

Creditos

Autor

Ángela María Gómez Galindo

Tutor

Juan Carlos Ibarra

Ilustraciones

www.freepik.es

Diseño y Diagramación

Studio Hernandez

Universidad Pedagógica Nacional

Licenciatura en Deportes

Bogotá - Colombia 2021

PRESENTACIÓN

Desde la Licenciatura en Deporte de la Universidad pedagógica nacional con el proyecto de grado titulado “Deportes adaptados con personas privadas de la libertad en condición de discapacidad: Una mirada al sentido de calidad de vida”. Nace el interés por crear un material didáctico de apoyo para los profesores encargados de las prácticas deportivas en el sistema penitenciario ya que se pudo evidenciar que se encuentra muy poco material documentado con relación al deporte y más hacia la población en condición de discapacidad.

Esta misma ayudará no solo a tener en cuenta las diferentes prácticas deportivas adaptadas que se puedan realizar teniendo en cuenta diferentes estilos de enseñanza tanto técnica y motriz, sino que el propósito de este es que a través de la sesión se tenga en cuenta las relaciones sociales, el compañerismo, la comprensión, el respeto hacia el otro y que a medida que vaya pasando el tiempo estas personas se sientan mejor en cuanto a su salud y así contribuir a su calidad de vida.

CONTENIDO

- 3 A quien va dirigida
- 4 Deporte adaptado
- 5 Concepto de discapacidad física
- 5 Tipos de discapacidad física
- 7 Calidad de vida
- 9 Beneficios del deporte a la calidad de vida
- 10 Sentido de intencionalidad pedagógica
- 11 Deporte voleibol sentados
- 13 Estilos de enseñanza Muska Mosston (Estilo basado en la tarea)
- 14 Ejemplo de sesión
- 15 Deporte atletismo adaptado
- 17 Estilos de enseñanza Muska Mosston (Estilo de inclusión)
- 20 Ejemplo de sesión
- 21 Deporte boccia
- 23 Estilos de enseñanza Muska Mosston (Estilo de recíproco)
- 27 Ejemplo de sesión
- 29 Referencias bibliográficas

1.

A QUIEN VA DIRIGIDA

Esta cartilla va enfocada principalmente a los profesores encargados de dirigir las diferentes prácticas deportivas en la Cárcel y Penitenciaria de Media Seguridad de Bogotá “La Modelo”, en el patio piloto 2000. En esta se utilizan algunos de los métodos de enseñanza de Muska Mosston para llevar a cabo sesiones deportivas con personas en condición de discapacidad física, y así poder contribuir en su calidad de vida y relaciones personales a través de tres deportes adaptados como lo son Atletismo, Boccia y Voleibol sentados.



2. DEPORTE ADAPTADO

Encontramos que, con la práctica deportiva, muchas veces iniciada como ocio, la persona se enfrenta a sí misma conociendo sus capacidades, sus necesidades, aprende a marcarse metas, siente que tiene control sobre su vida y adquiere una mayor autoestima. (Moya. 2014, p.12).

El deporte adaptado o inclusivo se presenta a personas que por sus capacidades físicas y/o cognitivas requieren algunas modificaciones para poder practicarlo, esto no cambia en ningún momento la posibilidad que la práctica deportiva presenta a cualquier individuo de desarrollar sus capacidades. El deporte se presenta como una posibilidad de conocerse a sí mismo y como se menciona anteriormente genera en las personas la sensación de tener el control de su vida, ayuda en el desarrollo positivo de la autoestima y por esta razón el deporte tiene innumerables beneficios individuales y sociales. Para poder aplicar un deporte a personas discapacitadas se debe adaptar, a este se le hacen ciertas modificaciones y así lograr

una compensación a las condiciones de cada persona (Reina. 2010).

Adaptar un deporte tiene como base la inclusión, que inicialmente se puede observar de manera física, sin embargo, a largo plazo afecta los factores psicológicos, y es en donde se ve el gran cambio y el triunfo de la adaptación de cualquier deporte.

“Entendemos el deporte inclusivo como aquella actividad física y deporte que permite la práctica conjunta de personas con y sin discapacidad ajustándose a las posibilidades de los practicantes y manteniendo el objetivo de la especialidad deportiva que se trate. Supone un ajuste o adaptación en las reglas y el material utilizado con el fin fomentar la participación y efectiva de todos los participantes.” Pérez. (2014. P.16)

CONCEPTO DE DISCAPACIDAD FÍSICA

Se puede entender que la discapacidad física es el estado en el cual una persona se le impide o dificulta realizar diferentes actividades locomotoras ya sea de sus extremidades u otras partes del cuerpo, afectando la musculatura esquelética de forma que su movimiento no se puede realizar de manera voluntaria.

3.1 Tipos de discapacidad Física

Algunos de los principales tipos de discapacidad física. Entrando en materia, las distintas clases de discapacidad o minusvalía física son las siguientes.

1. Monoplejía

Parálisis de una única extremidad, generalmente producida por daños en el nervio que inerva la zona en cuestión.

2. Paraplejía

Esta afectación debida a una lesión medular en la zona dorsal supone la parálisis o incapacidad de movimiento de la mitad inferior del cuerpo. Afecta básicamente a piernas y pies. El sujeto pierde la capacidad de caminar. Puede o no afectar a la capacidad de respuesta sexual.

3. Tetraplejía

Alteración debida a una lesión medular cervical cuya repercusión se observa en la pérdida total de la capacidad de movimiento de las extremidades inferiores y en la pérdida total o parcial de la capacidad de movimiento de los miembros superiores.

4. Hemiplejía

Se trata de una alteración o lesión en el sistema nervioso que produce la parálisis de la parte opuesta o contralateral a la dañada. Suele deberse a accidentes cerebrovasculares o traumatismos craneoencefálicos.

5. Espina bífida

Se trata de un tipo de malformación congénita en que el tubo neuronal y la columna vertebral no se cierran por completo durante la formación del feto, produciéndose daños en los nervios y la médula que pueden impedir o dificultar el movimiento de la persona.

6. Distrofia muscular

El grupo de trastornos englobados dentro de la distrofia muscular provocan la presencia de un tono muscular débil que va perdiendo tejido con el tiempo, haciendo difícil el movimiento y provocando una discapacidad. Se trata de uno de los tipos de discapacidad física más frecuentes.

7. Parálisis cerebral

La parálisis cerebral es una condición mé-

dica crónica debida a problemas durante el desarrollo cerebral del feto o niño, que produce graves efectos en la motricidad. Estos efectos pueden ir desde dificultades y lentitud de movimiento, rigidez, agitación, convulsiones o incluso una parálisis completa de la musculatura voluntaria.

8. Amputación

La pérdida de extremidades o de partes del cuerpo pueden provocar una discapacidad física al limitar el funcionamiento habitual de la persona.¹



CALIDAD DE VIDA

“la percepción del individuo sobre su posición en la vida dentro del contexto cultural y el sistema de valores en el que vive y con respecto a sus metas, expectativas, normas y preocupaciones. Supone la satisfacción mínima aceptable del complejo de necesidades y satisfactores en las dimensiones individual, familiar y comunitaria en los ámbitos locales, regionales y nacionales” (Leman, et, at. 2009)

La calidad de vida abarca los aspectos físicos, sociales y psicológicos de cada persona, entiende las afectaciones de cada individuo, establece la satisfacción de su vida según lo que es capaz de hacer, que tan útil se siente, como es concebido por otras personas, el rol que tiene en la sociedad y así se podría nombrar infinidad de aspectos que determinan este concepto en cada individuo.

Desde esta perspectiva, las condiciones de vida pueden ser establecidas objetivamente mediante indicadores biológicos, sociales, materiales, conductuales y psicológicos, los que sumados a los sentimientos subjetivos sobre cada área pueden ser reflejados en el bienestar general. Este grupo de definiciones intentaría conciliar la discusión acerca de considerar a la CV desde un punto de vista netamente objetivo o desde uno subjetivo. (Urzua, Caqueo, 2012, p.64).



BENEFICIO DEL DEPORTE A LA CALIDAD DE VIDA

5

Realizar con frecuencia algún deporte o actividad física conlleva a muchos beneficios tanto para la salud física como mental, incorporar estilos de vida más saludables reduce o incluso elimina factores de riesgo asociados al sedentarismo además si se practica con mas personas esto ayudará a la interacción y a las relaciones sociales, al ser practicado por personas en condición de discapacidad aportará a que estas personas se sientan más autónomas en su movilidad lo cual contribuye para llevar una vida con normalidad.

¿En que ayudaría esta cartilla al Sentido de intencionalidad pedagógica?

SENTIDO DE 6. INTENCIONALIDAD PEDAGÓGICA

Formarse para:

Permite formar alumnos con una conciencia de su corporalidad y les facilite cuidar de sí mismos de los otros de su entorno asumiendo su discapacidad.

Desarrollo de diferentes habilidades deportivas permitiendo la autonomía y el control de su cuerpo en el entorno.

Formarse en comunidad:

Fortalecimiento de la comunicación entre compañeros, para aprender a trabajar en quipo logrando los objetivos de cada sesión.

Adquirir comportamientos solidarios con los demás en la hora de la practica deportiva como en la vida cotidiana.

Aprender que todos pueden practicar deporte independiente de su discapacidad teniendo en cuenta que esto contribuye a su calidad de vida y reduce el sedentarismo.

Formarse para conocer A través de las sesiones se permite que los alumnos desarrollen su pensamiento creativo, crítico y analítico.

Practicar diferentes modalidades deportivas lo cual contribuye al conocimiento del deporte.

DEPORTE: VOLEIBOL SENTADOS

SIETE

PARTICIPANTES:

12 jugadores 6 en cada lado de la cancha.

INDUMENTARIA:

Los jugadores pueden utilizar pantalón largo o bandas.

MATERIALES:

Balón, maya o una cuerda que delimite la zona de juego.

SET:

3 sets de 25 puntos con diferencia de 2 puntos; en caso de llegar a un quinto set, (empate a 2) éste se jugará a 15 puntos también con diferencia de 2 puntos.



El voleibol sentado fue creado en 1956 en el norte de Europa, en los Países Bajos, mediante una combinación de otros dos deportes, el voleibol y el “Sitzball” (deporte alemán donde no se utiliza red que juegan los jugadores en posición sentada). En poco tiempo se convirtió en uno de los deportes más divertidos y dinámicos para el público dentro del programa paralímpico.

En este deporte una de las cosas más importantes es que los jugadores no despeguen los glúteos del suelo.

A nivel nacional se ha hablado de la inclusión de este deporte para personas discapacitadas y sin discapacidad; a este respecto hay que explicar que a nivel nacional se permite jugar como máximo con dos personas sin discapacidad en partidos de exhibición y torneos para dar a conocer este deporte a la sociedad. En otros países la inclusión de capacitados depende de la clasificación funcional que rige según un sistema de valoración y puntuación que depende del tipo de discapacidad.²

²) Referencia: (Voleibol sentado, una alternativa en deportes para discapacitados) (Morales,2014)

ESTILOS DE ENSEÑANZA BASADO EN MUSKA MOSSTON

(Estilo basada en la tarea)

El objetivo de este estilo es el traspaso de ciertas decisiones del profesor al alumno, crea nuevas relaciones entre ambos, entre el alumno y las tareas, y entre los propios alumnos. El estilo de la práctica establece una nueva realidad, ofreciendo nuevas condiciones de aprendizaje y logrando una serie de objetivos diferentes. Un grupo de objetivos está relacionado más estrechamente con la ejecución de tareas, y otro grupo está orientado al desarrollo de la persona en su rol dentro del estilo.

Ahora bien, durante la sesión existe tres momentos importantes el preimpacto

que es donde el profesor da las indicaciones de cómo se debe ejecutar o realizar el ejercicio, segundo momento llamado impacto acá es la parte central de la sesión donde se debe desarrollar el objetivo de la clase y un tercer momento el cual es llamado posimpacto en el cual el profesor da detalles finales de la clase y debe realizar una vuelta a la calma.

Por ende en este estilo de enseñanza el profesor en la fase de preimpacto muestra cada uno de los ejercicios que se ejecutarán durante la clase, después de esto en el

impacto dará a los alumnos un tiempo prudente para que él vayan realizando los ejercicios tomando sus propias decisiones de este modo el estudiante sabrá en qué momento comienza y en qué momento finaliza la respectiva ejecución, por otro lado el profesor se tomara el tiempo para observar la ejecución de cada uno y dará un feedback personal para que la tarea quede aprendida y no queden dudas, para finalizar en la parte del posimpacto el profesor dará el último feedback por si quedan dudas entre los alumnos.

UNIVERSIDAD PEDAGÓGICA NACIONAL ÉNFASIS SOCIAL		
NOMBRE DEL ESTILO: B	DEPORTE: VOLEYBOL SENTADO	ETAPA: INICIACIÓN
HORA:	INICIO:	FINAL:
DESCRIPCIÓN		
Objetivos de la sesión	Pase de dedos y saque	
Calentamiento Pre-Impacto	Explicación de los ejercicios de la clase con tiempos y espacios.	<ol style="list-style-type: none"> 1. Trotar o desplazarse con muletas o silla de ruedas alrededor de cancha: 10 min 2. Desplazarse alrededor de la cancha realizando flexión y extensión de cuello: 15 seg 3. Desplazarse alrededor de la cancha realizando flexión y extensión de brazos: 15 seg 4. Desplazamientos laterales: 15 seg 5. Sentadillas y flexiones de brazo: 3 series de 10 repeticiones
Central Impacto	<ol style="list-style-type: none"> 1. El Alumno toma las nueve decisiones 2. El alumno realiza la ejecución del ejercicio anteriormente mostrado lo más similar posible 3. Comienza a desarrollar la iniciación de la habilidad se saque y pase con los dedos 4. El profesor realiza un Feedback a cada alumno mientras lo van realizando el ejercicio 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Sentados en la línea de saque sin mover los glúteos realizar 10 saque por debajo y 10 por encima del hombro 2. En parejas realizar 30 saques Aumentando la distancia. 3. Por parejas, con una mano. Con una red en medio pasar el balón entre los jugadores y volviendo a la posición inicial, después de haberlo cogido (a 2 metros de la red). -Ídem al anterior, pero que el contrario lo pueda devolver inmediatamente. -Ídem al anterior, aumentando la distancia. 10 veces 4. Por parejas sentados: Realizar pases solo con la yema de los dedos 3 series de 20 sin dejar caer el balón.
Vuelta a la calma Pos-Impacto	<ol style="list-style-type: none"> 1. Se realiza un feedback por parte del profesor general en cuanto a la ejecución de los ejercicios. 2. Se realiza un estiramiento 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Carpado 30 seg 2. Spagat 30 seg 3. Brazos arriba estirándolos 30 seg 4. Carpados sentados 30 seg 5. Separo piernas y bajo tronco en el suelo 30 seg 6. Estiramientos de cuello frente, atrás, lados 30 seg cada uno
REFLEXIÓN		
ALUMNO	En este espacio se realizará un círculo donde cada uno de los alumnos dirá algo positivo, algo negativo y en que podría contribuir esta sesión en su calidad de vida y su círculo social.	
PROFESOR	El profesor dirá como percibió la actitud de los alumnos en general y genera esa necesidad y inquietud por la próxima sesión.	

8.

Modalidades:

Individuales o quipos

Indumentaria:

Prótesis, sillas de ruedas, muletas, ropa adecuada

Materiales:

Jabalinas, un pista o superficie plana, balas o pelotas.



Se entiende por atletismo adaptado aquel conjunto de actividades y normas físico deportivas que comprenden las pruebas de velocidad, saltos y lanzamiento, susceptibles de aceptar modificaciones para posibilitar la participación de las personas con discapacidades físicas, psíquicas o sensoriales.

Deporte:

ATLETISMO ADAPTADO



ESTILOS DE ENSEÑANZA BASADO EN MUSKA MOSSTON

(Estilo de Inclusión)



Este estilo de enseñanza tiene una concepción diferente en el diseño de la tarea, se refleja los múltiples niveles de ejecución sé que pueden realizar en una misma actividad, el objetivo es la inclusión en la actividad deportiva de todas las personas participantes teniendo en cuenta las diferencias individuales y así disminuir la exigencia para lograr el éxito en la sesión, además de esto se puede evidenciar y aprender la relación entre las propias aspiraciones y la realidad de la ejecución y finalmente tener una proceso mas personalizado de los estudiantes.

Preimpacto: En esta fase de la clase el profesor toma diferentes postulados decidiendo que deporte se va a practicar, con cuál ejercicio comenzar y que materiales se van a utilizar para la sesión.

Impacto: El alumno toma la decisión del punto de partida según su nivel de ejecución de la tarea.

Posimpacto: El alumno se realizará una autoevaluación y decidirá a que nivel avanzar, disminuir o por lo contrario quedarse ahí. No importa que determinación tome ya que lo importante es que el aprendiente tome la decisión acerca del punto donde colocarse en función de los distintos niveles de dificultad, el decide donde interactuar con el área.

Mientras que en la fase de impacto y posimpacto el alumno esta realizando la tarea el profesor se toma una pausa para observar el proceso da tiempo para iniciar y experimentar, después se dedica a dar un freedback individual este debe estar relacionado con las decisiones que el alumno ha tomado y no con la ejecución de la tarea misma.

Ahora bien, es importante tener en cuenta algunas características para el desarrollo de este estilo:

- 1 El uso de este estilo implica que el profesor acepta filosóficamente el concepto de inclusión.
- 2 Significa la expansión del conocimiento del profesor acerca de la noción de no controversia, programando así algunos episodios que tienden a excluir, mientras otros están diseñados específicamente para incluir.
- 3 Implica también que se creen las condiciones para que el alumno experimente la relación entre aspiración y realidad.
- 4 Así, los alumnos tienen la oportunidad de aprender a aceptar las discrepancias entre aspiración y realidad, e incluso aprender a reducir la separación entre ambas.
- 5 Implica la legitimidad de hacer más o menos que los demás; no se trata de una medición de lo que los demás pueden hacer, sino de «que yo puedo hacer». La competencia durante los episodios es contra los propios estándares, habilidades y aspiraciones de uno mismo y no los de los demás.
- 6 Los últimos tres puntos son importantes factores que inducen a la revisión del autoconcepto de cada uno, que incluye la independencia emocional de las decisiones del profesor acerca de la localización del alumno en la ejecución de una tarea determinada.

Tabla de percepción:

Las cuestiones principales que se le presentan al profesor cuando quiere llevar a cabo una tarea con en este estilo son:

¿Cómo identificar los factores que conforman la tarea seleccionada?

¿Qué necesito saber acerca de la tarea?

La Tabla de Factores (tabla 1) es un instrumento guía para responder a estas preguntas. Ofrece un modo de pensar sobre los factores intrínsecos y extrínsecos que afectan el diseño de las tareas físicas.

(Otras disciplinas tienen sus tablas con los factores que le son propios e intrínsecos.)

Los siguientes puntos explican la estructura y uso de dicha Tabla: 1.

Después de la selección de la tarea hay una cuestión que debe estar presente durante la programación:

¿Cómo proporciono la inclusión en esta tarea?

EJEMPLO DE TABLA (TABLA 1)

Denominación de la tarea:	
- Identificar el orden de graduación de los factores clave y de apoyo. - Indicar la escala de posibilidades.	
	ESCALA
Factores externos - Número de repeticiones -Tiempo	
Factores Intrínsecos - Distancia -Altura - Peso de los aparatos - Tamaño de los aparatos - Postura - Si tiene prótesis - Si usa silla de ruedas - Si utiliza muletas	Nivel 1 Nivel 2 Nivel 3

8.2 EJEMPLO DE LA SESIÓN:

UNIVERSIDAD PEDAGÓGICA NACIONAL ÉNFASIS SOCIAL					
NOMBRE DEL ESTILO: INCLUSIÓN		DEPORTE: ATLETISMO		FECHA:	
HORA:		INICIO:		FINAL	
Objetivos de la sesión: Desarrollar diferentes habilidades para el atletismo adaptado					
Descripción de la tarea	Factores	Factores externos	Nivel 1	Nivel 2	Nivel 3
1 Lanzar un palo de escoba a un campo solo.	-Angulo de los brazos por arriba, por debajo -Discapacidad	3 minutos			
2 Saltar por encima de la cuerda cayendo acostado en una colchoneta que se ubicara detrás de la cuerda.	-Altura de la cuerda - Discapacidad	5 veces			
3 Ejercicios de coordinación en una escalera de tela puesta en el suelo.	-Velocidad -Frecuencia del ejercicio -Discapacidad	8 minutos			
REFLEXIÓN					
ALUMNO	En este espacio se realizará un círculo donde cada uno de los alumnos dirá algo positivo, algo negativo y en que podría contribuir esta sesión en su calidad de vida y su círculo social.				
PROFESOR	El profesor dirá como percibió la actitud de los alumnos en general y genera esa necesidad e inquietud por la próxima sesión				



9

Modalidades:

Individuales, por parejas o quipos.

Indumentaria:

Sillas de ruedas, sillas convencionales, ropa cómoda.

DEPORTE BOCCIA

Materiales:

- Balones rojos, azules y uno blanco,
- Metro,
- Canaleta si es necesaria.

Tiempos:

Dependerá de la discapacidad de cada persona:

- BC1 5 minutos por jugador y parcial
- BC2 4 minutos por jugador y parcial
- BC3 6 minutos por jugador y parcial
- BC4 4 minutos por jugador y parcial
- Parejas BC3 7 minutos por pareja y parcial
- Parejas BC4 5 minutos por pareja y parcial
- Equipos 6 minutos por equipo y parcial

El juego de la boccia consiste en acercar lo máximo posible las bolas rojas o azules a la blanca, se lanza las bolas rojas o azules hasta que una queda más cerca de la blanca que las de la parte contraria. El partido consta de 4 parciales en individuales y parejas, y 6 en equipos.

Las bolas se lanzan con la mano, pie o en los casos más afectados con una canaleta, el jugador indica mediante voz o gestos a su ayudante, colocado de espaldas al campo, la posición e inclinación y posición de la canaleta, a continuación, sujeta la bola en la parte superior y la lanza.³

³) Referencia: "BISFed Reglamento Internacional de Boccia –2017 (v.1)"

ESTILOS DE ENSEÑANZA BASADO EN MUSKA MOSSTON

(Estilo de Recíproco)

La estructura y aplicación del estilo recíproco crea una realidad para lograr una serie de objetivos intrínsecos, que forman parte de los dos aspectos más importantes del estilo -las relaciones sociales entre compañeros, y las condiciones para ofrecer feedback inmediato. Los objetivos se identifican en dos grupos: los que están estrechamente relacionados con la(s) tarea(s), y los que lo están con el rol de los alumnos.

Contenido

1. Tener repetidas oportunidades para practicar la tarea con un observador personal.
2. Practicar la tarea bajo condiciones de feedback inmediato, proporcionado por un compañero.
3. Practicar la tarea sin que el profesor ofrezca el feedback ni sepa cuando los errores han sido corregidos.
4. Ser capaz de comentar con un compañero aspectos específicas de la tarea.
5. Visualizar y comprender las partes y sus secuencias al ejecutar una tarea.

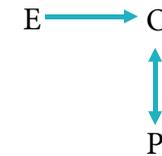
Anatomía del Estilo

Para crear una nueva realidad en la clase de educación física, que proporcione nuevas relaciones entre el profesor y el alumno, se traspasan unas decisiones al alumno en la fase del postimpacto, teniendo en cuenta el principio de inmediatez del feedback. Cuanto antes sepa un(a) alumno(a) cómo ha sido su ejecución, más posibilidades tendrá de corregirla.

Así, la relación óptima para ofrecer este feedback inmediato, es de un profesor para cada alumno. ¿Cómo puede adaptar el profesor este objetivo en las sesiones de educación física? El estilo recíproco, basa la organización de la clase en esta condición, es decir por parejas, asignando a cada miembro un rol específico. Uno va a ser el ejecutante (E) y el otro el observador (O). Cuando el profesor (P), dentro de su rol específico en este estilo, se relaciona con una pareja, se forma una relación a tres bandas

durante este período de tiempo. La tríada se estructura de la siguiente forma:

Figura



La tríada Cada miembro toma decisiones específicas dentro de su rol. El del ejecutante es el mismo que en el estilo de la práctica incluyendo aquí la comunicación únicamente con el observador, cuyo rol consiste por un lado en proporcionar feedback al ejecutante, y por el otro comunicarse con el profesor. Este último observa a los dos, comunicándose sólo con el observador. Es decir, el profesor toma todas las decisiones en la fase de preimpacto, el ejecutante las nueve correspondientes al impacto -el traspaso de decisiones tiene lugar en el postimpacto, y el observador las referentes al feedback.

Preimpacto:

Además de la decisión tomada por el profesor, en el presente estilo se debe preparar o diseñar la tarjeta o ficha de criterios que será utilizada por el observador. (Ver la siguiente sección sobre el diseño de la ficha de criterios.)

Impacto:

La tarea principal del profesor, consiste aquí en situar el escenario para los nuevos roles, y relaciones. A continuación, aparece la secuencia de sucesos en el episodio.

1. Decir a los alumnos que el propósito de este estilo es el de trabajar con un compañero y aprender a ofrecerle feedback.
2. Identificar la tríada y explicar que cada individuo tiene su rol específico; actuará tanto de ejecutante como de observador.
3. Explicar que el rol del ejecutante (E) consiste en realizar la/s tarea/s y tomar las mismas nueve decisiones que en el estilo de la práctica. Además, sólo se comunicará con el observador.
4. El rol del observador (O) consiste en ofrecer feedback al ejecutante basado en los criterios preparados por el profesor.

Este feedback se transmite durante la ejecución y/o después de haber completado la tarea. Así, mientras el ejecutante toma las decisiones en la fase de impacto, el observador lo hace en el postimpacto.

Postimpacto:

Para que el observador cumpla con su rol en el postimpacto, debe completar los siguientes pasos:

1. Recibir los criterios de la ejecución correcta por parte del profesor. (Generalmente esto se hace a través de una ficha de criterios.)
2. Observar la realización del ejecutante.
3. Comparar y contrastar la ejecución con los criterios propuestos.
4. Decidir si la ejecución ha sido o no correcta.
5. Comunicar los resultados al ejecutante. Este feedback puede ofrecerse durante la ejecución o al completarse la tarea según el tipo de tarea de que se trate o Durante la ejecución de tareas estáticas, el alumno puede oír y asimilar el feedback. Durante las tareas de movimiento, en cambio, es imposible: aquí, el observador deberá esperar hasta que se finalice la tarea. .6. Iniciar, si es necesario, la comunicación con el profesor.



Ficha de criterios

El único factor que puede determinar el éxito o el fracaso de un episodio en el estilo recíproco es la ficha de criterios (o tarjeta de criterios). Determina los parámetros del comportamiento del observador; mantiene al ejecutante exactamente informado acerca de sus acciones; y proporciona al profesor una base concreta para su interacción con el observador. Una ficha de criterios incluye cinco partes:

1

Descripción específica de la tarea esto incluye desglosar la tarea en sus secuencias.

4

Muestras de comportamiento verbal a utilizar como feedback. Son útiles en las experiencias iniciales dentro del estilo.

2

Aspectos específicos a perseguir durante la ejecución -se trata de aspectos potencialmente problemáticos de la ejecución que el profesor reconoce de sus experiencias previas.

5

Recordatorio del rol del observador es útil en los primeros episodios ya que una vez el alumno muestra los comportamientos adecuados no hace falta seguir incluyendo este recordatorio en la ficha de criterios.

3

Fotografías o croquis para ilustrar la tarea.

FICHA DE CRITERIOS

1. Tabla

Nombre	
Fecha	
Deporte: Boccia	
Descripción de la tarea	
Ejecutante	Realiza las primeras 3 tareas que encuentra en la segunda tabla como lo demostró el profesor
Observador	<ol style="list-style-type: none"> 1. Observa la ejecución y utiliza los criterios de análisis y ofrece un feedback al ejecutante 2. Al finalizar las primeras 3 tareas anota los resultados en la 2 tabla 3. Al finalizar las primeras 3 tareas cambia de rol 4. Muestra del comportamiento verbal del observador: Primero, reconocer lo que se ha hecho bien, y luego ofrecer feedback correctivo de los errores cometidos. <ul style="list-style-type: none"> - Hiciste el lanzamiento correcto, pero debes mirar la pelota al lanzarla - Ejecutaste bien el lanzamiento, pero debe de estar mas alineado - Lanzaste con la suficiente fuerza, pero debes mirar las líneas
PROFESOR	Solo se comunica con el Obsevisor, si se tienen dudas

2. Tabla

ACTIVIDADES PARA REALIZAR Y EVALUAR LA EJECUCIÓN DE LOS EJERCICIOS

Tarea/ Criterios	Ejecutante 1		Ejecutante 2	
	1 serie		2 serie	
	Corr	N.T	Corr	N.T
<p>Por parejas</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 10 lanzamientos por debajo ya sea con la mano o el pie con pelota tocando una línea demarcada por el profesor. 2. 10 lanzamientos por encima del hombro si es con la mano y si es con el pie intentar levantar la pelota tocando otra pelota que estará ubicada en el suelo a una distancia de 3 metro. 3. Sentados en el suelo se realizarán 10 lanzamientos a una altura media. <ul style="list-style-type: none"> - Intentar tocar la línea final de la cancha. - Estarán ubicados a una distancia de 3 metros de la línea final de la cancha. <p>Por equipos de 4</p> <ol style="list-style-type: none"> 4. Los dos ejecutantes se realizarán 15 pases por el suelo intentando no salirse de una línea que se encuentra demarcada en el suelo. 5. Los dos ejecutantes se realizarán 15 lanzamientos por el aire sin dejar caer la pelota. 6. Los dos ejecutantes tendrán 5 pelotas cada uno e intentarán pegarle a una pelota que se encontrara ubicada en el suelo a una distancia de 2 metros. Realizaran los lanzamientos intercalados el que mas se acerque a la pelota destinada sumara puntos. 				
REFLEXIÓN				
ALUMNO	En este espacio se realizará un circulo donde cada uno de los alumnos dirá algo positivo, algo negativo y en que podría contribuir esta sesión en su calidad de vida y su círculo social.			
PROFESOR	El profesor dirá como percibió la actitud de los alumnos en general y genera esa necesidad e inquietud por la próxima sesión.*			

4) Referencia: La enseñanza de la educación física estilos de enseñanza "Muska Mosston Sara Ashworth

10

David, P. (2012). “Calidad de vida en pacientes con discapacidad motora según factores socio demográficos y salud mental”. REV CHIL NEURO-PSIQUIAT 1–12.

Lopera, J. (2020) “Calidad de vida relacionada con la salud: Exclusión de la subjetividad” Ciencia & Saúde Coletiva, 693- 702.

Lugo, L. y Seijas, V. (2012) “La discapacidad en Colombia: Una mirada Global”. 164- 79.

Martinez. (2010) “TRABAJO DE ATLETISMO ADAPTADO” Atletismo adaptado.pdf

Pérez, j. (2003) “la investigación en ciencias del deporte aplicadas al deporte adaptado”.

Dialnet

Sanz, (2014) Voleibol sentado, una alternativa en deportes para discapacitados TFG_ALBERTO_SANZ_MORALES.pdf

Zamora, C. (2017) “BISFed Reglamento Internacional de Boccia” <https://psicologiaymente.com/salud/tipos-de-discapacidad-fisica>



UNIVERSIDAD PEDAGÓGICA
NACIONAL

ESTUDIOS DE INVESTIGACIÓN

2021