



# Educación Física inclusiva, una mirada a las sesiones.

Autor(a): Ramírez Olvera Marco Iván  
Coordinación de Área de Educación Física F010,  
15AOS2075F  
Teotihuacán  
25 de octubre de 2022



## Introducción

La importancia de hacer obligatoria la educación preescolar en años anteriores, generó muchos beneficios entre los más importantes, fue que se incrementó la matrícula y también replanteo el enfoque pedagógico, se pasó de los cantos y juegos y el desarrollo de la motricidad gruesa y fina, a educar a los niños de forma integral, es decir, se reconoce la necesidad de desarrollar las áreas cognitivas y emocionales de los niños.

A las personas con discapacidad por mucho tiempo se les ha considerado menos o inferiores, desprovistas, carentes de posibilidades físicas, sin embargo, poco a poco se han integrado y adaptado a una sociedad cambiante, incluso se suman al área laboral y a la práctica deportiva; debemos afirmar que los alumnos con discapacidad motriz deben beneficiarse como los demás, de una enseñanza de educación física y deportiva.

Los alumnos perciben que es poco el tiempo que dura una sesión de Educación Física, e incluso reducido, y tienen razón, deberían de recibir 2 clases por semana como en otros países y el docente de esta área recobrar la importancia que deben tener todas las asignaturas, ya que, son vitales en la formación de los alumnos e indispensable para su beneficio y su crecimiento.

Para los alumnos con discapacidad es más complicado porque las actividades sugeridas por el promotor de educación física son dirigidas a todos los alumnos, aunque el grado de compromiso y dedicación ha logrado que planifiquen para estos niños con alguna discapacidad, integrándolos a las actividades de la sesión y convivan y se desenvuelvan con sus compañeros, sin embargo, hay factores que dificultan el trabajo con los niños tales como:

- Los materiales disponibles en las escuelas.
- La insuficiencia de tiempo de clase dedicado por los maestros, a los aprendizajes fundamentales del área de educación física.
- Temor a los accidentes que puedan ocurrir durante la sesión.
- La falta de interés y conocimiento algunos docentes.

## Desarrollo

La discapacidad Es un fenómeno complejo que refleja una relación estrecha y al límite entre las características del ser humano y las características del entorno en donde vive.

Las actividades destinadas a la discapacidad motriz son aquellas que con la presencia de personas con discapacidad o no, hacen que los participantes vivan de manera lúdica las limitaciones de las personas con dificultades y valoren sus capacidades.

De acuerdo con Cansino (2016), afirma que las “actividades físicas adaptadas forman un campo interdisciplinar que cubre la educación física, la enseñanza especial, la reeducación de valores la medicina deportiva, y las ciencias del deporte tales como la pedagogía, psicología, historia, fisiología, bioquímica, sociología, etc.” (p.71).

El objetivo principal es sensibilizar a los participantes sobre la realidad del colectivo de las personas con discapacidad motriz, fomentar actitudes positivas y solidarias basadas en el respeto a la diversidad y evitar la aparición de actitudes negativas o no integradoras evitando.

La vulnerabilidad se refiere a las condiciones en que vive la población y grado de información y predisposición a resultar afectada por un fenómeno natural o antrópico, además de la capacidad de las personas para recuperarse de las posibles afectaciones. (SEP, 2017, p.301).

Por ello, se siguieren algunas propuestas metodológicas para la intervención en clase de educación física:

- Establecer una metodología activa que favorezca el contacto con su entorno y motive sus adquisiciones.
- Rodear al alumno de abundante estimulación manipulativa y social.
- Aprovechar al máximo los recursos motrices.
- Utilizar materiales adaptados.

- Evaluar los procesos en relación a los conocimientos iniciales.
- Valorar el esfuerzo o interés.

**Proponemos actividades a realizar en la clase de educación física de nivel preescolar.**

**Nombre del juego:** Muévete y toca.

Delimitar espacios

**Desarrollo del juego:** Desplazamientos tocando las partes del cuerpo del compañero que se vayan indicando.

**Variantes:** Variar tipos de desplazamientos. Andando, lateral, corriendo, hacia atrás, saltando, un solo pie, otras formas propuestas por los alumnos.

**Material:** nuestro propio cuerpo y el de los demás.

**Adaptación:** las posibilidades de desplazamiento del alumno se reducen a caminar hacia delante con ayuda del profesor, ya que hacia atrás resulta muy complicado, dependerá no obstante de las posibilidades de movilidad de las piernas del alumno y lo que pueda o no realizar.

**Nombre del juego:** Agrupa y dispersa.

Inicialmente se forman parejas, pero el juego va progresando en la formación de grupos, hasta llegar a incluir a todo el grupo.

**Desarrollo del juego:** los alumnos se desplazan libremente por el patio intentando ocupar todo el espacio y no estar cerca del resto de los jugadores, a la señal las parejas deben juntarse rápidamente. Posteriormente se juntan dos parejas agrupándose 4 alumnos, el juego se desarrolla del mismo modo alternando diferentes modos de desplazamientos hasta finalizar agrupándose el grupo completamente.

**Variantes:** variar tipos de desplazamientos y otras formas propuestas por los alumnos.

**Material:** nuestro propio cuerpo y el de los demás.

**Adaptación:** El alumno puede realizar prácticamente todos los desplazamientos propuestos con ayuda del profesor o silla de rueda. El grupo en donde se integre el alumno deberá descubrir la necesidad de unirse en función de la posición de este alumno.

### **ACTIVIDADES PARA LA PARTE MEDULAR DE LA SESIÓN.**

Situados en fila

**Nombre del juego:** Puente acolchado.

**Desarrollo del juego:** Sin zapatos, salen a la señal del profesor caminado sobre los costales de semillas sin tocar fuera del puente, mantener el equilibrio hasta finalizar.

**Material:** costal de semillas.

**Adaptación:** El alumno se trasladará con ayuda del profesor concluyendo el trayecto elaborado, dándole ventaja de distancia para no presionarlo lo realice de manera efectiva.

**Nombre del juego:** Clasifica y gana.

**Desarrollo del juego:** El alumno clasificará los pompones por colores lo más rápido posible, destapa una botella PET e introduce en ella el color que se le indique, rojo, morado, rosa, amarillo, rojo, etc. Tapa la botella y conducirá con diferentes partes del cuerpo.

**Material:** pompones y botella PET.

**Adaptación:** El alumno solo recibe ayuda del profesor o de algún compañero cuando se le complique alguna acción, cuando se desplacen y conduzcan se adaptará la velocidad de la misma.

## EJEMPLO DEL DESARROLLO DE LA SESIÓN

SESIÓN DE CLASE		SEMANA:
Zonas escolares	Nivel educativo	Turno:
	Preescolar	Matutino
APRENDIZAJE ESPERADO: Utiliza herramientas, instrumentos y materiales en actividades que se requieren de control y precisión en sus movimientos		
DESARROLLO DE HABILIDADES MOTRICES BASICAS (caminar, reptar, gatear, salta, rodar, lanzar, cachar).		
EJE CURRICULAR: Competencia motriz	ENFASIS: Selecciona acciones motrices basadas en el reconocimiento de sí mismo.	MATERIAL: Pompones Botellas de plástico de 1 litro
COMPONENTE PEDAGOGICO: Desarrollo de la motricidad		
DESARROLLO DE LA ACTIVIDAD:		
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Desplazarse en el espacio de trabajo caminando, gateando, rodando, etc. (formas que propongan los alumnos)</li> <li>• El alumno clasifica los pompones por colores.</li> <li>• Destapar la botella, colocar los pompones dentro, conforme el color que el promotor les indique y finaliza tapándola botella.</li> <li>• Los alumnos rodaran la botella con la mano dominante, posteriormente con la mano contraria.</li> <li>• Conducir la botella con pie dominante por el espacio de trabajo, posteriormente alternando pies.</li> <li>• Sacar los pompones de la botella.</li> </ul>		
RECOMENDACIÓN: Las docentes frente a grupo podrán grabar las actividades relevantes de la sesión para compartir con los alumnos que no estén asistiendo de manera presencial, e indicar como son las actividades.	EVALUACION: La docente a través de la observación, comprendida como la percepción que realizan los participantes, los alumnos a partir de las ejecuciones de sus movimientos y la expresión del conocimiento de su cuerpo.	

Fuente autoría propia.

SESIÓN DE CLASE	Fecha:
-----------------	--------

ZONAS ESCOLARES	NIVEL EDUCATIVO:	TURNO:
<b>J041</b>	PREESCOLAR	Matutino
<b>APRENDIZAJE ESPERADO:</b> Utiliza herramientas, instrumentos y materiales en actividades que se requieren de control y precisión en sus movimientos		
DESARROLLO DE HABILIDADES MOTRICES BASICAS (caminar, reptar, gatear, salta, rodar, lanzar, cachar).		
<b>EJE CURRICULAR:</b> Competencia motriz COMPONENTE PEDAGOGICO: Desarrollo de la motricidad	<b>ENFASIS:</b> Selecciona acciones motrices basadas en el reconocimiento de sí mismo.	<b>MATERIAL:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Tapa roscas</li> <li>• Palitos de madera</li> <li>• Bandeja grande</li> <li>• Coladera de cocina pequeña</li> </ul>
<b>DESARROLLO DE LA ACTIVIDAD:</b>		
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Desplazarse en el espacio de trabajo caminando, gateando, rodando, etc. (formas que propongan los alumnos).</li> <li>• Utilizando la coladera de cocina el alumno intenta sacar las tapas roscas del recipiente con la mano dominante y posteriormente con la otra mano y los clasificara por colores.</li> <li>• Con los palitos de madera el alumno sacará las tapas roscas del color que el promotor les indique.</li> <li>• Plática con los alumnos si fue de su agrado la actividad y que les fue más fácil o difícil de lo realizado.</li> </ul>		
<b>RECOMENDACIÓN:</b> Las docentes frente a grupo podrán grabar las actividades relevantes de la sesión para compartir con los alumnos que no estén asistiendo de manera presencial, e indicar como son las actividades.	<b>EVALUACION:</b> La docente a través de la observación, comprendida como la percepción que realizan los participantes, los alumnos a partir de las ejecuciones de sus movimientos y la expresión del conocimiento de su cuerpo.	

Fuente autoría propia.

## Conclusiones

La educación inclusiva no solo debe ser un concepto, sino la consideración de acciones que aporten significativamente al educando; para mejorar la calidad de la educación, el maestro debe de promover la igualdad y el respeto entre todos los alumnos, con la finalidad de que todos se traten de la misma manera, sin importar diferencias sociales, discapacidades, creencias que puedan tener cada alumno.

La inclusión, es un proceso que debe consolidar la atención a cada alumno, la demografía es plural y las características de las personas también, la emoción es la moldura de todo este proceso, de ahí la importancia de las habilidades socioemocionales, es necesario entender que se deben atender los derechos de los grupos vulnerables.

Hablar de inclusión implica quitar etiquetas, no debe haber minusválidos u otros términos coloquiales, es integrar a las personas en igualdad de condiciones, es ajustar la convivencia, cualquier vulnerabilidad tiene una condición positiva, ya que la carencia se puede transformarse en una posibilidad de mejorar.

El proceso de aprendizaje debe vincularse con dos deseos, el deseo del alumno de aprender y el deseo del docente por atender, hace falta mejorar el compromiso del hacer por parte del maestro y sobre todo en el deseo de actualización y sensibilización por parte del docente.

El docente en educación física busca ser innovador e incluyente donde logre que todos los alumnos participen con entusiasmo e interés para lograr los aprendizajes establecidos en el plan y programas de estudio, generar conciencia en sus pares para que los consideren como amigos y personas con el mismo valor que todos. El docente fomenta conocimientos, actitudes y valores. Para que se reconozcan como seres humanos parte de una sociedad.

## Referencias

Cansino, A. (2016). *Un nuevo paradigma para un futuro más saludable y con valores, deporte inclusivo, actividad física inclusiva y educación física inclusiva*. (69-86).

Disponible en <https://bit.ly/3F64UWu>

SEP. (2017). *Aprendizajes clave para la educación integral. Educación Física. Educación Básica Plan y programas de estudio, orientaciones didácticas y sugerencias de evaluación*. México.