores, conocimientos y habilidades. Un profesorado, no formado específicamente en materia de discapacidad, desconocedor de sus características

y manifestaciones, y ajeno a las necesidades de estos alumnos y que, independientemente de cómo se posicionase ante la inclusión, no disponía de recursos útiles para su día a día en las aulas.

El deporte para personas con discapacidad –deporte adaptado– ha experimentado en los últimos años un emergente reconocimiento como elemento de transformación social a favor de la situación de las personas con discapacidad. De esta manera, el deporte adaptado se ha convertido en un facilitador habitual en los procesos de inclusión de alumnos con discapacidad en las sesiones de EF, mostrándose como contenido idóneo en los programas educativos diseñados para fomentar la inclusión de alumnos con discapacidad. Un ejemplo de este tipo de programas es el programa educativo Deporte Inclusivo en la Escuela (DIE).

El programa educativo Deporte Inclusivo en la Escuela (DIE)

El programa DIE tiene como objetivos generales promover la práctica deportiva inclusiva en los centros educativos, dar a conocer los diferentes deportes paralímpicos mediante una metodología inclusiva y concienciar sobre la situación de las personas con discapacidad en la práctica deportiva (OCETE, PÉREZ Y COTERÓN, 2015). Comenzó la primera edición durante el curso académico 2012-2013, desarrollándose consecutivamente durante los cursos académicos 2013-2014, 2014 y 2015 a nivel nacional. Hasta el momento han participado en él más de 80 centros educativos a nivel nacional, más de 25.000 alumnos sin discapacidad, más de 800



ACTIVIDADES DE AULA

De cara a sensibilizar y entender las situaciones que viven las personas con discapacidad, os invito a que vuestros alumnos simulen un tipo de discapacidad y realicen alguna actividad cotidiana. Por ejemplo, simular la discapacidad visual y desplazarse por el aula, ir al baño, buscar algún material... Estas situaciones generan la oportunidad para reflexionar con los alumnos sobre qué y cómo se han sentido, qué entienden por inclusión y tópicos o comportamientos relacionados con la discapacidad.

con discapacidad y más de 300 profesores de EF.

Estas actividades son llevadas a cabo por el profesor de Educación Física de cada centro en sus clases. Es además una herramienta práctica de trabajo en la escuela de carácter formativo, actualizador y sensibilizador del profesorado de Educación Física, que sirve como medio para trabajar la sensibilización hacia la discapacidad, los deportes paralímpicos y fomentar la participación activa de los alumnos con discapacidad. Para su implementación, se han facilitado a los centros educativos una serie de recursos didácticos (ilustración 1). El profesorado desde la edición del DIE del curso 17-18, dispone de una plataforma web (www.deporteinclusivoescuela.com), donde además de encontrar todos los recursos, le permite diseñar sus propias sesiones. Dispone de 25 tareas por modalidad deportiva (21 en total) que puede filtrar por niveles (iniciación, progresión y especialización) y por tipo de material (convencional o adaptado). Los deportes que pueden encontrar son:

1. Atletismo para personas ciegas y con discapacidad visual.
2. Baloncesto en silla de ruedas.
3. Boccia.
4. Ciclismo para personas con discapacidad física.
5. Deportes en el medio natural: paraescalada y orientación de precisión.
6. Deportes para personas con discapacidad auditiva.
7. Fútbol 5 para personas ciegas.
8. Fútbol 7 para personas con parálisis cerebral.
9. Gimnasia rítmica para personas con discapacidad intelectual.
10. Goalball.
11. Hockey: para personas con discapacidad intelectual y hockey en silla de ruedas eléctrica.

Además de material adaptado que se donaba al centro para su uso como son antifaces, balones de goalball, balones de fútbol ciegos y pelotas de tipo de tenis. Dado que las sillas de ruedas eran necesarias para simular alguna discapacidad y practicar deporte adaptado se prestaban 10 sillas de ruedas a los centros durante una semana y dos juegos oficiales de boccia.

Como se puede observar en la tabla 1, el programa estaba pautado y calendarizado en diferentes fases. En la fase 5 y última de la implementación, se encuentra el evento final. Tiene como objetivo facilitar un entorno de práctica deportiva inclusiva para los alumnos que han participado en el programa DIE durante todo el curso.

Tabla 1. Fases del programa DIE

FASE	CONTENIDO
FASE 1. Contacto con el centro	Confirmación de la participación de cada centro
FASE 2. Jornada informativa y de coordinación	Presentación del DIE a los profesores de Educación Física
FASE 3. Jornada paralímpica	Ponencia del deportista paralímpico
FASE 4. Desarrollo de las sesiones por el profesor	El DIE en el centro educativo
FASE 5. Evento Deporte Inclusivo en la Escuela	Evento final en el que participan todos los alumnos

Evento deportivo inclusivo

El pasado 24 de mayo de 2018 tuvo lugar en las instalaciones de la Facultad de Ciencias de la Actividad Física y del Deporte - INEF (Universidad Politécnica de Madrid) y del Consejo Superior de Deportes (CSD) el evento final del programa DIE. Esta 6.ª edición estuvo organizada por la Cátedra Fundación Sanitas de Estudios sobre Deporte Inclusivo (CEDI) - INEF (UPM) en coordinación con la Fundación y en colaboración con la Comunidad de Madrid. Durante esta jornada, más de 600 alumnos (de los cuales 40 tenían algún tipo de discapacidad) participantes del programa, disfrutaron de 14 modalidades deportivas inclusivas como bádminton,



Ilustración 1. Recursos didácticos disponibles para los centros educativos del programa DIE



judo, ciclismo, atletismo, baloncesto, vóley sentado, boccia, goalball, entre otros. Tres horas de práctica que concluyeron con una entrega de trofeos a 4 centros educativos por su especial implicación a lo largo del programa DIE.

Es importante destacar que, en este tipo de eventos, el diseño de las actividades cobra más importancia que en los eventos convencionales, ya que no se debe permitir la elección al azar de las actividades por parte del alumnado. Por lo que el diseño se convierte en el eje central para conseguir dos objetivos que en la literatura del ámbito destacan fundamentalmente. En primer lugar, que sea una práctica inclusiva real donde el alumno con discapacidad disponga de espacios accesibles, materiales adaptados y normas y reglas adecuadas a sus características; y, en segundo lugar, que las interacciones que se produzcan entre los alumnos con y sin discapacidad sean de calidad.

Por este motivo, cada centro acudía en un autobús facilitado por la organización, con 50 alumnos seleccionados por su profesor de EF. De cara a una mejor organización y a conseguir esta calidad mencionada, los centros se dividían en grupos más pequeños. Por ejemplo, el centro n.º 1, dividía a sus 50 alumnos en 10 grupos de 5. Para ello, desde la organización se agruparon, teniendo en cuenta:

- Etapa educativa: primaria o secundaria.
- Discapacidad o no (en ese caso de qué tipo).
- Edad.
- Características y exigencias del deporte.

Una vez que estaban todos los centros divididos, se asignaban 4 deportes para cada grupo, donde coincidían con otros alumnos de otros centros. De esta forma, se facilitan las interacciones entre los alumnos con y sin discapacidad de manera natural. Con el objetivo de que participasen de manera estructurada y organizada, cada 40 minutos había un cambio de deporte-estación. Participando en un total de 4 deportes cada grupo desde



CAMINANDO JUNTOS

De cara a sensibilizar a los hijos y educar en valores, entender las situaciones que viven las personas con discapacidad es una forma de práctica real y efectiva. Os invito a que, durante unas horas, simuléis en casa o en las actividades familiares cotidianas, algún tipo de discapacidad y realicéis alguna actividad de la vida diaria. Por ejemplo, simular la discapacidad visual y experimentar cómo es hacer la cama, o simular una amputación de brazo y vivenciar cómo es lavarse los dientes, preparar el desayuno... Son situaciones que propician el diálogo con los hijos, desde donde abordar cuestiones relacionadas con valores. Además, nos permiten resolver dudas sobre qué piensan de la situación de las personas con discapacidad en su día a día (en casa, en el trabajo, en su tiempo de ocio, por ejemplo) o cómo se han sentido simulando.



ÁGORA DE PROFESORES

La inclusión de alumnos con discapacidad en cualquier materia y especialmente en las sesiones de Educación Física, no cobra sentido si no es una inclusión efectiva y real. Eso implica ser una comunidad educativa que trabaja coordinada en la misma dirección. Por ese motivo, es fundamental que en las acciones que se lleven a cabo en el centro educativo se contemplen actividades relacionadas con la inclusión desde distintas perspectivas. Os proponemos algunas actividades y su reflexión: por ejemplo, desde el área de EF, si el centro tiene alguna actividad tipo "Semana por la inclusión", se puede invitar a dar una charla a un/a deportista con discapacidad para contar su experiencia y luego proponer un debate para tratar diferentes temas; o proponer actividades deportivas-exhibiciones basadas en deportes adaptados en la fiesta final de curso.

las 10.00 horas hasta las 14.00 horas. Las modalidades deportivas inclusivas ofertadas a los centros son:

- Ciclismo adaptado.
- Atletismo deficiencia visual.
- Baloncesto en silla de ruedas.
- Vóley sentado.
- Boccia.



PARA SABER MÁS

- OCETE, C., LAMATA, C., COTERÓN, J., DURÁN, J., Y PÉREZ-TEJERO, J. (2017). La percepción de los alumnos de Secundaria y Bachillerato hacia la inclusión de compañeros con discapacidad en Educación Física. *Psychology, Society, & Education*, 9(2), 299-310.
- OCETE, C., PÉREZ, J., Y COTERÓN, J. (2015). Propuesta de un programa de intervención educativa para facilitar la inclusión de alumnos con discapacidad en Educación Física. *Retos. Nuevas tendencias en Educación Física, Deporte y Recreación* (27), 140-145.
- PÉREZ-TEJERO, J., BARBA, M., GARCÍA-ABADÍA, L., OCETE, C., Y COTERÓN, J. (2013). *Deporte Inclusivo en la Escuela*. Madrid: Universidad Politécnica de Madrid.

- Goalball.
- Fútbol 5 para ciegos.
- Fútbol 7 para parálisis cerebral.
- Bádminton y discapacidad intelectual y motórica.
- Tiro con arco.
- Judo y lesión medular y ciegos.
- Slalom en silla de ruedas.
- Juegos inclusivos.

Programa del evento

9.15 - 9.45	Recepción de los centros educativos
10.00 - 13.00	Comienzo y desarrollo de la actividad. 10.00-10.40: 1.º deporte 10.50-11.30: 2.º deporte 11.40-12.20: 3.º deporte 12.30-13.00: 4.º deporte
13.00 - 13.30	Entrega de premios
13.30 - 13.45	Foto grupal
13.45 - 14.00	Fin de la actividad/Salida de los autobuses

Como consecuencia de la implementación del programa, el evento se ha convertido en un contexto idóneo de formación práctica de futuros docentes y de técnicos deportivos en relación a la gestión e implementación en deporte inclusivo. Por ese motivo, contamos con el apoyo para la organización de 19 técnicos deportivos responsables de las actividades, formados y cualificados, 180 alumnos del primer curso de Técnico en animación físico-deportiva (TAFAD), 8 alumnos del certificado de profesionalidad en animación físico-deportiva y recreativa para personas con discapacidad y 10 alumnos de 4.º curso del grado en Ciencias de la Actividad Física y del Deporte •



HEMOS HABLADO DE

Deporte inclusivo; educación física inclusiva; discapacidad; deporte adaptado; inclusión.

Este artículo fue solicitado por PADRES Y MAESTROS en septiembre de 2018, revisado y aceptado en diciembre de 2018.