

Convivir y compartir la iniciación deportiva

Una experiencia inclusiva

Merche Ríos, Laura Tomàs, Tate Bonany, Albert Tribó, Neus Carol

El presente artículo sintetiza una experiencia pionera e innovadora en inclusión en la práctica de actividades de iniciación deportiva fuera del horario lectivo: el programa «Juguem!». Participan dos alumnos que presentan pluridiscapacidad junto con compañeros y compañeras sin discapacidad. Todos y todas comparten las actividades motrices en igualdad de condiciones, oponiéndose a cualquier forma de segregación.

▣ **PALABRAS CLAVE:** alumnado con pluridiscapacidad, inclusión, iniciación deportiva, aprendizaje cooperativo, estimulación sensorial, convivencia.

Contextualizando «Juguem!»

► «Para mí “Juguem!” es muy divertido y, si tuviera que describirlo en una sola palabra, sería convivencia» (alumna participante). ◀

El programa «Juguem!» (¡Juguemos!) fue impulsado en el curso 2015-2016 por el Institut Barcelona Esports (IBE) del Ayuntamiento de Barcelona, en el marco del programa «L'Esport Inclou», y se realiza con la colaboración de diversas entidades locales (Escuela Els Llorers y su asociación de familias del alumnado, la Associació Esportiva Eixample,

la Associació i Fundació de la Paràlisi Cerebral (ASPACE), el grupo de estudio de Educació Física i la Inclusió de l'Alumnat amb Discapacitat del Institut de Ciències de l'Educació de la Universitat de Barcelona y la Associació esportiva JOCVIU).

Desde su segunda edición forma parte de la oferta habitual de actividades físico-deportivas que propone la Associació Esportiva Eixample fuera del horario escolar.¹ Se muestra como un proyecto consolidado, tras su cuarto año de aplicación, habiéndose replicado en otras entidades deportivas de Barcelona.

AULA DE...

Educación física y NEE
Didáctica de la expresión corporal y de la educación física

2C 3C



AULA DE...

Es un programa de iniciación deportiva² que, bajo los principios del diseño universal para el aprendizaje y mediante la metodología cooperativa y la estimulación sensorial, posibilita el acceso y la participación activa de dos alumnos con pluridiscapacidad, fuera del horario lectivo, junto con compañeros y compañeras sin discapacidad, en igualdad de condiciones y sin segregación alguna, por lo que **se consigue dar respuesta a las diferentes necesidades educativas de todo el grupo en un espacio de total convivencia.**

El grupo de participantes está formado en la actualidad por:

- > Diecisiete alumnos y alumnas de 4.º y 5.º de primaria, entre ellos dos alumnos con pluridiscapacidad.³
- > Dos educadores que conforman la pareja educativa, constituida por un técnico de deportes y un educador de apoyo. Ambos diseñan, plantean y evalúan conjuntamente las actividades e intervienen simultáneamente en la sesión en igualdad de condiciones, sin distinción de roles.

Es un programa de iniciación deportiva que, bajo los principios del diseño universal para el aprendizaje y mediante la metodología cooperativa y la estimulación sensorial

Dos educadores que conforman la pareja educativa diseñan, plantean y evalúan conjuntamente las actividades e intervienen simultáneamente en la sesión

- > Las familias comprometidas que comparten el ideario y los objetivos del proyecto también tienen su rol importante en el programa.

Las estrategias didácticas de «Juguem!»

El reto que se nos planteó al iniciarse las sesiones era dar respuesta a las motivaciones, a la manera en que aprende y lo que necesita aprender cada participante en particular, en un entorno inclusivo. Los participantes que no presentaban discapacidad, a partir de los ocho años, demandaban practicar juegos más elaborados. En el caso de los alumnos con pluridiscapacidad, sus necesidades y motivaciones se centraban sobre todo en la estimulación sensorial, concretamente en los estímulos más básicos: el táctil, el propioceptivo y el vestibular. **¿Cómo se podían conjugar todas estas necesidades educativas en una misma sesión de iniciación deportiva, atendiendo a todo el grupo de participantes en un contexto de convivencia?**

La metodología cooperativa

Con el fin de dar respuesta educativa ajustada a la heterogeneidad de capacidades y necesidades educativas del grupo participante, se diseñaron las sesiones de iniciación deportiva acompañadas de estimulación sensorial, bajo los principios del diseño universal del aprendizaje. La metodología cooperativa se nos presentó como la más idónea, con el fin de que todo el grupo-clase tuviera las mismas oportunidades de participación, aprendizaje y progreso.

Al principio, el grupo no estaba preparado para realizar actividades cooperativas complejas ni era suficientemente autónomo para promover la participación de todo el mundo, independientemente de las características individuales de cada participante, premisa esencial para conseguir un entorno de convivencia y de aprendizaje en igualdad de condiciones. Por eso, fue necesario implementar paulatinamente el aprendizaje cooperativo, a la vez que se promovía la autonomía en el seno del propio grupo.

Tomando como referente el ciclo del aprendizaje cooperativo desarrollado por Fernández-Río (2017), detallamos las tres fases por las que pasó el grupo, en función sobre todo de la madurez de este y del grado de autonomía que iba adqui-

riendo. Esto se reflejaba en la progresiva retirada de la intervención por parte de las personas educadoras.

Fase A. Conozcámonos

Objetivo: la cohesión del grupo

El propósito de este primer periodo era fomentar y favorecer el conocimiento y la cohesión de los participantes a través de juegos cooperativos en gran grupo, de estructura sencilla y de éxito fácil; actividades de estimulación sensorial, efectuadas de forma puntual; y actuaciones relacionadas con las vivencias personales, planteadas en las asambleas iniciales, finales y entre actividades. La intervención constante de las personas educadoras resultó necesaria.

Fase B. Ganando autonomía.

Objetivo: potenciar la autogestión

Posteriormente y de forma paulatina, se introdujo el trabajo en grupos reducidos, delegando poco a poco responsabilidades; en consecuencia, la intervención de las personas educadoras se volvió intermitente.

Se proponían retos cooperativos a grupos heterogéneos de cuatro o cinco personas, quienes debían resolver cooperativamente actividades de iniciación deportiva, sin obviar las propuestas sensoriales. No obstante, se siguieron manteniendo las actividades en gran grupo, así como las asambleas iniciales y finales, para continuar generando y conservando los vínculos entre los participantes.

Fase C. La plenitud cooperativa.

Objetivo: la consolidación de la implementación del aprendizaje cooperativo

La finalidad de este período fue conseguir que el grupo llegase a autogestionarse y ser autónomo en la creación y el desarrollo de las propias propuestas físico-deportivas, por lo que la intervención del docente resultó mínima.

Las actividades giraron alrededor de los retos cooperativos complejos, los deportes colectivos en gran grupo y los juegos tradicionales sin eliminación. Todas estas opciones se complementaron con actividades de estimulación sensorial y siempre se tuvieron presentes las asambleas.

Así mismo, se organizaron sesiones de actividades cooperativas en la piscina del barrio y en un parque próximo al centro escolar; fueron los propios participantes los que diseñaron, bajo la supervisión de

los docentes, una sesión para compartir con las familias.⁴

Orientaciones didácticas bajo los principios del diseño universal para el aprendizaje

A continuación, relacionamos las principales orientaciones didácticas que, bajo criterios de diseño universal para el aprendizaje, facilitaron la participación y el progreso en los aprendizajes de todos y todas, en un entorno comunitario:

- > Velar por un espacio seguro físicamente y un entorno amable donde las personas que participan se sientan acogidas y aceptadas.
- > Conocer las vías de percepción de cada alumno o alumna, partiendo de los conocimientos previos de estos y asegurando la comprensión.
- > Estructurar la sesión con un ritual de entrada, una asamblea inicial, un espacio de actividades y juegos motores y de estimulación sensorial, una asamblea final y un ritual de despedida.

AULA DE...

Educación física y NEE

Didáctica de la expresión corporal y de la educación física

2C 3C



AULA DE...

Empoderar al grupo, promoviendo y acompañando la toma de decisiones, para favorecer la autogestión de este

- > Diseñar el aprendizaje basándose en las actividades multinivel, que propongan diversas formas de resolución y que resulten atractivas.
- > Empoderar al grupo, promoviendo y acompañando la toma de decisiones, para favorecer la autogestión de este. Se ha de invitar y acompañar al grupo a que pruebe, reflexione, colabore... para encontrar la mejor estrategia organizativa y poder superar los diferentes retos que se presentan. Esto se logra formulando preguntas que provoquen reflexión para la búsqueda de diferentes estrategias inclusivas que impulsen la participación de todo el grupo.
- > Reservar espacio a las asambleas para que los participantes compartan opiniones, ideas y sentimientos, potenciando la responsabilidad y la autonomía individual y colectiva, adjudicando cargos, pidiendo colaboraciones, asignando tareas y planteando soluciones ante los conflictos que se hayan podido generar en la sesión.
- > Conseguir un clima sincero y cómodo en el que se puede hablar abiertamente de todo lo que surja, por ejemplo: comentar las características individuales, las similitudes y diferencias entre los

miembros del grupo; preguntar con naturalidad aspectos que desconocen de sus compañeros con pluridiscapacidad (los relacionados con su vida cotidiana, comunicación...).

- > Favorecer la variedad en los agrupamientos, con el fin de incrementar las interrelaciones sociales.
- > Ofrecer ayudas físicas y acompañamientos a los compañeros con pluridiscapacidad. Para ello, los niños y las niñas comunican previamente la acción en la que se les va a desplazar, los colocan en un ángulo de visión favorable y refuerzan el mensaje con el contacto físico.
- > Pactar los acompañamientos de forma rotativa al inicio de curso, para que, posteriormente, se sucedan de forma espontánea, asegurando las interacciones entre todos los compañeros y las compañeras, con mensajes positivos: «Aprovechad para agruparos con quienes soléis jugar poco...».
- > Facilitar la transferencia de los aprendizajes en otros contextos: parque, piscina, con las familias, con otros grupos de niños y niñas o jóvenes, para aumentar el nivel de autonomía y la transferencia de los aprendizajes a la vida cotidiana.

Valoración y conclusiones

- ▶ «Si fuera político, cambiaría [las cosas] para que puedan incluir a la gente con discapacidad, que no quede apartada. Lo

que hacemos aquí es muy valioso. Cambiaría [las cosas] para que las personas con discapacidad puedan convivir con nosotros y ser una piña» (alumno participante). ◀

Llegados a este punto, constatamos que es posible la normalización de la práctica de actividad físico-deportiva de niños, niñas y jóvenes con pluridiscapacidad en un entorno comunitario, resultando ser una realidad y no una utopía.

Las estrategias didácticas aquí expuestas son extrapolables a la sesión de Educación Física en horario lectivo, por lo que se tiene que apostar firmemente por un centro escolar abierto a todos y todas, incluido el alumnado con pluridiscapacidad.

Hay que organizarse de tal manera que la escuela se convierta en un espacio de convivencia sin excepciones y opuesto a cualquier tipo de segregación y, por ende, de exclusión social. ■

NOTAS



1. Las sesiones se imparten durante el curso escolar, los miércoles de 18:00 a 19:30, en la Escuela Els Llorers de Barcelona.
2. Para más información, se puede consultar la guía de recursos (Ríos Hernández, 2018) y el vídeo promocional de «Juguem!» (<https://vimeo.com/261837680>).
3. Los alumnos con pluridiscapacidad presentan ambos parálisis cerebral, además de

discapacidad intelectual severa, y precisan de silla de ruedas para el desplazamiento. Son totalmente dependientes en las actividades de la vida diaria: vestirse, afeitarse, alimentarse, desplazarse, entre otros aspectos. Uno de ellos presenta movimientos distónicos (movimientos involuntarios de sus extremidades) y tiene discapacidad visual añadida. El otro tiene hipotonía muscular, aunque realiza movimientos voluntarios e incluso es capaz de realizar marcha acompañada. También presenta ciertos rasgos de trastorno del espectro autista.

4. Otra acción educativa innovadora del programa «Juguem!» es la realización de una sesión por trimestre que reúne a familias y

participantes, con el objetivo principal de dar a conocer estas metodologías inclusivas, además de cohesionar las relaciones entre los adultos.

Estas sesiones tienen un éxito rotundo, favoreciendo la complicidad de todos los participantes, alumnado y adultos, y las relaciones entre familias implicadas.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

FERNÁNDEZ-RÍO, J. (2017): «El ciclo del aprendizaje cooperativo: una guía para implementar de manera efectiva el aprendizaje cooperativo en educación física». *Retos*, núm. 32, pp. 264-269.

RÍOS HERNÁNDEZ, M. (2018): *1, 2, 3... Juguem! 100 propostes per a incloure sense límits: la participació d'infants i joves, amb i sense pluridiscapacitat, en les activitats físicoesportives* [en línea]. Barcelona. Institut Barcelona Esports de l'Ajuntament de Barcelona. <https://bit.ly/2WbztT0>

Este artículo fue solicitado por AULA DE INNOVACIÓN EDUCATIVA en junio de 2019 y aceptado en octubre de 2019 para su publicación.

AULA DE...

HEMOS HABLADO DE:

- Didáctica de la expresión corporal y de la ed. física.
- Atención a la diversidad y NEE.
- Deporte.

AUTORÍA

Merche Ríos, Laura Tomàs, Tate Bonany, Albert Tribó, Neus Carol
 Universidad de Barcelona
mercherios@ub.edu
ltomas28@xtec.cat
tate@jocviu.cat
atribob@space.cat
ncarol2@xtec.cat



Aprender a ser Por una pedagogía de la interioridad

Maria Rosa Buxarrais, Marta Burguet (Coords.)

Este libro ofrece un abanico de miradas sobre la importancia del aprendizaje básico del aprender a ser que se debería dar en la escuela. Es una invitación a la reflexión y a la acción que muestra aportaciones científicas y académicas, desde la ética, la filosofía y la neurociencia que ponen de manifiesto la necesaria atención al desarrollo de la dimensión emocional, psicológica y espiritual del propio ser. A la vez se presentan prácticas en contextos educativos diversos que promueven el cuidado del interior, desde la vertiente anímica, espiritual y emocional. Enseñar estos aprendizajes forma parte del reto de los profesionales de la educación en una sociedad acelerada y escindida.



Hurtado, 29. 08022 Barcelona

info@irif.eu

www.grao.com

934 080 464