

La Integración de alumnado con discapacidad visual en Secundaria a través de la Educación Física.

Una propuesta de TALLER DE SENSIBILIZACIÓN HACIA LA CEGUERA

Alumno **Pablo Sazatornil Pinedo**

Directora del TFM **Carmen Gómez Ruiz**

Máster de Formación del Profesorado de Secundaria

ÍNDICE

Introducción.....	4
Justificación.....	5
Estado de la Cuestión.....	8
Objetivos.....	12
Materiales y Métodos.....	13
- Población.....	13
- Objetivos.....	13
- Estructura y duración.....	15
- Método, contenidos y distribución de éstos.....	15
- Material.....	27
Conclusiones.....	29
Bibliografía.....	32

INTRODUCCIÓN

La Educación Física, al igual que otras áreas ha ido experimentando un largo y paulatino proceso de cambio, desde la gimnasia sueca, aquella tan común en los años 60 en que los alumnos se situaban en filas e hileras y reproducían un movimiento o secuencia de ellos que le venían impuestos por el profesor, hasta hoy en día donde la tendencia es cada vez más a individualizar y dar a cada alumno lo que necesita.

Las personas, por propia naturaleza somos diferentes unas de otras y son nuestras características las que nos proporcionan nuestra propia esencia. En este sentido nace la idea de “educar en la diversidad”, idea que será tratada más adelante en este trabajo. Todo esto, en materia de educación, desembocará en los planes de atención a la diversidad.

Cuando se desarrollaban aquellas clases de gimnasia sueca, era impensable que un profesor dividiera la clase en grupos o individualizara y adaptara su programación a las necesidades de cada alumno ¿Pero, acaso un alumno con alguna limitación física, psíquica o sensorial o de otra índole no tiene derecho a participar en una clase de Educación Física? Precisamente para paliar este déficit se conciben los planes de atención a la diversidad. Éstos tienen la idea de incluir al alumno independientemente de su situación física o personal, ya que ésta no es motivo para no intervenir y participar en una clase de Educación Física, si no al mismo nivel que sus compañeros a un nivel similar, gracias a una serie de adaptaciones que el profesor realice en su programación.

El trabajo que presento en este TFM consiste en la propuesta de un taller de sensibilización hacia la ceguera que irá dirigido a alumnado sin esa característica y en que se plantea la realización de una serie de dinámicas, juegos y la práctica de un deporte para ciegos.

Por medio de este trabajo intento, seguir profundizando en la medida de mis humildes posibilidades en la idea de la integración, por medio de dicha propuesta, con la pretensión de generar en los alumnos que participen en este

taller una empatía y proporcionándoles unas herramientas para poder ayudar y conocer más a una persona con esta discapacidad.

La realización de un taller de sensibilización hacia la ceguera me ayudará en primer lugar a conocer y profundizar más en el tema de la ceguera y además, me permitirá tener más y mejores herramientas a la hora de tener que realizar adaptaciones para un alumno con esta discapacidad. Todo esto me será de gran utilidad no sólo en el caso de que hipotéticamente pudiera tener algún alumno ciego en mi futura actividad profesional, sino que todo este conocimiento me servirá también para tratarlo en clases con alumnos videntes.

JUSTIFICACIÓN

“Ceguera: en términos genéricos, la ausencia total de visión o de simple percepción lumínica en uno o ambos ojos. No obstante, la OMS establece tres grados de deficiencia: ceguera profunda (visión profundamente disminuida o ceguera moderada); ceguera casi total (ceguera grave o casi total); ceguera total (no hay percepción de luz)” (Gómez-Ulla de Irazazábal & Ondategui-Parra, 2012). Padecen ceguera total “aquellas personas que no tienen resto visual o que no les es funcional (no perciben luz y si la perciben no pueden localizar su procedencia)” (Aguirre Barco, y otros, 2009). “Aquellos sujetos que tienen sólo percepción de luz o aquellos que carecen totalmente de visión” (Huguet Mora, 2013)

Según la OMS (2013), el número de ciegos en el mundo se sitúa en 39 millones, es decir, el 0,7% de la población mundial. de los cuales el 90 % se concentra en países en vías de desarrollo

Francisco Gómez-Ulla de Irazazábal y Silvia Ondategui-Parra (2012) citan en su informe un estudio del INE (Instituto Nacional de Estadística) llamado “EDAD 2008”, según el cual en España hay 58.300 personas ciegas totales, lo que supone una prevalencia del 0,13% de la población española .

La ceguera, tal y como explica David Huguet (2013) es ,a grandes rasgos una limitación a la hora de realizar una actividad más o menos rutinaria producida por un problema en el órgano de la visión que motiva unas limitaciones en ciertas cuestiones del día a día.

Éste mismo autor, sitúa a la ceguera dentro de las discapacidades sensoriales, que tal y como explica, tienen que ver con un problema en uno de los sentidos que afecta en la evolución de aquellas personas que presentan ese tipo de discapacidad.

Según lo que se recoge en la ley de Accesibilidad y Supresión de Barreras Arquitectónicas, Urbanísticas y de la Comunicación en la Comunidad Valenciana del año 1998, la Constitución recoge el derecho de todos los ciudadanos, independientemente de su condición a disfrutar de los espacios urbanos y cualquier área social, por ello, esta ley introduce una legislación sobre las barreras arquitectónicas que impiden la utilización o el disfrute de las áreas y espacios en que se encuentren. Tales barreras las podemos encontrar en el pavimento, alcantarillado, semáforos, cabinas de teléfono,...Todos estos y otros, son según esta ley, elementos que dificultarían el normal desempeño de una persona con discapacidad, por ejemplo, se debería considerar que en los semáforos hubiera señales acústicas o que la acera junto a un paso de peatones fuera de diferente textura, para avisar al ciego, así como por ejemplo señalizar el final de un escalón mediante unas bandas con relieve en el suelo. Todo esto supone una serie de situaciones ante las que un ciego parte con una desventaja con respecto a una persona vidente. Por ello, los alumnos videntes que participen en este taller, tendrán que enfrentarse a situaciones imprevistas a las que diariamente se enfrenta un ciego.

La atención al alumnado con discapacidad visual, se recoge dentro del derecho a la educación y de la igualdad de oportunidades que recoge la Constitución Española. Además, la actual ley de educación, la L.O.E., a través de los planes de atención a la diversidad, también recoge este aspecto.

Mi taller, se enmarca dentro de la atención a la diversidad y dentro de ésta a la integración en las clases de Educación Física a las personas ciegas, así como a desarrollar en los alumnos que participen en dicho taller una empatía hacia las personas con ceguera. Para ello, y según Huguet (2013) se emplea la Actividad Física Adaptada que como el propio autor cita “va dirigida a personas con problemas de aprendizaje, está planteada para capacitar a personas y modificada con la finalidad de facilitar la participación de personas con discapacidades” (Huguet Mora, Educación Física y Deportes para alumnos con Discapacidades Físicas, Psíquicas y Sensoriales). La principal intención de la Actividad Física Adaptada es que los profesores incluyan a los alumnos con discapacidad en sus clases, no modificando la programación específicamente para ese alumno sino, adaptando aquellos elementos de su programación para dar cabida a este alumno, en este caso, ciego.

La actividad física constituye un importante instrumento para la integración , tal y como explica Huguet, ya que tiene un importante componente socializador. Esta idea es apoyada por otros autores consultados como Juan Damián Matos Rodríguez (2013) o Pilar Aguirre Barco y otros (2009), que coinciden con David Huguet (2013) en que la Actividad Física contribuye a integrar a las personas en la sociedad y mejora las relaciones entre quienes la practican.

David Huguet plantea en uno de sus textos consultados, que la integración es algo fundamental y que nunca debería haberse considerado como un hecho a lograr sino algo que debería entrar dentro de lo normal. Además de valorar la Actividad Física como algo que mejora la motricidad de la persona y todos aquellos aspectos relacionados con la salud de ésta. Idea de la que participan los autores antes citados.

El planteamiento de este taller o de las actividades y estrategias que se proponen a continuación, no sólo va dirigido a una clase de Educación Física de secundaria o bachillerato, sino que también puede realizarse en módulos de Ciclos Formativos de Grado Medio como por ejemplo en las Enseñanzas Deportivas de Régimen Especial impartidas en Cantabria en el I.E.S. Villajunco y donde concretamente hay un módulo llamado deporte adaptado, el cual yo he

cursado y sería un buen marco en el que desarrollar este taller o también en el módulo de actividades físicas para personas con discapacidades impartido en el Ciclo Formativo de Grado Superior de T.A.F.A.D. (Técnico Superior en Animación de Actividades Físicas y Deportivas), impartido en Santander en el I.E.S. La Albericia o en el I.E.S. Ricardo Bernardo de Solares.

ESTADO DE LA CUESTIÓN

Este curso, según datos aportados por la ONCE, sólo hay dos casos de alumnos con ceguera total en Cantabria y ambos comenzaban el Bachillerato.

Cuando formulo la pregunta de qué hacen en Educación Física algunos profesores en relación con la ceguera o cuando tienen un alumno ciego en clase, pocos me aportan datos relevantes.

Uno de los profesores que he consultado, que trabaja en un colegio concertado me indicó que tuvo una alumna ciega y que ésta colaboraba con él organizando actividades para ciegos en algunas sesiones, como por ejemplo, partidos de fútbol 5, una de los deportes practicados por personas con ceguera. Otro profesor, que en este caso trabaja en un Instituto Público al que cuestioné, sobre qué adaptaciones o estrategias utilizaba con un alumno ciego, me contestó que nunca había tenido ningún alumno ciego en sus clases. Pocos más profesores de los que he consultado sobre este tema me han aportado información al respecto, lo cual podría deberse a que dada la poca prevalencia del caso en nuestra región quizá nunca hayan tenido que enfrentarse a esa situación.

Según Huguet (2013), la tendencia en Educación Física, como en el resto de materias, es hacia la inclusión o la integración de estos alumnos discapacitados en la dinámica de la clase y lo que considera aun más importante: que la programación del profesor no varíe, sino que se adapte, en el caso del discapacitado, a sus necesidades. Es decir, según su criterio la tendencia

actual es “educar en la diversidad” (Huguet Mora, Educación Física y Deportes para alumnos con Discapacidades Físicas, Psíquicas y Sensoriales).

Este autor que actualmente es considerado como principal referencia en el tema de la ceguera dentro de la Educación Física, propone una serie de estrategias generales (para todos los alumnos ciegos, sin entrar en casos particulares) basadas en adaptaciones en lo referente a:

- La manera en que se transmite la información,
- El material,
- La organización y la situación del profesor en clase.

Con respecto a la primera, apunta que el ciego evidentemente, no puede, como en el caso de los alumnos videntes, apoyarse en una demostración para saber cómo realizar un movimiento, actividad o ejercicio, por tanto estrategias como explicar las cosas con claridad, usar organizaciones sencillas, o dar un nombre a un juego o actividad que se repite con frecuencia en la programación para evitar tener que explicarlo en cada ocasión que se desarrolle, son elementos a tener en cuenta. Además apunta que la persona ciega no ve gestos, pero escucha el tono de voz, por ello, indica que el profesor debe regularlo, ya que éste dará información sobre su estado de ánimo.

En cuanto a adaptaciones en el material, éstas son muy frecuentes y no siempre para adecuarlos a alumnos discapacitados. Sin embargo, Huguet indica que las adaptaciones del mismo sólo deberían producirse cuando sea estrictamente necesario, además de intentar que dicho material sea útil en varias actividades. Otras cuestiones como que esté bien colocado (muchas veces las personas con ceguera requieren de un orden, es importante evitar los imprevistos para prevenir posibles riesgos), en buen estado, o que el alumno ciego se familiarice con él, son aspectos a tomar en consideración.

En relación a la organización y el orden, este autor, la considera fundamental en clases con alumnos ciegos y parece lógico, ya que como acabo de indicar, cualquier imprevisto puede suponer un riesgo. Indica también la importancia de

utilizar estructuras organizativas no demasiado complejas ya que el alumno ciego no puede verlas y tiene que imaginárselas.

En lo referente a la situación del profesor en las clases, Huguet (2013) es partidario de que se utilice un lugar fijo para dar las explicaciones, o que al indicar la finalización de la clase lo haga estando junto al material, facilitándole las cosas al alumno ciego. Puntos como permitir que el ciego reconozca el espacio y se familiarice con él o colocarse en el punto final en actividades de carrera le darán mucha información al ciego, según apunta este autor.

Otros autores como Pilar Aguirre Barco y otros (2009) proponen una serie de estrategias al respecto de estas adaptaciones necesarias para los alumnos con ceguera, como emplear al alumno ciego como ejemplo, o desarrollar actividades de movilidad y orientación.

Además, mantuve una reunión con el equipo educativo de la ONCE en Cantabria para que me dieran más datos sobre qué y cómo trabajan con alumnos con ceguera y que me explicaran su función.

Para ello me indicaron los pasos a seguir en caso de que hubiera un alumno ciego en clase: en primer lugar, el profesor de Educación Física se pone en contacto con las integrantes de este equipo educativo, quienes van al centro y le proporcionan información en cuanto a las características de este alumno y qué y cómo trabajar con ese alumno, así como material didáctico, por ejemplo, se traducen los apuntes en Braille para el alumno ciego. El profesor realizará las adaptaciones que estime oportunas siguiendo las indicaciones e información que le aporten estas profesionales. Además, la valoración del nivel de motricidad, y de las capacidades a nivel físico del alumno, las tiene que valorar el propio profesor de Educación Física

Dichas profesionales atienden a todos los niveles (incluso desde bebés) y su atención es global, es decir, abarca todas las áreas.

Además, me explicaron que las adaptaciones que se realizan son específicas de cada alumno ciego, ya que algunos tienen un mejor desarrollo motriz o corporal o mejor orientación espacial que otros.

También me hablaron de casos específicos como por ejemplo en el caso de que un profesor deba guiar a un alumno ciego, estando al final de un recorrido en línea recta, me indicaron que es más interesante guiarle con la voz que con palmadas, para lograr que no se desvie del punto de meta en que se encuentra el profesor. Para ello, me puntualizaron que las dos manos debían colocarse ambos lados de la boca en forma de cañón para que la voz vaya más dirigida.



Otro de los casos de los que me hablaron fue de las cuerdas de acompañamiento que sirven para que el ciego vaya acompañado de un guía. Ambos deben ir a la misma altura (si acaso quizá el guía a veces tiene que adelantarse ligeramente). Además me puntualizaron que la longitud de la cuerda, aumenta cuanto mayor es la autonomía del ciego.

Además, me indicaron que había profesores de Educación Física que se interesaban por trabajar actividades o deportes específicos para ciegos y por incluirlos dentro de su programación. Para ello, se ponen en contacto con estas profesionales quienes colaboran con ellos proporcionándoles información o material como antifaces o algún balón sonoro para ello. Además, me puntualizaron que si el profesor quería trabajar un deporte específico, bastaba con conocer la reglamentación y la técnica del deporte y disponer de ese balón sonoro ya que los antifaces, podían improvisarse o construirse mediante otros materiales.

Como ya he indicado con anterioridad, la línea que actualmente se está siguiendo en la materia de Educación Física es la de integrar cada vez más al alumno independientemente de su situación física. También es importante la idea que existe de adaptar las actividades para el alumno con discapacidad, en este caso ciego, no modificarlas. Éstas son dos líneas muy interesantes por las que la Educación Física debería avanzar.

Por otro lado, es difícil indicar lo que aun falta por hacer en este ámbito ya que como expresaban las profesionales de la ONCE cada caso es diferente. La esencia de educar en la diversidad hace que cada caso requiera una atención individualizada y que haya un estudio y un conocimiento de casos similares, por ello, considero que quizá lo que los profesores debemos reclamar y demandar con más fuerza, es la formación acerca de todos los temas que tengan que ver con la discapacidad y la diversidad. Considero también que sería interesante que al menos en algún curso de secundaria o bachillerato, los alumnos tuvieran contacto con deportes, juegos o dinámicas orientadas hacia una discapacidad independientemente que en las clases hubiera o no alumnos con alguna discapacidad.

Este trabajo es sólo una experiencia más dentro de la gran variedad de talleres que uno puede encontrar de este tipo y se formula con la mayor humildad desde la posición de un alumno del Máster de Formación del profesorado de Secundaria y futuro profesor de Educación Física. Por ello, no tiene otra pretensión que propocionar alguna ligera idea acerca de un campo tan amplio como es el de la discapacidad en la Educación Física y más concretamente en el caso de la ceguera.

OBJETIVOS

Un taller de estas características puede tener muy variadas metas dependiendo de a quién vaya dirigido, según la metodología a emplear y otros aspectos.

Los objetivos que pretendo con mi trabajo, son fundamentalmente tres:

- Proporcionar a quien lo lea, cierta información sobre la ceguera.
- Aportar ideas en cuanto a qué y cómo trabajar la ceguera en la materia de Educación Física
- Fomentar el respeto hacia esta discapacidad, así como la empatía hacia las personas con ceguera y la integración de las mismas.

MATERIALES Y MÉTODOS

En este apartado, me centraré en explicar este taller punto por punto.

POBLACIÓN

Debido a que este taller se plantea para ser realizado en horas de la materia de Educación Física, en primer lugar me centraré en determinar el alumnado para el que se plantea.

En un principio, dado que pretendía ser una experiencia práctica, se seleccionó un grupo, en este caso un grupo de Primero de la E.S.O. sin embargo, por la propia metodología y el carácter que tiene este taller así como por los objetivos que plantea, las situaciones en las que se pretende situar al alumno y otra serie de cuestiones, este taller sería susceptible de poder ser realizado en cualquiera de los cursos en que se imparte secundaria y bachillerato en un centro, es decir, cualquier curso entre primero de E.S.O. y primero de Bachillerato (último curso en que se imparte Educación Física).

OBJETIVOS

Los objetivos que a mi entender podrían ser los más interesantes a lograr en alumnos de secundaria mediante este taller, son los siguientes:

- Concienciar a los alumnos de secundaria y primer curso de bachillerato sobre la integración social de las personas con ceguera.
- Familiarizar al alumnado sin ceguera con situaciones habituales en personas ciegas.
- Prevenir la discriminación hacia las personas con discapacidad (en este caso ciegas).
- Fomentar el respeto y la empatía hacia personas con ceguera.
- Dar a conocer deportes específicos para ciegos.
- Dar una serie de herramientas para poder ayudar a un ciego,
- Desarrollar sus sentidos para la orientación al margen del sentido de la vista, etc.

Respecto al profesorado, considero que este taller podría, sobre todo, aportar unas herramientas o ideas a aquellos profesores de Educación Física que tuvieran que trabajar con alumnos ciegos o que estuvieran interesados en desarrollar una unidad didáctica orientada a la ceguera con sus alumnos, independientemente de las condiciones físicas de estos últimos.

Estos objetivos, son, en algunos casos muy similares a aquellos que se recogen en otras propuestas de talleres de este tipo. Objetivos como: “Facilitar la inclusión de los alumnos con discapacidad visual” (Blanco & Huguet, Carpeta Sensibilizadora 1), “dar recursos a los profesores de educación física para facilitar la inclusión en esta área” (Blanco & Huguet, Carpeta Sensibilizadora 1) o “dar recursos a los alumnos para desarrollar actitudes de empatía hacia su compañero con discapacidad visual” (Blanco & Huguet, Carpeta de Goalball), se asemejan mucho a algunos de los que yo persigo con este taller.

ESTRUCTURA Y DURACIÓN

El taller que propongo consta de dos sesiones, una primera en la que mediante la colaboración de un profesional de la ONCE, se trataría de encuadrar esta discapacidad y realizar una serie de dinámicas que se detallarán más adelante. Sería interesante que este profesional fuera ciego, ya que a mi entender su testimonio tendría más fuerza. En una segunda sesión se proponen una serie de juegos y la práctica de un deporte específico para ciegos: el goalball. Sin embargo, considero que un taller de estas características, en el que se realizarán dinámicas y juegos así como se practicará un deporte puede extenderse o acortarse en la medida que uno lo desee, por ejemplo introduciendo más juegos de orientación diferentes a los que yo propondré más adelante, dedicando varias sesiones a la práctica y aprendizaje del goalball o incluso introduciendo otros deportes para ciegos como el fútbol-5. Evidentemente, parece lógico pensar que mayor será el conocimiento de esta discapacidad y sobre más situaciones se podrá trabajar cuanto más tiempo se alargue este taller.

Según mi criterio, dado que se trata de dar unas nociones o ideas básicas y de que los alumnos experimenten ciertas sensaciones similares a las que tiene un ciego, considero que dos sesiones serían suficientes, aunque quedaría en manos de quien llevara a cabo un taller de este tipo, determinar el número de sesiones en que deseara extenderlo.

MÉTODO, CONTENIDOS Y DISTRIBUCIÓN DE ÉSTOS

El método a emplear en este taller, sería la realización de las dos sesiones en las que se propondrán dinámicas y juegos en busca de lograr los objetivos propuestos. Para comprobar si ha sido así, se realizará, a la finalización del taller, una puesta en común, para conocer la opinión de los alumnos que han participado en el taller, así como las sensaciones que han experimentado y cuestiones como si serían capaces de poder ayudar a un ciego o qué les ha parecido el deporte propuesto y qué dificultades han experimentado al practicarlo.

Los juegos o dinámicas a realizarse en este taller, seguirían el siguiente orden:

1. Juegos para desarrollo del sentido táctil-kinestésico.
2. Juegos para desarrollo del sentido de la orientación.
3. Juegos para el desarrollo del sentido auditivo.
4. Explicación y práctica de un deporte específico para ciegos: el goalball

1. Juegos para el desarrollo táctil-kinestésico

Como señalan Pilar Aguirre Barco y otros (2009), las personas videntes reciben una gran cantidad de información sobre su entorno, por medio del sentido de la vista, sin embargo, los ciegos no cuentan con este sentido, por ello, para adquirir esa información, se deben apoyar en otros sentidos y en la información que sus compañeros les proporcionan. Uno de estos sentidos es el táctil-kinestésico que aportará al alumno, una información a partir del sentido del tacto y de aquello que experimente su piel, por ejemplo, calor, frío, suavidad, rugosidad, diferentes formas, etc. A partir de este sentido, el ciego puede hacerse una idea de cómo es un determinado material o puede incluso reconocer el entorno.

2. Juegos para la mejora del sentido de la orientación.

Autores como David Huguet (2013) o Pilar Aguirre y otros (2009), hablan de la importancia que tiene en una persona invidente, el desarrollo de su capacidad de orientación, que lógicamente, supone una de las mayores limitaciones para un ciego. En el día a día, los ciegos se guían por medio de perros guías, bastones guías y en ocasiones también con otra persona que les ayuda a guiarse. En este taller, se propondrán ejercicios en los que el alumno que actúa como ciego, es guiado por otro alumno vidente quien le guiará y le proporcionará información sobre el entorno.

3. Juegos para el desarrollo del sentido auditivo.

Además del sentido táctil-kinestésico, el ciego puede guiarse por otros sentidos, y en este caso, otro de los sentidos que resulta fundamental y que da una información muy rica sobre la proximidad o lejanía de algo o alguien, sobre la naturaleza de algo, etc. es el sentido del oído. Por ello, también se propondrán algunos ejercicios para el desarrollo del mismo.

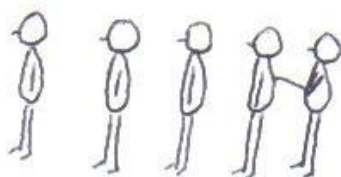
4. Explicación y práctica de un deporte específico para ciegos: el goalball

Una de las premisas que da David Huguet (2013) a la hora de trabajar con un ciego es que se debe empezar con lo analítico para evolucionar progresivamente hacia lo global. Los ejercicios que se proponen más arriba, aunque en algunos se trabajará en grupo, tienen un carácter analítico. Sin embargo, el goalball, que es un deporte de equipo, combina todo lo trabajado anteriormente de una manera más global.

Dinámicas y juegos a realizar:

1. Juego de desarrollo táctil-kinestésico

Se realizan grupos de 5 alumnos en fila, uno detrás de otro. El que se sitúa al final de la fila escribe una palabra que previamente le haya dicho el profesor, en la espalda del compañero que se sitúa justo delante de él, éste deberá descifrarlo y escribir lo que haya entendido en la espalda del siguiente. La misma acción se repetirá hasta llegar al primero, que tendrá que decir lo que ha entendido.



2. Juegos para la mejora del sentido de la orientación

- Dentro de un espacio acotado, por ejemplo medio campo de balonmano, y colocados por parejas, el alumno que actúa como vidente, guía al que lo hace como ciego. Para ello, le cogerá del brazo y le irá dando información sobre los posibles obstáculos que se pudiera encontrar, tanto si se cruzan con una pareja como si hay algún tipo de obstáculo en el suelo o alguna columna, etc.



- Una variante del anterior, que consiste en que igualmente por parejas, el alumno vidente va guiando al ciego dándole palmadas en los hombros, de manera que si le da en el hombro derecho, el alumno que actúa como ciego gira 90° a la derecha y lo mismo con el hombro izquierdo.

3. Juegos de desarrollo del sentido auditivo

- Los alumnos, con los ojos completamente tapados, se colocan en uno de los fondos del campo de balonmano, el profesor, en la línea de medio campo. Los alumnos, de uno en uno irán corriendo en dirección al profesor que les irá guiando por medio de su voz. Cuando llegue uno sale el siguiente (es importante, mantener el orden).



- En grupos de 5 ó 6, sentados en círculo, con una pequeña separación entre uno y otro y con los ojos completamente tapados, la actividad consiste en pasarse el balón sonoro de uno a otro sin que el balón sonoro salga del círculo. En esta actividad, el alumno, se guiará única y exclusivamente por el sonido que hacen los cascabeles dentro del balón.



La distribución de estos juegos y dinámicas dentro de las sesiones se realizará de la siguiente manera:

- Todos estos juegos, anteriormente citados, se realizarán en la primera sesión, tras una explicación del profesional de la O.N.C.E. quien les explicará qué es la ceguera, aspectos o situaciones a las que se enfrenta un ciego día a día, o posibles adaptaciones y ayudas de las que se sirve un ciego en el desarrollo de su vida diaria. La duración de cada uno de estos juegos será de unos siete minutos, incluyendo dentro de este tiempo la explicación y organización del mismo.
- La práctica del deporte específico para ciegos se realizará en la segunda sesión.

El Goalball

Este deporte, por sus características y todos los beneficios que aporta, lo cual se explicará más adelante, constituye una importante herramienta para trabajar la ceguera dentro de la Educación Física, ya que permite un desarrollo de cualidades como la orientación, el sentido auditivo, la motricidad y otras que

resultan fundamentales en el desempeño de la vida cotidiana de un ciego y supone un interesante instrumento para mejorar y potenciar todo esto, no sólo en personas ciegas, sino también en videntes que practiquen dicho deporte, ataviados, como es lógico, con el antifaz.

Es por este motivo, que el goalball, es utilizado con mucha frecuencia en talleres sobre sensibilización hacia la ceguera así como cuando un profesor propone una Unidad Didáctica sobre este tema, ya que como se verá más adelante, ofrece una gran cantidad de beneficios a quien lo practica, sin suponer un gasto excesivo en material, ni demasiada dificultad a la hora de practicarlo y explicarlo, ya que se trata de un deporte sencillo tanto de explicar como de entender y cuya técnica y reglamentación no supone demasiada complejidad. Así, cuando revisamos la bibliografía de que disponemos, vemos que autores como David Huguet y Antonio Blanco proponen una carpeta sensibilizadora sobre el goalball y el Centro de Recursos Educativos (CRE) de Barcelona, tal y como se puede ver en su web, lo propone como un recurso para la integración de las personas invidentes e incluso hablan en un artículo sobre un campeonato de goalball entre escuelas catalanas.

El goalball, como explica Francisco Monreal (2002), es un deporte de equipo específico para personas ciegas. Combina el sentido o la capacidad para orientarse para saber dónde lanzar y ser capaz de estar en el lugar idóneo para detener el balón y el sentido auditivo para interpretar por dónde va la pelota.

Sus creadores, fueron un alemán Hans Lorenzen y el austríaco Seep Reindl y nació, como muchos otros deportes con el objetivo de servir para la rehabilitación y el desarrollo de las capacidades antes citadas, así como otras cualidades de soldados que quedaron ciegos combatiendo en la II Guerra Mundial.

Este deporte entró a formar parte de los Juegos Paralímpicos en 1976 en Toronto (Canadá) en el caso de los hombres y en 1984 en Nueva York (Estados Unidos) en el caso de las mujeres. El primer campeonato de España de este deporte, se celebra en 1991 en Alicante.

Francisco Monreal (2002) señala una serie de beneficios directamente relacionados con la práctica de este deporte, y los divide en 4 ámbitos: físicos, psíquicos, específicos y sociales.

En el caso de los primeros habla de una potenciación del tren superior como efecto de los lanzamientos, una mejora en la velocidad de desplazamiento producida por la velocidad en que se ejecutan los movimientos defensivos así como la mejora de la resistencia anaeróbica.

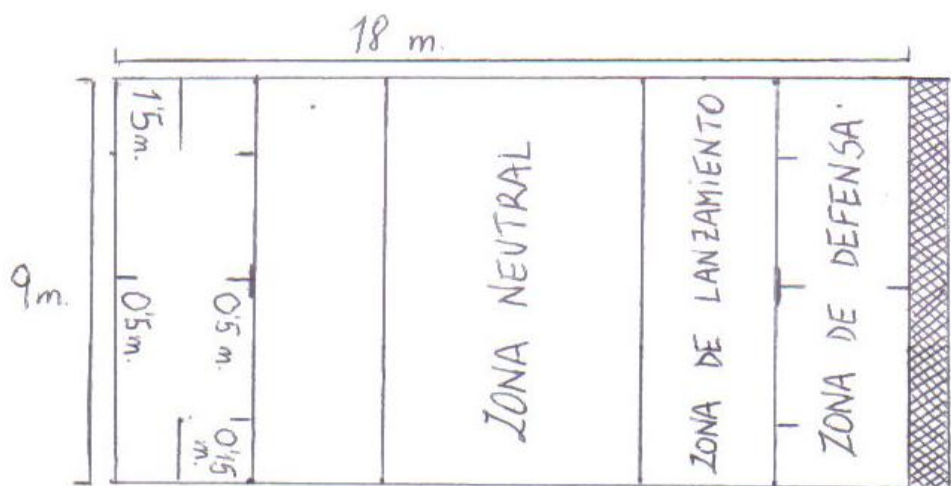
En cuanto al ámbito psíquico, este autor, destaca el hecho de que este deporte mejora notablemente la capacidad de concentración y de hecho indica que este deporte se ha empleado en algunas escuelas como tratamiento para niños con problemas de concentración.

En lo que se refiere a los beneficios específicos, Francisco Monreal (2002) cita los dos aspectos de los que ya se ha hecho referencia con anterioridad: la capacidad de orientación, ya que a través de ella será capaz de saber en qué situación se encuentra dentro del campo, necesario entre otras cosas para saber dónde está la portería contraria a la hora de tirar o en qué situación del campo se encuentra a la hora de parar. El citado autor, apunta, no sin lógica, que el sentido de la orientación es fundamental en el día a día de un ciego.

Por otro lado, dentro de estos beneficios específicos destaca también la potenciación del sentido auditivo, ya que en él se basa el jugador, para saber dónde está el balón, de dónde viene y en qué dirección va.

A continuación, se explica una manera somera el reglamento de este deporte y aquello que necesita conocerse a la hora de plantearse una actividad centrada en esta especialidad deportiva.

En primer lugar, la imagen que se presenta a continuación recoge la forma, medidas y elementos referidos al campo de juego:



Al respecto del terreno de juego, hay que indicar que se juega en suelo de gimnasio, que las medidas del campo, como se puede apreciar son de 18 metros de largo por 9 de ancho, que el campo se divide en tres zonas: zona de defensa, zona de lanzamiento y zona neutral y que dentro de la zona de defensa, hay una líneas señaladas, dos de ellas en la mitad de dicha zona y otras que indican 0,5 metros. Todas estas líneas como todas las demás del campo tal y como indica Francisco Monreal (2002) medirán 0,05 metros de ancho y tendrán un relieve producido por colocar una cuerda bajo la cinta lo que servirá para que el jugador se oriente. Cada zona tiene 3 metros de largo por 9 de ancho a excepción de la zona neutral que mide 6 por 9. Aunque no aparece en el gráfico, este área neutral está dividida en dos mitades, cada una de ella de 3 metros de largo por 9 de ancho.

En cuanto al equipamiento, dicho autor, indica que las porterías, miden 9 metros de ancho (todo el ancho del campo) por 1,30 metros de alto y evidentemente, debe garantizar la seguridad de los participantes. El balón pesará 1,25 kilos y llevará cascabeles en el interior para generar el sonido necesario que dé información al jugador de dónde se encuentra. Este tipo de balones, como indica el citado autor, son de goma

Por otro lado, es obligatorio para todos los participantes en este deporte, el uso de antifaces y el hecho de que deben permanecer con el puesto durante todo el partido, independientemente de tiempos muertos.

En cuanto a la duración, la bibliografía consultada da lugar a cierta confusión, ya que por un lado Francisco Monreal (2002) indica que el tiempo total de un partido son 20 minutos (10 minutos cada parte), sin embargo, David Huguet (2012) indica que los partidos de este deporte se componen de dos partes de 12 minutos cada una y además propone que, de realizar este deporte en las escuelas, se reduzca el tiempo de cada parte a 5 minutos.

En lo tocante a las infracciones y faltas, y dado que no se pretende dar toda la reglamentación al detalle, sino unas pinceladas, las justas, para enseñar y practicar este deporte en este taller. Por esta razón, me apoyaré para explicarla, en la información que proporcionan David Huguet y Antonio Blanco en su Carpeta de Goalball que va dirigida a maestros de Educación Física. Y para ello, se elabora la siguiente tabla:

INFRACCIONES: Sancionadas con pérdida de balón del equipo que las comete.	
Tiro Prematuro	El jugador tira antes de lo permitido.
Tiro desde fuera	El jugador, cuando tira a portería, está totalmente fuera del campo
Pase fuera	Cuando la pelota sale del campo tras un pase de la misma entre dos jugadores del mismo equipo
Balón pasado	Cuando, tras realizar una parada el jugador defensor, esta sale rebotada más allá de la línea de medio campo.
Pelota muerta	Cuando la pelota se para antes de tocarla ningún defensor.

FALTAS PERSONALES	Castigadas con penalti del jugador que realiza la falta. El jugador infractor, defiende toda la portería solo en un lanzamiento de un jugador rival y sin que corra el tiempo.
Pelota alta	La pelota, tras ser lanzada no toca ni la zona de

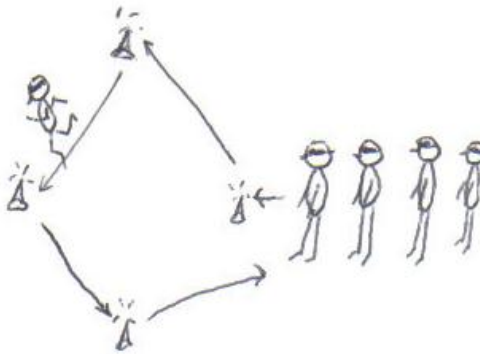
	defensa, ni la de lanzamiento del equipo contrario.
Pelota larga	El balón no toca la zona neutral tras ser lanzado
Pelota corta	El balón se queda parado sin que el equipo defensor pueda cogerlo.
Antifaces	Cuando el jugador toca su antifaz sin que el árbitro se lo permita.
Tercer lanzamiento	Cuando un jugador realiza tres lanzamientos seguidos.
Defensa antirreglamentaria	Cuando el defensor, toca la pelota sin estar en contacto con la zona de defensa.
Retraso en el juego	Cuando el jugador no está preparado para el comienzo o necesita ser orientado.
Conducta antideportiva	

FALTAS DE EQUIPO	Se castigan con un penalti que defenderá el jugador que ha realizado el último lanzamiento de su equipo.
Diez Segundos	Cuando un equipo tarda más de diez segundos en realizar el lanzamiento.
Instrucciones antirreglamentarias	Cuando se dan instrucciones desde los banquillos estando fuera del tiempo muerto.
Retraso del juego	Cuando un equipo detiene el normal desarrollo de un partido por no estar preparado para iniciar el juego.

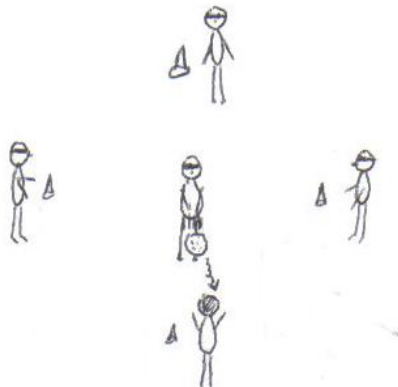
Durante el desarrollo de partidos, será el profesor el encargado de actuar como árbitro diciendo el nombre de la infracción o falta y en este caso, quién es el infractor, además de indicar “¡Fuera!” Cuando la pelota salga del campo por uno de los laterales, “¡Gol!” cuando entre completamente en la portería, o “¡Parada y fuera!” cuando el defensa para la pelota y tras ello, la pelota sale fuera.

Actividades propuestas:

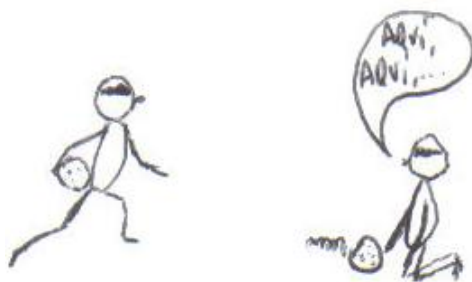
1. En grupos de 5, y con cuatro conos, colocados como se muestra en el dibujo, se trata de desplazarse tocando uno a uno los conos como se muestra en el dibujo.



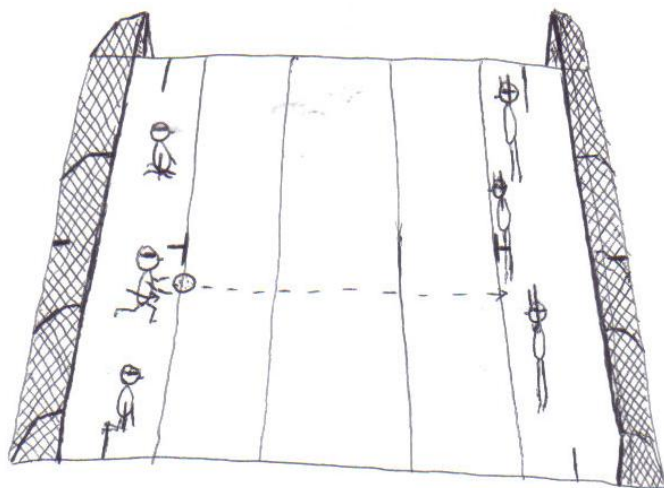
2. Los mismos grupos de 5 y con los conos en la misma situación que se encontraban, y uno del grupo con el balón en el centro. Éste lanzará el balón hacia uno de los miembros del grupo situado junto a uno de los conos. Este último deberá interpretar, sirviéndose de su sentido auditivo, si el balón va hacia él.



3. Por parejas y con un balón sonoro por pareja, se trata de que un miembro de la pareja lanza el balón como se muestra en el dibujo y el otro lo intenta parar. Para ello, el miembro de la pareja que parará, le indicará a su compañero dónde está utilizando su voz.



4. Se juntan tres parejas y se realiza el mismo ejercicio con un solo balón sonoro. El equipo que defiende, puede parar el balón tumbándose sus tres miembros lateralmente como se muestra en el dibujo.



5. Disputa de partidos: se dispondrán dos campos en los que se jugarán partidos de 3 contra 3 durante 3 minutos. Siempre habrá algún equipo que descanse. Los miembros de dicho equipo se encargarán de reorientar en caso de que fuera necesario así como de ir a buscar el balón cuando éste salga del campo y uno de los miembros actuará como árbitro. Los roles los dará el propio profesor u organizador del taller.

*Todas estas actividades, se realizarán con la ayuda del material que a continuación se explicará.

Las cuatro primeras actividades propuestas tendrán una duración de unos 7 minutos. Tras ello, se realizarán partidos por espacio de unos 12 minutos.

Además del goalball, hay otros deportes que podrían desarrollarse dentro de un taller de sensibilización si se quisiera profundizar en este tema, como el atletismo, la natación u otro que también es muy popular entre los ciegos: el fútbol. Todos ellos aparecen recogidos en el documento de Deportes para personas ciegas y deficientes visuales, elaborado por la Federación Española de Deportes para Ciegos.

A la finalización de este taller, se realizará una puesta en común, en la que los alumnos hablarán de las dificultades que han tenido, qué ejercicio les ha supuesto mayor dificultad, que sensaciones han tenido, qué problemas han tenido a la hora orientarse o si les ha gustado el deporte practicado.

MATERIAL

El material que se utilizaría para este taller, sería el siguiente:

- Antifaces,
- Balones sonoros,
- Precinto de 5 cm. de anchura,
- Conos o setas.

Es bastante complicado que se dé el caso de que el centro de secundaria disponga de este material, además la O.N.C.E. no siempre puede facilitar este material o al menos no todo, es decir, quizá podrían facilitar un número determinado de antifaces o balones sonoros, pero sería realmente complicado llegar a disponer de una portería de goalball.

Por ello, hay autores, que proponen ideas alternativas a la hora de conseguir dicho material, por ejemplo, las porterías podrían lograrse dibujándolas en la pared del gimnasio mediante el precinto anteriormente citado.

- Antifaces: son un elemento obligatorio y fundamental en deportes como el goalball y permiten la realización de este taller con personas videntes, ya que gracias a este elemento, conseguiremos que la persona vidente experimente las sensaciones de un ciego. A través de ellos, lograremos que la visión de todos los participantes se iguale impidiendo que ninguno de ellos vea nada. La manera de lograr estos antifaces, puede ser muy variada. Pueden ser de utilidad, aquellos que se usan para evitar la luz en medios de transporte públicos. Sin embargo, este material se puede improvisar o incluso construir. Por ejemplo, una manera de lograr un efecto cegador es utilizando un pañuelo que impida al alumno ver nada. No obstante Antonio Blanco y David Huguet, proponen en su carpeta de goalball, la realización de dicho material. Para ello, proporcionan un modelo a tamaño real en dicha carpeta para que cada alumno, a partir de algún material más o menos resistente a modo de cartulina o material plástico y una goma elástica, pueda fabricarse su propio antifaz. Evidentemente, sería muy interesante que la O.N.C.E. o algún organismo especializado en esta discapacidad, nos facilitara este material, ya que de esa manera ganaríamos tiempo y se reducirían las dificultades.

- Balones sonoros: este material es más difícil de lograr si no es comprándolo, por tanto su construcción o improvisación no es fácil. Según la bibliografía consultada, autores como David Huguet y Antonio Blanco o Francisco Monreal, indica lo que recoge la normativa del goalball, esto es, que son balones con un peso de 1,25 kilos , con una circunferencia de aproximadamente 0,76 metros y 8 agujeros de 0,01 metros de diámetro cada uno de ellos. Además indican que está fabricado de goma y que la dureza la determina el Comité Técnico de Deportes de la Federación Internacional de Deportes para Ciegos (I.B.S.A). Este balón tendrá en su interior una serie de cascabeles que son los que generarán el sonido que aporte a los participantes la información sobre en qué punto se encuentra el balón, qué trayectoria sigue o a qué velocidad va. Según la información que me aportaron en la

O.N.C.E. en Cantabria, el precio de estos balones está en torno a los 79 euros. En el caso del taller y dependiendo del número de alumnos, se requerirían mínimo unos 10 balones ya que hay un ejercicio que consiste en pasarse el balón por parejas, sin embargo, si no dispusiéramos de los suficientes balones, podría realizarse el mismo ejercicio en grupos más numerosos.

- Precinto de 5 cm. de anchura: necesario para señalar líneas en el suelo o incluso dibujar una portería en la pared. Mediante esto y una cuerda bajo él, se puede realizar un campo en cuyas líneas haya un relieve, necesario para que el jugador pueda orientarse en todo momento.
- Conos o setas: serían necesarios en ciertos ejercicios como el de desplazarse tocando cada cono o seta. Este material se puede encontrar entre el material del que disponen la práctica totalidad de los departamentos de Educación Física y tienen una gran utilidad además de dar muchas soluciones.

CONCLUSIONES:

La educación, tal y como recoge la Constitución Española, es un derecho de todos, por eso, la tendencia actual en este campo es la de incluir e integrar a todos los alumnos independientemente de sus características físicas o personales. En el caso de la Educación Física, esta inclusión se lleva a cabo mediante la Actividad Física Adaptada.

Los talleres de sensibilización cuya idea es situar al alumno vidente en la posición de un ciego, son muy comunes y pueden ser de gran utilidad a la hora de fomentar esa inclusión y aceptación en el caso de la ceguera.

Las estrategias, situaciones o juegos que se emplean en estos talleres ayudan no sólo a situar a un alumno vidente en la situación de un ciego, sino a desarrollar en éste una serie de capacidades como la de la orientación o el

sentido auditivo que seguramente tengan menos desarrollados que una persona con esta discapacidad y proporcionan al profesor una herramienta de gran utilidad a la hora de tener que adaptar su programación a un alumno ciego. Por otro lado, estos juegos y deportes practicados en estos talleres también tendrán unos beneficios para un ciego en muchos aspectos como el físico, ya que le ayudarán a mejorar su movilidad o en el aspecto social, puesto que mejorará su integración.

Los contenidos recogidos en este taller, no sólo se dan en talleres, sino que cada vez más profesores los recogen dentro de su programación a modo de Unidad Didáctica, incluso en clases en las que no haya ningún alumno invidente.

La inclusión dentro de estos contenidos de un deporte específico para ciegos como el goalball es muy habitual y a mi juicio, está plenamente justificada, ya que es una actividad que aporta muchos beneficios a quien la practica requiriendo muy poco material y cuya consecución es relativamente sencilla. Además es un deporte cuya explicación y comprensión no plantea demasiadas dificultades y cuya práctica suele resultar fácil y entretenida. Otros deportes como el fútbol-sala para ciegos por ejemplo, entraña una mayor dificultad, requiere una mejor capacidad de orientación y puede ser más lesivo.

Para poder trabajar este tipo de contenidos ya sea en talleres o en otras situaciones, disponer de material resulta indispensable. Dicho material puede comprarse, solicitarse a organizaciones especializadas en ceguera o incluso fabricarse o improvisarse con otros materiales. Dentro de la bibliografía consultada, se proporciona incluso un modelo de antifaz a tamaño real para que el alumno lo calque y a partir de él elabore su propio antifaz.

Hay algunas organizaciones como la O.N.C.E. cuyo personal es experto en ceguera. Por ello, los profesores que tengan en clase un alumno ciego, pueden y deben solicitar la colaboración de estos profesionales para que le proporcionen información sobre las características de ese alumno y cómo

trabajar con él. Y también para que le faciliten material, si fuera necesario. Por ejemplo transcripciones a Braille de información en papel, etc.

La Educación Física, a través de esas actividades permite al alumno adquirir una serie de beneficios a nivel social, mejorando su integración e inclusión, a nivel físico, dado que mejorará su capacidad motriz. Estos beneficios son fundamentales en el día a día de cualquier persona y esta materia se torna fundamental a la hora de lograrlos.

BIBLIOGRAFÍA

- Blanco, A., & Huguet, D. *Carpeta de Goalball*. Barcelona: O.N.C.E.
- Blanco, A., & Huguet, D. *Carpeta Sensibilizadora 1*. Barcelona: O.N.C.E.
- C.R.E. O.N.C.E., B. (s.f.). *Centro Recursos Educativos de la ONCE en Barcelona*. Recuperado el 31 de mayo de 2013, de <http://blocs.xtec.cat/creoncebarcelona/category/castellano/educacion-fisica/>
- Entrevista al Equipo Educativo de la, O.N.C.E. (14 de junio de 2013). (P. Sazatornil Pinedo, Entrevistador)
- Gómez-Ulla de Irazazábal, F., & Ondategui-Parra, S. (2012). *Informe sobre la ceguera en España*. Ernest & Young S.L.
- Huguet Mora, D. (s.f.). *Accesibilidad y Supresión de Barreras Arquitectónicas, Urbanísticas y de la Comunicación*. Recuperado el 12 de junio de 2013, de <http://adafe.info/TECAF/modulos/discapa/contenid/bloque1/leysobrebarreras.htm>
- Huguet Mora, D. (s.f.). *Educación Física y Deportes para alumnos con Discapacidades Físicas, Psíquicas y Sensoriales*. Recuperado el 12 de junio de 2013, de <http://adafe.info/TECAF/modulos/discapa/contenid/bloque1/depordiscap.htm>
- Huguet Mora, D. (s.f.). *las personas con discapacidad*. Recuperado el 10 de junio de 2013, de <http://adafe.info/TECAF/modulos/discapa/contenid/bloque1/personasdiscapaci.htm>

- Huguet, D. (s.f.). *Integración de los discapacitados*. Recuperado el 2 de junio de 2013, de <http://adafe.info/TECAF/modulos/discapa/contenid/bloque1/integracion.htm>
- Matos Rodríguez, J. D. (s.f.). *Contenidos de Actividades Físicas para personas con discapacidades*. Recuperado el 8 de junio de 2013, de <http://adafe.info/TECAF/modulos/discapa/contenid/bloque1/deportemenoria.htm#>
- Monreal, F. (2002). Goalball. En F. e. Ciegos, *Deportes para personas ciegas y deficientes visuales* (págs. 127-144). Madrid: IRC, S.L.
- Ministerio de Educación, C. y. (s.f.). *Técnico en Conducción de Actividades Físico-deportivas en el Medio Natural*. Recuperado el 10 de junio de 2013, de <http://www.todofp.es/todofp/formacion/que-y-como-estudiar/oferta-formativa/familias/actividades-fisico-deportivas/conduccion-actividades-fisico-deportivas.html>
- Ministerio de Educación, C. y. (s.f.). *Técnico superior en Animación de Actividades Físicas y Deportivas*. Recuperado el 10 de junio de 2013, de <http://www.todofp.es/todofp/formacion/que-y-como-estudiar/oferta-formativa/familias/actividades-fisico-deportivas/animacion-actividades-fisico-deportivas.html>
- OMS. (s.f.). *Organización Mundial de la Salud*. Recuperado el 14 de junio de 2013, de http://www.who.int/features/factfiles/blindness/blindness_facts/es/index.html