



Universidad
Zaragoza

Trabajo Fin de Grado

Magisterio en Educación Infantil

La inclusión de las personas con
Discapacidad Intelectual. Intervención en el
programa YAP

The inclusion of people with
Intellectual Disability. YAP program
intervention

Autor/es

Laura Fernández Gil

Director/es

Jorge Arbués Salazar

FACULTAD DE EDUCACIÓN
Año 2019

ÍNDICE

Resumen	3
1. Introducción	5
2. Marco teórico	7
2.1. Antecedentes a la inclusión	8
2.2. El deporte inclusivo	11
2.3. Special Olympics	16
2.3.1. El deporte unificado en Special Olympics	17
2.3.2. YAP inclusivo	18
2.4. Metodologías	19
2.5. Educación	21
3. Marco normativo	27
4. Intervención	30
4.1. Contexto	30
4.2. Metodología	31
4.3. Sesiones.....	33
4.4. Observaciones y conclusiones.....	39
4.5. Cuestionarios	41
5. Conclusiones	48
6. Bibliografía.....	50
7. Anexos	53

Título: LA INCLUSIÓN DE LAS PERSONAS CON DISCAPACIDAD INTELECTUAL. INTERVENCIÓN EN EL PROGRAMA YAP

Title: The inclusion of people with Intellectual Disability. YAP program intervention

- Elaborado por Laura Fernández Gil
- Dirigido por Jorge Arbués Salazar
- Presentado para su defensa en la convocatoria de Septiembre de 2019
- Número de palabras: 17.520

RESUMEN

Special Olympics Aragón es una asociación sin ánimo de lucro, cuyo principal objetivo es fomentar en Aragón el desarrollo personal y la integración de las personas con discapacidad intelectual a través del deporte. Actualmente, se encuentra potenciando los deportes unificados, o deporte inclusivo, en los que deportistas con discapacidad intelectual y deportistas sin discapacidad intelectual conforman el mismo equipo.

El objetivo del presente trabajo es averiguar todos los beneficios y aprendizajes, así como posibles hándicaps, que se derivan de la práctica conjunta del deporte, y poder extrapolarlos al ámbito de la educación. Para ello, he realizado una intervención en la propia asociación (Special Olympics Aragón) en el grupo de YAP, o Programa de Jóvenes Atletas.

Además de la citada intervención, he realizado una revisión teórica acerca del deporte inclusivo así como en la educación que han ido recibiendo todo este colectivo a lo largo de los años. Para no contar tan solo con mi experiencia, he pasado cuestionarios tanto a los monitores, como a las familias y a los propios deportistas, con los que he podido comprender las diferentes posturas que trabajan con las personas con discapacidad intelectual.

Palabras Clave: Discapacidad intelectual, deporte unificado, Special Olympics, inclusión social, educación.

ABSTRACT

Special Olympics Aragon is a non-profit association, whose main objective is to promote personal development and integration of people with intellectual disabilities through sport in Aragon. Currently, it is promoting unified sports, or inclusive sport, in which athletes with intellectual disabilities and athletes without intellectual disabilities make up the same team.

The objective of the present work is to find out all the benefits and learnings, as well as possible handicaps, which are derived from the joint practice of sport, and to be able to extrapolate them to the field of education. For this, I have made an intervention in the association itself (Special Olympics Aragon) in the YAP group, or Young Athletes Program.

In addition to the aforementioned intervention, I have carried out a theoretical review about inclusive sport as well as in the education that this whole group has been receiving over the years. In order not to have only my experience, I have passed questionnaires both to the monitors, to the families and to the athletes themselves, with whom I have been able to understand the different positions that work with people with intellectual disabilities.

Keywords: Intellectual disability, unified sport, Special Olympics, social inclusion, education.

1. INTRODUCCIÓN

La elección del tema sobre la discapacidad intelectual para realizar mi TFG tiene varios motivos. Uno de ellos, es que me interesa mucho el tema puesto que actualmente me encuentro trabajando en una asociación de personas con discapacidad intelectual, donde se está fomentando el deporte unificado, algo que me interesa mucho para mi futura práctica docente, ya que soy de las que cree que las aulas del siglo XXI han de ser aulas diversas, en las que todos aprendan de todos, y todos tengan cabida.

Además, considero que es un tema actualmente candente en la sociedad que nos implica a todos, y más a la comunidad que vamos a pertenecer al ámbito educativo, pues nos encontramos con el debate abierto de la eliminación de las escuelas de Educación Especial.

La Declaración Universal de Derechos Humanos (ONU, 1948), en su artículo primero declara: “todos los seres humanos nacen libres e iguales en dignidad y derechos”. Es por esto, que me permito coger una de las frases de López (2007), en la que muy acertadamente dice que “lo natural de una sociedad, es que todos seamos diferentes y precisamente, el reconocimiento de la diversidad es lo que configura la dignidad humana” (p. 13).

En pleno siglo XXI, todavía tenemos casos de alumnos que son excluidos de las aulas ordinarias por sus discapacidades. Yo no considero que sean discapacidades, pues son personas con capacidades extraordinarias que tienen mucho que enseñarnos, de ahí otras de las causas de haberme decantado por este tema para mi Trabajo Final de Grado.

Como bien se dice en el *Informe de UNICEF sobre el Estado Mundial de la Infancia* (2013), “La exclusión suele ser consecuencia de la invisibilidad” (p.1), y “Una sociedad no puede ser equitativa a no ser que todos los niños y niñas estén incluidos” (p. 17).

Ahora que estamos en el inicio de un nuevo curso escolar, miles de familias con hijos e hijas que padecen una discapacidad intelectual van a quedar fuera de los centros ordinarios, aunque son cada vez más las familias que optan por este tipo de escolarización para sus hijos, pues consideran que es la manera más adecuada para que su hijo/hija consiga un proyecto de vida digno, así como una inclusión total.

Todas estas ideas de las familias se contradicen con el sistema educativo español que actualmente nos encontramos, pues es un sistema carente de apoyos y medios para ofrecer

a todos los alumnos las ayudas necesarias a las necesidades educativas especiales que presentan. (Plena Inclusión, 2015)

Como bien se dice en el artículo de prensa de Plena Inclusión, nos encontramos con un sistema carente de apoyos y medios, pero además, también carente en cuanto a la formación y recursos para el profesorado/monitor.

Aunque deberíamos de hablar solamente de derecho a la educación, cuando hablamos de derecho a la educación inclusiva nos referimos,

“Al derecho humano de todos los niños y niñas a educarse en igual condiciones que los demás, a educarse en el mismo sistema de educación general, garantizándose la adaptación del sistema educativo a las diversas necesidades, preferencias e intereses educativos de cada niño, para lo que se ha de realizar las correspondientes cambios y ajustes de todo el sistema educativo, de modo que cada niño pueda desarrollar su personalidad, actitudes y capacidades hasta el máximo de sus posibilidades y se formen en el máximo respeto en la línea intrínseca del ser humano y sus Derechos Humanos” (Campoy, 2018)

En la encuesta *Discapacidad, Autonomía Personal y Situaciones de Dependencia* (2008), que realizó el Instituto Nacional de estadística se dice que “en España existen 60.400 niños y niñas con limitaciones, en edades comprendidas entre 0 y 5 años; y 78.300 niños y niñas con algún tipo de discapacidad, entre 6 y 15 años” (p. 11).

La frecuencia de padecer una discapacidad intelectual, frente a una sordera, es siete veces mayor. Si en cambio la comparamos con la parálisis cerebral, sigue siendo mayor la frecuencia de discapacidad intelectual en nueve veces; y tres veces más frecuente que la distrofia muscular. (Special Olympics España, 2012)

Me parece importante realizar estudios sobre la discapacidad intelectual en la infancia, que nos permitan obtener un gran conocimiento de la situación en la que se encuentran estos niños y niñas. Además, como se plasman en las cifras anteriores, es muy probable encontrarnos en un aula con un niño que presenta necesidades educativas especiales por discapacidad intelectual.

El objetivo de esta investigación/intervención, es poder observar de primera mano los beneficios/aprendizajes que reciben tanto las personas con discapacidad, como las personas sin ella, de la práctica conjunta de deporte en equipos unificados, concretamente en los formados en la asociación Special Olympics Aragón. Esto me podrá mostrar de primera mano, si la inclusión en las aulas ordinarias es beneficiosa, o por el contrario, no tiene ningún tipo de ventaja.

El trabajo consta de tres partes; la primera parte se trata de una revisión teórica, donde me fijaré en la evolución que ha tenido tanto en el ámbito deportivo como el educativo, el concepto de discapacidad intelectual y la propia actuación con el colectivo. Posteriormente, pasaré a la intervención formada por 5 sesiones, y que se llevará a cabo en la Asociación Special Olympics Aragón, en un programa de iniciación al deporte abierto tanto a niños con discapacidad como sin discapacidad. Para finalizar, analizaré los resultados de los cuestionarios que serán pasados tanto a monitores, como familias y deportistas que forman dicha asociación.

Quiero demostrar que somos nosotros los que ponemos las barreras a todas las personas que consideramos diferentes a nosotros, sin darnos cuenta que todos somos personas diferentes. Debido a la oportunidad de poder realizar una intervención, me fijaré en las conductas, así como en la forma en la que interactúa el grupo. Del mismo modo, podré observar de primera mano los posibles hándicaps de la práctica conjunta del deporte.

En un aula de Educación Infantil, a la que más referencias voy a trasladar, pues es la especialidad con la que trabajaré en un futuro, contando con los apoyos adecuados, y con unas ratios que no sean elevadas, es posible compaginar la educación de todos los niños en un mismo sistema. Además, es el entorno perfecto para incluir a todos los alumnos en un mismo grupo sin que existan diferencias, pues si desde pequeños viven esta situación, quizá se frene toda la discriminación a la que, aun en el siglo XXI, este colectivo de personas sufre cuando llegan a edades adultas. Habrán convivido con todo tipo de personas, por lo que nos les resultará extraño toparse con una persona con Síndrome de Down, por ejemplo, sino que lo verán tan solo como un compañero más, un amigo de juegos y aprendizajes.

Alejandro Picavea (2018) es tajante al considerar que,

“Los niños desde pequeños deben de conocerse y reconocerse unos a otros en la diversidad, aprendiendo unos de otros. Aquellos niños que no tienen dificultades añadidas en su desarrollo, deben de conocer a los niños que sí que las tienen; es de esta forma, como en el futuro sabrán que hay personas que tienen los mismos derechos, pero que lo tienen más complicado.”

2. MARCO TEÓRICO

Para el marco teórico del presente trabajo, voy a fijarme en cinco apartados. El primero de ellos será todo lo referente a la inclusión, incidiendo tanto a nivel general

como en el ámbito del deporte. El segundo apunta a Special Olympics, asociación en la que desarrolle mi propuesta de intervención del trabajo. El tercero alude al deporte inclusivo, presentando una visión desde el deporte unificado en dicha asociación, Special Olympics, y más en concreto en el programa YAP (Young Athletes Program). El cuarto apartado señala a la metodología más utilizada con el colectivo de personas con discapacidad intelectual (pero no por ello exclusiva); es también aquí donde hablaré de los apoyos y recursos más utilizados a la hora de la práctica deportiva, pero que pueden ser igualmente trasladables a un aula. El quinto y último, lo centraré en la inclusión en las aulas ordinarias realizando un recorrido por el sistema Educativo español, y aportando las razones que el Comité de los derechos de personas con discapacidad ha expuesto recientemente en cuanto a la necesidad de un único modelo educativo.

2.1. Antecedentes a la inclusión

Antes de hablar de la inclusión propiamente dicha, cabe mencionar brevemente la evolución que ha tenido el concepto de la Discapacidad Intelectual.

En las últimas décadas, se ha logrado que la sociedad comprenda mejor la discapacidad intelectual, lo que nos ha llevado a que se le de unos nuevos y mejores enfoques tanto para el diagnóstico, como la clasificación o la provisión de apoyos y servicios.

Pero nuestra mejor comprensión también ha tenido otra consecuencia, y es que se han modificado los enfoques de la propia definición de la Discapacidad Intelectual (DI). Al haber un cambio en la definición, como he dicho anteriormente, ha habido un cambio en la clasificación, y la sociedad ha llegado a la conclusión de que nos encontramos ante unas personas educables, por lo que se ha querido (y se sigue luchando) proporcionar una educación basada en la comunidad, y unos apoyos individualizados. Muchos de estos avances, vienen de la mano de la Asociación Americana sobre el Retraso Mental (Luckasson et al., 1992), en su novena edición. Todas estas propuestas que hizo la asociación, supusieron un cambio radical en el paradigma tradicional, basado en el paradigma médico (actualmente considerado como desastroso para la sociedad), que nos venía a decir que la discapacidad es problema de la persona, por lo que se les debía de situar inferiormente al resto de la sociedad; para pasar a un modelo ecológico y contextual, basado no solo en la persona, sino en el interacción que ésta tiene con el contexto. (Special Olympics España, 2012)

Dicho esto, y habiendo cambiando el concepto de la discapacidad, lo que debe de

hacerse definitivamente, y no solamente en la teoría, es llegar a la defunción del modelo médico, pues como sociedad debemos de ayudar a la normalización de todas estas personas para poder ayudarles a su incorporación en la sociedad de la manera más natural posible.

Habiendo dado paso al enfoque multidimensional, aparece el concepto de los apoyos. Es en la décima definición (Luckasson et al., 2002), cuando se revisa y se mejora el enfoque multidimensional propuesto anteriormente. También se ahonda en el modelo de apoyos, que pasa a ser sustancial en el modelo teórico propuesto, así como se matiza y se modifican aspectos referidos a la clasificación o criterios a seguir para la misma. (Special Olympics España, 2012)

Para concluir con la evolución del concepto de la Discapacidad Intelectual, mencionaré el concepto actual, pues ha sido la última definición (undécima), propuesta por Shalock et al. (2010) la que ha producido un fuerte impacto sustancial, así como los cambios en la definición tanto en la concepción como en las prácticas profesionales relacionadas con la Discapacidad Intelectual en todo el mundo, lo que hizo que actualmente sea utilizada por todos los equipos implicados, desde los equipos psicopedagógicos hasta la comunidad investigadora.

La definición que cita Special Olympics España (2012), es la siguiente: “La discapacidad intelectual se caracteriza por limitaciones significativas tanto en funcionamiento intelectual como en conducta adaptativa tal y como se ha manifestado en habilidades adaptativas conceptuales, sociales y prácticas. Esta discapacidad aparece antes de los 18 años.” (Shalock et al., 2010, p. 2)

Hasta llegar a la inclusión en la sociedad de las personas con discapacidad intelectual, éstas han debido de pasar períodos, en los que no han sido reconocida ni su existencia, y en los que han debido de luchar para poder tener una vida digna, donde verse reconocidos sus derechos humanos como personas. Todavía, a día de hoy, no podemos decir que este colectivo ha sido incluido en todos los aspectos de la sociedad, pues en muchos ámbitos siguen siendo discriminados, y sin irnos lejos, uno de ellos es el ámbito de la educación.

Para hacernos una idea de todas las situaciones que a lo largo de los años han vivido las personas con discapacidad, haré un pequeño recorrido histórico.

Comenzaremos por el momento en el que este colectivo era considerado por la sociedad como “personas no entrenables”, lo que hacía que las considerasen personas que debían de ser escondidas, encerradas en sus hogares o incluso internados en centros

clínicos o psiquiátricos. Es decir, vivían un momento de *exclusión* en la sociedad.

Tras la exclusión, se pasó al momento de *segregación*, cuando se comienzan a considerar como personas educables igual que el resto, siglo XIX. Es también en este momento, y debido a este hecho, que se comienzan a crear instituciones especializadas como fue la de Juan Pablo Bonet en España. Aunque la sociedad ha dado un paso a la hora de considerarles personas educables como el resto, todavía estos centros especializados se construyen alejados de los núcleos poblacionales, e incluso a veces cercados por vallas, como medida de protección hacia los habitantes de la sociedad de la posible influencia o cercanía de estas personas. También es posible que esta medida se tomara como protección hacia los internos del centro, ya que todavía estamos hablando de una sociedad que no logra comprender la discapacidad. Es el modelo segregacionista el que se ha prolongado hasta los últimos años del siglo XX.

Tras la segregación, aparece el concepto de normalización que trae un nuevo período para todo este colectivo: la *integración*. El concepto de normalización llega a la sociedad gracias a todas las luchas del colectivo de los padres y profesionales de asociaciones especializadas, que en palabras de Ruiz (2009), “reivindicaron el derecho de quienes tienen algún tipo de discapacidad, a participar en las mismas instituciones que el resto de la sociedad.” Es por tanto que el gran avance en la sociedad llega gracias a la integración, aunque deban de ser las personas con discapacidad las que se adaptan a la propia sociedad para poder responder a las demandas. Llegados a este punto, estamos ante el reconocimiento de la igualdad de oportunidades pero de una manera limitada, pues la inclusión no garantiza el derecho a recibir respuesta a las necesidades que cada una de estas personas presenta, ni siquiera a conseguir la igualdad de metas.

El último eslabón de la evolución del concepto de discapacidad, así como de su tratamiento en la sociedad, es la *inclusión* que en palabras de Ainscow (2001) es “el sistema en el que todo el mundo tiene el mismo derecho a participar.” Es en este punto, donde las personas con discapacidad no son las que deben de adaptarse al sistema, sino que son las modificaciones en el ambiente las que han de llegar a cualquier persona.

Los términos integración e inclusión muchas veces son utilizados indistintamente, empleándose en ocasiones como sinónimos. Para resumir las dos últimas etapas, y más actuales en la sociedad que me ha tocado vivir, se podría decir que la integración es la aceptación de las personas en la sociedad, dejándoles estar presente y participando con actividades diferentes; en cambio, la inclusión sería la aceptación de las personas en la

sociedad, dejándoles estar presente, participando y progresando, es decir, las consideradas 3P.

Pero aunque utilizados de forma simultánea, la inclusión va más allá de la integración. Por ejemplo, cuando hablamos del ámbito educativo, la integración sería que tanto los niños con discapacidad intelectual, como los niños sin discapacidad intelectual, estuvieran admitidos en las escuelas “ordinarias”. La inclusión, sin embargo, va más lejos, y solo es posible cuando el diseño y la administración de las escuelas permiten que todos los niños, con y sin discapacidad, participen juntos en una educación de calidad, y con las mismas oportunidades de recreación. De forma sencilla, en las escuelas de integración tan solo comparten los alumnos escuela, sin embargo, en la inclusión comparten no sólo escuelas sino también las aulas, y todo lo que se deriva de ellas. (Unicef, 2013)

Si hablamos del ámbito del deporte en las personas con discapacidad intelectual, siempre ha sido objeto de estudio de las ciencias sociales. Cuando se comenzó con el cambio y la revolución de todo lo que abarca el colectivo (cuando se comienza a considerar a las personas con discapacidad intelectual como sujetos educables), se pretendió ampliar las bases del deporte popular, así como facilitar la práctica deportiva del mayor número posible de personas en las instalaciones apropiadas. Como bien expusieron García y Lagarreda (1998), “se aspiraba a universalizar la enseñanza y práctica de la educación física y del deporte en la escuela, y todo ello desde la consideración del deporte como un derecho ciudadano, un servicio público” Basille (1990), afirma que “la integración de personas con discapacidad en el ámbito recreativo es esencial para completar el proceso de normalización” (Moscoso y Muñoz, 2012)

La integración social beneficia a todos.

2.2. El deporte inclusivo

Según Carmen Ocete (2013), entendemos por deporte inclusivo “a la actividad física y deporte que permite la práctica conjunta de personas con y sin discapacidad manteniendo el objetivo de la especialidad deportiva que se trate”.

Ahondando en la definición, podríamos coger las palabras de Kasser y Little (2005) para afirmar que el deporte inclusivo es “la filosofía y práctica que asegura que todos los individuos, independientemente de su edad y habilidad, tienen iguales oportunidades de práctica en actividad física.” (Citado en Reina, 2014, p. 56)

El deporte unificado supone la adaptación en las reglas y en el material utilizado,

acorde a las necesidades de cada deportista que lo practica para lograr la participación activa y efectiva de todos los participantes. Es una actitud deportiva a todos los niveles. (Down España, 2013)

Es el deporte inclusivo, el que gracias a él los deportistas practicantes obtienen nuevas experiencias corporales, que a su vez les llevan a variados beneficios, pues incrementan la percepción que tienen de sus logros físicos, así como se dan cuenta de las capacidades que tienen a nivel físico. Además, la práctica de deporte continuado hace que tengan más confianza a la hora de realizar actividades físicas, pues se dan cuenta que son igual de capaces que el resto de los compañeros. (Cansino, 2016)

Conforme aumenta la participación de las personas con discapacidad en las actividades sociales, la sociedad comienza a generar una visión positiva de todo este colectivo, es decir, facilita la normalización de las personas con discapacidad intelectual dentro de la sociedad. Los deportes han ayudado a eliminar numerosos prejuicios sociales, pues ver que un niño o una niña puede sobreponerse a las limitaciones físicas y psicológicas, superando las barreras que en ocasiones supone la práctica deportiva, hace que la sociedad sienta admiración por este colectivo, y se comience a promover el respeto. (Unicef, 2013)

Con los resultados que nos aportan algunos países sobre el acceso al deporte y a la recreación, se nos muestra que no sólo es beneficioso para las personas con discapacidad intelectual, sino que además les da prestigio el participar con niños sin discapacidad intelectual en aquellos deportes o actividades que la sociedad valora positivamente (Unicef, 2013), es decir, podemos concluir que quizá el éxito del deporte inclusivo lo encontramos en todas las interacciones que establecen los deportistas, así como en las tareas que implica el ajuste en función de las capacidades de cada deportista que forma el equipo. (Reina, 2014).

Algunas de las conclusiones que podemos extraer, de algunos autores que han trabajado el deporte inclusivo, como son Block (2000), Block y Obrusnikova (2007), De Pauw y Doll-Tepper (2000), y Pérez-Tejero (2013), son que:

- Cada persona es única, con unas capacidades físicas, cognitivas, emocionales y sociales distintas, que hacen que las necesidades sean específicas a cada miembro. No podemos rechazar la práctica de deporte a una persona con discapacidad intelectual, cuando tienen el mismo derecho a participar en actividades físicas inclusivas.
- Además, cada persona tiene también sus propias habilidades que son el resultado

entre el individuo y el contexto de las prácticas deportivas, en las que se debe de incluir las tareas o actividades que se proponen a realizar.

- Son los usuarios los que deben de elegir sus propias decisiones, no podemos ser nosotros quienes les exijamos la práctica del deporte o no.
- Cada participante, en este caso deportistas, pueden beneficiarse de la experiencia de los demás.

(Reina, 2014)

Cuando hablamos de deporte inclusivo, se nos viene a la cabeza la desigualdad que habría entre participantes de un mismo equipo, cuando en realidad, en la mayoría de los grupos de personas, o de los equipos deportivos, sus integrantes tienen distintas habilidades físicas y destrezas deportivas. Además, el grado de discapacidad intelectual no determina el nivel del atleta en la práctica deportiva, aunque comúnmente se piense lo contrario.

La clave del éxito de estos equipos (y bien cierto, de cualquier equipo deportivo), está en brindar un entrenamiento apropiado, con una práctica suficiente y periódica. Es de esta forma que tanto un deportista sin discapacidad intelectual, pero más aún si hablamos de un deportista con discapacidad intelectual, podrá competir sin ningún problema, tanto en el mismo equipo, como enfrentados a otros compañeros sin discapacidad. (Special Olympics España, 2012)

Es decir, hemos de considerar un equipo de deportistas con discapacidad intelectual de la misma manera que consideramos a un equipo de deportistas sin discapacidad intelectual, que consiguen semana a semana, con entrenamiento, los objetivos marcados. Es por ello, que si un equipo integrado en su totalidad por deportistas con discapacidad intelectual puede lograr lo mismo que un equipo integrado por personas sin discapacidad, estos se pueden fusionar y hablar solamente de práctica deportiva, sin tener que segregar aquellos con discapacidad de los que no la padecen, es decir, ejercer la práctica unificada del deporte.

Las beneficios que se derivan de las prácticas deportivas inclusivas son variados, pudiendo destacar entre ellos “el respeto que se crea entre los compañeros hacia las diferencias y habilidades de cada persona, un conocimiento más profundo de las fortalezas y debilidades propias (Lindsay, McPherson, Aslam, McKeever, y Wright, 2013), un mayor espectro de oportunidades y experiencias (Block, Taliaferro, Campbell,

Harris, y Tipton, 2011), experiencias en un entorno con más motivación y normalización (Pérez-Tejero, Ocete, Ortega-Vila, y Coterón, 2012), desarrollo de recursos para el aislamiento con respecto a otros significativos, incremento del sentimiento de aceptación y comunidad (Suomi, Collier, y Brown, 2003), incremento de contribuir a los objetivos y resultados de los programas, o el aumento del valor individual y autoestima (Martin y Smith, 2002)”. (Citado en Reina, 2014, p. 57)

La práctica deportiva también beneficia en las interacciones que la persona con discapacidad intelectual establece con el entorno, con el resto de los compañeros, con los entrenadores, etc. Además, se aprende a valorar a los compañeros, contando con sus intereses e inquietudes y sus necesidades individuales para poder llegar a la práctica equitativa del deporte. Debemos de cerciorarnos de que la práctica ofrecida es significativa para todos nuestros deportistas, así como sensibilizar y conocer los beneficios de las personas con discapacidad intelectual. Si no somos capaces, nuestros deportistas acabarán infravalorados y sobre todo por sus compañeros. Importante aumentar recursos y estrategias, así como poder ser capaz de dar variantes a las actividades.

Uno de los mayores beneficios que nos aporta el deporte a todo el equipo (entrenadores, profesores, compañeros, etc.), es el valor de trabajar con personas de diferentes habilidades

Uno de los beneficios fundamentales que podremos conseguir si la práctica del deporte es adecuada a nuestros deportistas, será el valor de trabajar con personas con diferentes habilidades, siendo no solamente un beneficio para aquel que se muestra como entrenador, monitor, o profesor, sino también para el resto de los compañeros del grupo.

Pero está claro que para llegar a todos estos beneficios, también nos encontramos con ciertas barreras, que podrían dividirse entre las barreras derivadas de los factores personales, y las barreras que se derivan del entorno.

Son cuatro los autores, Jaarsma, Dijkstra, Geertzen y Dekker (2014), que concluyen que las principales barreras personales son “la propia discapacidad, la salud o la falta de energía/fatiga a la hora de realizar las actividades deportivas”. En cambio, si hablamos de limitaciones marcadas por el entorno, podríamos decir que se encaminan más hacia la falta de oportunidad de la práctica deportiva que en ocasiones tienen las personas con discapacidad, así como la falta de accesibilidad, sobre todo, en material específico que en ocasiones se requiere. Ríos et al. (2009), van más allá al hablar de limitaciones en cuanto a la práctica deportiva de las personas con discapacidad, y concluye que también existen

barreras como “el desconocimiento de la población general hacia las necesidades del colectivo con diversidad funcional, que puede derivar en situaciones de evitación, insolidaridad o falta de sensibilización” (p. 58). Y ya no sólo es la actitud que muestra la sociedad, sino que hay casos en los que nos encontramos que es la propia familia de la persona con discapacidad, la que se muestra reacio, bien sea porque desconocen los beneficios de la práctica deportiva, por sobreprotección hacia sus familiares, o en muchas ocasiones, y por desgracia, por falta de tiempo y dinero. (Reina, 2014)

Con todo, no debemos de confundir el deporte inclusivo con el deporte adaptado, pues si hablamos de deporte adaptado, la definición propuesta por Sanz y Reina (2010), nos explica con claridad a que nos referimos a:

“el Deporte Adaptado englobaría a todas aquellas modalidades deportivas que se adecúan a personas con diferentes capacidades, bien porque se han realizado una serie de adaptaciones y/o modificaciones para facilitar a ese colectivo, o porque la propia estructura del deporte permite su práctica sin adaptaciones relevantes” (p. 58).

Es decir, tan sólo hablamos de aquel deporte, en el que únicamente tienen cabida las personas con algún tipo de discapacidad, y es el deporte el que se adapta a ellos exclusivamente, tanto en materiales como en actividades. Un ejemplo de deporte adaptado sería el deporte paralímpico, donde los deportistas pueden desarrollar un empoderamiento personal teniendo impacto en su salud, bienestar y autoestima, pero no podemos hablar de deporte inclusivo ya que se compete en federaciones separadas, homogéneas, en las que todos los deportistas cuentan con alguna minusvalía o discapacidad.

Es cierto, que como deporte adaptado, integración y promoción del deporte y la actividad física, encontramos un proceso vivo actualmente, pues por ejemplo podemos hablar de las Olimpiadas Paralímpicas, en las que encontramos que más de la mitad de los deportes se engloban en una federación deportiva específica, tanto el deporte ordinario como su sección de deporte adaptado o paralímpico. Además, también contamos con entidades que representan a diferentes colectivos específicos de discapacidad –IOSD- (International Organizations of Sports for the Disabled), o el movimiento deportivos para personas con discapacidad auditiva (International Committee of Sports for the Deaf), o el movimiento de Special Olympics para personas con discapacidad intelectual, asociación de la cual voy a tratar en el siguiente apartado.

2.3. Special Olympics

Special Olympics aparece cuando en 1968 es fundado por Eunice Kennedy Shriver, con el objetivo de promover la práctica habitual del deporte entre las personas con discapacidad intelectual. Es fundada ya que él mismo comprobó de primera mano que todo lo que decían los especialistas sobre estas personas era contrario, pues todas las personas con discapacidad intelectual que estaban practicando deporte en el día de campo que el mismo organizó, gozaban de una mejor calidad de vida que todos aquellos que no practicaban. Es por esto, que la filosofía Special Olympics se basa en que las personas con discapacidad intelectual pueden aprender, disfrutar, y beneficiarse de su participación activa, tanto en deportes individuales, como colectivos.

En el área social, la práctica del deporte favorece la participación de la comunidad, así como la aceptación de las personas con discapacidad intelectual en un ámbito inclusivo. Special Olympics se encarga de adaptar cada uno de los deportes a las necesidades y capacidades propias de cada deportista, brindando de este modo los apoyos necesarios, y llegando al principal fundamento para conseguir la llamada filosofía Special. (Blesa, 2012)

En 1991, Special Olympics llega a España, siguiendo la misma filosofía del movimiento. Se forma como una asociación deportiva sin ánimo de lucro, cuyo principal objetivo es fomentar el desarrollo personal y la integración de las personas a través de diversas actividades deportivas. Actualmente se encuentra presente en 13 comunidades autónomas, ya sea siendo Special Olympics autonómicos, o en convenio de colaboración. El alcance en España llega a unos 16.000 deportistas, y 4.500 entrenadores y voluntarios, participando en 16 modalidades deportivas. Pero las cifras aumentan, ya que es un movimiento internacional presente en 170 países y alcanzando a 3,7 millones de deportistas.

Hasta el año 1992 no se reconoce por el comité Olímpico Internacional, hecho que hace que la asociación Special Olympics se extienda a 170 países, a través de 227 programas acreditados, agrupando a 3,1 millones de deportistas, 750.000 voluntarios y 300.000 entrenadores.

Es en este mismo año, 1992, cuando Special Olympics España, reconoce oficialmente a Special Olympics Aragón. Nace del trabajo realizado por los voluntarios de un club de Tiempo Libre de Zaragoza de personas con discapacidad, que ven la necesidad de hacer deporte con los miembros del club. Observaron lo que previamente intuían: “el deporte ayudaba al crecimiento y desarrollo personal de los discapacitados”. Era por medio del

deporte, lo que les llevaba a mejoras en sus actitudes físicas, intelectuales y de desarrollo emocional, personal y social. (Special Olympics Aragón, 2019)

Special Olympics Aragón proporciona entrenamientos continuados y semanales de octubre a junio en las siguientes disciplinas deportivas: atletismo, baloncesto, fútbol sala, gimnasia deportiva y rítmica, petanca, tenis, tenis de mesa y pádel. En el año 2017-2018, se instauró el programa YAP. Además organiza campeonatos locales, regionales y nacionales de diversos deportes, y asiste a cuantos campeonatos nacionales e internacionales le invita Special Olympics España. Actualmente, está centrado en potenciar los deportes unificados, formando grupos a nivel autonómico, y participando en campeonatos a nivel nacional.

Special Olympics es único en ofrecer oportunidades de deporte para personas con discapacidad intelectual en todos los niveles. Su misión es proporcionar entrenamiento deportivo y competición atlética durante todo el año.

Eunice Kennedy Shriver, nos enseñó “que en el terreno de juego debemos de olvidar nuestras diferencias, hacer llegar nuestra realidad a deportistas, familiares y amigos.” Kennedy realizó un verdadero trabajo para demostrar todas las potencialidades de las personas con discapacidad intelectual, así como todo lo que desarrollaban gracias a la práctica continuada de deporte. (Special Olympics España, 2013)

2.3.1. El deporte unificado en Special Olympics

El programa deportes unificados de Special Olympics, es un programa que une a atletas con discapacidad intelectual y a sus compañeros sin discapacidad intelectual en el mismo equipo para entrenamiento y competición. Una de las principales metas que persigue el programa es la de igualar el nivel de habilidad de los atletas de Special Olympics (deportistas con discapacidad intelectual) con el de sus compañeros (deportistas sin discapacidad intelectual), además de promover la inclusión mediante la práctica y la competición en el mismo equipo. Nos encontramos ante el mayor reto que se ha propuesto Special Olympics, un programa que expande las oportunidades deportivas para los atletas, y que además, busca nuevos desafíos que fomenten la inclusión en la sociedad de los Atletas Special Olympics. El programa Deportes Unificados ayuda a romper progresivamente las barreras que históricamente han mantenido separadas a todas las personas con y sin discapacidad intelectual. (Blesa, 2012)

Actualmente, Aragón dispone de equipo de fútbol 7, un equipo baloncesto, y el programa YAP (Young Athletes Program) trabajado de manera unificada, contando tanto con deportistas con discapacidad intelectual, como sin discapacidad intelectual.

También este año se ha comenzado a trabajar la gimnasia rítmica inclusiva, pues en los entrenos además de los atletas Special Olympics, contamos con deportistas unificados que vienen del Club Aragonés de Gimnasia Artística FLIP FLAP.

2.3.2. YAP *inclusivo*

El programa YAP (del inglés Young Athletes Program) “es un innovador programa de juegos pre-deportivos para niños con discapacidad intelectual, diseñado para introducirlos al mundo de deporte antes de la elegibilidad de Olimpiadas especiales para la competición que es a los ocho años” (p. 5). El programa surge ya que las familias de los niños que eran demasiados jóvenes para competir, niños entre 2 y 7 años, buscaban medios para poder unirse al movimiento de Special Olympics. Gracias al generoso apoyo de la Fundación de Niños Mattel, la Fundación de la Familia Lynch y las familias en general, se creó Atletas Jóvenes. Nos encontramos con un programa de juego apropiado para el desarrollo de los niños con discapacidad intelectual con edades entre los 2-7 años. (Special Olympics Aragón, 2017)

Atletas Jóvenes incluye a niños con discapacidad intelectual y a sus familias, uniéndolos con el mundo de las Olimpiadas Especiales, y persiguiendo los siguientes objetivos:

- Involucrar a los niños con discapacidad intelectual a través de actividades de juego apropiado para el desarrollo dirigidos a fomentar el desarrollo físico, cognitivo y social;
- Dar la bienvenida a miembros de familia de los niños con discapacidad intelectual a la red de apoyos de Olimpiadas Especiales
- Crear conciencia acerca de las habilidades que tienen los niños con discapacidad intelectual a través de la inclusión de pares y la participación en demostración y otros eventos.

(Special Olympics Aragón, 2017)

En Special Olympics Aragón, es la segunda temporada que se trabaja el programa, es decir, se instauró en el curso 2017-2018. Además, se trabaja de forma inclusiva, algo novedoso en el programa, ya que tienen cabida en las sesiones tanto los niños con discapacidad intelectual, como los niños sin discapacidad intelectual. Esto hace que el programa favorezca a las familias, no solo por la iniciación al deporte que se les ofrece, sino también, por las relaciones que establecen los compañeros entre sí.

Actualmente el programa cuenta con 8 niños inscritos, de los cuales 5 tienen una

discapacidad intelectual, y 3 no tienen discapacidad intelectual.

2.4. Metodologías

Las metodologías han ido cambiando conforme se ha ido modificando la forma de conceptuar a la persona con discapacidad. Bellacasa (1990), habló de tres modalidades por las que hemos pasado:

- *Modelo tradicional*, que se asocia a la visión pesimista que tienen los padres de aquellas personas que nacen con discapacidad intelectual, ya que creen que es debido al castigo divino o a la intervención del maligno
- *Paradigma de rehabilitación*, donde no importa ninguna opinión, sino que tan solo es válido el diagnóstico del médico hacia el sujeto
- *Paradigma de autonomía personal*, etapa en la que comienza a considerarse que el objetivo básico a conseguir con todo este colectivo de personas, es el logro de la vida independiente, ya que son capaces de desarrollarse como el resto de las personas

En cambio, por su parte, Casado (1991), estableció cuatro modelos:

- *Integración utilitaria*, momento en el que se acepta al colectivo, pero “con resignación providencialista o fatalista”
- *Exclusión aniquiladora*, momento por el cual las personas con discapacidad intelectual deben de ser escondidas y ocultadas en el hogar
- *Atención especializada y tecnificada*, en la que se prioriza y dominan los agentes sobre el colectivo
- *Accesibilidad*, basado en el principio de normalización (que viene de la mano de la integración), y en el que se establece que las personas con discapacidad tiene derecho a una vida como el resto de las personas

(Citado en Egea y Sarabia, 2004)

Como he dicho anteriormente, conforme hemos ido pasando por los distintos modelos, hemos ido evolucionando en la forma de entender la discapacidad, lo que lleva consigo la forma en la que este colectivo participa en la sociedad. El noventa por ciento de las personas que padecen discapacidad intelectual, tienen una discapacidad intelectual leve (CI entre 50-70). Es cierto que por sus limitaciones de aprendizaje el entrenamiento deberá de ser más guiado, pero también es cierto que si somos capaces de realizar este tipo de entrenamiento, con los apoyos que se necesitan, las personas con discapacidad intelectual serán capaces de seguirlo sin problemas.

Para ello, algunas de las estrategias de enseñanza y entrenamiento (que no solo favorecen a las personas con discapacidad, sino que puede servir como facilitador a todo el equipo) son: la demostración, la movilización física (modelaje), o la manipulación de las partes del cuerpo, así como recomendable señalar con colores visuales aquellas marcas que puedan servir de ayuda a los deportistas. Las tareas a ser aprendidas deberían de ser divididas en pequeños pasos significativos, presentados en secuencia, y luego practicados en total con pequeños cambios o modificaciones que puedan ir siguiendo a la hora de la práctica. Es verdad que con estas pequeñas estrategias, estaremos favoreciendo mucho más la comprensión a las personas con discapacidad intelectual, que simplemente si lo hacemos con una única instrucción verbal. (Special Olympics España, 2012)

En cuanto a una metodología más específica como tal, el modelo de apoyos surge en el contexto de la discapacidad intelectual, pero no por ello es únicamente exclusivo para este colectivo, sino que su alcance y planteamiento puede ser perfectamente aplicable a cualquier tipo de discapacidad o a cualquier persona, así como a cualquier ámbito de aprendizaje. Hablamos de discapacidad intelectual cuando este colectivo “aparece” en la sociedad, y el modelo de apoyos aparece cuando se establece la relación entre dicha sociedad, la cual forma una manera de comprender las diferencias y las actitudes, y da unas respuestas ante eso, es decir, el modelo de apoyos es la respuesta que da la sociedad ante la discapacidad intelectual. Es por ello, que nos encontramos ante un concepto dinámico y cambiante, ya que depende de la sociedad, y la sociedad evoluciona. (Down España, 2013)

La metodología usada en el desarrollo del entrenamiento deportivo, está basada en aplicar pautas básicas, pero ajustadas a las características específicas de cada deportista, llegando a ofrecer la respuesta adecuada que precisa cada una de sus necesidades y posibilidades individuales. Algunas de las orientaciones metodológicas principales a nivel general, son:

- Debemos de basar la metodología en el principio de participación activa, es decir, una práctica centrada en el deportista, dónde él sea el principal protagonista
- Favorecer que sean ellos los que construyan sus propios aprendizajes, así como desarrollar sus habilidades motrices
- Para potenciar la motivación y la participación activa del deportista, es fundamental el enfoque lúdico en el desarrollo de la sesión. Con esto crearemos un ambiente estimulante
- Es esencial trabajar de forma directa y personal con cada deportista que forma el

equipo, así como mantener un apoyo verbal, con las indicaciones adecuadas

- Importante las demostraciones visuales previas a la actividad, es decir, apoyo visual
- A lo largo de la sesión, conceder feed-back continuo, potenciando el refuerzo positivo
- A la hora de plantearnos las actividades, tener en cuenta las capacidades para poder proponer retos motores alcanzables, que les hagan estar motivados a la práctica deportiva
- Importante valorar el material a utilizar, escogiendo el adecuado para la actividad, como para las necesidades de cada deportista
- Adecuación de la estructura temporal, teniendo en cuenta los tiempos de actividad y los tiempos de descanso; de esta forma evitaremos las pérdidas de atención y la desmotivación
- Importante la adaptación al medio donde se va a realizar la actividad, para obtener un aprendizaje satisfactorio y significativo

2.5. Educación

La evolución educativa de las personas con discapacidad viene de la mano de la evolución del concepto de discapacidad intelectual. Como he dicho a lo largo del presente trabajo, hasta hace no muchos años nos encontrábamos en una sociedad ignorante en referencia a la discapacidad, ya que lo único que se sabía de ella eran prejuicios, mitos y supersticiones, hechos que hacían que este colectivo quedara desplazado de la sociedad, aislándole e incluso internándole. De este hecho, y tras las pertinentes luchas, se ha llegado al reconocimiento de todas estas personas y sus derechos a la educación. Aun así, todavía queda un logro fundamental que conseguir en la sociedad moderna, y que sería poder establecer y realizar una generalización de la enseñanza. Sin embargo, no es tarea fácil, pues actualmente la diversidad de las circunstancias personales presente en las aulas es elevada, y los apoyos y medios escasos. Los maestros debemos de contar con los recursos necesarios: más medios, y sobre todo humanos, así como adoptar medidas organizativas y metodologías ajustadas a las necesidades de cada centro educativo y de cada niño en concreto.

Como bien apuntan Fernández y Nieva (2010), no debemos olvidarnos que “la educación es una tarea de equipo, sincrónica y diacrónica. De poco sirven las actuaciones aisladas” (p. 5). Se debe de trabajar en equipo, con una gran coordinación entre todos los profesores que forman el equipo educativo, pues es de esta forma es como podremos

conseguir los resultados esperados, y más aún cuando hablamos de alumnos que presentan necesidades educativas especiales, y que por ello se precisan de profesores de apoyo.

Para poder llegar a todo esto, realizaré un pequeño resumen de la evolución de la educación, sin olvidarnos, como he dicho anteriormente, que sufre los mismos procesos que el propio concepto de discapacidad intelectual, y que he resumido anteriormente.

Tres hechos son los que han marcado a nivel global la Educación Especial y su concepción. A finales de la década de los setenta aparece el principio de normalización en Escandinavia, y en 1972 Wolf Wolfesberg publica el primer texto acerca de dicho principio. Es en este momento cuando las personas con discapacidad intelectual son integradas en la sociedad. En 1978 se publica el Informe Warnock, por el cual se comienza a popularizar el término de *necesidades educativas especiales* (n.e.e). Por primera vez se propone abrir los centros de enseñanza ordinaria a todos aquellos alumnos que eran escolarizados en la Educación Especial.

En cuanto a la legislación en España, la Ley General de Educación de 1970 comienza a tratar a los alumnos que necesitan apoyos, como alumnado con necesidades educativas especiales. Aunque pasamos del momento de exclusión a considerarles como sujetos educables, todavía el sistema español seguía dividiendo la educación especial paralelamente al sistema ordinario. A los colegios de Educación Especial acudían los alumnos “deficientes e inadaptados”. No es hasta 1978, con la creación de Instituto Nacional de Educación Especial, cuando “se establecen los principios y criterios para la futura ordenación de la educación especial en nuestro país” (p. 9). Es gracias a la promulgación de la Ley de integración Social de los Minusválidos cuando todos estos principios pasan a ser norma; dichos principios son: normalización, integración, sectorización e individualización. Esto hace que sean las Administraciones Educativas las encargadas de reordenar la educación especial de acuerdo a los principios citados. Pero además, la concreción de dicha ley dio lugar al Real Decreto 334/1985 de Ordenación de la Educación Especial, que trajo consigo a su vez un nuevo concepto de educación especial como “parte integrante del sistema educativo”, así como “conjunto de apoyos y adaptaciones para que estos alumnos y alumnas tengan las oportunidades de hacer realmente efectivo su derecho a la educación” (p. 10). (Fernández y Nieva, 2010)

Es en este momento cuando se comienza a dar importancia al análisis y determinación de las ayudas pedagógicas que pueden necesitar los distintos alumnos de un aula, para progresar hacia los objetivos educativos que se marcan para todos los alumnos.

Tras la aprobación del Real Decreto 334 de Ordenación de la Educación

Especial, se da paso a un planteamiento más inclusivo que se llevó a cabo con la implantación de la nueva ley educativa, la Ley Orgánica del 3 de octubre de 1990, de Ordenación General del Sistema Educativo, o más comúnmente llamada LOGSE. Dicha ley establece que:

“El sistema educativo dispondrá de los recursos necesarios para que los alumnos con necesidades educativas especiales, temporales o permanentes, puedan alcanzar, dentro del mismo sistema, los objetivos establecidos con carácter general para todos los alumnos”, además de que “la escolarización en unidades o centros de Educación Especial sólo se llevará a cabo cuando las necesidades del alumno no puedan ser atendidas por un centro ordinario. Dicha situación será revisada periódicamente, de modo que pueda favorecerse, siempre que sea posible, el acceso de los alumnos a un régimen de mayor integración.” (García, 2017, p. 257)

Algo muy importante, y que hasta el momento de la aparición de la LOGSE no se había establecido, era el hecho y el pensamiento de que no es el alumno el que se debe de adaptar a la escuela, a una enseñanza general, sino que debía de ser la escuela la que lograra adaptarse y crear las condiciones óptimas para que el alumno pudiera progresar en función de las capacidades y las necesidades, fuesen especiales o no lo fuesen. (Fernández y Nieva, 2010)

Tras la LOGSE, en el 2006, aparece la LOE en la cual se dedica un título entero a la Equidad en la Educación, pero no tratando únicamente la discapacidad, sino que también habla del alumnado que se incorpora tarde a la escuela, que muestra dificultades específicas educativas, que presenta altas capacidades, o que necesita apoyos debido a sus circunstancias sociales. Es la LOE la que da un paso definitivo hacia la educación inclusiva, la que pretende atender de forma flexible a todo este alumnado, así como ofrecer distintos itinerarios educativos de estrategias metodológicas.

En lo referente a la escolarización, apuesta por la necesaria inclusión, ya que en uno de sus artículos encontramos:

“La escolarización del alumnado que presenta necesidades educativas especiales se regirá por los principios de normalización e inclusión y asegurará su no discriminación y la igualdad efectiva en el acceso y la permanencia en el sistema educativo, pudiendo introducirse medidas de flexibilización de las distintas etapas educativa, cuando se considere necesario. La escolarización de este alumnado en unidades o centros de educación especial, que podrá extenderse hasta los veintiún años, solo se llevará a cabo cuando sus necesidades no puedan ser atendidas en el marco de las medidas de atención la diversidad en los centros ordinarios.” (García, 2017, p. 259)

Actualmente andamos encaminados hacia la LOMCE. En ella, podemos encontrar una primera referencia a la atención a la diversidad, cuando se dice que “todo alumnado, como el objeto de una atención en la búsqueda de su propio talento, la ley articulará todos los mecanismos necesarios para la permeabilidad y retorno entre las diferentes trayectorias y vías” (p. 227). El concepto citado de permeabilidad lo trae la LOMCE, para referirse a “la flexibilidad de itinerarios”. Y es también la LOMCE, en su artículo I, que hace referencias al tratamiento de la diversidad, estableciendo por ejemplo la equidad y la accesibilidad universal. (López, 2013)

En resumen, y de un modo más visual, estos serían los cambios que se han ido estableciendo a lo largo de las diferentes leyes que han ido estableciendo en la educación Española.

Tabla 1. *Cronograma de los avances educativos en España*

1970	LEY GENERAL DE EDUCACIÓN Y FINANCIACIÓN DE LA REFORMA EDUCATIVA Se concibe la Educación Especial como un sistema paralelo al ordinario
1975	CREACIÓN DEL INSTITUTO NACIONAL DE EDUCACIÓN ESPECIAL
1978	CONSTITUCIÓN ESPAÑOLA Se reconoce el derecho de todos los ciudadanos a la educación (Art. 27) Los poderes públicos están obligados a promover una política de integración de los ciudadanos en todas las áreas sociales (Art.49)
1978	PLAN NACIONAL DE EDUCACIÓN ESPECIAL Principio de Normalización Principio de Integración Social Principio de Sectorización de la Atención Educativa Principio de Individualización de la Enseñanza
1982	LEY 13/1982 DE INTEGRACIÓN SOCIAL DE LOS MINUSVÁLIDOS (LISMI) Se da de forma legal a los principios enunciados en el Plan Nacional de Educación Especial
1985	REAL DECRETO 334/1985 DE ORDENACIÓN DE LA EDUCACIÓN ESPECIAL Integración de alumnos discapacitados en centros ordinarios
1990	LEY ORGÁNICA 1/1990 DE ORDENACIÓN GENERAL DEL

	<p>SISTEMA EDUCATIVO (LOGSE)</p> <p>Se apuesta por los principios de normalización e integración</p> <p>Se introduce el concepto de Necesidades Especiales (N.E.E)</p>
1995	<p>REAL DECRETO 669/1995 DE ORDENACIÓN DE LA EDUCACIÓN ESPECIAL DE LOS ALUMNOS CON NECESIDADES EDUCATIVAS ESPECIALES</p> <p>Se insiste en la ordenación y planificación de los recursos</p> <p>Se insiste en la organización de la atención educativa</p>
1996	<p>REAL DECRETO 299/1996 DE ORDENACIÓN DE LAS ACCIONES DIRIGIDAS A LA COMPENSACIÓN DE LAS DESIGUALDADES EN EDUCACIÓN</p>
2002	<p>LEY ORGÁNICA 10/2002 DE CALIDAD DE LA EDUCACIÓN (LOCE)</p>
2003	<p>LEY 51/2003 DE IGUALDAD DE OPORTUNIDADES, NO DISCRIMINACIÓN Y ACCESIBILIDAD UNIVERSAL DE LAS PERSONAS CON DISCAPACIDAD</p>
2006	<p>LEY ORGÁNICA DE EDUCACIÓN 2/2006 (LOE)</p>
2013	<p>LEY ORGÁNICA PARA LA MEJORA DE LA CALIDAD EDUCATIVA 8/2013 (LOMCE)</p>

Fuente: Martínez, De Haro, Escarbajal, (2010)

Pero pasando de todo lo teórico, y yendo a lo que realmente nos importa y es válido, que es la práctica, encontramos que muchos niños/as son expulsados del sistema educativo ordinario debido a su condición. En palabras de Ignacio Campoy (2018), “en España existe la violación grave y sistemática de los derechos de las personas con discapacidad”. Esta violación del derecho a la educación inclusiva es debida, en gran parte, a la organización de nuestra sociedad.

Quizá el problema de la estructura segregadora con la que actualmente contamos en muchas de las ocasiones, es debido a que no entendemos que significa el derecho a la educación, en su totalidad, pues el derecho a la educación es entendido a través del derecho a la educación inclusiva y de calidad.

El Comité de los Derechos de Personas con Discapacidad observa que el Sistema Educativo español no reconoce el modelo de los derechos humanos de la discapacidad, y es por ello que existe una falta de acceso a la educación inclusiva y de calidad para todas estas personas. Como bien dice Ignacio Campoy (2018),

“El objetivo de la educación inclusiva y de calidad no es incorporar a los niños/as con discapacidad intelectual como al resto de los niños de nuestra sociedad, sino es incorporarlos de manera que alcancen el desarrollo, al máximo posible, de la propia personalidad, y que se formen en el respeto por los derechos humanos.”

Hace unos pocos meses, saltó a la sociedad la noticia de que los colegios de Educación Especial tenían los días contados. El gobierno quiere dar el cierre a estos, reservándolos solamente a aquellos alumnos de discapacidad muy grave. La consecuencia fue que incluso las familias se echaran a la calle, sin saber realmente que cuando segregamos a los alumnos en los colegios, estamos vulnerando un principio fundamental en la infancia del niño, como es *el interés superior del niño*.

De nuevo, es Ignacio Campoy (2018) quién nos presenta la definición del interés superior del niño, siendo éste “el desarrollo holístico del niño, en el respeto de sus derechos”. Esto solamente lo podemos llegar a cumplir si todos los niños se encuentran escolarizados en el mismo centro escolar, es decir, con un único sistema educativo, ejerciendo su derecho en educación e igualdad de oportunidades con el resto. Pero es curioso que cuando decimos que se vulnera el interés superior del niño, quizá pensamos que solamente estamos vulnerando el de la persona con discapacidad, cuando no es así, pues cuando excluimos a una persona de la escuela ordinaria, violamos también el interés superior del resto de los niños debido a que le estamos privando del beneficio de tener una educación con estos niños. Si uno de los objetivos de la educación debe de ser el desarrollo pleno en derechos humanos, con este hecho, estamos haciendo que los alumnos ya no puedan desarrollarse plenamente en derechos humanos. Es muy claro al afirmar que:

“El interés superior del niño se garantiza solo si nosotros dejamos a los niños que participen activamente en la toma de decisiones sobre su educación; sin embargo, a los niños con discapacidad intelectual no se les suele tener en cuenta, por ejemplo, cuando se les deriva a un centro de educación especial”. Además, todos los niños con necesidades educativas especiales, tiene el derecho de poder compartir su educación con los demás, sea cual sea su discapacidad o el grado de la misma. La escuela inclusiva no es una opción, sino que es un deber moral y pedagógico.

Es imprescindible, en suma, la presencia en los centros escolares de representantes de toda la posible diversidad del alumnado, reflejo de la pluralidad social, como requisito previo de una educación integral en valores para todos los ciudadanos del futuro, con una formación democrática basada en el respeto y la tolerancia hacia quien es diferente.

(Ruiz, 2009)

3. MARCO NORMATIVO

En cuanto al marco normativo internacional que rige el derecho de las personas con discapacidad al deporte, es el siguiente:

- **CONVENCIÓN SOBRE LOS DERECHOS DE LAS PERSONAS CON DISCAPACIDAD Y PROTOCOLO FACULTATIVO**

Artículo 30. Participación en la vida cultural, las actividades recreativas, el esparcimiento y el deporte

A fin de que las personas con discapacidad puedan participar en igualdad de condiciones con los demás en actividades recreativas, de esparcimiento y deportivas, los Estados Partes adoptarán las medidas pertinentes para:

- a) Alentar y promover la participación, en la mayor medida posible, de las personas con discapacidad en las actividades deportivas generales a todos los niveles;
- b) Asegurar que las personas con discapacidad tengan la oportunidad de organizar y desarrollar actividades deportivas y recreativas específicas para dichas personas y de participar en dichas actividades y, a ese fin, alentar a que se les ofrezca en igualdad de condiciones con los demás, instrucción, formación y recursos adecuados;
- c) Asegurar que las personas con discapacidad tengan acceso a instalaciones deportivas, recreativas y turísticas;
- d) Asegurar que los niños y niñas con discapacidad tengan igual acceso con los demás niños y niñas a la participación en actividades lúdicas, recreativas, de esparcimiento y deportivas, incluidas las que se realicen dentro del sistema escolar;
- e) Asegurar que las personas con discapacidad tengan acceso a los servicios de quienes participan en la organización de actividades recreativas, turísticas, de esparcimiento y deportivas.

La legislación española que rige la práctica deportiva de las personas con discapacidad se concreta en:

- **LEY 10/1990, DE 15 DE OCTUBRE**

Artículo 3.3. Destaca “Las instalaciones deportivas deberán de tener en cuenta las necesidades de accesibilidad y adaptación de los recintos para personas con

movilidad reducida”.

Artículo 4.2. “Es competencia de la Administración del Estado fomentar la práctica del deporte por las personas con minusvalías físicas, sensoriales, psíquicas y mixtas, al objeto de contribuir a su plena integración social”.

Asimismo,

- **REAL DECRETO 1835/1991, DE 20 DE DICIEMBRE**, del Ministerio de Educación y Ciencia sobre federaciones deportivas españolas establece que “sólo podrá existir una federación española por cada modalidad deportiva, salvo las polideportivas de ámbito estatal, dedicadas al desarrollo y organización de la práctica acumulativa de diferentes modalidades deportivas, en las que se integran los deportistas con minusvalías físicas, sensoriales, psíquicas y mixtas.

Además, en cuanto a educación, la **CONVENCIÓN SOBRE LOS DERECHOS DE LAS PERSONAS CON DISCAPACIDAD Y PROTOCOLO FACULTATIVO**, en su artículo establece,

Artículo 24. Educación

1. Los Estados Partes reconocen el derecho de las personas con discapacidad a la educación. Con miras a hacer efectivo este derecho sin discriminación y sobre la base de la igualdad de oportunidades, los Estados Partes asegurarán un sistema de educación inclusivo a todos los niveles así como la enseñanza a lo largo de la vida, con miras a:
 - a) Desarrollar plenamente el potencial humano y el sentido de la dignidad y la autoestima y reforzar el respeto por los derechos humanos, las libertades fundamentales y la diversidad humana;
 - b) Desarrollar al máximo la personalidad, los talentos y la creatividad de las personas con discapacidad, así como sus aptitudes mentales y físicas;
 - c) Hacer posible que las personas con discapacidad participen de manera efectiva en una sociedad libre.
2. Al hacer efectivo este derecho, los Estados Partes asegurarán que:
 - a) Las personas con discapacidad no quedan excluidas del sistema general de educación por motivos de discapacidad, y que los niños y las niñas con discapacidad no queden excluidos de la enseñanza primaria gratuita y obligatoria ni de la enseñanza secundaria por motivos de discapacidad;

- b) Las personas con discapacidad pueden acceder a una educación primaria y secundaria inclusiva, de calidad y gratuita, en igualdad de condiciones con los demás, en la comunidad en que vivan;
 - c) Se hagan ajustes razonables en función de las necesidades individuales;
 - d) Se preste el apoyo necesario a las personas con discapacidad, en el marco del sistema general de educación, para facilitar su formación efectiva;
 - e) Se faciliten medidas de apoyo personalizadas y efectivas en entornos que fomenten al máximo el desarrollo académico y social, de conformidad con el objetivo de la plena inclusión.
3. Los Estados Partes brindarán a las personas con discapacidad la posibilidad de aprender habilidades para la vida y desarrollo social, a fin de propiciar su participación plena y en igualdad de condiciones en la educación y como miembro de la comunidad. A este fin, los Estados Partes adoptarán las medidas pertinentes, entre ellas:
- a) Facilitar el aprendizaje del Braille, la escritura alternativa, otros modos, medios y formatos de comunicación aumentativos o alternativos y habilidades de orientación y de movilidad, así como la tutoría y el apoyo entre pares;
 - b) Facilitar el aprendizaje de la lengua de señas y la promoción de la identidad lingüística de las personas sordas;
 - c) Asegurar que la educación de las personas, y en particular los niños y las niñas ciegos, sordos o sordociegos se imparta en los lenguajes y los modos y medios de comunicación más apropiados para cada persona y en entornos que permitan alcanzar su máximo desarrollo académico y social.
4. A fin de contribuir a hacer efectivo este derecho, los Estados Partes adoptarán medidas pertinentes para emplear a maestros, incluidos maestros con discapacidad, que estén cualificados en lengua de señas o Braille y para formar a profesiones y personal que trabajen en todos los niveles educativos. Esa formación incluirá la toma de conciencia sobre la discapacidad y el uso de modos, medios y formatos de comunicación aumentativos y alternativos apropiados, y de técnicas y materiales educativos para apoyar a las personas con discapacidad.
5. Los Estados Partes asegurarán que las personas con discapacidad tengan acceso general a la educación superior, la formación profesional, la educación para adultos y el aprendizaje durante toda la vida sin discriminación y en igualdad de

condiciones con los demás. A tal fin, los Estados Partes asegurarán que se realicen ajustes razonables para las personas con discapacidad.

La convención sobre los Derechos de las personas con Discapacidad surge en 2006. Sin embargo, y debido al no cumplimiento de dicha convención, la asociación SOLCOM (asociación cuya misión es conseguir la solidaridad comunitaria de las personas con diversidad funcional y la inclusión social, mediante el recurso a los Tribunales de Justicia), denuncia ante el Comité que en España no se cumplen los derechos de los niños y niñas con diversidad funcional, a una educación inclusiva, es decir, en España no tenemos un sistema educativo moderno donde todos se educan conjuntamente.

Es en 2017 cuando un grupo de miembros del Comité de los derechos de las personas con Discapacidad (enviados por la ONU) viene a comprobar una visión real de lo que está sucediendo, pasando a dar la razón a los planteamientos que SOLCOM se había marcado como objetivos. El informe concluye:

“El Comité observa, pese a que las estadísticas disponibles indican un porcentaje alto de inclusión educativa de personas con discapacidad, se ha perpetuado un patrón estructural de exclusión y segregación educativa discriminatorio, basado en la discapacidad, a través de un modelo médico (que debía de haber sido abolido con la Convención), que afecta desproporcionadamente y en especial a las personas con discapacidad intelectual o psicosocial, y a las personas con discapacidad múltiple”.

Como un resumen a los años de investigación, y tras la conclusión del comité, se puede afirmar que en España existe discriminación hacia las personas con discapacidad intelectual en cuanto a la educación, pues no hay acceso a una educación inclusiva de calidad (tenemos un doble sistema educativo, “el estándar y el no estándar”, en vez de una sola escuela en la que todos tengan cabida), no se facilitan los apoyos que necesitan estas personas, se excluye de la escuela ordinaria optando por la educación segregada, etc.

4. INTERVENCIÓN

4.1. Contexto

La siguiente intervención, ha sido diseñada y realizada para poder observar de primera mano los beneficios que se obtienen de encontrarnos en un mismo equipo a personas con y sin discapacidad intelectual. Además, podré observar las interacciones que entre ellos establecen, así como la manera en la que se ayudan.

Más concretamente, las sesiones que voy a presentar, han sido realizadas en el programa YAP de Special Olympics, donde se cuenta con 8 niños inscritos, de 2 a 7 años.

Las sesiones se realizan todos los viernes, desde octubre hasta junio, de 18.00 a 19.00, en el Centro Deportivo Municipal La Granja (Zaragoza).

De los 8 niños inscritos, 5 de ellos tienen una discapacidad intelectual, siendo 3 niños los que llamaríamos unificados o sin discapacidad intelectual.

Tres de los niños están diagnosticados TEA (Trastorno del Espectro Autista). A partir del DSM-V, es cuando comenzamos a hablar de autismo englobado en el TEA. Es un trastorno del desarrollo, que afecta a las habilidades sociales, de comunicación, conductas repetitivas, etc. Es cierto que no todas las personas con Autismo se enmarcan en el mismo patrón, pues nos podemos encontrar con una persona diagnosticada con autismo que tiene una comunicación verbal muy rica, sin en cambio otros no llegan a hablar, unos pueden tener un juego fluido incluso con sus iguales, y otros no. (Muévete por los que no pueden, 2019)

Uno de los niños, ha sido diagnosticado recientemente con el Síndrome de Asperger (también incluido dentro de los Trastornos del Espectro Autista). Es una condición neurobiológica, conjunto de características mentales y de conducta que forman parte de los trastornos del espectro autista. Se diferencia de los otros TEA, ya que no requiere como condición el retraso en el desarrollo del lenguaje ni en su adquisición. Es un trastorno más fácil de localizar en edades tempranas, aunque conforme se hacen más mayores, las características del trastorno acrecientan. (Muévete por los que no pueden, 2019)

Por último, tenemos actualmente en el programa, a una niña diagnosticada con una enfermedad rara: Síndrome de Pitt Hopkins. El síndrome comenzó a diagnosticarse hace pocos años gracias a los avances en la genética. Está caracterizado por un retraso severo del desarrollo con unos rasgos faciales característicos. Es frecuente que los niños que padecen este síndrome, tengan problemas de hiperventilación o apnea, e incluso convulsiones. También es frecuente los problemas gastrointestinales, y los déficits sensoriales, especialmente la vista y el oído. No suelen llegar a hablar, ya que simplemente se limitan a emitir juegos vocálicos básicos. Algunos no consiguen la deambulación autónoma. Aun así, nos podemos encontrar con unos niños muy alegres, empáticos, y excitables de manera fácil. (Muévete por los que no pueden, 2019)

4.2. Metodología

La metodología utilizada en las sesiones diseñadas, es la misma metodología que han utilizado a lo largo de todo el curso, y que he explicado anteriormente: la metodología de apoyos, la cual consiste en fijarse en las potenciales, en este caso de los deportistas que

están inscritos en el programa, para poder ofrecerles los apoyos necesarios en cada caso. Es la más utilizada en el ámbito de la discapacidad intelectual, como he comentado anteriormente en el trabajo, y además la que mayores resultados efectivos da.

Al ser un programa novedoso en Aragón, lo que se hizo al comienzo del curso es fijarse en las características de cada deportista, antes de comenzar a planificar las sesiones. Una vez que se supo cuáles eran las necesidades y apoyos que cada deportista iba a precisar en las sesiones, se estableció como objetivo trabajar las destrezas que se establecen en la propia guía del programa.

Tabla 2. *Destrezas fundamentales trabajadas en el YAP*

DESTREZAS FUNDAMENTALES
CAMINAR Y CORRER
EQUILIBRIO Y SALTAR
ATRAPAR Y CAPTURAR
LANZAR
GOLPEAR
PATEAR
DESTREZAS AVANZADAS

No han sido trabajadas en ese orden estrictamente, pero sí que se ha trabajado a lo largo de la temporada con todas, haciendo más hincapié en las fundamentales, es decir, caminar, correr y equilibrio. En cada sesión se planteaba una o dos a trabajar, y en ocasiones, se retrocedía en las destrezas a modo de recordatorio, trabajando simultáneamente varias por medio de circuitos.

En las sesiones de YAP desarrolladas en Special Olympics, se tiene la suerte de que además de contar con numerosos monitores en la propia sesión (solemos estar 5 monitoras), las familias colaboran también en la sesión, estando dentro de ella y apoyándonos con los deportistas. No podemos olvidar que es un programa que involucra a familias y deportistas con el mundo del deporte.

La modalidad inclusiva que se ha desarrollado en Special Olympics Aragón, también ayuda mucho entre ellos, ya que se tienen referencia, y se ayudan mutuamente.

Aunque ya llevaba tiempo trabajando con Special Olympics, nunca había sido constante en las horas de YAP hasta que me fije el TFG. Es entonces, cuando dediqué dos sesiones a observar cómo se trabajaba, además de informarme de los objetivos que conseguir en lo que quedaba de temporada para poder diseñar las sesiones. Diseña 5 de

ellas, coincidiendo con las últimas destrezas a trabajar en la temporada, y que me ofreció comprobar las mejoras que habían tenido los deportistas a lo largo del año de programa, gracias también a las observaciones de las compañeras que habían trabajado de manera constante.

4.3. Sesiones

Tabla 3. *Sesión 1; Caminar y correr*

SESIÓN 1: CAMINAR Y CORRER		FECHA: 26-04-2019
PARTICIPANTES: 4 deportistas		ESPACIO: CDM La Granja (Zaragoza)
MATERIAL: pelotas blandas, aros, conos, barras, pelotas de tenis, paracaídas, colchonetas, aparato de música		
DESARROLLO		
PRESENTACIÓN	Comenzaremos presentándonos cada uno de los deportistas y monitores que vamos a realizar la sesión. Para ello, nos sentaremos todos juntos en asamblea, y por turnos (pasándonos una pelota), iremos diciendo nuestro nombre y nuestro deporte favorito. Ej. "Soy Laura y me gusta el patinaje"	5 MIN
CALENTAMIENTO	Con la canción de "Juan pequeño baila", (https://www.youtube.com/watch?v=GkSuyFMLrKQ), tendremos que bailar con las consignas que la canción nos vaya diciendo.	10 MIN
SESIÓN	<p><u>Series</u> Se colocaran todos los deportistas en una de las paredes de la sala, y se les indicará que tienen que llegar hasta el otro lado de la sala y volver, de las siguientes formas: caminando, pasos de hormiga, pasos de gigante, laterales, rodillas arriba, pies al culo, corriendo, de espaldas, etc.</p> <p><u>Carreras de obstáculos</u> Se colocaran dos circuitos paralelos, para que puedan hacerlo de dos en dos. El circuito se compondrá de la siguiente manera: tres aros seguidos, que deberán de saltar con los pies juntos; tres conos, que deberán de pasarlos haciendo zig-zag; y tres alturas, que deberán de saltar, o simplemente pasarlas por encima. La colocación de dos circuitos en paralelo será para que, hechos dos grupos, compitan a llegar el primero. La primera vuelta del circuito tan solo será ida, y a partir de esta deberá de hacerse ida y vuelta.</p> <p><u>Relevos</u> Se colocarán la mitad de los deportistas en un extremo, y la otra mitad en el otro extremo. Tendrán que ir de un extremo al otro. Hasta que el primer deportista no le pase el relevo al compañero (una pelota pequeña), el compañero no podrá salir.</p>	35 MIN

	<p><u>Juego</u> Para finalizar la parte de la sesión, se les propondrá a los deportistas jugar al chocolate inglés.</p>	
VUELTA A LA CALMA	<p><u>Relajación</u> Para finalizar con la sesión, se cogerá cada uno una colchoneta, en la que se tumbaran para recibir un pequeño masaje. Para ayudar a la completa relajación, se pondrá música relajante. Serán los monitores los que hagan el masaje a los deportistas. Se podrán ayudar con pelotas de tenis, o pelotas de goma espuma.</p> <p><u>Despedida</u> Para dar por finalizada la sesión, y despedirnos hasta la siguiente la semana, todos juntos nos sentaremos en asamblea para cantar nuestra canción de despedida. https://www.youtube.com/watch?v=FM2h7AjBLcg&feature=youtu.be *se cambia “hasta mañana”, por “hasta el viernes”*</p>	10 MIN

Tabla 4. Sesión 2; Saltos y tiempo de reacción

SESIÓN 2: SALTOS Y TIEMPO DE REACCIÓN		FECHA: 03-05-2019
PARTICIPANTES: 4 deportistas		ESPACIO: CDM La Granja (Zaragoza)
MATERIAL: Pelotas blandas, tarjetas de animales, aros, step, cinta adhesiva, cuerda.		
DESARROLLO		
PRESENTACIÓN	<p>Comenzaremos presentándonos cada uno de los deportistas y monitores que vamos a realizar la sesión. Para ello, nos sentaremos todos juntos en asamblea, y por turnos (pasándonos una pelota), iremos diciendo nuestro nombre y cuantos años tenemos. Ej. “Soy Laura y tengo 22 años”</p>	5 MIN
CALENTAMIENTO	<p>Presentaremos al grupo diferentes tarjetas con animales, los cuales tendrán que ser representados mediante el gesto y la voz. Para ello, todos los deportistas estarán andando por la sala y cuando la monitora levante una tarjeta, todos deberán de comenzar a imitar al animal mostrado.</p> <p>Una vez se hayan conseguido hacer un par de rondas, colocaremos aros en el suelo y les explicaremos a los deportistas que comenzará a sonar una música. Cuando la música pare, la monitora dirá un color, y los deportistas deberán de correr en busca del aro que tenga el color indicando por la monitora.</p>	10 MIN
SESIÓN	<p><u>Saltos</u> Se propondrá un circuito de aros, en el que primeramente tendrán que pasar cada aro saltando con los pies juntos; la siguiente vez a la pata coja; después con los pies separados. Se dejará que los deportistas puedan proponer una</p>	35 MIN

	<p>forma en la que saltar los aros.</p> <p>Una vez pasado el camino de aros, tendremos que pasar el camino por encima de los step para terminar saltando en la cruz que habrá marcada en el suelo.</p> <p>Por último, y para finalizar la sesión de los saltos, con una cuerda simularemos el movimiento de la serpiente. Los deportistas deberán de saltar la cuerda cada vez que se les acerque.</p> <p><u>Tiempo de reacción</u> Comenzaremos la parte de la sesión realizando salidas de carrera. Se deberá de correr de una pared de la sala, hacia la otra pared. Las salidas que se les propondrán serán variadas: de frente, de espaldas, sentado, sentado hacia detrás, tumbado boca arriba, tumbado boca abajo, etc. Igual que con los saltos en los aros, se les dejará proponer a ellos salidas de carreras. Hasta que la monitora no de la señal, ningún deportista podrá salir de la marca.</p> <p>Una vez hechas las series de salidas de carreras, se jugará al último juego, el semáforo. Cuando la monitora diga verde, los deportistas deberán de correr por la sala; cuando la monitora diga amarillo, se deberá de andar por la sala; y cuando diga rojo, todos deberán de parar hasta una nueva orden.</p>	
VUELTA A LA CALMA	<p><u>Relajación</u> Para finalizar con la sesión, se cogerá cada uno una colchoneta, en la que se tumbaran para recibir un pequeño masaje. Para ayudar a la completa relajación, se pondrá música relajante. Serán los monitores los que hagan el masaje a los deportistas. Se podrán ayudar con pelotas de tenis, o pelotas de goma espuma.</p> <p><u>Despedida</u> Para dar por finalizada la sesión, y despedirnos hasta la siguiente la semana, todos juntos nos sentaremos en asamblea para cantar nuestra canción de despedida. https://www.youtube.com/watch?v=FM2h7AjBLcg&feature=youtu.be *se cambia “hasta mañana”, por “hasta el viernes”*</p>	10 MIN

Tabla 5. Sesión 3; Saltos y equilibrio

SESIÓN 3: SALTOS Y EQUILIBRIOS	FECHA: 10-05-19
PARTICIPANTES: 4 deportistas	ESPACIO: CDM La Granja (Zaragoza)
MATERIAL: pelotas blandas, steps, aros, pañuelos, cinta adhesiva, raquetas, conos, colchonetas, pelotas de tenis, aparato de música	

DESAROLLO		
PRESENTACIÓN	<p>Comenzaremos presentándonos cada uno de los deportistas y monitores que vamos a realizar la sesión. Para ello, nos sentaremos todos juntos en asamblea, y por turnos (pasándonos una pelota), iremos diciendo nuestro nombre y nuestro animal favorito, así como el ruido que hace.</p> <p>Ej. "Soy Laura y me gustan los perros; Guau Guau"</p>	5 MIN
CALENTAMIENTO	<p>Para calentar a realizar la sesión, jugaremos al juego de las estatuas. Sonará música y todos los deportistas deberán de ir moviéndose por la sala; y cuando pare la música, se tendrá que imitar la estatua que realice la monitora. Los ejemplos de estatuas podrán ser: quietos con los brazos arriba, quietos con los brazos arriba y los pies separados, quietos a la pata coja apoyados en la pared, quietos a la pata coja sin apoyarse en la pared, quietos apoyando solamente una pared y una mano, etc.</p>	10 MIN
SESIÓN	<p><u>Circuito-Saltos</u></p> <p>La primera parte del circuito consistirá en, colocados los steps en fila, pasaremos por encima de puntillas, con los talones, etc; finalizando con un salto dentro del aro (para que realicen el aro deberán de coger un pañuelo que sostendrá la monitora)</p> <p>Después, habrá colocados tres vallas a diferentes alturas que deberán de pasar por encima.</p> <p><u>Equilibrio</u></p> <p>Se colocará en el suelo un camino con precinto. Los deportistas deberán de pasar entre ambas líneas de precinto, sin caerse fuera. La primera vez, pasarán simplemente colocando un pie detrás del otro; después, deberán pasar de la misma manera, pero con una mano ocupada; con las dos manos ocupadas; con algo en la cabeza (cono bajo); con una raqueta y una pelota, etc.</p> <p>El siguiente ejercicio para trabajar el equilibrio, será el juego de cruzar el río. El río estará formado por aros pequeños (que serán las piedras), y solo se podrá cruzar saltando con los dos pies juntos cada aro.</p> <p>Para terminar la sesión, jugaremos al juego de los pies quietos. Sonará la música y todos deberán de bailar por la sala. Cuando suene la música, tendrán que ir a una de las marcas (aros) en las que deberán de permanecer quietos. Los monitores se encargaran de hacer cosquillas a los deportistas, y estos no podrán moverse de las marcas.</p> <p>(Se podrán hacer cosquillas con objetos, como pueden ser pañuelos)</p>	35 MIN
VUELTA A LA CALMA	<p><u>Relajación</u></p> <p>Para finalizar con la sesión, se cogerá cada uno una colchoneta, en la que se tumbaran para recibir un pequeño masaje.</p> <p>Para ayudar a la completa relajación, se pondrá música</p>	10 MIN

	<p>relajante. Serán los monitores los que hagan el masaje a los deportistas. Se podrán ayudar con pelotas de tenis, o pelotas de goma espuma.</p> <p><u>Despedida</u> Para dar por finalizada la sesión, y despedirnos hasta la siguiente la semana, todos juntos nos sentaremos en asamblea para cantar nuestra canción de despedida. https://www.youtube.com/watch?v=FM2h7AjBLcg&feature=youtu.be *se cambia “hasta mañana”, por “hasta el viernes”*</p>	
--	---	--

Tabla 6. *Sesión 4; Golpeo*

SESIÓN 4: GOLPEO		FECHA: 17-05-2019
PARTICIPANTES: 6 deportistas		ESPACIO: CDM La Granja (Zaragoza)
MATERIAL: pelotas blandas, cinta adhesiva, porterías, raquetas (pequeñas), pelotas de tenis, aros, conos, colchonetas, equipo de música		
DESARROLLO		
PRESENTACIÓN	<p>Comenzaremos presentándonos cada uno de los deportistas y monitores que vamos a realizar la sesión. Para ello, nos sentaremos todos juntos en asamblea, y por turnos (pasándonos la pelota), iremos diciendo nuestro nombre y nuestro lugar favorito. Ej. “Soy Laura y mi lugar favorito es la montaña”</p>	5 MIN
CALENTAMIENTO	<p>Manteniendo las posiciones de la asamblea, nos levantamos para realizar un calentamiento-estiramiento de todas las partes de nuestro cuerpo; empezamos de abajo arriba, tobillos, rodillas, caderas, etc.</p>	10 MIN
SESIÓN	<p><u>Golpeo</u> Se colocan tres líneas con precinto en el suelo. En las dos primeras líneas, detrás de ellas, colocamos una portería. Los deportistas deberán de conducir con el pie una pelota por la cinta, y al llegar al final de la cinta, tirar a portería.</p> <p>Se le repartirá a cada deportista una raqueta (ajustada al tamaño de los participantes), y deberán de transportar una pelota encima de la raqueta por la cinta. Una vez que lleguen al final de ésta, deberán de intentar meter de nuevo, la pelota en la portería.</p> <p>En la última cinta, se colocará un cono con un aro, a modo de canasta. Los deportistas deberán de ir botando la pelota por la cinta, hasta que lleguen al final e intentar encestar la pelota en el aro.</p>	35 MIN

	<p><u>Pases</u> Colocados distribuidos por la sala, nos pasaremos, primero las pelotas más pequeñas, para acabar la sesión las pelotas más grandes. Antes de pasar la pelota, tendremos que decir el nombre del deportista que queremos que reciba la pelota.</p>	
VUELTA A LA CALMA	<p><u>Relajación</u> Para finalizar con la sesión, se cogerá cada uno una colchoneta, en la que se tumbarán para recibir un pequeño masaje. Para ayudar a la completa relajación, se pondrá música relajante. Serán los monitores los que hagan el masaje a los deportistas. Se podrán ayudar con pelotas de tenis, o pelotas de goma espuma.</p> <p><u>Despedida</u> Para dar por finalizada la sesión, y despedirnos hasta la siguiente la semana, todos juntos nos sentaremos en asamblea para cantar nuestra canción de despedida. https://www.youtube.com/watch?v=FM2h7AjBLcg&feature=youtu.be *se cambia “hasta mañana”, por “hasta el viernes”*</p>	10 MIN

Tabla 7. Sesión 5; Lanzamiento

SESIÓN 5: LAZAMIENTO		FECHA: 07-06-2019
PARTICIPANTES: 5 deportistas		ESPACIO: CDM La Granja (Zaragoza)
MATERIAL: pelotas blandas, aros, steps, vallas, porterías, colchonetas, equipo de música		
DESARROLLO		
PRESENTACIÓN	Comenzaremos presentándonos cada uno de los deportistas y monitores que vamos a realizar la sesión. Para ello, nos sentaremos todos juntos en asamblea, y por turnos (pasándonos una pelota), iremos diciendo nuestro nombre y el nombre de un amigo presente en la sala, al que pasaremos la pelota. Ej. “Soy Laura y mi amigo se llama Hugo”	5 MIN
CALENTAMIENTO	Con la canción de “Juan pequeño baila”, (https://www.youtube.com/watch?v=GkSuyFMLrKQ), tendremos que bailar con las consignas que la canción nos vaya diciendo.	10 MIN
SESIÓN	<p><u>Lanzamiento</u> Los deportistas se pondrán por parejas. Colocados uno frente al otro, deberán de lanzarse la pelota entre ellos con el pie dominante.</p> <p>Una vez que se haya repetido varias veces, se intentará que el deportista utilice el pie contrario para pasarse la pelota.</p> <p>Una vez terminado el primer ejercicio, les diremos a los</p>	35 MIN

	<p>deportistas que se coloquen en un círculo amplio. En este, colocaremos una pelota que deberán de ir pasándosela con el pie sin que ésta salga del círculo, a ver cuánto aguanta sin salirse del círculo.</p> <p>Una vez hayamos hecho los ejercicios en estático, pasaremos a hacerlos en movimiento. Para ello, les diremos a los deportistas que se coloquen en una fila; colocaremos el balón a una cierta distancia de los deportistas, y les diremos que deben de correr hacia el balón (que estará quieto) y chutar hacia la portería del final de la sala para marcar gol.</p> <p>Tras el ejercicio, realizaremos un penúltimo ejercicio. Este consistirá en que seremos nosotros (los monitores) quienes lancemos la pelota a los deportistas, que deberán de chutar en movimiento e intentar marcar gol en la portería colocada al fondo de la sala.</p> <p>El último ejercicio de la sesión, consistirá en un recorrido, que terminará con un lanzamiento de balón a la portería. El recorrido constará de equilibrio y salto (aros, barreras pequeñas, etc.)</p>	
VUELTA A LA CALMA	<p><u>Relajación</u> Para finalizar con la sesión, se cogerá cada uno una colchoneta, en la que se tumbaran para recibir un pequeño masaje. Para ayudar a la completa relajación, se pondrá música relajante. Serán los monitores los que hagan el masaje a los deportistas. Se podrán ayudar con pelotas de tenis, o pelotas de goma espuma.</p> <p><u>Despedida</u> Para dar por finalizada la sesión, y despedirnos hasta la temporada que viene, todos juntos nos sentaremos en asamblea para cantar nuestra canción de despedida. https://www.youtube.com/watch?v=FM2h7AjBLcg&feature=youtu.be *se cambia “hasta mañana”, por “hasta el viernes”*</p>	10 MIN

4.4. Observaciones y conclusiones

Tras los dos meses de observación e intervención en la Asociación Special Olympics, pude comprobar que lo importante a la hora de trabajar con personas con discapacidad intelectual son tanto los apoyos personales, como las adaptaciones.

En ninguna de las sesiones que lleve a cabo tuve grandes dificultades para poder realizar los ejercicios que me había propuesto. Es cierto que en algunas sesiones se iban modificando los tiempos de las actividad, dependiendo de la demanda de ellos mismos, es decir, quizá los deportistas estaban más nerviosos de lo normal y se les dejaba más

tiempo de calentamiento con música, ya que es algo que les relaja y les hace captar mucho la atención.

Cuando pasamos a la parte central de la sesión, que en la mayoría de ellas solían ser circuitos, las primeras veces de realización se hacían de forma guiada, es decir, el deportista pasa por el circuito de la mano del monitor. Una vez que ya ha interiorizado el camino y se siente seguro en los obstáculos, lo realiza de forma autónoma. A la hora de los circuitos, me di cuenta que había que hacerlos de forma dinámica, y para ello era una buena estrategia montar dos circuitos, ya que las esperas si solamente se montaba uno, no las llevaban bien; acababan dispersándose y había que estar muy pendientes para que volvieran a la fila y realizaran el ejercicio de nuevo.

En dicha parte de la sesión, podemos destacar dos días, el día dedicado al salto, y el día que se dedicó al equilibrio. El día dedicado al salto tenía inconvenientes debido a las características de los deportistas que se encuentran en el YAP, pero la verdad es que todos nos sorprendieron, pues acabamos la sesión habiendo conseguido que todos los deportistas llegasen al objetivo: saltar.

El día dedicado al equilibrio, los deportistas precisaron de más ayuda, aunque no eran obstáculos con zonas muy elevadas. El equilibrio ha sido una de las destrezas más trabajadas a lo largo, ya que es una de las más costosas para el tipo de grupo con el que contamos, pero también la destreza que más evolución ha tenido a lo largo de la temporada.

Un día también a destacar, fue el día en el que trabajamos el lanzamiento de balón, tanto con el pie como con raquetas. Cuando yo propuse la actividad, pensé que el lanzamiento con raquetas era complicado, pues necesita una gran coordinación mano-ojo. Mi sorpresa fue al comprobar que les fue más complicado chutar el balón con el pie, que con la raqueta, pues mucho de ellos aún no tienen el dominio en el control del pie y solían chutar sin darle a la pelota, o le daban a la pelota cuando la pierna volvía al sitio, es decir, la pelota salía hacía detrás.

Si observábamos situaciones que pudiera haber desventajas entre los deportistas, como por ejemplo en el juego del chocolate inglés, en el que un deportista con problemas de movilidad se puede sentir por detrás de sus compañeros, se proporcionan ayudas de los monitores, o incluso en algún momento salió de un deportista ayudar a uno de sus compañeros.

A lo largo de las sesiones, es muy positivo realizar constantemente un feed-back positivo, así como animar a los deportistas más vergonzosos a que realicen la sesión.

Deben hacerse de manera dinámica, con muchos cambios de actividad, para que los deportistas estén constantemente motivados y participando en las actividades. En ningún momento se les obliga a realizar las actividades, pero si se les anima a ello.

4.5. Cuestionarios

Para completar todo el trabajo de intervención realizado, he propuesto cuestionarios sobre la inclusión social, y más específicamente sobre la inclusión en las escuelas, tanto a los monitores de la asociación, como a las familias y deportistas. Siguiendo una misma estructura, la he adaptado a cada una de las partes, es decir, van a pasarse finalmente tres cuestionarios: unos para los monitores, unos para las familias, y otros para los deportistas.

- (Anexo I) Cuestionario para los monitores. Consta tanto de preguntas abiertas, como preguntas cerradas. También hay una serie de preguntas que siguen la estructura de las escalas Likert, en las que tienen que valorar una serie de afirmaciones del 1 al 5, siendo 1 nada de acuerdo, y 5 completamente de acuerdo. Las preguntas cerradas tienen que ver más con el tipo de sociedad y la educación, y las preguntas abiertas están más enfocadas hacia su experiencia con los deportes unificados.
- (Anexo II) Cuestionario para las familias. Al principio del mismo, se encuentra una pequeña explicación de los términos que más se van a encontrar a lo largo del cuestionario, y que son los siguientes: exclusión, segregación, integración, e inclusión. Tras esto, de nuevo comienzan preguntas tanto abiertas como cerradas, así como una serie de preguntas que siguen la estructura de las escalas tipo Likert. De la misma forma que los monitores, deben valorarlas del 1 al 5, siendo 1 nada de acuerdo, y 5 completamente de acuerdo. Siguiendo la estructura, las preguntas cerradas se enfocan más hacia la sociedad y la educación, siendo las preguntas abiertas las que se enfocan hacia la experiencia en los deportes unificados.
- (Anexo III) Cuestionario para los deportistas. Sigue la misma estructura que los dos anteriores, ya que consta de preguntas cerradas y abiertas. Es cierto que es menos extenso, pero de la misma forma que en los anteriores, se recoge tanto información referente al deporte, como a la sociedad y la educación. También consta de preguntas cerradas, y preguntas de respuesta mediante una escala de tipo Likert, siendo 1 nada de acuerdo, y 5 completamente de acuerdo.

A la hora de pasar los cuestionarios a cualquiera de los colectivos, yo solía estar presente por si surgían posibles dudas a la hora de la redacción en las preguntas, o incluso para apoyarles y cerciorarme de las que respuestas fueran sinceras (sobre todo en el caso

de los deportistas), respetando siempre el carácter anónimo de los cuestionarios.

En total, la muestra de participantes referentes al grupo de monitores fue de 11 (n=11), todos ellos pertenecientes a la Asociación Special Olympics Aragón, con edades comprendidas entre 20 y 35 años. Con respecto a los familiares, los participantes fueron de 10 (n=10), de nuevo pertenecientes todos ellos a la Asociación Special Olympics Aragón. Por último, la muestra participantes referentes al grupo de deportistas fue de 8 (n=8), también pertenecientes a Special Olympics Aragón, con edades comprendidas desde los 21 hasta los 40 años.

Es cierto que la muestra de cuestionarios es pequeña, y tan solo centrada en la Asociación en la que he realizado la intervención. He de decir que muchos de los monitores que contestaron el cuestionario, son profesionales fuera de la asociación del ámbito educativo, perteneciendo algunos de ellos al ámbito de la educación especial. En cuanto a las familias y deportistas, como es lógico, no sólo forman parte de SOA, sino que muchos de ellos han entrado a formar parte de los equipos de la Liga Genuine, o participan con otras asociaciones como ATADES, Fundación Down, etc.

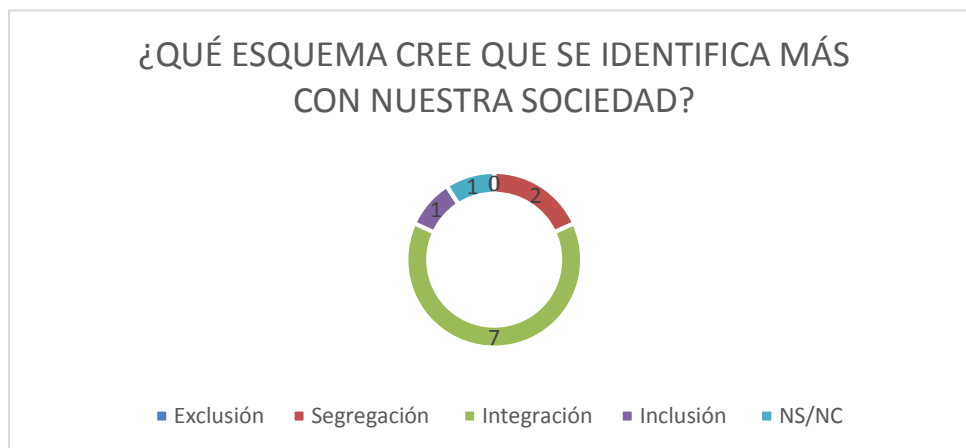
Con esto quiero decir que aunque el cuestionario se enfocaba en algunos sentidos a Special Olympics Aragón, gracias al haber estado con ellos cuando realizaban los cuestionarios, reflejaban y me contaban experiencias fuera de la asociación.

Para llevar a cabo los cuestionarios con los deportistas, no sólo realizaba el apoyo mientras ellos lo hacían, sino que les explicaba una a una las cuestiones del mismo, ya que no podemos olvidarnos que todos ellos tienen al menos un 33% de discapacidad. De esta manera, me aseguraba que la respuesta final fuera la que ellos querían marcar.

Resultados

Para analizar los resultados, y hacerlo de una manera clara, analizaré grupo a grupo las preguntas más relevantes, y que mayor información me han dado. Comenzaré por los resultados de los monitores.

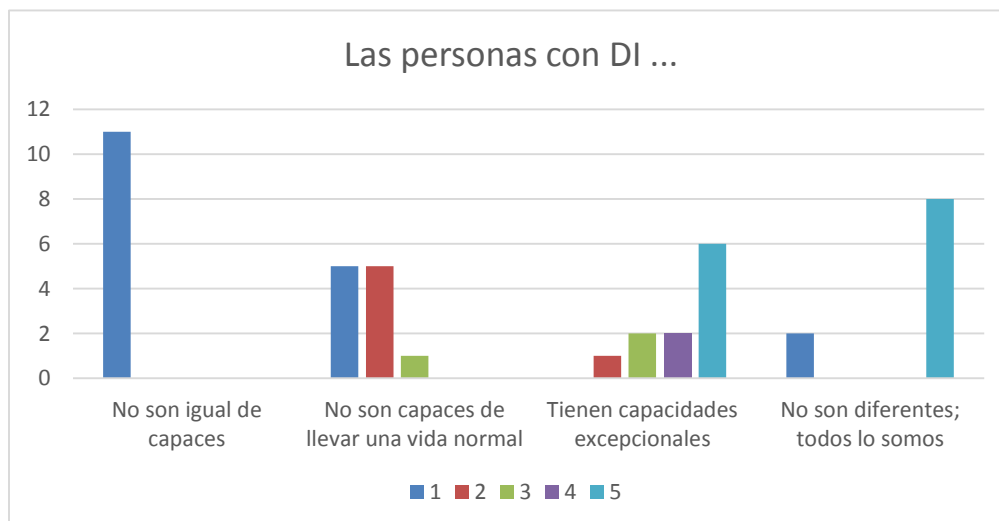
Gráfico 1. *Sociedad según los monitores de SOA*



Los resultados muestran que, aunque estamos acostumbrados a oír que vivimos en una sociedad inclusiva, a la hora de la verdad no la sentimos como tal, pues por mayoría, los monitores marcaron la opción de una sociedad integradora.

La siguiente pregunta eran varias afirmaciones que se debían de contestar mediante una escala tipo Likert, siendo 1 nada de acuerdo, y 5 completamente de acuerdo. Excepto en la afirmación 3 que decía: “Las personas con discapacidad intelectual, tienen capacidades excepcionales que no tienen las personas sin discapacidad (por ejemplo, la estructuración de las rutinas, o una persona Asperger y su brillante capacidad para las matemáticas)” que hay variedad de opiniones, en todas las demás se coincide en que una persona, con o sin discapacidad intelectual, es igual de capaz. La última afirmación, es verdad que creó muchas dudas, quizá por la forma en la que estaba estructurada, por lo que no me han sorprendido las dos personas que han marcado “1”, ya que creo que se pudo deber a un error en la comprensión de la misma.

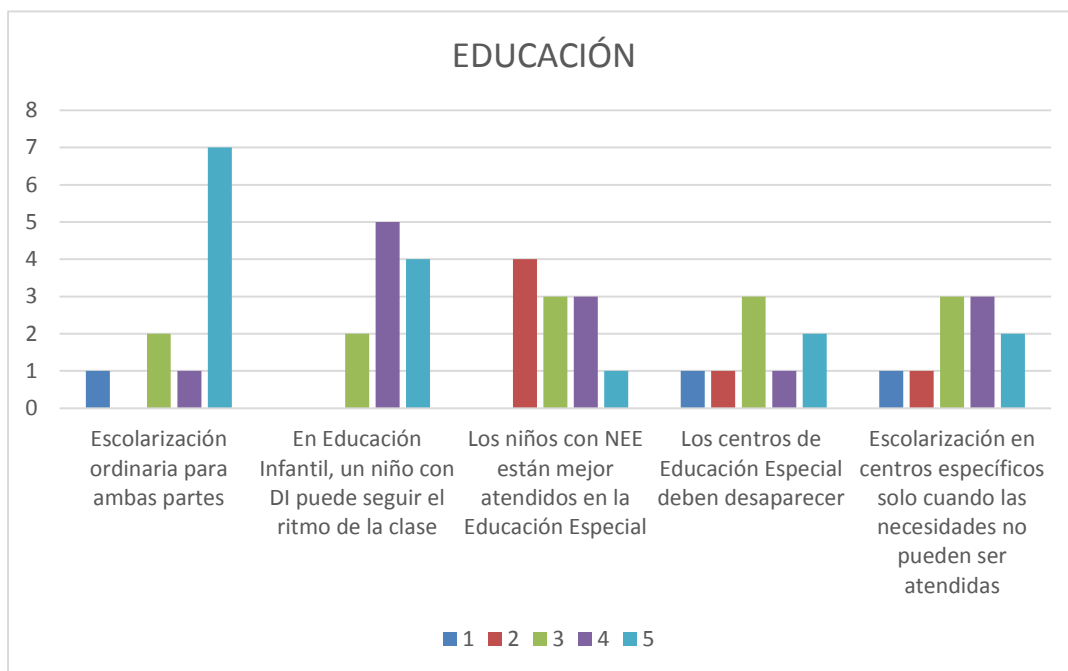
Gráfico 2. *Vida de las personas con DI según los monitores de SOA*



De nuevo nos encontramos con una serie de afirmaciones, esta vez referentes a la educación, que siguen la misma estructura que la anterior, es decir, deben de responder marcando del 1 al 5, siendo 1 nada de acuerdo y 5 completamente de acuerdo.

Es en esta pregunta del cuestionario cuando vemos las opiniones más divididas, sobre todo cuando se trata el tema de los centros de Educación Especial.

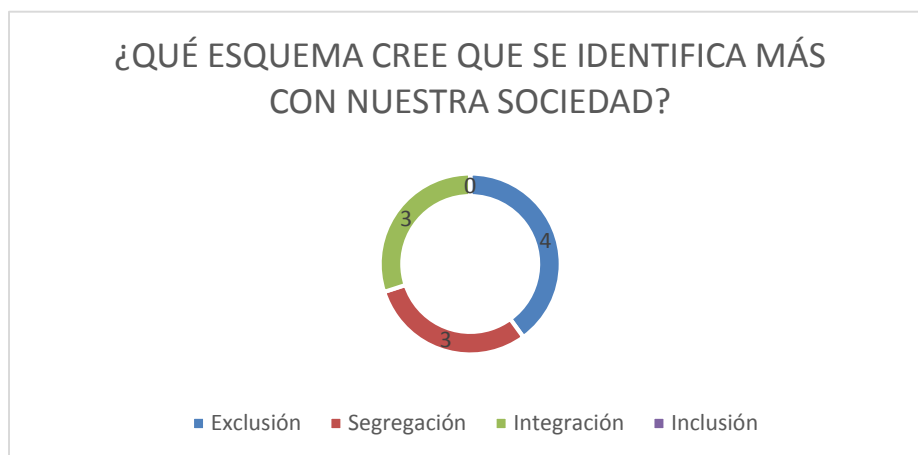
Gráfico 3. Educación según los monitores de SOA



Además, el cuestionario contaba con dos preguntas abiertas enfocadas más al deporte unificado que se practica en la propia asociación. Las respuesta más repetida por todos los participantes que realizaron el cuestionario en referencia a los beneficios de la práctica deportiva conjunta fue “la inclusión total”, además de respuestas como “integración emocional”, “aprendizaje y experiencia, tanto para los deportistas con discapacidad como para los deportistas sin discapacidad”, etc. La otra pregunta se refería a los posibles hándicaps que pueden surgir a la hora de formar un equipo unificado, en la cual las respuestas que más se repetían fueron “la difícil equiparación en el nivel”, o “el que el jugador unificado no sepa su misión en el equipo”

En cuanto a los resultados obtenidos por las familias, son los siguientes:

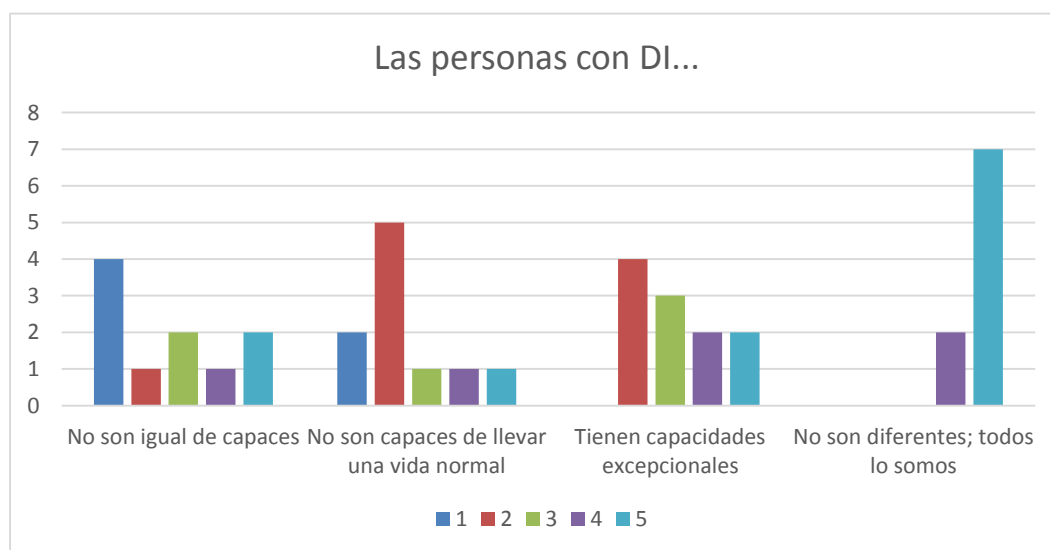
Gráfico 4. *Sociedad según las familias de SOA*



Si era chocante que en los cuestionarios de monitores que tan solo una persona de las encuestadas creyera que nuestra sociedad era inclusiva, más me choco el ver los resultados de las familias, pues la mayoría marcaron como respuesta la “exclusión”.

Del mismo modo que en los cuestionarios de monitores, la pregunta constaba de varias afirmaciones que debían de puntuar mediante una escala tipo Likert, siendo 1 nada de acuerdo, y 5 completamente de acuerdo. Podemos ver como la opinión es contraria a la respuesta de los entrenadores, pero además, también es diferente entre las propias familias. Considero que dentro del mismo grupo, se ha dado variedad de respuestas dependiendo del tipo y grado de discapacidad que tiene su hijo, así como en la forma en la que han vivido la propia discapacidad. Es cierto que no todos los deportistas de la asociación tienen la misma autonomía a la hora de realizar los hábitos de la vida diaria, por lo que puede influir a la hora de las respuestas dadas por las familias.

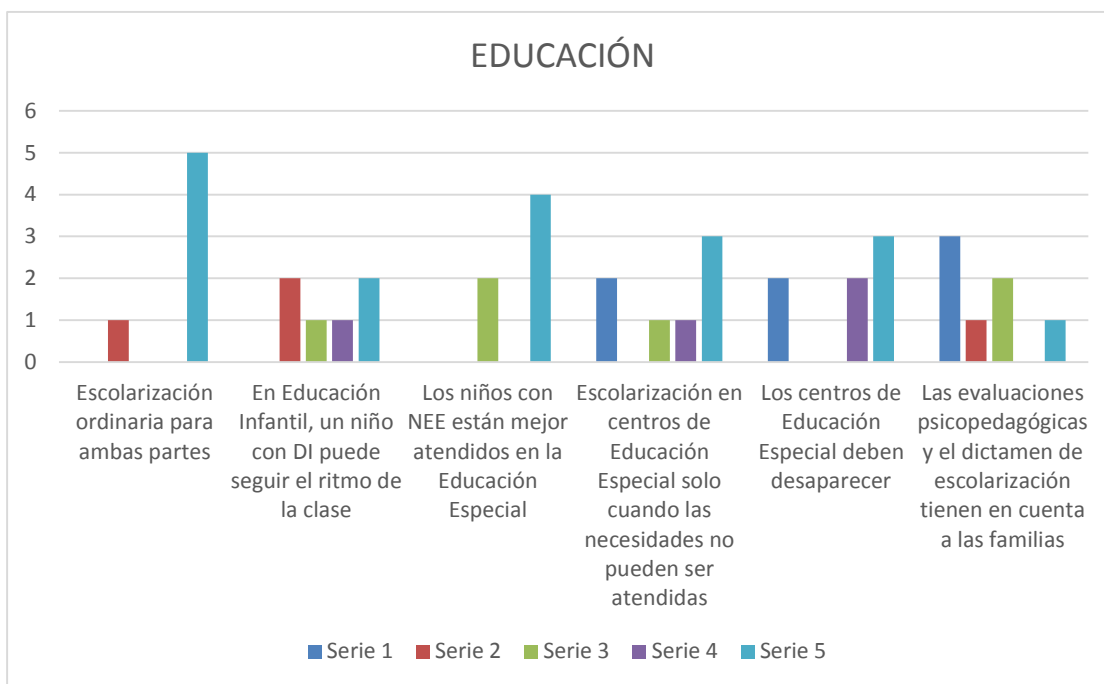
Gráfico 5. *Vida de las personas con DI según las familias de SOA*



De nuevo nos encontramos con afirmaciones que deben de puntuar del 1 al 5, siendo

1 nada de acuerdo y 5 completamente de acuerdo. Podemos decir que del mismo modo que ocurría con las anteriores afirmaciones, encontramos opiniones distintas entre las familias, aunque es verdad que más equiparadas que anteriormente. De nuevo, creo que influye el tipo y grado de discapacidad que tenga el hijo, así como las experiencias, positivas o negativas, que las familias han tenido a la hora de la escolarización.

Gráfico 6. *Educación según las familias de SOA*



De la misma manera que en el cuestionario pasado a los monitores, los cuestionarios de las familias también constaba con dos preguntas abiertas enfocadas hacia el deporte unificado, tanto de los beneficios que aporta a sus hijos como de los hándicaps que pueden surgir. En ambas preguntas sí que encontramos similitudes en cuanto a las respuestas dadas por los monitores, ya que la respuesta más repetida en cuanto a los beneficios ha sido “el sentirse integrados e iguales en la sociedad”, o “el afán de superación”. En cuanto a los hándicaps, las familias consideran que no los hay, exceptuando alguna que también matiza “la difícil equiparación en los niveles” como también apuntaban algunos monitores

Por último, analizaré los resultados obtenidos de los cuestionarios pasadas a los deportistas.

Como podemos comprobar, en la pregunta se daban tres opciones y las respuestas han sido bastante igualadas, siendo la opción de “solamente compañeros con discapacidad en el equipo” la que ningún deportista ha marcado, y la que desgraciadamente más practican.

La siguiente pregunta también costaba de tres opciones para responder, y se

preguntaba sobre el tipo de sociedad en la que vivimos. Sorprendentemente, la mayoría deportistas marcaron la opción de que nuestra sociedad sí era inclusiva porque todos teníamos las mismas oportunidades. Me ha sorprendido, ya que como podemos comprobar en los resultados tanto de monitores y de familias, no sentimos que nuestra sociedad sea inclusiva, sin embargo ellos no llegan a ver las injusticias a las que están expuestos. Es cierto que algunos deportistas marcaron la opción de que no todos tenemos las mismas oportunidades.

Gráfico 7. *Sociedad según los deportistas de SOA*



Del mismo modo que en el esquema de los demás cuestionarios, la siguiente pregunta correspondía a una serie de afirmaciones a contestar mediante una escala tipo Likert, siendo 1 nada de acuerdo y 5 completamente de acuerdo. Algunas de las respuestas interesantes que encontramos, tienen también referencia a la contestación anterior de la sociedad, ya que por ejemplo en una de las afirmaciones que decía “(...) Todos, con o sin discapacidad, tenemos capacidades diferentes y somos diferentes, como lo son cada ser humano” los deportistas alegaban que todos somos iguales, por lo que no estaban de acuerdo.

En esta pregunta en general, los deportistas necesitaron más apoyo a la hora de contestar, ya que al ser una escala a marcar del 1 al 5, les surgían muchas dudas. Podemos ver que en la mayoría de los resultados no son repartidos, sino que es uno u otro. Hay una pregunta en la que los deportistas llegaron a la unanimidad, y es que consideran que ellos también son capaces de hacer cosas excepcionales.

Gráfico 8. *Vida de las personas con DI según los deportistas de SOA*

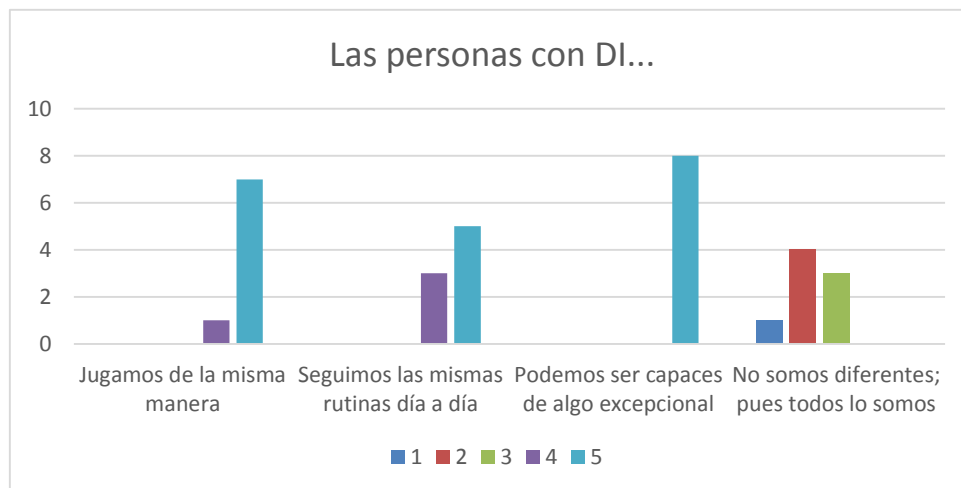
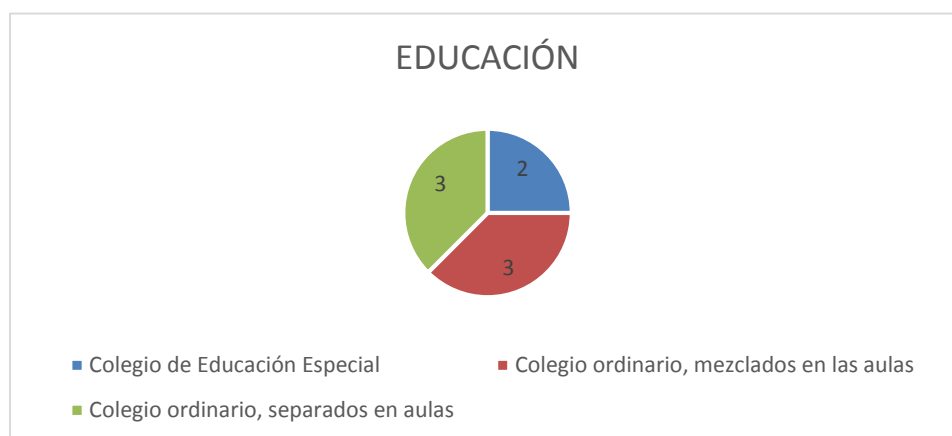


Gráfico 9. *Educación según los deportistas con DI*



La última pregunta era referente al tipo del colegio en el que han estado escolarizados, o siguen estándolo. La pregunta constaba de tres opciones, en las cuales, esta vez, hubo variedad en las respuestas. Me llamó la atención que muchos de los deportistas que marcaban la opción de que estaban mezclados en las aulas lo consideraban ya que en sus aulas hay alumnos ciegos, sordos, autistas, etc., pero no personas sin discapacidad. Podemos concluir entonces, que la mayoría de los participantes del cuestionario han asistido, o asisten, a colegios de Educación Especial.

5. CONCLUSIONES

Actualmente, nos encontramos en una sociedad que ha dado un cambio enorme referente al tema de la discapacidad, pero que todavía le queda mucho por avanzar. Como he dicho anteriormente en el trabajo, nos creemos una sociedad inclusiva, cuando realmente no lo somos, pues este grupo de personas siguen enfrentándose a muchas

dificultades que les ponemos la sociedad. De todas los cuestionarios pasados, tanto a familiares, como a entrenadores y a deportistas (un total de 29), tan solo una persona cree que actualmente nuestro esquema de sociedad se identifica con la *inclusión*, siendo la mayor parte de las respuestas la *integración*. Me sorprendió también, el ver que de 10 cuestionarios que se pasaron a las familias, 4 de ellas marcaron como opción la *exclusión*.

Es verdad que en el tema del deporte, actualmente se está favoreciendo mucho la práctica del mismo en todos los grupos de personas con discapacidad intelectual, pero también es verdad que todavía, y en la mayoría de los casos, no les vemos practicando el deporte en los equipos ordinarios, sino que son integrados en escuelas específicas solamente destinadas a todo este colectivo de personas. Ejemplo de ello son las recientes “Ligas Genuine” tanto del Real Zaragoza, como la Sociedad Deportiva Huesca en nuestra comunidad, o la propia asociación en la que he llevado a cabo mi trabajo, Special Olympics.

Si hablamos referente a la educación, eso sí que nos parece imposible de que todos esos alumnos que actualmente se encuentran en aulas de colegios de Educación Especial, podamos verlos en los colegios ordinarios. Quizá esta manera cambie cuando dejemos de considerar al alumno con discapacidad, del tipo que sea, como un problema, y pasemos a verlo como una oportunidad de mejora.

En conclusión, y tras llevar a cabo este trabajo, cuya intervención ha durado dos meses, he podido comprobar que la práctica conjunta, ya sea de deporte o de cualquier tipo de situación, con personas con discapacidad y con personas sin ella, no solo nos enriquece a nivel educativo, sino que nos forma como personas. También, aunque la muestra de cuestionarios totales pasados no ha sido extensa, me ha ayudado mucho a la hora de ponerme en el lugar de cada uno, sobre todo cuando realicé los cuestionarios a las familias y a los deportistas, ya que además de la información plasmada en los mismos, pude recoger muchas experiencias que me contaron las familias en cuanto a cómo habían vivido la educación de sus hijos, y pudiendo establecer un pequeño grupo de discusión improvisado entre las familias que estaban en ese momento, y yo. La mayoría de ellas estaban de acuerdo en que la sociedad debía de dar un paso más, y la llamada inclusión debía de hacerse presente en las sociedades y de manera global.

Toda la bibliografía de la que me he documentado para realizar el trabajo, también nos muestra que la inclusión de las personas con discapacidad intelectual nos aporta más beneficios que hándicaps. Pero también es clara a la hora de afirmar que sin apoyos necesarios, la práctica unificada es imposible, algo que comparto claramente, y a lo que

añado que necesitamos más formación, en muchos casos, de la que se nos da en las facultades.

Los profesores debemos de contar con la formación, así como con ayuda y colaboración/asesoramiento necesarios. No es por esto que debemos de formar exclusivamente a un profesorado que tenga la responsabilidad exclusiva de la educación de todo este tipo de alumnado, sino que se nos deben de facilitar todos los medios y apoyos que hagan falta, para que cualquier maestro, de manera individual o colectiva, sea capaz de responder a los proyectos educativos y curriculares, así como a las programaciones de aula adaptadas a este tipo de alumnado.

Cuando hablamos de todos esos niños con discapacidad incluidos en la enseñanza, todavía llamada ordinaria, estamos hablando de un logro, pues hemos tenido que sufrir una serie de cambios de manera global (concepción de la discapacidad y sus capacidades, aceptación de la sociedad, normalización del colectivo, etc.) que ha llegado hasta la legislación educativa. Pero este hecho hemos de cambiar la perspectiva de verlo, pues es un derecho tanto de ellos mismos, como de sus familias, que puedan participar de la misma educación que aquel niño que no tiene discapacidad, además de que debe de hacerlo sin ninguna traba.

Los docentes y todos aquellos que nos dedicamos a la enseñanza, debemos de comenzar a ver estos hechos como habituales, y no cuestionar si ese niño debe de estar incluido en el aula, o excluido.

Me quedo con una frase que leí entre toda la documentación de la que he estado investigando todo este tiempo que decía “entender la discapacidad intelectual no es como una circunstancia cerrada e inamovible, sino como un fenómeno que limita pero que es susceptible de cambio y mejora” (Fernández y Nieva, 2010, p.27).

6. BIBLIOGRAFÍA

Asociación Solcom (2019). *Quiénes somos: ¿por qué nace SOLCOM?, ¿qué fines tiene SOLCOM?* Consultado el día 29 de mayo de 2019, recuperado de <https://asociacionsolcom.org/>

Blesa, E. (2012). *Encuentro nacional de familias y hermanos de personas con Síndrome de Down. Deporte inclusivo*. Celebrado en Huesca, del 1 al 4 de noviembre de 2012.

Cansino, J. (2016). Un nuevo paradigma para un futuro más saludable y con valores – Deporte inclusivo, actividad física inclusiva y Educación Física. *Revista*

- nacional e internacional de educación inclusiva*, 9 (Vol. 2), 69-86.
- Campoy, I. (2013). Estudio sobre la situación de los niños y las niñas con discapacidad en España. *Cuadernos para el debate*, 2, 8-14.
- Campoy, I. (2018) (asocSOLCOM). Publicado el 29 de junio de 2018. *Análisis de informe del Comité de la CDPD*. Recuperado de <https://www.youtube.com/watch?v=jELfKEQ81hc>
- Down España (2013). Formación para la autonomía y la vida independiente. *Guía general*, 21-29.
- Down España (2013) *Deporte para todos, ejercicio de igualdad*. Consultado el 13 de mayo de 2019, recuperado de <https://sindromedown.net/>
- Egea, C., & Sarabia, A. (2004). Visión y modelos conceptuales de la discapacidad. *Revista Polibea*, 7, 1-20.
- Fernández T., & Nieva A. (2010) Alumnos con discapacidad intelectual. Necesidades y respuesta educativa. *Guía de orientación para la inclusión de alumnos con necesidades educativas especiales en el aula ordinaria*, 4-35.
- García, J. (2017). Evolución legislativa de la educación inclusiva en España. *Revista Nacional e Internacional de Educación Inclusiva*, Educación Inclusiva. *Evolución legislativa de la educación inclusiva en España*, 1 (Vol. 10), 251-264.
- López T., (2013). Investigación e innovación educativa al servicio de instituciones y comunidades globales, plurales y diversas; La atención a la diversidad en la futura LOMCE. *Actas del XVI Congreso Nacional/ II Internacional Modelos de Investigación Educativa de la Asociación Interuniversitaria de Investigación Pedagógica (AIDIPE)*. Celebrado en Alicante, del 4 al 6 de septiembre de 2013, 218-224.
- Martínez R., & de Haro R., & Escarbajal A. (2010). Una aproximación a la educación inclusiva en España. *Revista Educación Inclusiva*, 1 (Vol. 3), 149-164.
- Moscoso D., Muñoz V. (2012). Deporte, inclusión y diversidad social, antecedentes. *Anduli, Revista andaluza de Ciencias Sociales*, 11, 13-19.
- Muévete por los que no pueden (2019). *Enciclopedia: Trastorno del Espectro Autista, Síndrome de Asperger, Síndrome de Pitt Hopkins*. Consultado el día 29 de mayo de 2019, recuperado de <https://mueveteporlosquenopueden.org/>
- Plena Inclusión (2015). *Notas de prensa*. Consultado el día 30 de abril de 2019, recuperado de <https://www.plenainclusion.org/>
- Picavea A. (2018). (asocSOLCOM). Publicado el 29 de junio de 2018. *Análisis de*

informe del Comité de la CDPD. Recuperado de
<https://www.youtube.com/watch?v=jELfKEQ81hc>

Reina R. (2014). Inclusión en deporte adaptado: dos caras de una misma moneda.

Psychology, Society, & Education, 1 (Vol. 6), 55-67.

Ruiz E. (2009). Síndrome de Down: la etapa escolar. *Guía para profesores y familia*.

Special Olympics Aragón (2019). *Quiénes somos: presentación*. Consultado el día 08 de mayo de 2019, recuperado de <http://specialolympicsaragon.es/>

Special Olympics Aragón (2017) Special Olympics Young Athletes. *Programa YAP Special Olympics Aragón*.

Special Olympics España (2019) *Institucional: misión, visión, valores, historia, fundación; Deporte: deporte unificado*. Consultado el día 08 de mayo de 2019, recuperado de <http://w.specialolympics.es/>

Special Olympics España (2012). *Curso elemental Special Olympics*, 9-41.

Unicef (2013). Niños y niñas con discapacidad. Estado Mundial de la infancia. *Resumen Ejecutivo*, 1-10.

7. ANEXOS

ANEXO I – CUESTIONARIO MONITORES

CONSENTIMIENTO INFORMADO

Estimado colaborador, soy una estudiante de cuarto de Magisterio en Educación Infantil de la universidad de Zaragoza. Este cuestionario forma parte de mi Trabajo de Fin de Grado.

Estoy realizando un estudio con el objetivo de analizar los beneficios de una educación inclusiva. El objetivo principal es evaluar todo aquello que se deriva de tener en un aula tanto alumnos con discapacidad intelectual, como alumnos sin discapacidad intelectual, tanto para un colectivo como para el otro; es decir, únicamente un sistema educativo.

La participación es voluntaria y anónima. La información que se recoja será confidencial y no se usará con otro fin alejando de la investigación. La información será utilizada para la presentación de dicho Trabajo Fin de Grado.

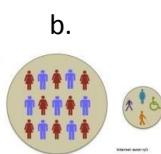
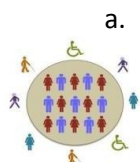
Muchas gracias por invertir su tiempo en este cuestionario.

1. ¿Qué consideras como inclusión?

- Incorporación de todas las personas a formar parte de algo, pero sin ser parte activa, es decir, solo están presentes
- Separación de distintos grupos en la vida diaria, ya sea en restaurantes, cines, baños, colegios, etc., es decir, están presentes pero participan en actividades diferentes
- Incorporación y participación de todas las personas, compartiendo los mismos ámbitos, es decir, todos están presentes, participan y progresan

2. ¿Qué esquema cree que se identifica más con nuestra sociedad?

- Exclusión
- Segregación
- Integración
- Inclusión



3. ¿Considera que estamos en una sociedad inclusiva?

- a. Sí, pues todos los ciudadanos tenemos las mismas oportunidades
- b. Solamente pensamos que lo somos
- c. Rotundamente no

4. Del 1 al 5, siendo 1 nada de acuerdo y 5 completamente de acuerdo. Considero que...

- 1. Las personas con discapacidad intelectual no son igual de capaces que las personas sin discapacidad intelectual**

1 2 3 4 5

- 2. Una persona con discapacidad intelectual no es capaz de llevar una vida normal**

1 2 3 4 5

- 3. Las personas con discapacidad intelectual, tienen capacidades excepcionales que no tienen las personas sin discapacidad (por ejemplo, la estructuración de las rutinas, o una persona Asperger y su brillante capacidad para las matemáticas)**

1 2 3 4 5

- 4. “Las personas con discapacidad, no son ni tienen capacidades diferentes. Todos, con o sin discapacidad, tenemos capacidades diferentes y somos diferentes, como lo son cada ser humano”**

1 2 3 4 5

- 5. “Los Estados partes se comprometen a adoptar medidas inmediatas, efectivas y pertinentes para sensibilizar a la sociedad, incluso a nivel familias para que tome mayor conciencia respecto de las personas con discapacidad y fomentar el respeto de los derechos y la dignidad de estas personas”**

¿Considera que se han adoptado medidas efectivas y pertinentes para lograr que la sociedad tome mayor conciencia respecto de las personas con discapacidad y fomentar el respeto de los derechos y la dignidad de las personas con discapacidad?

- a. Sí
- b. No
- c. NS/NC

6. Del 1 al 5, siendo 1 nada de acuerdo, y 5 completamente de acuerdo

- 1. La escolarización en aulas ordinarias es beneficiosa para ambas partes (niños con discapacidad intelectual y niños sin discapacidad intelectual)**

1 2 3 4 5

- 2. En un aula de educación infantil, con los apoyos y recursos necesarios, un niño con discapacidad intelectual puede seguir el ritmo de la clase**

1 2 3 4 5

- 3. Los niños con NEE (necesidades educativas especiales) están mejor atendidos en los centros de Educación Especial**

1 2 3 4 5

- 4. Los centros de Educación Especial deben de desaparecer progresivamente, así todos los alumnos serán escolarizados de la misma manera**

1 2 3 4 5

- 5. Solo cuando las necesidades (de un alumno con necesidades educativas especiales) no puede ser atendidas en un centro ordinario con apoyos, se propone la escolarización del alumno en centros específicos de educación especial**

1 2 3 4 5

- 7. ¿Qué beneficios (si los hay) aporta la práctica deportiva conjunta (deporte unificado)?**

- 8. ¿Hay alguna limitación a la hora de practicar deporte todos juntos? Si la respuesta es afirmativa, ¿cuál/cuáles son?**

ANEXO II – CUESTIONARIO FAMILIAS

CONSENTIMIENTO INFORMADO

Estimado colaborador, soy una estudiante de cuarto de Magisterio en Educación Infantil de la universidad de Zaragoza. Este cuestionario forma parte de mi Trabajo de Fin de Grado.

Estoy realizando un estudio con el objetivo de analizar los beneficios de una educación inclusiva. El objetivo principal es evaluar todo aquello que se deriva de tener en un aula tanto alumnos con discapacidad intelectual, como alumnos sin discapacidad intelectual, tanto para un colectivo como para el otro; es decir, hablar únicamente de un sistema educativo.

La participación es voluntaria y anónima. La información que se recoja será confidencial y no se usará con otro fin alejando de la investigación. La información será utilizada para la presentación de dicho Trabajo Fin de Grado.

Muchas gracias por invertir su tiempo en este cuestionario.

Antes de comenzar el cuestionario, aclararé unos conceptos que te servirán para contestar más adecuadamente la misma.

Exclusión: *Se tiene la creencia de que en la sociedad solo es válido, aquellas personas que consideran como “normales”; todo lo que queda fuera de “lo normal” queda fuera de la sociedad.*

Segregación: *De nuevo, se establecen dos grupos en la sociedad, los “normales” y los “no normales”; todos aquellos que no entren en los parámetros considerados como “normales”, quedaran al cuidado de instituciones especiales fuera de la sociedad.*

Integración: *Comenzamos a hablar de las personas con capacidades distintas, o necesidades especiales; es en este momento cuando se comienzan a incluir en la sociedad, pero conjuntamente en un grupo, y sin poder participar en la misma.*

Inclusión: *Ya no se dividen los grupos, sino que se considera que a todas las personas se les debe de dar igualdad de oportunidades, y es responsabilidad de toda la sociedad.*

1. Aclarado esto, ¿qué considera como inclusión?

- Incorporación de todas las personas a formar parte de algo, estando presentes, participando y progresando
- Incorporación de todas las personas a formar parte de algo, estando solamente presentes
- Incorporación de todas las personas a formar parte de algo, estando presentes y participando con actividades diferentes

2. ¿Qué esquema cree que se identifica más con nuestra sociedad?

- Exclusión
- Segregación
- Integración
- Inclusión



3. ¿Considera que estamos en una sociedad inclusiva?

- Sí, todos los ciudadanos tenemos las mismas oportunidades
- No, no todos los ciudadanos tenemos las mismas oportunidades
- Solamente pensamos que lo somos

4. Del 1 al 5, siendo 1 nada de acuerdo y 5 completamente de acuerdo. Considero que...

1. Las personas con discapacidad intelectual no son igual de capaces que las personas sin discapacidad intelectual

1 2 3 4 5

2. Una persona con discapacidad intelectual no es capaz de llevar una vida normal

1 2 3 4 5

3. Creo que las personas con discapacidad intelectual, tienen capacidades excepcionales que no tienen las personas sin discapacidad (por ejemplo, la

estructuración de las rutinas, o su brillante capacidad para las matemáticas, una persona Asperger)

1 2 3 4 5

4. “Las personas con discapacidad, no son ni tienen capacidades diferentes.

Todos, con o sin discapacidad, tenemos capacidades diferentes y somos diferentes, como lo son cada ser humano”

1 2 3 4 5

5. Actualmente, nos consideramos una sociedad inclusiva, cuando realmente no lo somos

1 2 3 4 5

6. “Los Estados partes se comprometen a adoptar medidas inmediatas, efectivas y pertinentes para sensibilizar a la sociedad, incluso a nivel familiar para que tome mayor conciencia respecto de las personas con discapacidad y fomentar el respeto de los derechos y la dignidad de estas personas”

¿Considera que se han adoptado medidas efectivas y pertinentes para que la sociedad tome mayor conciencia respecto de las personas con discapacidad y fomentar el respeto de los derechos y la dignidad de las personas con discapacidad?

- a. Sí
- b. No
- c. NS/NC

7. Del 1 al 5, siendo 1 nada de acuerdo, y 5 completamente de acuerdo.

1. La escolarización en las aulas ordinarias es beneficiosa para ambas partes (niños con discapacidad intelectual y niños sin discapacidad intelectual)

1 2 3 4 5

2. En un aula de infantil, con los apoyos y recursos necesarios, un niño con discapacidad intelectual puede seguir el ritmo de la clase

1 2 3 4 5

- 3. Las instalaciones en las escuelas ordinarias permiten la accesibilidad a las personas con discapacidad intelectual**

1 2 3 4 5

- 4. Los niños con NEE (necesidades educativas especiales) están mejor atendidos en los centros de Educación Especial**

1 2 3 4 5

- 5. Solo cuando las necesidades (de un alumno con necesidades educativas especiales) no pueden ser atendidas en un centro ordinario con apoyos, se propone la escolarización del alumno en centros específicos de educación especial**

1 2 3 4 5

- 6. Los centros de Educación Especial deben desaparecer progresivamente, así todos los alumnos serán escolarizados de la misma manera**

1 2 3 4 5

- 7. Las evaluaciones psicopedagógicas y el dictamen de escolarización individualizado, tienen en cuenta la opinión de las familias**

1 2 3 4 5

- 8. ¿Qué beneficios (si los hay) considera que aporta para su hijo/a la práctica de deporte unificado?**

- 9. ¿Qué hándicaps (si los hay) considera que existen para su hijo/a en la práctica de deporte unificado?**

ANEXO III – CUESTIONARIO DEPORTISTAS

CONSENTIMIENTO INFORMADO

Estimado colaborador, soy una estudiante de cuarto de Magisterio en Educación Infantil de la universidad de Zaragoza. Este cuestionario forma parte de mi Trabajo de Fin de Grado.

Estoy realizando un estudio con el objetivo de analizar los beneficios de una educación inclusiva. El objetivo principal es evaluar todo aquello que se deriva de tener en un aula tanto alumnos con discapacidad intelectual, como alumnos sin discapacidad intelectual, tanto para un colectivo como para el otro.

La participación es voluntaria y anónima. La información que se recoja será confidencial y no se usará con otro fin alejando de la investigación. La información será utilizada para la presentación de dicho Trabajo Fin de Grado.

Muchas gracias por invertir su tiempo en este cuestionario.

1. ¿Te gusta practicar deporte con tus compañeros?

2. ¿Cómo te gusta que sean las competiciones?

- a. Solamente compañeros con discapacidad en el equipo
- b. Compañeros con discapacidad y sin discapacidad en el mismo equipo
- c. De ambas formas me gusta jugar

3. ¿Consideras que nuestra sociedad es inclusivo?

- a. Sí, todos tenemos las mismas oportunidades
- b. No, no todos tenemos las mismas oportunidades
- c. Pensamos que lo somos

4. Del 1 al 5, siendo 1 nada de acuerdo y 5 completamente de acuerdo.

Considero que...

1. Las personas con discapacidad intelectual jugamos de la misma manera que una persona sin discapacidad intelectual

1 2 3 4 5

2. Una persona con discapacidad intelectual somos capaces de llevar las mismas rutinas del día a día

1 2 3 4 5

- 3. De mismo modo que a una persona sin discapacidad se le puede dar bien una habilidad en concreto, algunas personas con discapacidad podemos ser capaces de hacer algo excepcional**

1 2 3 4 5

- 4. “Las personas con discapacidad, no somos ni tenemos capacidades diferentes. Todos, con o sin discapacidad, tenemos capacidades diferentes y somos diferentes, como lo son cada ser humano”**

1 2 3 4 5

- 5. Actualmente, nos consideramos una sociedad inclusiva (todos tenemos las mismas oportunidades, cuando realmente no lo somos**

1 2 3 4 5

- 6. En tu colegio, ¿hay/había personas con discapacidad y sin discapacidad?**

- a. No, es un colegio especial en el que solamente estamos personas con discapacidad
- b. Sí, estamos mezclados en las aulas
- c. Sí, pero tan solo nos juntamos todos en las horas de recreo, o en horas puntuales