

Actividades psicomotrices para motivar a los discapacitados físicos motores a la práctica de deporte

Psychomotor activities to motivate the physically disabled to practice sport

Evelia Luisa Massó-Nápoles¹, Yasmani Reyes-Castañeda²

¹***Lic. Profesor Asistente. Centro Provincial de Medicina Deportiva, Guantánamo, Cuba.***

²***Lic. Profesor Instructor. Universidad de Guantánamo. Cuba.***

Email:

eveliamn@cug.co.cu

yasmairc@cug.co.cu

Fecha de recepción: 28 de noviembre de 2021

Fecha de aceptación: 6 de enero de 2022

RESUMEN

El deporte es una de las opciones que tienen las personas con discapacidad para su incorporación e integración en actividades sociales, por lo que resulta necesario el estudio y el diagnóstico del comportamiento de los indicadores motivacionales. El artículo que se presenta tiene el propósito de exponer actividades psicomotrices que motiven a los discapacitados físicos motores a la práctica de deporte. La aplicación de métodos como la observación, entrevista y el análisis de documentos permitieron abordar con mayor fundamento las insuficiencias detectadas con relación a la motivación por la práctica de deportes que dieron origen al problema que se investiga.

Palabras clave

Motivación deportiva; Actividades psicomotrices; Discapacitados físico-motores; Práctica deportiva.

ABSTRACT

Sport is one of the options that people with disabilities have for their incorporation and integration into social activities, which is why it is necessary to study and diagnose the behavior of motivational indicators. The article that is presented has the purpose of exposing psychomotor activities that motivate the physically disabled to practice sport. The application of methods such as observation, interview and document analysis allowed to address with greater foundation the insufficiencies detected in relation to the motivation for the practice of sports that gave rise to the problem under investigation.

Keywords

Sports motivation; Psychomotor activities; Physical-motor disabled; Sport practice.

INTRODUCCIÓN

La sociedad socialista plantea garantizar la educación de todos nuestros niños incluyendo aquellos que presentan deficiencias físicas o mentales, con el fin de hacerlos ciudadanos útiles, principio éste que está recogido en la Constitución Socialista de Cuba y que rige todo el Sistema Nacional de Educación.

La práctica del deporte en las personas con discapacidad es una realidad tangible en nuestra sociedad y en el mundo; a pesar de sus limitaciones físicas y motoras constituye para estas personas una vía para valorar la vida de otra manera y para utilizar sus potencialidades en una práctica sana. Cañizares (2008).

Muchos autores refieren que los defectos físicos o mentales no son más que discapacidad, o sea, deficiencias, pérdida o anomalía de una estructura o función psicológica o anatómica, puede ser innata o adquirida, permanente o temporal, intelectuales, del lenguaje, de audición, visión, musculares o esqueléticas.

Según la Organización Mundial de la Salud (1980) (en adelante OMS) discapacidad se refiere a toda restricción o ausencia de la capacidad de realizar una actividad en la forma o dentro del margen que se considera normal para un ser humano.

La mayoría de los autores definen la discapacidad motora como un trastorno de la capacidad motriz (alteración del aparato motor), de carácter transitorio o permanente, a consecuencia de una deficiente funcionalidad en el sistema muscular, óseo-articular y/o nervioso, impidiendo un ritmo evolutivo normal de dichos sistemas. Estas deficiencias van a ocasionar la falta de control en la ejecución de los movimientos o bien la carencia de estos.

Con respecto a esto Pérez (2012) se enmarca en lo referido por el doctor Gúttman cuando planteó que el deporte debe convertirse en una fuerza impulsora para que las personas con discapacidad busquen o establezcan contacto con el mundo que los rodea, permitiéndoles el reconocimiento como ciudadanos iguales y respetados.

Teniendo en cuenta lo anterior no podemos dejar pasar por alto la psicomotricidad, que según García (1997) la define es el estudio y tratamiento de los comportamientos motores inadecuados, inadaptados a situaciones evolutivas, sean estas elegidas e impuestas por razones de orden psíquico, psicológico y psicoafectivo, o ligadas a un déficit de carácter instrumental o a un gran síndrome psicomotor.

Incursan en el tema otros autores tanto en el ámbito nacional como internacional. Entre ellos el Portugués Víctor da Fonseca (1997), y en la esfera nacional se destacan las autoras Bécquer (2002) y Rodríguez (2002), Cañizares, (2008).

Dentro del universo de la Educación Especial en Cuba se encuentra como vía de extensión el Movimiento Cultural Deportivo (Olimpiadas Especiales), que tiene como misión promocionar entrenamiento deportivo y competición atlética durante todo el año para las personas mayores de 8 años de edad y mayores con discapacidad mental, dándoles oportunidad de desarrollar la aptitud física, demostrar coraje, experimentar alegría y participar en un intercambio de premios, destrezas y compañerismo con sus familias, otros atletas especiales y la comunidad;

Es precisamente en este contexto que aparece la Educación Física dirigida al mejoramiento del desarrollo físico y a propiciar el alcance de un nivel adecuado de preparación física, así como ofrecer conocimientos específicos sobre los contenidos que abarca, con actividades físicas y deportivas que se realizan en la escuela en cumplimiento de un programa determinado. Por eso la Educación Física, juega un papel fundamental en el desarrollo de la personalidad en formación de la niñez y la juventud que presentan deficiencias físicas o mentales con el fin de lograr la total, plena y activa integración social.

Todo esto se logra cuando al niño desde pequeño se les enseña y se les prepara para la vida. Vigotsky (1989) considera que el papel rector en el desarrollo psíquico del niño, corresponde a la enseñanza, y que esta es desarrolladora solo cuando tiene en cuenta dicho desarrollo.

Para que una persona con discapacidad logre incluirse en algún tipo de actividad física necesita tener un motivo, un interés o una aspiración muy grande relacionada con la actividad deportiva o el deporte propiamente dicho.

Los motivos son formas en que la personalidad asume, procesa y elabora sus diferentes necesidades. Son internos y se forman en la incidencia de la personalidad sobre sus necesidades. Bello y Casales (2002).

La motivación, como proceso, constituye una orientación activa y persistente de la persona hacia determinados objetos-metas, requiere en el ámbito deportivo, que el entrenador haga un buen uso de ella, tomando en cuenta todos aquellos indicadores personales y sociales, así como situacionales que pudieran afectarla en sus componentes direccional y dinámico. Sánchez (2005).

Existen varias teorías relacionadas con la motivación, entre ellas están: la teoría de los motivos directos e indirectos, la de las motivaciones básicas, la intrínseca y la extrínseca, la de atribución, la de autoeficiencia, la de metas de logro, entre otras.

Es importante tener en cuenta que cuando interactuamos con personas con discapacidad se torna más difícil trabajar la motivación, ya que en ellos hay tendencia a que predomine el complejo de inferioridad, y por tanto no movilizan su conducta en función de descubrir otras potencialidades también necesarias para la vida en sociedad.

Por lo anterior expuesto la autora se inclina más por la teoría de la motivación extrínseca e intrínseca, según Sánchez (2005) estas motivaciones se han clasificado como externas e internas. La motivación se considera extrínseca cuando el comportamiento está orientado a seguir una recompensa, se realiza un esfuerzo que no está vinculado directamente con la tarea a realizar, el premio material es una aspiración. En cambio, la motivación intrínseca aparece cuando en la realización de la tarea o la actividad el individuo vivencia la satisfacción que ella le brinda, no requiere del esfuerzo externo, ni de la recompensa como elemento esencial.

Aún existen varios elementos que desde lo psicológico deben ser esclarecidos con mejor precisión, cuyo objeto de estudio se dirige al proceso de motivación deportiva. Sin embargo, en la práctica se evidencian comportamientos que muestran insuficiente variabilidad de ejercicios adaptados a la discapacidad, provocado por la no existencia de un programa rector para las clases de educación física.

Los elementos antes expuestos fundamentan un problema a resolver, para lo cual se determinó como objetivo elaborar actividades psicomotrices que motiven a los discapacitados físicos motores a la práctica de deporte. Para ello se utilizaron varios métodos como: el análisis de documentos, la observación y la entrevista que sirvieron para identificar las insuficiencias en la motivación de discapacitados físicos motores a la práctica de deporte.

MÉTODOS

La investigación se realizó en la escuela 14 de junio en el curso 2018-2019. La misma se centró en el estudio de los indicadores motivacionales de los alumnos con discapacidad motriz. En la constatación inicial se recolectaron datos de cuatro fuentes fundamentales: profesores, metodólogo, alumnos y el programa de educación física. En este sentido se seleccionaron 3 profesores de Educación Física y 1 metodólogo y 15 alumnos con discapacidad, para un total de 19 personas, constituyendo estos el 100 por ciento de la muestra.

Para la determinación del comportamiento del estado actual de los indicadores motivacionales se realizó un diagnóstico psicológico, dividido en tres momentos, que permitió determinar las causas de la baja motivación de los discapacitados físicos motores a la práctica de deporte.

Un primer momento dirigido a la preparación, organización y planificación del diagnóstico, un segundo momento relacionado con la aplicación del diagnóstico, un tercer momento que fue la culminación del diagnóstico.

En la preparación, organización y planificación del diagnóstico el objetivo fundamental estuvo dirigido a planificar la obtención de la información a partir de las representaciones que los alumnos con discapacidad motriz tienen con respecto a la práctica de deporte.

El momento de aplicación del diagnóstico estuvo centrado en la utilización de los instrumentos de investigación seleccionados para obtener la información necesaria de las diferentes fuentes.

La culminación del proceso de diagnóstico tuvo como objetivo: realizar un análisis de la información recopilada para la identificación del comportamiento de los indicadores motivacionales.

A partir de las entrevistas realizadas a los profesores de educación física, al metodólogo y a los alumnos con discapacidad motriz con el objetivo de conocer el nivel de información que los alumnos tienen con respecto a la práctica de deporte, y la percepción de los profesores y el metodólogo del comportamiento de estos en este tipo de actividad se corroboró que estos alumnos tienen gustos muy variados, valoran la importancia de realizar ejercicios físicos, pero no son conscientes de las condiciones y las potencialidades que tienen para practicarlos. Tanto los profesores como el metodólogo consideran que estos alumnos sí pueden practicar deporte, aunque ellos como profesores deben contribuir más al cumplimiento de esto.

Con la revisión y análisis de documentos se constató que las clases de educación física para estos alumnos se rigen por el programa rector y que no existe un programa específico para el trabajo con alumnos con discapacidad, motivo por el cual no son suficientes las actividades planificadas para motivarlos a la práctica de deporte.

Después de realizadas varias observaciones a clases de educación física se evidenció que estos alumnos a pesar de su discapacidad asimilan adecuadamente las orientaciones que les dan, y tratan de ejecutarlas lo mejor posible, algunos con más dificultad que otros, pero tratan de terminar el ejercicio o la ejecución. Los métodos utilizados por los profesores son buenos, pero deben apoyarse en otros recursos para aumentar la motivación por sus clases y por la práctica de actividad física o deporte.

También fue necesario el apoyo de otras técnicas psicológicas como la composición y los 10 deseos con el objetivo de identificar las principales necesidades y el nivel de aspiración, revelándose que estos alumnos dan mayor prioridad a las actividades que no tienen que ver directamente con la actividad deportiva o el deporte propiamente dicho, entre sus prioridades están jugar, pasear, ir a una fiesta o leer. En ellos también están presentes necesidades de afecto y de seguridad. Aunque les gustan las clases de educación física en su mayoría manifiestan no sentirse lo suficientemente motivados para practicar algún tipo de deporte.

En resumen, podemos decir que estos alumnos necesitan que incorporen nuevas actividades a sus clases de Educación Física que movilicen su conducta en función de aumentar la motivación por la práctica de deporte.

Teniendo en cuenta estos elementos se procede a la elaboración de las actividades psicomotrices para motivar a los discapacitados físicos motores a la práctica de deporte, las cuales se presentan a continuación:

RESULTADOS

Estructura metodológica de las actividades psicomotrices que se proponen.

Las actividades que se proponen se estructuran metodológicamente de la forma siguiente:

Nombre: Identifica cada una de las actividades en correspondencia con su objetivo.

Objetivo: Expone la finalidad de cada una de las actividades.

Metodología: Se describen los elementos a tener en cuenta para la correcta organización y ejecución de cada actividad.

Fecha de realización: Hace referencia a la fecha en la que se desarrollará la actividad.

Tiempo de duración: Indica el tiempo que va a durar la actividad.

Fecha de evaluación: Se refiere a la fecha en que se evaluarán los resultados de la actividad, así como su impacto.

Actividad # 1

Nombre: Aprendiendo a vivir.

Objetivo: Elevar el nivel de conocimiento sobre la actividad deportiva.

Metodología: Se forman 2 hileras, cuando el profesor suene el silbato salen los corredores tratando de vencer los obstáculos que aparecen en la carrera (la distancia la determina el profesor). Cuando lleguen a la meta deben escoger una tarjeta con frases incompletas relacionadas con la actividad deportiva y ellos tendrán que completarlas.

Reglas:

- El primero que llegue a la meta acumula un punto para su equipo.
- El que complete la frase gana un punto para su equipo.

Gana el equipo que más puntos acumule.

Fecha de realización: Según planificación.

Tiempo de duración: Según planificación.

Fecha de evaluación: Según planificación.

Actividad # 2

Nombre: Los deportes en Cuba.

Objetivo: desarrollar habilidades físicas y cognoscitivas.

Metodología: Se forman los alumnos en un círculo y se coloca uno en el centro con los ojos vendados. Cada alumno tendrá el nombre de un deporte practicado en cuba, incluyendo el que está en el centro.

Hecho esto el alumno que está en el centro dice el nombre de un deporte representado por los demás niños y éste va al centro y tiene que ejecutar acciones propias de ese deporte (lanzar, correr, patear, saltar, entre otras). Así se repite hasta que lo haya hecho el último niño.

Reglas:

- Para ir al centro del círculo hay que esperar que se mencione el nombre del deporte.
- Gana el alumno que mejor ejecute las acciones.

Fecha de realización: Según planificación.

Tiempo de duración: Según planificación.

Fecha de evaluación: Según planificación.

Actividad # 3

Nombre: Fichero del saber.

Objetivo: identificar las acciones deportivas.

Metodología: Se divide el grupo en dos equipos. En una mesa hay varias tarjetas en las cuales aparecen fotos de diferentes deportes. El niño que escoge la tarjeta, sin hablar, debe imitar acciones propias de ese deporte, y el otro equipo tiene que identificar el nombre del deporte según las acciones mostradas.

Reglas:

- El niño que imita la acción no puede hablar.
- El equipo que adivine correctamente el nombre del deporte gana un punto.

- Gana el equipo que más puntos acumule.

Fecha de realización: Según planificación.

Tiempo de duración: Según planificación.

Fecha de evaluación: Según planificación.

Actividad # 4

Nombre: Camina y aprende.

Objetivo: ampliar los conocimientos sobre la práctica de deporte.

Metodología: Se forman 2 equipos en hileras. Se traza una línea recta para cada equipo desde la salida hasta la meta. A la orden del profesor salen los primeros niños caminando por esa línea imitando acciones del deporte que más les gusta hasta llegar al final. Al llegar a la meta deben responder preguntas relacionadas con la importancia de la práctica de actividad física o deporte. Ejemplo: ¿Qué importancia tiene la práctica de ejercicios físicos para los niños?

Reglas:

- Los niños no deben salirse de las líneas.
- Gana el equipo que más preguntas responda.

Fecha de realización: Según planificación.

Tiempo de duración: Según planificación.

Fecha de evaluación: Según planificación.

Con la aplicación de las actividades propuestas se pudo demostrar que en un momento inicial estos alumnos carecían de información con respecto a la práctica de deporte y que la mayoría de las actividades que realizaban no se individualizaban según la discapacidad de los mismos, todo esto provocado por la no existencia de un programa rector o un material de apoyo para el trabajo con alumnos con discapacidad motriz.

Después de aplicadas las actividades donde se combinan la acción con el conocimiento se corroboró que estos alumnos identifican mejor la importancia de la práctica de deporte, reconociendo las potencialidades con las que cuentan para practicarlo y demostrar que ellos también pueden incluirse en este tipo de actividad con resultados exitosos, evidenciándose un mayor interés y por ende una mayor motivación por incluirse en la práctica de deporte.

DISCUSIÓN

A partir del estudio realizado quedó demostrado que las personas con discapacidad pueden incluirse en múltiples actividades de carácter social.

La novedad de la investigación reside en combinar lo físico con lo cognitivo a través del juego, porque teniendo en cuenta las características de la etapa y la demanda de sus necesidades es la vía más apropiada para que llegue el mensaje y así poner en práctica la intención de este trabajo. Dichas actividades se caracterizan por ser flexibles, transformadoras, integradoras y sistemáticas, constituyen una herramienta de gran utilidad para contribuir a la motivación de discapacitados físicos motores a la práctica de deporte.

Dentro de los aportes dados por Sánchez (2005) al estudio de la motivación, se evidencia que la fuerza de las motivaciones, su permanencia, la correspondencia con los objetivos esenciales y con las orientaciones valorativas de la personalidad, son condiciones definitorias de la actividad conscientemente orientada hacia un objetivo.

Por otra parte, Sánchez (2005) expone las teorías de las cuales se sustenta el estudio de las motivaciones, clasificándolas a su vez según el modo de expresión de las mismas.

Las deficiencias encontradas durante el diagnóstico realizado, demuestran que, a pesar del empeño de los profesores por motivar a los alumnos se necesita incrementar los esfuerzos para que ellos sean cada vez más conscientes de todo lo que pueden hacer y de la importancia de la práctica de deporte para su salud física y mental. Se comprobó que estos alumnos con discapacidad motriz necesitan información, orientación y ser incluidos en actividades motivadoras y desarrolladoras que aumenten su interés por el deporte.

Las actividades elaboradas constituyen una herramienta de gran utilidad para despertar la motivación por la práctica de deporte en personas con discapacidad motriz desde edades tempranas, garantizándoles bienestar físico y psicológico y por ende una mayor integración y participación en actividades sociales.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Cañizares, M. (2008). *La Psicología en la Actividad Física. Su aplicación en la Educación Física, el Deporte, la Recreación y la Rehabilitación*. La Habana: Editorial Deportes
- Pérez, J., Reina, R. y Sanz, D. (2012). La Actividad Física Adaptada para Personas con Discapacidad en España: perspectivas científicas y de aplicación actual. *Cultura, Ciencia y Deporte*, 7(21), pp. 213-224. Recuperado a partir de <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=163024688008>
- García, J. (1997). Terapia Psicomotriz en la inestabilidad psicomotriz o hipercinesia. Equipo CITAP. Psicomotricidad. Revista de Estudios y Experiencias. Enero-febrero. Madrid.
- Vigotsky, L. (1989). *Fundamentos de Defectología*. La Habana: Pueblo y Educación.
- Bello, Z. y Casales, J. (2002). *Psicología General*. La Habana: Editorial Félix Varela.

Sánchez, M. (2005). Psicología del entrenamiento y la competencia deportiva. Cuba. Editorial Deportes.

Sampieri, R., Fernández, C. y Baptista, P. (2006). Metodología de la Investigación. Cuarta edición. GMG México.