

**Percepción de los profesores de educación física sobre la  
actividad física en los alumnos con necesidades  
educativas especiales.**

**Tesistas**

Génesis Ramírez

Tomás Gallardo

Nicolás Cansino

**Curso**

3 medio C y H

**Tutor**

Daniel colihuinca

**TALCA, 2015**

*Agradecemos primeramente a Dios por brindarnos la energía, salud y sabiduría para llevar a cabo este estudio. A nuestra familia por darnos el incondicional apoyo a lo largo de nuestras vidas. A nuestros profesores, quienes mantuvieron su ayuda hacia nosotros durante esta tesis. Y finalmente, al personal docente del Colegio San Jorge Talca. Que Dios los bendiga.*

## Resumen

La vida de personas con discapacidad y con necesidades Educativas Especiales se relaciona sin ninguna preparación, ya que nadie les dice como vivir así, ni cómo afrontar el mundo, pero para eso están instituciones que los ayudan a seguir adelante, y en particular los profesores de educación Física que los ayudan en su vida y los orientan, además les dan herramientas que les ayudarán en su vida cotidiana.

Esto resulta, en que se quiere ver la percepción de esos profesores en lo que hace, si les ayuda la actividad física a los discapacitados, y si es así en qué aspectos.

Por esto, la presente investigación tiene como objetivo general Conocer la percepción que tienen los profesores de educación física acerca de la actividad física aplicada a niños con necesidad educativas especiales **(N.E.E)**.

Nuestro instrumento es una entrevista que consta de 5 preguntas, el tipo de investigación es descriptiva, con un método analítico, y un enfoque cualitativo.

## **Abstract**

The lives of people with disabilities and N.E.E. relates unprepared, because nobody tells them how to live well, or how to face the world, but that are institutions that help them move forward, in particular the physical education teachers who help them in their lives and guide them also they give them tools to help them in their daily lives.

This results in that you want to see the perception of these teachers in what he does, if physical activity helps people with disabilities, and if so in what ways.

Therefore, the present study has the general objective knowing the perception of physical education teachers on physical activity applied to children with special educational needs (NEE).

Our instrument is an interview consisting of 5 questions; the kind of research is descriptive, with an analytical method, and a qualitative approach.

## Índice

### Capitulo I introducción

1. Introducción.....	9
2. Planteamiento del problema.....	10
3. Hipótesis.....	10
4. Justificación.....	11
5. Objetivos.....	12
5.1 Objetivos generales.....	12
5.2 Objetivos específicos.....	12

### Capitulo II marco teórico

1. Actividad física.....	14
2. Beneficios de la actividad física.....	16
2.1 Beneficios fisiológicos.....	16
2.2 Beneficios psicológicos.....	16
2.3 Beneficios sociales.....	16
2.4 Beneficios adicionales en la infancia y adolescencia.....	17
3. Componentes de la actividad física.....	18
3.1 Resistencia cardiorespiratoria muscular.....	18
3.2 Fuerza y resistencia muscular.....	19
3.3 Flexibilidad.....	20

3.4 Coordinación.....	21
4. Definición de las N.E.E.....	22
5. Discapacidad.....	25
6. Tipos de discapacidad intelectual.....	25
6.1 Discapacidad intelectual leve.....	25
6.2 Discapacidad intelectual moderada.....	26
6.3 Discapacidad intelectual severa.....	26
7. Estado de arte.....	27
8. Marco conceptual.....	29

### Capítulo III

1. Tipo de investigación.....	31
2. Enfoque.....	32
3. Método.....	32
4. Grupo de estudio.....	33
5. Técnicas para recopilar información.....	33
6. Validez.....	33
7. Procedimiento para recopilar información.....	33

Capitulo IV

1.Analisis y Resultado.....34

Matriz de categorías.....35

Capítulo V

1. Conclusión.....38

2. Anexos.....39

3. Bibliografía.....40

# **Capitulo I**

## **Introducción**



## 1. INTRODUCCIÓN

De acuerdo a los estudios desarrollados, la actividad física y el deporte mejoran la salud y calidad de vida, aportando una serie de beneficios a nivel físico, psíquico y socio afectivo, ya que la práctica de deporte tiende a disminuir la probabilidad de sufrir algún problema respiratorio, cardiaco, metabólico, etc. Y por otro lado a través del ámbito recreativo, mejora los reflejos y la coordinación, elimina el estrés, etc. Sin embargo desde otros puntos de vista no se ha reconocido la importancia de la actividad física en el ámbito educacional, específicamente en la educación de personas con discapacidad intelectual leve, moderada, severa.

Por lo general el desarrollo somático del niño con discapacidad es sensiblemente idéntico al del niño normal. El ritmo de desarrollo físico y mental entre otras cosas lo caracteriza, y los rasgos típicos de las diferentes discapacidades con sus debilidades propias conducen a plantear de otra forma el problema de la educación física.

El fin de esta investigación es indagar sobre si la actividad física es beneficiosa en el ámbito de salud, psicológico, motor, entre otros, para los niños con discapacidades intelectuales leve, moderada severa a través de una encuesta que será realizada a los profesores de escuelas especiales que realizan clases a alumnos con necesidades educativas especiales, con el fin de determinar su percepción sobre la actividad física en niños como capacidades diferentes.

## **2. PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA**

Hoy en día nos podemos percatar de cómo la sociedad puede aceptar a los niños que presentan alguna discapacidad y Necesidades Educativas Especiales. Donde la gente percibe que estos niños son prácticamente inertes y no requieren necesidad de aplicar o hacer algún ejercicio físico, o bien piensas que los niños o jóvenes no pueden moverse y que prácticamente están postrados, es por esto la relevancia de esta investigación, para identificar la percepción de los profesores de Educación física a cerca de la actividad física en niños con necesidades educativas especiales

### **3.Hipótesis**

Nuestra hipótesis es saber si la actividad física beneficia y ayuda a niños que presentan Necesidades Educativas Especiales según la percepción de los profesores de Educación Física que trabajar en escuelas especiales.

#### 4. JUSTIFICACIÓN

La+ falta de educación con respecto a la discapacidad, provoca que muchas personas aún piensen que los discapacitados no pueden ni deben moverse y que en algunos casos, la silla de ruedas es el único medio que les permite cierto tipo de movimiento.

Sin embargo, la actividad física es muy importante en ellos, tanto que deben procurar mantener su cuerpo en constante movimiento, ya sea para mantener un peso saludable y a la vez para ejercitar los músculos, adelgazar o simplemente para llevar una mejor calidad de vida.

Con este antecedente, queda claro que además de la rehabilitación, la actividad física en personas con alguna discapacidad física es clave para ganar independencia, algo sumamente necesario en estas personas.

Al respecto, la jefa de kinesiología y deporte del Instituto Teletón Santiago, la kinesióloga Ana maría Carrasco Pardo, dice que el gran objetivo en el trabajo con los discapacitados es lograr que “sean lo más autónomos posible y que mantengan un nivel de actividad física medio igual que cualquier persona con o sin discapacidad”.

Es por esto la relevancia en la que se quiere abordar la temática con el fin de determinar la percepción de los profesores de educación física, expertos en el tema, sobre los niños que padecen necesidades educativas especiales.

## **5. Pregunta de investigación**

¿Qué percepción tiene los profesores de educación física acerca de la actividad física aplicada a niños con necesidades educativas especiales?

### **5.1 Objetivo general**

Conocer la percepción que tienen los profesores de educación física acerca de la actividad física aplicada a niños con necesidad educativas especiales **(N.E.E)**.

### **5.2 Objetivos específicos**

Conocer las escuelas especiales de Talca y la existencia de profesores de educación física

1. Identificar los principales beneficios de la educación física en los alumnos con necesidad educativa especial
2. Identificar los profesores que se desempeña en el área
3. Analizar que percepción tiene los profesores de Educación Física a cerca de la actividad Física

# **Capítulo II**

## **Marco teórico**

## **1. Actividad física**

Se define la actividad física como “cualquier movimiento corporal producido por los músculos y que requiere de un gasto energético. Ejemplos de actividad física son todas las acciones motoras que se realizan a diario: el trabajo en la oficina, el quehacer doméstico, subir escaleras, caminar, correr y, en resumen, cualquier movimiento que efectúe una persona” (Apablaza, 2009). Es importante resaltar que la actividad física debe ir acompañada de una alimentación equilibrada y nutritiva, ajustada de acuerdo con la edad, el sexo, la estatura y la condición de la persona.

Cuando la actividad física es planeada, estructurada y repetida para mantener una buena salud, se le conoce como “ejercicio”; tal es el caso de las personas que realizan caminatas diariamente o asisten a un gimnasio. El ejercicio debe realizarse durante todas las etapas de la vida y, de preferencia, iniciarse a edades tempranas. “También la actividad física tiene su otra cara, la inactividad física que produce serie de problemas como el sedentarismo que constituye un factor de riesgo de las enfermedades crónico-degenerativas, con especial énfasis en las cardiovasculares.

Por otro lado, la Organización Mundial de la Salud (OMS) explica que “la inactividad física es el cuarto factor de riesgo en lo que respecta a la mortalidad mundial (6% de las muertes registradas en todo el mundo). Además, se estima que la inactividad física es la causa principal de aproximadamente un 21%-25% de los cánceres de mama y de colon, el 27% de los casos de diabetes y aproximadamente el 30% de la carga de cardiopatía isquémica.” (Salud O. M., 2006)

Aumentar el nivel de actividad física es una necesidad social, no solo individual. Por lo tanto, exige una perspectiva poblacional, multisectorial, multidisciplinaria, y culturalmente idónea por parte de las personas.

## **2. Beneficios de la actividad física**

Como indica el Profesor Juan Miguel Arráez, “La actividad física es esencial para el mantenimiento y mejora de la salud y la prevención de las enfermedades, para todas las personas y a cualquier edad. La actividad física contribuye a la prolongación de la vida y a mejorar su calidad, a través de beneficios fisiológicos, psicológicos y sociales, que han sido avalados por investigaciones científicas”. (Arráez, 2014)

### 2.1 Beneficios fisiológicos:

- La actividad física reduce el riesgo de padecer: Enfermedades cardiovasculares, tensión arterial alta, cáncer de colon y diabetes.
- Ayuda a controlar el sobrepeso, la obesidad y el porcentaje de grasa corporal.
- Fortalece los huesos, aumentando la densidad ósea.
- Fortalece los músculos y mejora la capacidad para hacer esfuerzos sin fatiga (forma física).

### 2.2 Beneficio psicológicos:

- La actividad física mejora el estado de ánimo y disminuye el riesgo de padecer estrés, ansiedad y depresión; aumenta la autoestima y proporciona bienestar psicológico.

### 2.3 Beneficios sociales:

- Fomenta la sociabilidad.
- Aumenta la autonomía y la integración social, estos beneficios son especialmente importantes en el caso de discapacidad física o psíquica.



#### 2.4 Beneficios adicionales en la infancia y adolescencia:

Los beneficios comprobados en estas etapas son:

- La contribución al desarrollo integral de la persona.
- El control del sobrepeso y la obesidad. En esta etapa, el control de la obesidad es muy importante para prevenir la obesidad adulta.
- Mayor mineralización de los huesos y disminución del riesgo de padecer osteoporosis en la vida adulta.
- Mejor maduración del sistema nervioso motor y aumento de las destrezas motrices.
- Mejor rendimiento escolar y sociabilidad.

### **3.Componentes de la actividad física**

“La actividad física tiene muchos componentes, los más relacionados con la salud son: la resistencia cardiorespiratoria la flexibilidad la fuerza y resistencia muscular. La coordinación es un componente importante de la infancia”. (Arráez, 2014)

#### **3.1 Resistencia Cardiorespiratoria:**

“La resistencia cardiorespiratoria es la capacidad de nuestro organismo para realizar tareas que necesitan el movimiento de grandes grupos musculares durante periodos de tiempo prolongados. En esas circunstancias, nuestro corazón y nuestros pulmones necesitan adaptarse para llevar la suficiente sangre oxigenada a los músculos y recuperarse del esfuerzo realizado” (Arráez, 2014)

Como explica el Profesor Juan Miguel Arráez, la resistencia cardiorespiratoria puede fortalecer la resistencia realizando: carrera suave, natación, bicicleta, remo, andar a ritmo ligero, salto, etc.

Cuando se practiquen actividades de resistencia cardiorespiratoria hay que tener en cuenta los siguientes aspectos:

- Progresar lentamente; si no se han realizado actividades de resistencia durante cierto tiempo hay que empezar con esfuerzos suaves e ir aumentando la duración lentamente.
- Es conveniente que la actividad física sea amena y fácil de realizar para que pueda garantizarse una práctica regular. Se han de elegir aquéllas que más gusten e ir alternando su práctica.
- Si se van a realizar actividades de mayor intensidad que las moderadas, es necesario consultar previamente con el médico.

### 3.2 Fuerza y Resistencia Muscular:

Como dice el Arráez la fuerza muscular es la capacidad del músculo para generar tensión, y por tanto para vencer una fuerza opuesta. La resistencia muscular es la capacidad del músculo para mantener su contracción durante un periodo de tiempo prolongado.

“ Las actividades de fuerza y resistencia muscular se pueden practicar: Con el propio peso (saltar a la comba, trepar, correr, etc.) con el peso de un compañero (jugar a la carretilla, jugar a tirar de la soga, etc.) o con actividades como lanzar un balón, remar, realizar ejercicios de fuerza en un gimnasio, sostener o empujar algo, transportar objetos”. (Arraez, 2014)

Cuando se practiquen actividades de fuerza o resistencia muscular hay que tener en cuenta los siguientes aspectos:

- Progresar lentamente; si no se han realizado actividades de fuerza durante cierto tiempo hay que empezar con esfuerzos suaves para evitar lesiones.
- Para realizar ejercicios de fuerza no son imprescindibles las pesas. El transporte del propio peso corporal (trepar, saltar, correr, etc.) o de otros objetos no muy pesados entrena la fuerza suficientemente.
- Un trabajo de fuerza con excesiva carga puede ser perjudicial en la infancia, porque el cuerpo está en desarrollo y debe protegerse el cartílago de crecimiento.
- Si se tiene alguna duda, es recomendable el asesoramiento de un profesional experto (profesional de la actividad física, médico, técnico deportivo).

### 3.3 Flexibilidad:

“La flexibilidad es la capacidad que tienen las articulaciones de realizar movimientos con la mayor amplitud posible. La flexibilidad no genera movimiento, sino que lo posibilita”. (Arraez, 2014)

Algunas actividades físicas que mejoran la flexibilidad son: estirar suavemente los diferentes músculos, bailar, jugar a los bolos, a la goma elástica, pasar la aspiradora, practicar deportes (gimnasia, karate, etc.), hacer ejercicios de estiramientos específicos dirigidos por un profesional, etc.

Cuando se practiquen actividades de flexibilidad hay que recordar:

- Aumentar la amplitud de movimiento de forma progresiva. Se requiere cierto tiempo para apreciar el progreso.
- Realizar frecuentemente estas actividades porque la flexibilidad se pierde si no se trabaja, ayuda a evitar lesiones y además disminuye con la edad.
- Aunque en la infancia se es más flexible que en la edad adulta, conviene iniciar las actividades de flexibilidad en edades tempranas y mantenerlas a lo largo de la vida.
- Es importante incluirlas tanto al principio como al final de las sesiones de actividad física.
- Evitar las sensaciones dolorosas, realizar los estiramientos de forma lenta, sin rebotes ni sacudidas.

### 3.4 Coordinación:

“La coordinación motriz es la capacidad para utilizar los sentidos, especialmente la visión y la audición, junto con el movimiento y las diferentes partes del cuerpo, para desarrollar movimientos con precisión y suavidad”. (Arraez, 2014)

Las actividades de coordinación incluyen:

- El equilibrio corporal: la habilidad para mantener una determinada postura oponiéndose a las fuerzas que pueden afectarla, especialmente a la gravedad (Ej. andar sobre una barra fija).
- El ritmo (Ej. moverse al son de una música).
- La percepción del cuerpo en el espacio y la coordinación espacial (Ej. aprender a realizar una voltereta, aprender un paso de baile, etc.).
- la coordinación ojo-pie (Ej. golpear o conducir un balón con el pie).
- la coordinación ojo-mano (Ej. golpear una bola con una raqueta, lanzar o recibir una pelota con la mano).

Hay que tener en cuenta que las actividades de coordinación:

- Evitan caídas y accidentes.
- Proporcionan una gran satisfacción en la infancia.
- Son muy importantes para el desarrollo físico psíquico.
- El aprendizaje de estas destrezas es un proceso distinto para cada persona. Algunas personas requieren más tiempo que otras.

#### **4. Definición de las Necesidades Educativas Especiales (N.E.E.)**

Tanto profesores, comunidad educativa y familia deben comprender que todos somos diferentes, la sala de clases promueve la diversidad y no se puede pretender que todos aprendan lo mismo, en el mismo momento y de la misma manera, hay que valorar las diversas estrategias y formas de trabajo.

¿Qué se entiende por personas con Necesidades Educativas Especiales?, están referidas a “aquel que precisa ayudas y recursos adicionales, ya sean humanos, materiales o pedagógicos, para conducir su proceso de desarrollo y aprendizaje, y contribuir al logro de los fines de la educación”. (educarchile)

Esto quiere decir que cualquier persona en diferentes edades y momentos de su educación, puede necesitar que lo apoyen para tener éxito escolar. Estas NEE pueden ser por un tiempo determinado (transitorias) o durante todo el tiempo de permanencia en el sistema escolar (permanentes).

Si vamos a una escuela común, se encuentran diferentes niños, niñas y adolescentes que pueden tener o no dificultades para aprender, pero ¿Quién puede decir que nunca tuvo dificultades en el colegio?, no todos aprendimos con facilidad a leer, escribir, sumar, restar, etcétera, ¿aprenden inglés, física, química o de manera natural y espontánea o tuvieron que recurrir a alguien que les ayudará con aquello que les costaba aprender?, tal vez la memoria sea frágil, pero lo importante es reconocer que cada uno tuvo ciertas limitaciones en el aprendizaje, claramente en diferentes dimensiones e intensidad. (Apablaza, 2009)

Actualmente en la escuela regular podemos encontrar un niño o niña con discapacidad intelectual, con baja visión, con déficit atencional, o autismo o trastorno del lenguaje, “tal vez con problemas emocionales, fobias, embarazos adolescentes, víctimas de violencia intrafamiliar, dificultades de aprendizaje entre otros muchos trastornos, los que afectan el rendimiento escolar y la adaptación de muchos escolares”. (Ministerio de Salud, 2006)

Existen varios apoyos que se deben brindar a todos quienes presenten una NEE ya sea por un tiempo o de manera permanente, por ejemplo, el profesor debiera hacer adecuaciones al currículo, esto significa que puede adaptar las metodologías que usa para hacer clases, o que puede variar la forma de evaluación, tal vez el camino sea modificar algunos contenidos, “lo fundamental es que se respete la diversidad y se trabaje en relación a lo que necesita el estudiante y no a las expectativas del profesor o a los contenidos obligatorios”. (Goethe, 2003)

“Otro apoyo a quienes presentan NEE es contar con otros profesionales, por ejemplo fonoaudiólogo/a, psicólogo/a, profesor/a diferencial, terapeuta ocupacional entre otros, quienes entregan claras orientaciones de cuáles pueden ser los requerimientos de quienes presentan NEE” (Apablaza, 2009).

Además de los apoyos humanos de diferentes profesionales, existen otros elementos que pueden facilitar el proceso educativo como los recursos tecnológicos, materiales y soportes como por ejemplo un puntero láser para quien tenga trastorno motor.

Los niños/as o jóvenes que presentan NEE muchas veces no lo pasan bien en el colegio, pues a pesar de que quieren aprender como el resto de sus pares, no logran hacerlo, se frustran, son objeto de burlas y se pueden sentir fracasados, esto claramente repercute en la autoestima y auto concepto. En muchas ocasiones los profesores no los incorporan en las clases y “les dan tareas muy fáciles”, creyendo erróneamente que eso es integrarlos a la educación, esto no es así, integrar es dar oportunidades para alcanzar los aprendizajes y desarrollo más normalizado posible.

Las personas con NEE no deben ser objeto de lástima, eso NO es integrar, como profesores debemos tener altas expectativas en que “todo ser humano es capaz de aprender, si yo, como profesor, responsablemente conozco a quien tengo enfrente”. (Pantano, 1991)

Otro aspecto fundamental es la familia y el apoyo que puedan entregar a los profesores en pro de beneficiar a sus hijos, esto solo se puede lograr con un trabajo común, incorporando a padres y/o apoderados al trabajo escolar, dando orientaciones de cómo trabajar en la casa, por ejemplo, si tenemos un hijo con déficit atencional debemos tener una estructura clara, con una rutina de estudio breve y precisa, si nuestro hijo/a tiene discapacidad intelectual las metodologías de trabajo deben ir apoyadas de elementos significativos, o si el niño/a tiene baja audición deberemos tal vez aprender un lenguaje alternativo, con esto quiero señalar que la integración de cualquier persona con NEE, sea la que sea, es responsabilidad de todos, de la sociedad, de la escuela y de la familia. Para entregar educación de calidad, todos somos protagonistas.

“Las principales acciones para la integración se relacionan con modificar los Proyectos Educativos, capacitar a todos los docentes, sensibilizar a la comunidad completa, incorporar a padres y apoderados, flexibilizar el currículo, implementar sistemas de apoyo, valorar el proceso educativo por sobre el producto clasificadorio, incrementar recursos materiales y humanos que puedan asumir de manera adecuada y responsable, dando respuesta a las necesidades que presenta la nueva población escolar que implica cada vez más, reconocer las diferencias que existen entre los seres que conformamos esta sociedad”. (Salud O. M., 2006)



## **5. Discapacidad**

"La discapacidad es un concepto que evoluciona y que resulta de la interacción entre las personas con deficiencias y las barreras debidas a la actitud y al entorno que evitan su participación plena y efectiva en la sociedad, en igualdad de condiciones con las demás". (Salud, 2006)

Una discapacidad es una condición que hace que una persona sea considerada como discapacitada. Esto quiere decir que el sujeto en cuestión tendrá dificultades para desarrollar tareas cotidianas y corrientes que, al resto de los individuos, no les resultan complicadas. El origen de una discapacidad suele ser algún trastorno en las facultades físicas o mentales.

## **6. Tipos de discapacidad intelectual (leves, moderadas, severa)**

### 6.1 Discapacidad intelectual Leve

"Dentro de las discapacidades intelectuales, la Discapacidad Intelectual Leve generalmente tiene sustrato en el ámbito social, teniendo mayor prevalencia en los estratos sociales bajos, cuyas familias presentan baja escolaridad, analfabetismo, mínimo vínculo con las temáticas escolares, etc. En el área educativa esta sub-categoría es asociada a las dificultades de aprendizaje permanentes, sin embargo hay evidencia que demuestra que es una condición que puede derivar a un rango más alto, así las probabilidades de superar esta discapacidad aumenta en la medida que se le de apoyo al niño, especialmente pedagógico, dado que las capacidades cognitivas están conservadas o no se observa daño orgánico irreversible que interfiera en el proceso de aprendizaje". (Pantano, 1991).

Encontramos en esta discapacidad a personas que presentan alguna dificultad para llevar a cabo actividades de la vida diaria, sin embargo la persona es muy independiente y no requiere apoyo de terceros y puede superar barreras del entorno.

Son personas que aunque les cueste hacer algo, lo pueden hacer solos, perfectamente, y no necesitan ayuda de otros.

## 6.2 Discapacidad intelectual Moderada

“Son personas que presentan una disminución o imposibilidad importante de su capacidad para realizar la mayoría de las actividades de la vida diaria, llegando incluso a requerir apoyo en labores básicas de auto cuidado y supera con dificultades sólo algunas barreras del entorno. Son aquellas que pueden hacer algunas cosas, pero necesitan ayuda en la mayoría de sus actividades diarias” (Pantano, 1991).

## 6.3 Discapacidad intelectual Severa:

“Personas que se ven gravemente dificultada o imposibilitada la realización de sus actividades cotidiana, requerimiento del apoyo o cuidados de una tercera persona y no logra superar las barreras del entorno. Son personas que no pueden auto valerse por sí solas, necesitan a alguien que les ayude o hagan las cosas por ellas. Son dependientes de los demás”. (Pantano, 1991)

Además agrega que la mayoría de los individuos con este diagnóstico presentan una enfermedad neurológica identificada que explica su discapacidad cognitiva. Durante los primeros años desarrollan considerables alteraciones del funcionamiento sensorio motor. Puede predecirse un desarrollo óptimo en un ambiente altamente estructurado con ayudas y supervisión constantes, así como con una relación individualizada con el educador. El desarrollo motor y las habilidades para la comunicación y el cuidado personal pueden mejorar si se les somete a un adiestramiento adecuado.

## 7. Estado del Arte

### Actividad física beneficiosa para la salud:

“Desde esta perspectiva, los objetivos se centran en involucrar a todos los actores y sectores de las comunidades para apoyar la realización de programas de promoción, crear los espacios y las condiciones requeridas, y orientar a la población para realizar actividades físicas que produzcan los efectos fisiológicos y psíquicos esperados para la salud.

Las definiciones de actividad física coinciden en determinar que es toda acción motriz que ocasiona un gasto calórico. Incluye todo movimiento corporal realizado en la vida cotidiana de cualquier persona, hasta las exigentes sesiones de entrenamiento.

Al tener claro que son muchas y variadas las posibilidades para realizar actividad física, es de interés general identificar cuáles son las más adecuadas para producir los beneficios relevantes en término de salud, promoviendo una regulación de los procesos metabólicos y de adaptación que aseguren la prevención y el tratamiento de enfermedades.” (Goethe, 2003)

### Plan integral para la actividad física y el deporte:

“Se entiende la discapacidad como resultado de la interacción entre la condición de salud de la persona y sus factores personales, y los factores contextuales que pueden llegar a ser facilitadores o limitadores del desarrollo de una determinada actividad o del desenvolvimiento personal en forma de participación. Sin embargo, dado el carácter práctico de la presente aportación, nos vemos en la necesidad de significar a la población objeto de este documento para saber exactamente a quien nos dirigimos. Por tanto agruparemos a las personas con discapacidad bajo los siguientes epítetos: personas con discapacidad física (motriz y orgánica), con discapacidad visual, con discapacidad auditiva, con discapacidad intelectual y con trastorno mental.” (Arraez, 2014)

### Impacto de la actividad física en el desarrollo de la inteligencia de niños con discapacidad:

“Las investigaciones acerca de los beneficios de la actividad física y el deporte se enmarcan generalmente en el discurso médico, que tiende por la práctica del deporte a disminuir la probabilidad que ocurra alguna patología de tipo crónica no transmisible ya sea de origen cardiaco, respiratorio, metabólico u otras. Bien es sabido que desde el punto de vista de salud esta mirada es importante, sin embargo, por mucho tiempo se ha desconocido, o al menos no se ha reconocido la importancia de la actividad física en otros contextos como es en la Educación. Esta importancia radica en los beneficios que presenta la actividad física o motricidad (capacidad del ser humano para generar movimientos por sí mismo, donde debe haber una adecuada coordinación entre el sistema nervioso, órganos sensitivo y sistema muscular esquelético), en relación a procesos de socialización, procesos cognitivos, rendimiento escolar y mejoramiento de la calidad de vida de las personas que lo practican.” (Apablaza, 2009)

### Educación física en alumnos con necesidades educativas especiales:

“Sabido es por todos, los beneficios que reporta la práctica de un ejercicio regular y moderado para todos los organismos, esto es bien conocido desde la antigüedad. Muchos estudios científicos demuestran los beneficios de la práctica regular de actividad física (Bouchard, 1990, Shephard, 1995). Estos beneficios no sólo se ven reflejados en el ámbito físico, sino que también son de gran valor en el psicológico y es una actividad fundamental para la rehabilitación de las personas con gran discapacidad física (Medina 2003), que ayuda además a mantener la forma física, quemar grasa y calorías consumidas de más, preparándolos para una práctica regular de actividad física en su tiempo libre (Harris y Cale, 1997).” (Jose, 2009)

## **8. Marco conceptual**

La percepción: “Acción y efecto de percibir, aprehensión de la realidad por medio de los datos recibidos por los sentidos idea, acto de entendimiento.” (ilustrado)

Crónico degenerativo en las enfermedades: es una afección generalmente crónica, en la cual la función o la estructura de los tejidos u órganos afectados empeoran con el transcurso del tiempo. Se pueden traspasar de un tejido a otro, dando así la función ya peligrosa.

Sedentarismo: Forma social de vida de una comunidad humana que se establece de forma estable en un lugar.

La coordinación: es la capacidad para utilizar los sentidos, especialmente la visión y la audición, junto con el movimiento y las diferentes partes del cuerpo, para desarrollar movimientos con precisión y suavidad.

Discapacidad: “es la restricción debida a una deficiencia de la capacidad para realizar una actividad en la forma considerada normal.” (Pantano, 1991)

Actividad física: La actividad física puede definirse como cualquier movimiento corporal producido por los músculos y que requiere de un gasto energético.

Capacidad cognitiva: Las capacidades cognitivas son aquellas que se refieren a lo relacionado con el procesamiento de la información, esto es la atención, percepción, memoria, resolución de problemas, comprensión, establecimientos de analogías entre otras.

Aprendizaje: Se denomina aprendizaje al proceso de adquisición de conocimientos, habilidades, valores y actitudes, posibilitado mediante el estudio, la enseñanza o la experiencia. Dicho proceso puede ser entendido a partir de diversas posturas, lo que implica que existen diferentes teorías vinculadas al hecho de aprender. La psicología conductista, por ejemplo, describe el aprendizaje de acuerdo a los cambios que pueden observarse en la conducta de un sujeto.

# **Capitulo III**

## **Marco metodológico**

## **1. Tipo de investigación**

El tipo de estudio que se utilizara es de carácter descriptivo, ya que especificara detalles importantes sobre la percepción de profesores de Educación Física sobre la actividad física en niños con necesidades educativas especiales con el fin de conocer detalles y analizar cómo perciben la actividad física aplicada a esta población, se medirá a través de una entrevista en profundidad.

“La Investigación descriptiva consiste en llegar a conocer las situaciones, costumbres y actitudes predominantes a través de la descripción exacta de las actividades, objetos, procesos y personas. Su meta no se limita a la recolección de datos, sino a la predicción e identificación de las relaciones que existen entre dos o más variables. Los investigadores no son meros tabuladores, sino que recogen los datos sobre la base de una hipótesis o teoría, exponen y resumen la información de manera cuidadosa y luego analizan minuciosamente los resultados, afín de extraer generalizaciones significativas que contribuyan al conocimiento” (Meyer, 2006)

## **2. Enfoque**

En esta investigación el tipo de enfoque que se utilizara es cualitativo, nos referimos a este ya que solo necesitamos saber que percepción tienen los profesores de educación física sin medir, ni recolar datos para aprobar una teoría o hipótesis.

Los diseños de investigación cualitativa se caracterizan “en cuanto a la intencionalidad, precisemos que los enfoques de corte cuantitativo se centran en la explicación y la predicción de una realidad considerada en sus aspectos más universales y vista desde una perspectiva externa, mientras que los de orden cualitativo se centran en la comprensión de una realidad considerada desde sus aspectos particulares como fruto de un proceso histórico de construcción y vista a partir de la lógica y el sentir de sus protagonistas, es decir desde una perspectiva interna.” (Pérez, 2001)

## **3. Método**

El método a utilizar es de carácter analítico, “el método analítico es aquel método de investigación que consiste en la desmembración de un todo, descomponiéndolo en sus partes o elementos para observar las causas, la naturaleza y los efectos.” (Limón, 2007)

El análisis es la observación y examen de un hecho en particular y es eso lo que se realizara en esta presente investigación para conocer la captación de los profesores de Educación Física en las escuelas especiales de la provincia de Talca.



#### **4. Grupo de estudio**

Cuatro Profesores de Educación Física que trabajan en las escuelas especiales en la que estarán presente, Colegio Especial Enseña, Colegio Evangélico Presbiteriano, Crecer y Emaescajadio, que pertenecen a la provincia de Talca y que atienden a niños y niñas con necesidades educativas especiales **(N.E.E)**.

#### **5. Técnicas para recopilar información**

Para este estudio se tomará la entrevista, la cual persigue recopilar la información necesaria en cuanto la percepción que tienen los profesores sobre la actividad física. Esta entrevista consta de cinco preguntas y están centradas en la percepción del Profesores a cerca de la temática.

#### **6. Validez**

Las personas que revisaron la entrevista y aprobaron su aplicación, son dos profesores de Educación física titulados, el Profesor Michael Inostroza Titulado de la Universidad Católica del Maule y el Profesor Ramón Lagos Gallardo Titulado de la Universidad San Sebastián de Concepción

#### **7. Procedimientos para recopilar la información**

**Paso 1:** Se diseño la entrevista y se validó con dos profesores de educación física Titulados

**Paso 2:** Se solicito a los colegios pertenecientes a la provincia de Talca que atienden a niños con Necesidades Educativas Especiales la autorización para aplicar la entrevista

**Paso 3:** Se recopilaron los datos y se traspasaron a una tabla para luego analizar los resultados arrojados por los Profesores.

# **Capitulo IV**

## **Análisis y resultados**

## Matriz de Categoría

Mega Categoría	Categoría	Sub-categoría	Resultados
<p><b>P1</b> ¿Qué sabe usted sobre las Necesidades Educativas Especiales?</p>	<p><b>conocer</b></p>	<p><b>S1</b> capacidades distintas</p> <p><b>S2</b> discapacidad intelectual</p> <p><b>S3</b> dificultades en el aprendizaje</p> <p><b>S4</b> apoyo</p>	<p>Los docentes entrevistados conocen a cabalidad lo referente a las (NEE) y explican que son <i>“personas que precisan de ayudas y recursos adicionales, ya sean materiales o pedagógicos, para conducir su proceso de desarrollo y aprendizaje, y contribuir al logro de los fines de la educación”</i>. Y que donde todos concuerda que presentan capacidades deferentes.</p>
<p><b>P2</b> ¿Qué impactos cree usted que provocará la Actividad Física en niños que presentan estas dificultades? ¿Por qué?</p>	<p><b>Impacto</b></p>	<p><b>S1</b> emociones y HMB</p> <p><b>S2</b> sujeto no responde a pregunta</p> <p><b>S3</b> participación socialización, capacidades física y trabajo</p> <p><b>S4</b> ayuda a la salud (fortalece el cuerpo, concentración)</p>	<p>Los entrevistados responden pensando en las capacidades físicas y sus emociones, como explica Pantano <i>“Las personas con NEE no deben ser objeto de lástima, eso NO es integrar, como profesores debemos tener altas expectativas en que “todo ser humano es capaz de aprender, si yo, como profesor, responsablemente conozco a quien tengo enfrente”</i>. La mayoría concuerda de que la actividad física en los niños con NEE aporta beneficios.</p>

<p><b>P3</b> ¿Cree usted que la Actividad Física beneficia a niños con discapacidad? ¿En qué aspectos?</p>	<p><b>Beneficios</b></p>	<p><b>S1</b> los beneficia emocionalmente, físicamente socialmente</p> <p><b>S2</b> beneficia a todos por igual</p> <p><b>S3</b> beneficios físico y psíquico motor</p> <p><b>S4</b> beneficia aspecto social, cognitivo y salud.</p>	<p>De acuerdo a los datos arrojados por los docentes todos opinan que la actividad física aporta, no todos piensan de la misma forma pero concluyen en un mismo punto <b>“La actividad física es esencial para el mantenimiento y mejora de la salud y la prevención de las enfermedades, para todas las personas y a cualquier edad. La actividad física contribuye a la prolongación de la vida y a mejorar su calidad, a través de beneficios fisiológicos, psicológicos y sociales, que han sido evaluados por investigaciones científicas”.</b></p>
<p><b>P4</b> ¿Cómo contribuye la Actividad Física en el desarrollo del aprendizaje de los niños con NEE?</p>	<p><b>Aprendizaje</b></p>	<p><b>S1</b> desarrollo a través de HMB</p> <p><b>S2</b> Área social y orientación</p> <p><b>S3</b> desarrollo emocional y psicológico</p> <p><b>S4</b> Rendimiento escolar, inclusión social, autoestima y concentración.</p>	<p>Los docentes opinan que todos los niños que presentan NEE tienen desarrollo del aprendizaje y que la forma de trabajar esto es a través de HMB, orientación, inclusión, etc. En las cuales es practicada en la clase de Educación Física donde se les realiza una Actividad Física,</p> <p><b>“en las áreas que están más débiles en nuestros chicos los refuerza y los ayuda el profesor de educación física y lo orienta para que tengan un mejor desempeño”</b></p> <p><b>“contribuye a su capacidad de concentración”</b></p> <p><b>“ayuda a la manipulación de objetos”</b></p>
<p><b>P5</b> ¿Se pueden evaluar los procesos en que los niños mejoran o adquieren beneficio? ¿Cómo los evalúa?</p>	<p><b>Evaluar</b></p>	<p><b>S1</b> De forma Cuantitativa y Cualitativa.</p> <p><b>S2</b> Plan de evaluación individual</p> <p><b>S3</b> Cualitativa, evaluación individual, parte actitudinal, motora y social.</p> <p><b>S4</b> Ver los avances, y comparar los resultados.</p>	<p>Los docentes evalúan a los niños en la forma que la mayoría lo hace de una forma cualitativa, individual y también cuantitativa en grupo. Se quieren ver los avances de cada individuo viendo la parte actitudinal, motora y social.</p>

# Capítulo V

## Conclusión

Con esta investigación, nos dimos cuenta que los profesores conocen acerca de las Necesidades Educativas Especiales y el manejo de los niños con estas problemáticas.

La actividad física beneficia a los jóvenes con discapacidad, y a ellos les aporta positivamente, ya que hace que refuercen ámbitos motores, como las partes del cuerpo más débiles en ese ámbito y es muy bueno para su salud y su discapacidad.

Después de hacer todo este proceso de investigación, hemos aprendido mucho del tema, y hemos comprobado lo que piensan los profesores a cerca de este tema tan importante que es la discapacidad.

Llegamos a la conclusión de que los discapacitados necesitan actividad para mejorar sus condiciones, su salud, y no quedar atrofiados, ya que se cree erróneamente que no deben hacer actividad por su condición, pero es todo lo contrario, ya que eso les beneficia profundamente, tanto a ellos como a todo el mundo.

Y según los datos dados por los docentes, la actividad física, ayuda físicamente, psicológica y socialmente a estos niños que presentan Necesidades Educativas Especiales, y también les aporta un aprendizaje, un desarrollo de sus Habilidades Motoras Básicas (HMB). por ende, beneficia la calidad de vida de estos niños y jóvenes, como por ejemplo el desarrollo de la orientación entre otros.

Podemos concluir que nuestra Hipótesis sobre la percepción que iban a tener los profesores esta correcta, ya que todos concuerdan de que la actividad física produce beneficios.

## **Anexos**

### Entrevista en profundidad realizada a profesores de Educación Física a cerca de la Actividad Física en niños con **N.E.E**

- ¿Qué sabe usted sobre las Necesidades Educativas Especiales?
- ¿Qué impactos cree usted que provocará la Actividad Física en niños que presentan estas dificultades? ¿Por qué?
- ¿Cree usted que la Actividad Física beneficia a niños con discapacidad?  
¿En qué aspectos?
- ¿Cómo contribuye la Actividad Física a un buen desarrollo en el aprendizaje? ¿De los niños con NEE?
- ¿Se pueden evaluar los procesos en que los niños mejoran o adquieren beneficio? ¿Cómo los evalúa?

## Bibliografía

- Apablaza, F. M. (20 de julio de 2009). *impacto de la actividad fisica en el desarrollo de la inteligencia en niños con discapacidad intelectual*. Obtenido de <https://kineapablaza.wordpress.com/>
- Arraez, J. M. (30 de mayo de 2014). *plan integral para la actividad fisica y el deporte*. Obtenido de <http://femede.es/documentos/Discapacidadv1.pdf>
- educarchile. (s.f.). <http://www.educarchile.cl/ech/pro/app/detalle?id=210659>. Obtenido de <http://www.educarchile.cl/ech/pro/app/detalle?id=210659>: <http://www.educarchile.cl/ech/pro/app/detalle?id=210659>
- Goethe. (agosto de 2003). *conade*. Obtenido de conade: <http://www.conade.gob.mx/biblioteca/documentos/articulo03.pdf>
- ilustrado, D. (s.f.). *percepcion*. Colegio San Jorge , Talca .
- Jose, J. (5 de abril de 2009). *educacion fisica en alumnos con N.E.E*. Obtenido de <http://www.wanceulen.com/revista-ef-digital/PDF/n5/4-4.pdf>
- Limón, R. R. (2007). *Historia y Evolucion del Pensamiento Cientifico*. Obtenido de <http://www.eumed.net/libros-gratis/2007a/257/7.1.htm>
- Meyer, D. B. (2006). Estrategia de un Investigacion Descriptiva . En *manual de tecnica de una investigacion educacional* .
- Pantano, L. (1991). Discapacidad: Acerca de concepciones y terminos . elite, ediciones S.A.
- Pérez. (2001). Modelo de investigacion cualitativa en educacion social . En Pérez. La Muralla.
- Salud, O. M. (2006). Convención sobre los derechos de las personas con discapacidad y protocolo facultativo.
- Salud, O. M. (2008). *organizacion mundial de la salud*. Obtenido de <http://www.who.int/dietphysicalactivity/pa/es/>