

PIAR como alternativa en el Área de Educación Física, Recreación y Deportes

Modelo de plan individual de ajuste razonable como alternativa pedagógica para la enseñanza de los contenidos del área de Educación Física, Recreación y Deportes, en estudiantes con limitaciones físicas en las instituciones educativas del municipio de Marinilla.

INVESTIGADORES:

ALBER ESTEBAN GIRALDO GIRALDO

CARLOS MARIO PATIÑO OSPINA

Estudiantes de Licenciatura en Educación Física, Recreación y Deportes.

COINVESTIGADOR:

CARLOS ESCOBAR URREGO

Magíster en Motricidad.

Coordinador Seccional Marinilla, Colegio Universidad Pontificia Bolivariana.

Profesor de la Universidad Católica de Oriente.

Universidad Católica de Oriente
Facultad de Ciencias de la Educación
Licenciatura en Educación Física, Recreación y Deportes
Rionegro (ANT)
2020

RESUMEN: La presente investigación, está basada en métodos cuantitativos y cualitativos con el fin de conocer las estrategias que usan los docentes licenciados en educación física, recreación y deportes del municipio de Marinilla para incluir a jóvenes con limitaciones físicas en sus clases.

Para obtener los resultados se entrevistaron a 9 docentes licenciados en educación física de 4 instituciones educativas del municipio de Marinilla. Se corroboró que existen algunos conocimientos sobre la discapacidad, pero no está estructurado ningún plan eficaz de inclusión de jóvenes con limitaciones físicas en el municipio, ni en instituciones educativas.

En conclusión, las estrategias que se usan crean convivencia social más no de actividad física relacionada con el área de Educación Física, Recreación y Deportes. Este hallazgo muestra la necesidad de un Piar como herramienta eficaz para responder a las necesidades de estos jóvenes en la clase.

PALABRAS CLAVES: Limitaciones Físicas, Educación, Inclusión, Estrategias, Docentes, PIAR.

PIAR as an alternative for the subject of physical education, recreation and sports.

Model for reasonable individual adjustment as pedagogic alternative for the teaching of physical education, recreation and sports in students with physical disabilities in education institutions in the municipality of Marinilla.

SUMMARY: This research is based on quantitative and qualitative methods in order to know the strategies used by teachers with degrees in physical education, recreation and sports from the municipality of Marinilla to include young people with physical limitations in their classes.

To obtain the results, 9 teachers graduated from 4 educational institutions in the municipality of Marinilla were interviewed. It was confirmed that there is some knowledge about disability, but no effective plan for the inclusion of young people with physical limitations has been created in the municipality, or in educational institutions.

In conclusion, the strategies used by teachers create social coexistence but not physical activity related to the area of Physical Education, Recreation and Sports. This finding shows the need for a PIAR as an effective tool.

KEY WORDS: Physical Limitations, Education, Inclusion, Strategies, Teachers, PIAR.

Introducción

Actualmente se ha visto que en los colegios del municipio de Marinilla hay problemas de inclusión de la población con discapacidad, por ello, se ha propuesto hacer una investigación sobre las estrategias de los docentes licenciados en Educación Física, Recreación y Deportes para conocer como estos logran incluir a esta población en la actividad física.

Este estudio se valdrá de componentes cualitativos y cuantitativos con el fin de verificar estas estrategias docentes de inclusión que vayan en beneficio de esta población incluyéndolos a cabalidad en la actividad física.

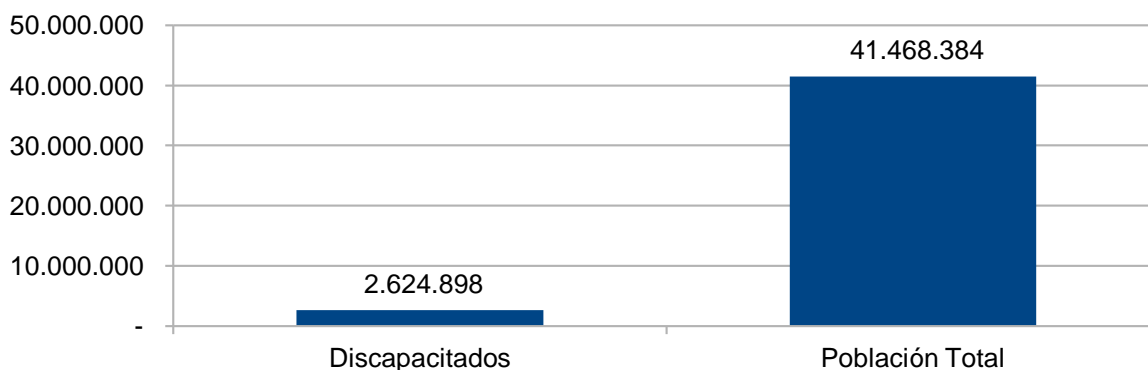
Se tienen referencias para el presente estudio en casos de investigación como el de la Universidad Politécnica de Madrid de Ocete Calvo, (2015) sobre deportes paralímpicos, Universidad del CES de Lozano (2014) relacionado a la educación inclusiva, una revista colombiana de psiquiatría de Muñoz (2011), la cual relaciona la preparación docente para atender dificultades cognitivas, intelectuales o físicas de esta población. Otro estudio de la universidad de Guadalajara de Camacho (2011) sobre inclusión virtual a estudiantes con incapacidades motoras y un artículo de la revista de Movimiento y Salud del CES haciendo una comparación entre estudiantes con discapacidad y otros que no de Hurtado-Lozano & Agudelo-Martínez (2014).

El objetivo de esta investigación se basa en dar a conocer las estrategias y prácticas docentes para la inclusión de esta población: identificar las limitaciones físicas de los estudiantes y aportar un modelo de plan individual de ajuste razonable (PIAR), que permita caracterizar esta población en cuanto a sus facultades físicas, y partir de allí a estrategias eficaces que les fortalezcan físicamente. Además, según las cifras de discapacidad en Colombia, se denota cada vez más la importancia de tomar acciones en este problema.

En Colombia, para el año 2005 según registro del DANE¹ y Ministerio de Salud, habían 2'624.898 personas discapacitadas, es decir, el 6,1% de la población total, además 1'342.222 personas se encuentran en el Registro de discapacidad RLCPD; es decir que, de cada 100 colombianos, 3 están en este registro (Minsalud y P. Social, 2017).

1 Para el 2005 la población total era del 41'468.384 aproximadamente, (DANE, 2005)

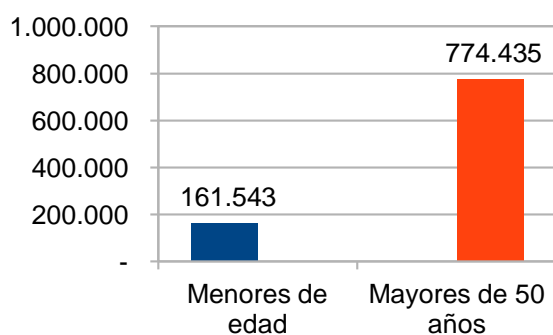
Figura 1. Población discapacitada en razón de población total



Como se evidencia en la figura 1, la diferencia es relativamente poca, pero influye en la vida de dos millones de personas aproximadamente. También demuestra que la inversión de recursos para revertir las incapacidades congénitas o por accidente pueden ser puntualmente focalizados.

Los anteriores datos se pueden disgregar por edades, siendo las más esenciales para el presente estudio aquellas que relacionan las edades de escolarización donde el 12% de la discapacidad se encuentra en menores de edad, 161.543; mientras que el 58%, 774.435, son mayores de 50 años (Minsalud y P. Social, 2017). Estas cifras dan cuenta de la problemática, más aún cuando con el aumento de la edad, se dan discapacidades que tal vez se pudieron mejorar con el trabajo físico adecuado o lograr que algunas no fueran existentes o potencialmente perjudiciales para una vida “normal”.

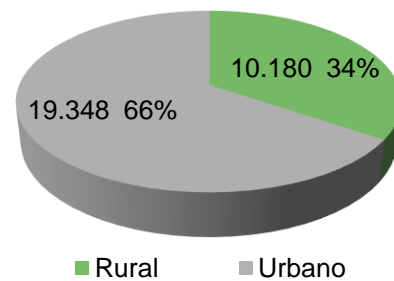
Figura 2. Las edades de la discapacidad



Como se evidencia en la figura 2, la diferencia de cifras entre adultos y menores de edad es casi 5 veces mayor, lo cual puede indicar que a medida que se llega a la adultez la discapacidad se va pronunciando muy seguramente sin algún tipo de tratamiento.

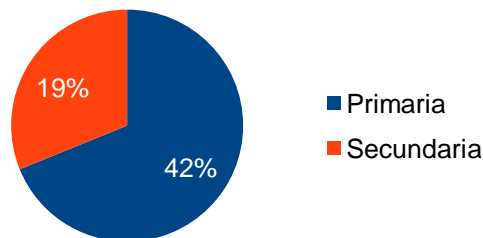
Otra perspectiva de disgregación de las presentes cifras, muestra que los jóvenes de la zona urbana, 19.348, padecen algún tipo de discapacidad, además, los jóvenes rurales aportan 10.180, lo cual combinados con población infantil en ICBF, 4.583, suman un total de 34.111 jóvenes e infantes, al menos en cifras parciales (Minsalud y P. Social, 2017).

Figura 3. Presencia de discapacidad urbana y rural



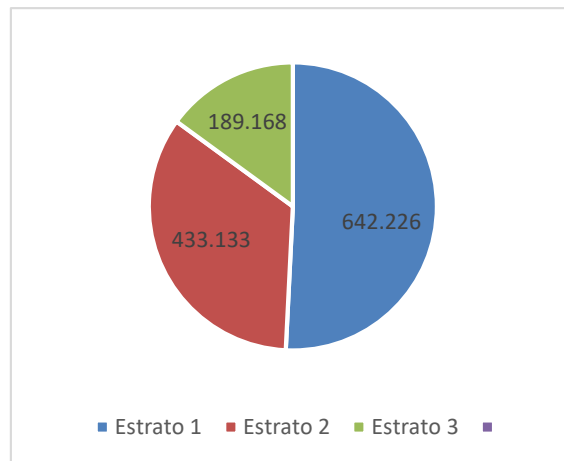
La figura 3 muestra una comparación entre la población urbana y rural. Donde la urbana supera a la discapacidad en área rural, teniendo esta una representación del 66% y la rural del 34%.

Figura 4. Discapacidad en escolaridad



Como se puede observar en la figura 4, en Antioquia 27.045 personas que sufren alguna discapacidad están relacionadas con el conflicto armado. A nivel nacional, el 42% se encuentra en la básica primaria, y el 19% en secundaria.

Figura 5. Discapacidad por estrato

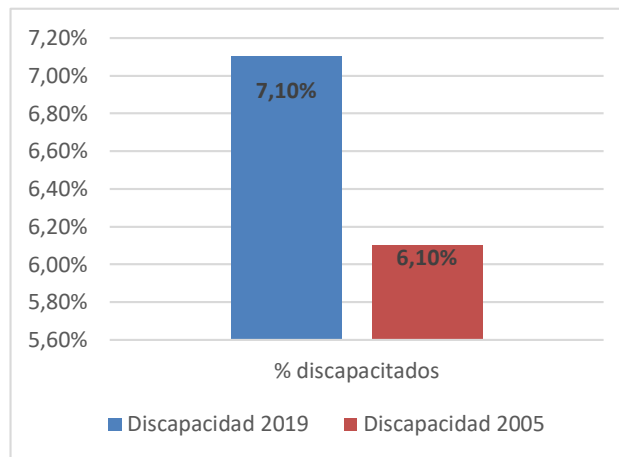


La economía juega un papel importante en la discapacidad, por ejemplo, como se observa en la figura 5: el 48% de esta población está en el estrato 1, 642.226 y 433.133 en el 2, 32% y el estrato 3 representa el 14% con 189,168 personas de esta población (Minsalud y P. Social, 2017).

Por último, solo el 11,1% de esta población está en actividad deportiva, siendo la mayor afectación de toda la población nacional en movimiento de cuerpo, manos, brazos y piernas; un 34,05% (Minsalud y P. Social, 2017).

Para el año 2019, según DANE (El Tiempo, 2019) la población discapacitada aumentó a 3'065.361 es decir el 7,1% del total de la población colombiana, estando el 58% de los discapacitados entre los 15 y 64 años de edad.

Figura 6. Aumento discapacidad por años



Como se puede observar en la figura 6, en un periodo de 14 años, la discapacidad aumentó un 1% aproximadamente, es decir, un total de 440.463 personas.

Las cifras que se mencionan y el reto, no son menores.

Por ello el presente trabajo, se basa en un enfoque educativo dirigido a la inclusión en el área de Educación Física, Recreación y Deportes. Según lo dicho anteriormente, el alcance de esta investigación será descriptivo, debido a que buscará especificar cuáles son los perfiles y estrategias que utilizan los educadores físicos, los cuales son certificados como licenciados y ejercen en el área urbana del municipio de Marinilla a la hora de incluir jóvenes con limitaciones físicas en sus clases.

Precisiones teóricas y conceptuales acerca de la Inclusión

La inclusión es un valor constante del ámbito educativo, pues nuestro medio estudiantil está comprometido en el desarrollo estudiantil en igualdad de oportunidades para todos y cada uno de los educandos.

La inclusión se deriva del aceptar los diferentes tipos de personas siendo respetuosos con el prójimo. Las personas con discapacidades son aceptadas, sin embargo, esto no implica que la aceptación conlleve a la acción y a tomar medidas para entendernos con los otros, la tolerancia o inclusión pueden llevar incluso a ignorar la existencia del otro, y no generando acciones específicas como estudiar cuál es la mejor forma en que una persona con algún tipo de discapacidad tipificada puede potenciar sus capacidades físicas y poner tareas adecuadas para que conozca su cuerpo y lo ponga a prueba desde la actividad física.

En el campo educativo, la inclusión no es solo un sentimiento de pertenencia y de bienestar emocional sino la búsqueda de la integración de todas las personas tomando en cuenta la eficacia del aprendizaje social y cooperativo.

La inclusión educativa busca explorar en el alumno las diferentes capacidades y cualidades que posee para hallar un método confiable que permita su aprendizaje. Como menciona, Sarrionandia (2008)

La inclusión educativa no es sólo un sentimiento de pertenencia y de bienestar emocional al

que se pueda llegar desde la periferia de la acción educativa. La inclusión educativa debe entenderse con igual fuerza como la preocupación por un Aprendizaje y un rendimiento escolar de calidad y exigente con las capacidades de cada estudiante.

Se puede evidenciar a continuación que, “no es tan importante tratar de definir el termino inclusión educativa si es con el fin de poner una definición estándar debido a que en esta palabra se pueden adherir los diferentes contextos” según el libro de Legarralde (2007), es decir cada institución encontrara en el término de incluir un significado diferente de acuerdo a su perspectiva y finalidad, ya sea por caracteres económicos, sociales, culturales, inclinaciones sexuales, métodos de aprendizaje, entre otros.

El término incluso lo que pretende es normalizar las diferencias, logrando que estemos de acuerdo en lo fundamental; la actividad física en este caso, como una acción verdadera para esta población, y no una mera inclusión pasiva sin efectos positivos.

En conclusión, “el proceso de inclusión educativa debe ampliarse y mejorarse de forma que llegue a más alumnos y abarque todas las etapas educativas” según Sarrionandia y otros, (2009).

Al final se evidenció como llegan a las escuelas maestros con la vocación de inclusión (Fernández,) que le ponen corazón a su labor como docentes para todos los estudiantes con necesidades específicas, como lo relata el Minedu Perú (2007)

Se trata de maestros y maestras que tienen la fuerte convicción de que es la escuela la que debe adecuar su funcionamiento, ritmo, métodos, lenguaje, etc. a las necesidades de cada niño o niña, y no a la inversa. La meta es garantizar el derecho a la educación que toda persona tiene según nuestra constitución.

Las limitaciones físicas desde la teoría

Las personas con discapacidad incluyen a aquellas que tengan deficiencias físicas, mentales, intelectuales o sensoriales a largo plazo, que al interactuar se encuentran con diversas barreras que pueden impedir su participación plena y efectiva en la sociedad en igualdad de condiciones con los demás.

Se consideran limitaciones físicas a todos aquellos factores que interfieren en el libre desarrollo y empleo del cuerpo, en este caso el cuerpo humano en su entorno, es decir, aquello que limite el funcionamiento normal de este, para alguna actividad, no solo deportiva sino también de su vida educativa, al igual cotidiana y básica; como señala Béjar (2010) “se dará protección para las personas con disminución física, sensorial, psíquica y el artículo 68 que es obligación la educación de personas con limitaciones o con capacidades excepcionales”.

Todos podemos evitar que el número de personas que presentan este aspecto crezca y también es nuestro deber aceptar a quienes la posean sin ningún tipo de discriminación.

Entre los principales causantes de las limitaciones se pueden encontrar algunos como envejecimiento, lesiones adquiridas por prácticas de deportes, problemas sufridos durante la gestación, caídas,

accidentes, deficiencias en el sistema óseo, malformación en extremidades, discapacidades motoras determinadas por áreas del cerebro.

Hoy es común escuchar la palabra inclusión como valor y como acto por parte de las personas (Hernández, 2009) o las instituciones, por ende, es importante conocer claramente la situación de algunas personas frente a este tipo de limitación, como lo muestra (Minsalud y P. Social, 2013), “somos uno de los pocos países que ha implementado estrategias orientadas a garantizar el acceso a la información y a la comunicación para personas con discapacidad”. Ya sea en el campo educativo o laboral, donde se ha vuelto constante el problema que tienen algunas de estas personas para desplazarse debido a la baja idoneidad de las estructuras en las edificaciones que no permiten el fácil desplazamiento.

En la enseñanza juega un papel fundamental el conocimiento de la discapacidad, ya que gran parte de los docentes al planificar sus clases sea en Educación Física, Recreación y Deportes u otra materia ignoran la importancia de adaptar la metodología para las personas que contengan algún tipo de limitación física, esto puede desencadenar un sentimiento de exclusión hacia estas personas, como también se conllevaría a violar el derecho de una libre interacción con el resto de sus compañeros.

Minsalud y P. Social (2013) proponen lo siguiente:

El Estado y la sociedad en general, tienen la responsabilidad de atender y acoger a toda su población. La responsabilidad específica en relación con la discapacidad interesa no solo al sistema general de salud, no obstante, sectores como educación, cultura, desarrollo económico, comunicaciones, justicia y transporte y demás entidades y organismos son igualmente responsables de la atención y la inclusión de la población con discapacidad, y han realizado valiosos aportes al desarrollo de la Política Pública de Discapacidad. (p. 19)

Por lo anterior mencionado hay que tener claro que no solo encontramos o tenemos discapacidad física en el momento de la gestación o de forma genética en los niños o jóvenes, sino también en los adultos la podemos encontrar, según Díaz Oquendo (1999) en la actualidad

Existe un amplio acuerdo en cuanto al enfrentamiento de la problemática del envejecimiento, que toma en cuenta la relación para elaborar un diagnóstico y tratamiento certeros, así como para orientar las medidas de promoción de salud y prevención en la tercera edad, de manera que se logren altos niveles de calidad de vida.

En la época moderna la ciencia y los estudios de Educación Física, Recreación y Deportes deben proponer soluciones efectivas a estos problemas y convertir esto en oportunidades para personas con capacidades diferentes.

Metodología

El trabajo de investigación está basado en el enfoque mixto, cualitativo y cuantitativo Sampieri et al. (2003, 2006, 2010), además de ser transaccional exploratorio, teniendo en cuenta el año 2018.

Lo anterior, permitirá partir de una investigación documental basada en información oficial por parte de instituciones educativas que darán cuenta de la cantidad de estudiantes con limitaciones físicas; además, de permitir tipificar el tipo de limitación que tienen los estudiantes. Esto con el fin de proponer estrategias a instituciones y maestros conociendo de ante mano las características del problema.

Por último, según Jaqueline y Sampieri et al. (2003, 2006, 2010), este estudio será descriptivo porque mostrará las circunstancias presentes de la acción docente en este aspecto, proponiendo acciones para el problema, además, no pretende ejercer algún tipo de experimentación sobre los casos.

Población y muestra

Según Villa (2014), “la investigación se realiza en beneficio de la población”, en este caso la que sufre algún tipo de discapacidad, resulta ser un universo pequeño en el municipio de Marinilla, por ello, se escogen las instituciones principales del casco urbano² y profesores voluntarios, prestos a la investigación.

Se cuenta con 4 instituciones educativas públicas del municipio de Marinilla, en estas se puede encontrar una población total de 9 docentes³ que cumplen con las características necesarias para llevar a cabo la investigación como lo son: ser profesionales licenciados en Educación Física, Recreación y Deportes y ejercer en el campo educativo público.

Los nombres de las instituciones y el número de licenciados en Educación Física, Recreación y Deportes con los que cuenta el municipio de Marinilla son los siguientes:

- A) Institución Educativa Román Gómez, 2 licenciados en Educación Física, Recreación y Deportes.
- B) Normal Superior Rafael María, 2 licenciados en Educación Física, Recreación y Deportes.
- C) Institución Educativa Técnico Industrial Simona Duque, 3 licenciados en Educación Física, Recreación y Deportes.
- D) Institución Educativa San José, 2 licenciados en Educación Física, Recreación y Deportes.

Recolección de datos

2 4 instituciones de 18 (datos.gov, 2020)

3 9 docentes de 355 de todas las áreas (antioquiadatos.gov.co, 2016) Se desconoce por parte de Secretaría de Educación cuántos profesores licenciados de Educación Física, Recreación y Deportes hay en el municipio.

Para la recolección de datos se utilizaron entrevistas a los profesores señalados en la muestra y bases de datos oficiales del Departamento de Antioquia o Gobierno Nacional, en vista de la falencia de las bases de datos locales.

Para la generación de la información de la presente investigación se tuvieron en cuenta tres instrumentos:

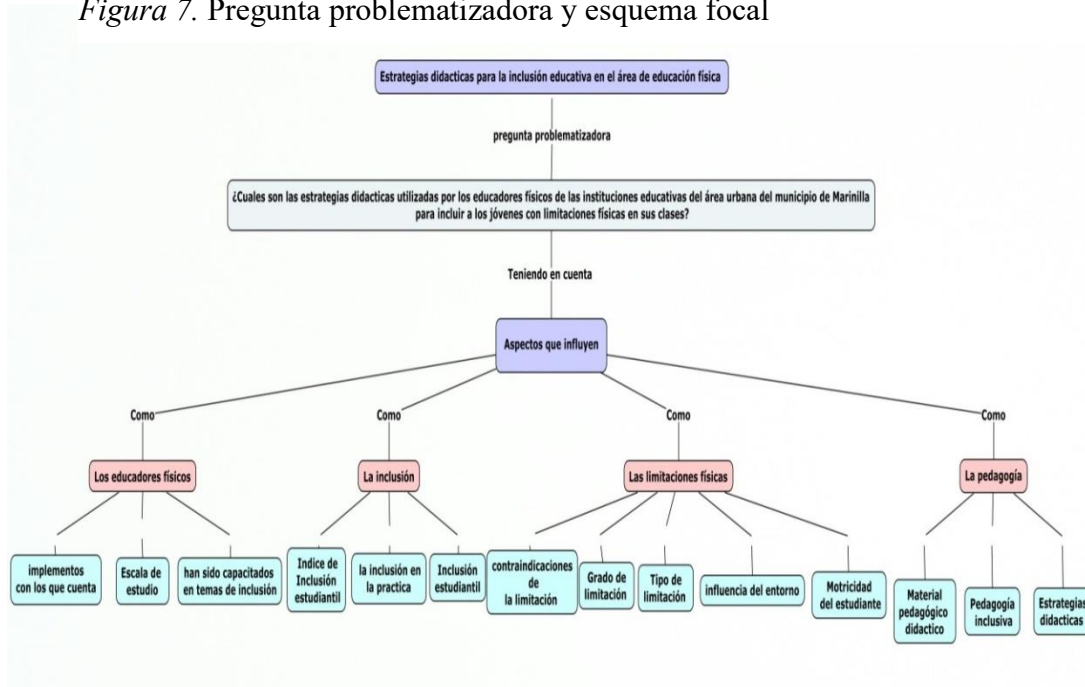
- A) El análisis de documentos.
- B) La entrevista.
- C) La observación.

Según, Castillo (2004-2005) este análisis nos permitirá producir el presente documento con la información discriminada y puntualizada con fines a fortalecer los hallazgos de la investigación.

A través de la entrevista, se conocerá la experiencia de los profesores acerca de sus estrategias de inclusión en el área de Educación Física, Recreación y Deportes, Giménez (2012), además permitirá esclarecer por medio de 10 preguntas y 7 categorías la incidencia en ellos de sus estrategias e influencia de la institución educativa en este proceso.

Por medio de la observación se analizó el sujeto y objeto de estudio. Esta técnica es una de las más usadas y fundamental en el proceso de investigación porque con ella se obtienen elementos como hechos, acciones y características. La observación es importante en la ejecución de las estrategias de profesores y las actividades de Educación Física, Recreación y Deportes, ya que permite relacionar los hechos como evidencia empírica con las teorías científicas, Sanjuán (2011).

Figura 7. Pregunta problematizadora y esquema focal



Como se puede observar en la figura 7, este esquema presenta la idea global y la disgregación conceptual que se tuvo en cuenta para proceder en los elementos investigativos que se explica en el presente documento. El fin de este esquema era caracterizar por medio de la observación y las acciones como se ejecuta desde el docente el proceso de inclusión.

Recursos físicos

Para esta investigación se tuvo presupuestado utilizar los siguientes recursos físicos o materiales:

- A) Carnets estudiantiles de la universidad
- B) 2 diarios de campo para registrar las observaciones.
- C) Lapiceros.
- D) Cámara fotográfica o filmadora para los registros de observación.
- E) Computador como medio de registro y almacenaje de información.
- F) Documentos de apoyo como guías de observación.
- G) Guías de entrevista.

Recursos Humanos

Como recursos humanos se utilizarán los siguientes:

- A) Profesores licenciados en Educación Física, Recreación y Deportes.
- B) Estudiantes que poseen limitaciones físicas.
- C) Planteles educativos.

Resultados:

Las leyes en Colombia han venido fomentando dirigir de forma acertada la educación integral de estas personas, buscando mejorar la convivencia de estas con la sociedad. Una norma puntual es la ley 1346 de 2009 sobre inclusión educativa.

Sin embargo, las dificultades a nivel local y de absorción de esta población no se evidencian a cabalidad en las instituciones más inmediatas a la vida de estas personas.

Por ejemplo, en el municipio de Marinilla, según el Manual de Convivencia de la Institución Educativa Román Gómez, en términos de norma estudiantil se plantea lo siguiente:

“5.1.6 participar en todas y cada una de las actividades curriculares y extracurriculares, del grupo y del plantel”

“5.1.21. participar en los diferentes comités culturales, sociales y deportivos que se programen a nivel institucional”

Los dos ítems anteriores nos llevan a cuestionar si las instituciones emplean metodologías y estrategias que incluyan a las personas con limitaciones físicas en dichas actividades de esta área.

Otro caso puntual, se da, cuando se dialoga con Mateo Martínez, personero estudiantil de la Institución Educativa Román Gómez, el cual plantea que hay quejas por parte de los estudiantes con limitaciones físicas que no son empleados conforme a la materia o área del conocimiento específica, sino que, por el contrario; estos terminan haciendo carteleras, pasar calificaciones y recoger implementos de clase.

Lo anterior, denota como se supedita al estudiante a hacer tareas contrarias a la materia que no están en vía de desarrollo de sus capacidades físicas. Es decir, que no estén introducidos en el *que hacer* de la materia, usando su cuerpo para las actividades. Estos mismos hechos se han presentado con otros egresados de esta institución y de otras. Al parecer es común que esto suceda.

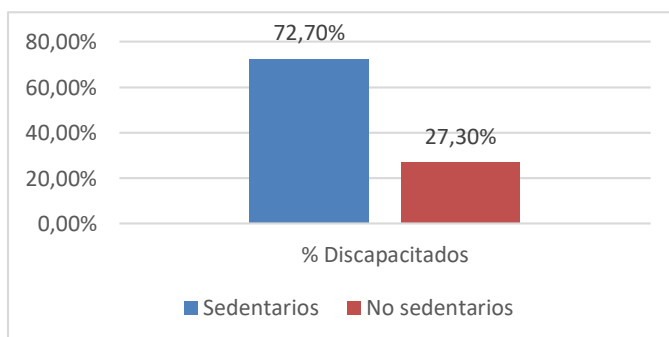
Los anteriores hallazgos, llevan a organizar y hacer un cuestionamiento sobre la preparación que poseen los educadores de Educación Física, Recreación y Deportes para afrontar una clase donde se pueden incluir estudiantes con limitaciones, así como la forma en que incentivan el deseo de estos jóvenes por la actividad física. Además, la anterior conversación con el personero, también suscitó el interés por conocer la implementación de la ley de inclusión en el área de Educación Física, Recreación y Deportes.

Se ha observado que los profesores en Educación Física, Recreación y Deportes en el municipio de Marinilla, evitan comprometerse en la enseñanza y aplicación de lo enseñado en actividad física con estudiantes que tienen algún tipo de limitación. Aparentemente este tipo de forma de enseñanza, puede devenir de una educación clásica en el maestro, posiblemente un elemento que incida en esta actitud es que la edad promedio de los maestros oficiales es de 47,4 años; a pesar incluso de que el 100% de los maestros en secundaria tienen título profesional, el cual incluye pedagogía (Pérez Martínez, 2019).

Esta falta de compromiso ha llevado a otros problemas, por ejemplo, se estima según el Atlas de Obesidad Infantil, que Colombia tendrá en el 2030, 1,5 millones de niños y jóvenes obesos (El Espectador, 2019).

Un estudio realizado en Manizales, Caldas; sobre niveles de sedentarismo.

Figura 8. Proporciones de sedentarismo



Como se puede observar en la figura 8, el sedentarismo supera el no sedentarismo por amplitud. Esto da muestra de la población podría estar padeciendo un flagelo para su salud y no estarse percatando de ello. Este sedentarismo, sin duda terminará con el tiempo inflando las cifras de algún tipo de enfermedad o problema que afecte la actividad física, a no ser que se atienda a tiempo a este problema.

Este estudio no es concluyente sobre la discapacidad sino sobre una de sus posibles causas, sin embargo, como se ha mostrado y se podría llegar a suponer de acuerdo a las cifras; las personas con discapacidad tal vez afrontan este problema del sedentarismo con mayor dificultad, ya que la actividad física de estas personas requiere un poco más de conocimiento profesional, lo cual no es común como área de estudio en la población.

Si no se busca una solución o un mejoramiento de este problema, posiblemente los jóvenes con limitaciones físicas sean propensos a sufrir enfermedades graves a futuro, se desaprovechará el disfrute y potencial que pueden demostrar estas personas y serán excluidos de una sana convivencia y de aprender en sociedad con los demás compañeros.

De acuerdo a la información anterior, en el municipio de Marinilla se ha venido trabajando más en esta problemática e incluso se ha recibido apoyo internacional.

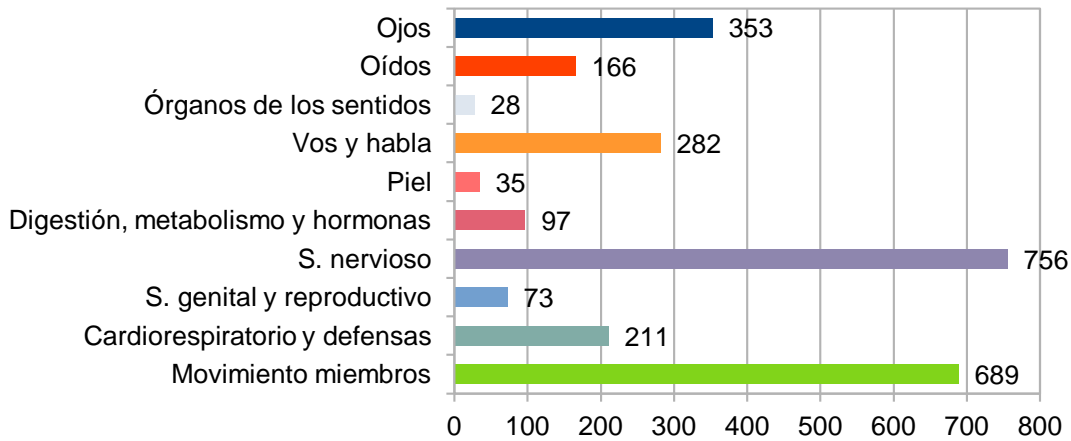
Por ejemplo, para el año 2018 fue llevado a cabo un proyecto con el nombre de “Proyecto educativo para la inclusión social de víctimas del conflicto con limitaciones físicas” dictada por la JICA (Agencia de cooperación internacional del Japón) lo que puede brindar una expectativa positiva para la aplicación y acogida del proyecto a realizar, así como también el conocimiento de estrategias que puedan fortalecer la calidad educativa de las personas con limitaciones físicas.

Conforme se expresa en la introducción, son 3 los objetivos de la investigación. Sobre estos se basaron los hallazgos con lo que se concluyen los resultados presentes.

1. Identificar las limitaciones

En la presente investigación ni la administración municipal de Marinilla desde la Secretaría de Salud, ni desde los planteles educativos contaban con datos acerca de los estudiantes con discapacidad. Por lo tanto, fue necesario acudir a las bases de Gobernación de Antioquia para establecer al menos cuántos discapacitados hay en el municipio.

Figura 8. Discapacidades según gobernación



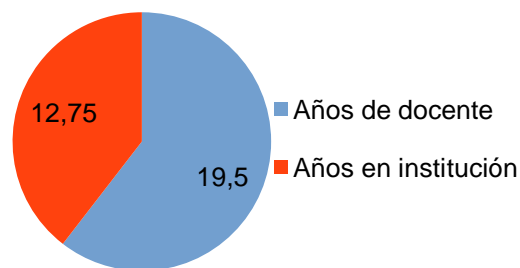
La figura 8 muestra la magnitud de la discapacidad en Marinilla, ésta da cuenta de la dificultad del problema que se presenta a la fecha para el modelo educativo local. Ya que es claro que mínimo todos debieron cursar los ciclos educativos de Básica Primaria, Básica Secundaria y, Posiblemente, no recibieron una formación en las practicas adaptadas a su condición física. Lo cual como menciona Valenzuela (2014) forma parte del problema de la inyección de recursos económicos y educativos para la adecuada absorción de esta población.

2. Estrategias y prácticas de inclusión.

Se dirigió una entrevista de 10 preguntas y 7 categorías que permiten establecer la incidencia de los docentes a la hora de aplicar sus estrategias de inclusión y enseñanza de Educación Física, Recreación y Deportes.

Estos docentes llevan en promedio 19,5 años de ser docentes y 12,75 años de prestar sus servicios a las instituciones mencionadas.

Figura 9. Años de servicio docente



La figura 9 denota que los docentes son aparentemente estables en la institución que trabajan actualmente y que inmediatamente se gradúan, pasa un promedio de aproximadamente 7 años para establecerse y prestar sus servicios prolongadamente en la institución, esto da cuenta de su capacidad de conocer tanto el plante como la condición física de los alumnos en el transcurso de su ciclo educativo.

Texto 1. Categorías de inclusión y características

Categorías
¹ Estrategias para la promoción de estudiantes con limitaciones.
² Alternativas de inclusión.
³ Ambiente escolar.
⁴ Formación en valores.
⁵ Asignación de tareas.
⁶ Recursos.
⁷ Limitaciones físicas.

Estas categorías permiten conocer de forma holística qué tanto las estrategias de los docentes y las instituciones permiten incluir al estudiante con discapacidad o caracterizar sus necesidades.

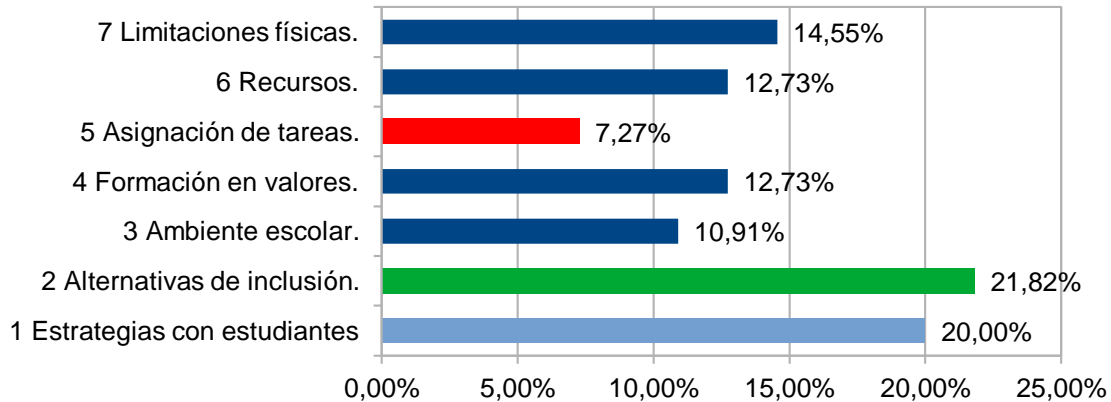
Según las entrevistas y de acuerdo a la tabla de categorización, la que mayor incidencia ha tenido en la aplicación de los profesores son la 1 y la 2, siendo menor la 5, la cual refiere a la asignación de tareas sobre el área de Educación Física, Recreación y Deportes con miras a la actividad física según esta materia de estudio.

Tabla 1. Reiteración de categorías e incidencia en docente

Categoría *Conforme a Texto 1	Reiteración de categoría	% de reiteración
¹ Estrategias con estudiantes	11	20,00%
² Alternativas de inclusión.	12	21,82%
³ Ambiente escolar.	6	10,91%
⁴ Formación en valores.	7	12,73%
⁵ Asignación de tareas.	4	7,27%
⁶ Recursos.	7	12,73%
⁷ Limitaciones físicas.	8	14,55%

Como se observa en la Tabla 1, las categorías que fundamenta el actuar docente son 7. Estas tienen incidencia en las actividades de inclusión. Conforme se evidencia en la entrevista los docentes tienen mayor inclinación a la inclusión social más que a la asignación de tareas.

Figura 10. Porcentaje de incidencia de las categorías en los docentes



Conforme a la figura 10, las alternativas de inclusión relacionadas con la inclusión social ocupan el primer lugar de las estrategias docentes, además las estrategias con estudiantes como acompañantes del proceso fortalecen estas actividades, sin embargo, el aspecto central que son las estrategias de inclusión para la actividad física no es representativo, logrando solo un 7% de la magnitud.

En cuanto a la entrevista y conteo de conceptos más importantes para los maestros en el trato con los estudiantes se encuentran las siguientes palabras:

Tabla 2: Categorías conceptuales de maestros

Palabras más usadas por los entrevistados	Cantidad
Estudiantes	22
Institución	15
Limitaciones	15
Inclusión	13
Educación Física	12
Educación	11

Estas palabras denotan que los maestros están permeados del discurso de la inclusión y que su trabajo tiene el estudiante con limitaciones como centro de sus acciones.

Los docentes concluyen que en general los planteles educativos buscan a través de la infraestructura mejorar la movilidad de las personas, además se apoyan en la convivencia entre estudiantes y se recibe a todo el que tenga alguna discapacidad. Los jóvenes con discapacidad van, según los docentes, desde síntomas respiratorios, de movilidad, silla de ruedas, hasta mencionar la depresión como problema a tratar.

Las estrategias a seguir han sido relacionadas con poner a jóvenes con discapacidades a exponer, hacer trabajos sobre su condición y mostrarla a sus compañeros de grupo de forma magistral, además se ha incentivado el trato con especialistas; otros asumen que a estos jóvenes hay que hacerles ver y sentir como líderes en la materia que tratan y trabajar con rigurosa técnica ante sus dificultades con los ejercicios puestos sea de forma individual o cooperativo, sin embargo estos últimos son excepcionales.

Las preguntas anteriores denotan que existen planes institucionales, internacionales y que algunos profesores cuentan con experiencia sobre discapacidad, aunque no es su mayor fuerte. Se realza que las personas con discapacidad reciben apoyos de compañeros y de la comunidad de las instituciones.

Sin embargo, se observó como el trabajo de inclusión realizado en este caso, está más ligado a la inclusión de la convivencia social, más que al cuerpo de los discapacitados en la actividad física como inclusión a esta área del conocimiento para su trabajo conforme esta materia lo exige.

En conclusión, el estudio denota que la inclusión, en cuanto al aspecto físico, termina por convertirse en una inclusión de convivencia social que aísla a la persona de sus capacidades tanto intelectuales como físicas para estas tareas puntuales, esta inclusión opera de forma pasiva.

Muchos de estos estudiantes terminan por volverse casi monitores de grupo, sin tener el cargo formalmente. Sus tareas terminan por fortalecer la planilla de notas, recoger implementos, pero no se les demuestra e inculca la potencia de sus capacidades, cualquiera que esta sea y que le permita tener una mejor calidad de vida y un sistema motriz más adaptado a sus circunstancias.

Según, (Hernández Ríos, 2015), el primer antecedente del concepto “Discapacidad” fue en el año 1981 en el programa de Acción Mundial para las Personas con discapacidad y consiguiente a este el año 1993 se encuentran las primeras Normas Uniformes sobre la igualdad de Oportunidades para las personas con discapacidad, hasta el año 2005 se evidencio el incumplimientos de dichas normas y solo fue hasta el año de 2006 que se proclaman los derechos humanos de las persona con discapacidad en Estados Unidos.

Ha inicios del Siglo XX, La OMS (Organización Mundial de la salud, 1999), estaba encargado del seguimiento y la aplicación de las normas, solo hasta el año de 2007 se organiza el sistema nacional de discapacidad y a continuación en el año 2009 se oficializa la ley 1346 en Colombia que aprueba la convención sobre los derechos de las personas con Discapacidad, como lo dice, (Ministerio de salud.,

2007) según los maestros de las instituciones y como lo dice el profesor Fredy Montoya, “Desde el año pasado en compañía del ministerio de educación nacional y la secretaria de educación de Antioquia se han estado realizando capacitaciones con el gobierno Japonés donde se capacitaron algunos compañeros en temas de inclusión con la intención de que ellos replicaran esas experiencias en las instituciones educativas para que estas desarrollen o diseñen los DIU y los PIAR, pero la institución apenas estamos en ese proceso de elaboración de planes de ajuste razonable”.

El propósito de la presente Convención es promover, proteger y asegurar el goce pleno y en condiciones de igualdad de todos los derechos humanos y libertades fundamentales por todas las personas con discapacidad, y promover el respeto de su dignidad inherente.

Las personas con discapacidad incluyen a aquellas que tengan deficiencias físicas, mentales, intelectuales o sensoriales a largo plazo que, al interactuar con diversas barreras, puedan impedir su participación plena y efectiva en la sociedad, en igualdad de condiciones con las demás.

Para el año 2017 ya es de dominio público el decreto 1421 que tiene como objetivo reglamentar la prestación del servicio educativo a la población con discapacidad en el marco de la educación inclusiva, como lo dice, (Ministerio de Educación Nacional, 2017)

“Hacemos las adaptaciones curriculares pertinentes, se hacen trabajos en equipo con los especialistas que tratan los chicos quienes nos hacen sugerencias para adaptaciones en las clases y el currículo. Es muy constante el apoyo que se les brinda”, Esto nos da a conocer el profesor Wilson Álzate.

Según la convención de las naciones unidas sobre los derechos de las personas con Discapacidad define Ajuste Razonable como las “Modificaciones y adaptaciones necesarias y adecuadas que no impongan una carga desproporcionada o indebida, cuando se requiera en un caso particular, para garantizar a las personas con discapacidad el goce o ejercicio en igualdad de condiciones con los demás”. (Naciones Unidas, 2008)

El modelo de PIAR, se convierte en alternativa por ser un trabajo planeado y debidamente estructurado, basado en estudios previos y en la caracterización de acuerdo a la limitación del estudiante, así se genera el modelo adecuado que supla todas sus necesidades de aprendizaje.

Por último, se elabora un PIAR como apuesta para ayudar a caracterizar y mejorar las actividades que se deben hacer con los estudiantes individualizados.

PLAN INDIVIDUAL DE AJUSTE RAZONABLE	
Docente	Javier Mendoza

Estudiante	Cesar Pérez
Documento de identidad	00000086321xx
Edad	14
Grado	Noveno
<p>1. Necesidad de formación que requiere el estudiante: El estudiante presenta dificultad para realizar ejercicios donde se involucren las extremidades inferiores debido a una luxación aguda en la rótula que le genera dolor constantemente, es necesario adaptar los ejercicios en el área de educación física según su capacidad para realizarlos.</p>	
Área / Aprendizaje	Educación Física Recreación y Deportes. TEMA: Voleibol.
Indicador (para todo el grupo)	<p>Cognitivo:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Demuestra con claridad conocimientos acerca de los temas tratados como el voleibol. - Identifica con precisión los conceptos teóricos relacionados con el área y las capacidades físicas, así como también el conocimiento de los deportes puestos en práctica y su respectivo reglamento. - Evidencia mejoras en las conductas motrices y demuestra conocimientos básicos acerca de las habilidades básicas como también la ejecución de ellas en los deportes practicados. <p>Procedimental:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Ejecuta de manera adecuada diferentes tareas motrices y prácticas deportivas donde evidencia sus capacidades físicas. - Pone en práctica las diferentes habilidades motrices expuestas en clase, así como también la aplicación de las mismas en las prácticas deportivas que se llevan a cabo.

	<ul style="list-style-type: none"> - Reconoce y aplica técnicas deportivas adecuadas en los temas tratados. <p>Actitudinal:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Demuestra interés por realizar las tareas asignadas. - Trata de superarse en los ejercicios y conceptos empleados en el área. - Demuestra interés por los conceptos básicos vistos durante el área e investigaciones. - Propone ejercicios que ayuden a mejorar su rendimiento en los ámbitos de práctica. - Motiva y ayuda a sus compañeros en el reconocimiento y ejecución de gestos utilizados durante las clases.
<p>Indicador (a ajustar)</p>	<p>Cognitivo:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Demuestra con claridad conocimientos acerca de los temas tratados como el voleibol. - Identifica con precisión los conceptos teóricos relacionados con el área y las capacidades físicas, así como también el conocimiento de los deportes puestos en práctica y su respectivo reglamento. - Evidencia mejoras en las conductas motrices donde involucra sus extremidades superiores y demuestra conocimientos acerca de las habilidades motrices básicas como también la ejecución de ellas en los deportes practicados. <p>Procedimental:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Ejecuta de manera adecuada diferentes tareas motrices donde se emplean sus extremidades superiores en prácticas deportivas y demuestra buena actitud en busca de mejorar sus capacidades físicas. - Pone en práctica las diferentes habilidades motrices expuestas en clase donde se emplean las extremidades superiores, así como también la aplicación de las

	<p>mismas en las prácticas deportivas que se llevan a cabo.</p> <ul style="list-style-type: none"> - Reconoce y aplica técnicas deportivas adecuadas en los temas tratados, trata de adaptarse a las situaciones de juego según su capacidad física. <p>Actitudinal:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Demuestra interés por realizar las tareas asignadas donde se emplean las extremidades superiores, buscando adaptarse a las distintas situaciones planteadas según su capacidad física. - Trata de superarse en los ejercicios y conceptos empleados en el área. - Demuestra interés por los conceptos básicos vistos durante el área e investigaciones intentando adaptar su capacidad física a las distintas situaciones. - Propone ejercicios que ayuden a mejorar su rendimiento en los ámbitos de práctica. - Recibe de manera adecuada la ayuda de sus compañeros en el reconocimiento y ejecución de gestos utilizados durante las clases.
<p>Contenidos (para todo el grupo)</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Generalidades del voleibol - Historia, normas y reglas de juego. - Prácticas deportivas. - Ejercicios con el propio cuerpo - Ejercicios de coordinación - Realización de 2 horas de Lúdica extra clase. - Ejercicios para el desarrollo de la coordinación, fuerza, velocidad de reacción, flexibilidad.
<p>Contenidos (a ajustar)</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Generalidades del voleibol - Historia, normas y reglas de juego. - Prácticas deportivas ajustadas al uso de extremidades mayormente superiores. - Ejercicios con el propio cuerpo donde no exceda su condición física. - Ejercicios de coordinación limitando el uso de extremidades inferiores, especialmente en ejercicios de impacto.

	<ul style="list-style-type: none"> - Realización de 2 horas de lúdicas extra clase donde se busque fortalecer las extremidades inferiores con el acompañamiento de un profesional. - Ejercicios para el desarrollo de la coordinación, fuerza, velocidad de reacción, flexibilidad en el uso de extremidades superiores.
<p>Ajustes Razonable (apoyos / estrategias)</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Se adaptarán las distintas situaciones deportivas involucradas dentro de la práctica hasta donde la limitación física lo permita. - Se buscará trabajar de manera simultánea con el grupo adaptando las distintas capacidades que requiera cada ejercicio. - Se motivará a realizar las distintas prácticas buscando mejorar las capacidades físicas. - Se buscará fortalecer y mejorar la calidad de los movimientos en la práctica deportiva de acuerdo a las capacidades del estudiante.
<p>Estrategia de evaluación</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Realizar un seguimiento individual del alumno buscando favorecer su proceso educativo, reconociendo sus avances, revisando con frecuencia su trabajo para buscar la mejora de sus capacidades físicas. - Incluir ejercicios de fortalecimiento para las extremidades inferiores del estudiante bajo prescripción médica o ayuda de un profesional donde se busque mejorar la limitación. - Tener en cuenta los avances que presenta el estudiante a raíz de su limitación donde busca involucrar distintas partes de su cuerpo. - Valorar el esfuerzo que demuestra el estudiante para realizar las prácticas deportivas donde no se involucra su limitación. - Reconocer los distintos valores que transmite los estudiantes con el resto de sus compañeros. - Valorar los ejercicios donde se comprometen las extremidades superiores más que las inferiores.

Seguimiento al ajuste.	<ul style="list-style-type: none"> - Ejecución de ejercicios donde se tienen en cuenta las extremidades superiores como el golpeo del balón y pases. - Conocimiento de las normas deportivas que se involucran en la práctica. - Uso de estrategias para adaptarse a la situación de juego de acuerdo a su capacidad. - Evaluación mental de la efectividad en las estrategias. - Proposición de nuevas estrategias para cada actividad.

Conclusiones.

De acuerdo a los resultados que arroja la investigación, los profesores de las instituciones educativas de Marinilla, poseen pocas estrategias didácticas para la inclusión en el área de educación física de estudiantes con limitaciones físicas, además carecen de datos exactos que permitan conocer a fondo el número de estudiantes con algún tipo de limitación y el tratamiento médico que recibe cada uno para ser tenido en cuenta a la hora de ejecutar la clase.

Los profesores licenciados en Educación Física, del municipio de Marinilla, expresan tener la mejor intención de incluir a los estudiantes con limitaciones físicas en sus clases, pero requieren de mayor capacitación frente al tema de lesiones y demás limitaciones para encontrar el tratamiento adecuado que permita la participación de estos jóvenes en la clase sin verse afectados, entre ellos podrían emplearse charlas con médicos fisioterapeutas y apoyo con distintos profesionales expertos en el tema.

Aunque desde el año 2007 se reglamentaron los derechos humanos de las personas con discapacidad, solo hasta el 2017 se decreta la prestación del servicio educativo a la población con discapacidad, pero a la fecha tres años después del decreto, muchas instituciones del país no cumplen incluso con la infraestructura para estudiantes con discapacidad, ya que algunas de las instituciones visitadas no contaban con rampas de acceso hacia las partes altas de la institución, además en algunos segmentos de las canchas se podían observar afecciones como huecos e incluso desniveles de grandes proporciones. A esto se suma que no hay una exigencia por parte de las instituciones donde se busque generar una planeación distinta adaptada a las personas que tienen un tipo de limitación física para permitir su pleno desarrollo en clase de acuerdo a su capacidad.

Las estrategias de inclusión por parte de los docentes suelen responder más hacia el entorno social y psicológico, en el desempeño físico no se cuentan con métodos PIAR y algunas de las estrategias que usan están basadas en teorías educativas de muchos años atrás, los profesores cuentan con pocas herramientas para tratar todos los tipos de discapacidad que se puedan presentar y solo se hace hincapié en las más típicas, que son las relacionadas con la movilidad, además los temas de capacitación no son asumidas por las instituciones, quienes no prestan la suficiente atención a la importancia de este tema.

El municipio y las instituciones no cuentan con bases de datos sólidas respecto al número de estudiantes y personas con limitaciones físicas, esta población no se encuentra caracterizada como se debería para establecer acciones docentes y estrategias que permitan mejorar su calidad de vida.

Es de suma importancia para los planteles educativos hallar una estrategia que permita brindar de forma personalizada una educación acorde a las capacidades que poseen las personas con limitaciones, permitiendo así un desarrollo apropiado que busque responder a las exigencias políticas públicas, para esto se propone utilizar el PIAR como instrumento que ayude a solucionar de manera eficaz la necesidad de aprendizaje que presentan los estudiantes, además de facilitar a los docentes la estrategia de trabajo utilizada con estas personas permitiendo planear con anterioridad el trabajo a ejecutar de acuerdo a los objetivos de la clase.

BIBLIOGRAFÍA

- Antioquiadatos.gov.co. (2016). *7.1.3.1-Personal docente en los establecimientos educativos oficiales de los municipios de Antioquia por área y sexo 2016*.
- Béjar, R. M. (2010). Educación superior para estudiantes con discapacidad. *Red de Revistas Científicas de América Latina y el Caribe*, 95-115.
- Castillo, L. (2004 - 2005). Análisis documental. *Biblioteconomía*, 1.
- Claudia Camacho, a. G. (2011). "Inclusión educativa virtual de estudiantes con discapacidad motora.". *universidad de Guadalajara*, 1.
- Cornejo, R., & Redondo, J. (01 De septiembre De 2001). El clima escolar percibido por los alumnos de enseñanza media. Obtenido de researchgate:
https://www.researchgate.net/publication/28212656_el_clima_escolar_percibido_por_los_alumnos_de_ensenanza_media_una_investigacion_en_algunos_liceos_de_la_region_metropolitana
- DANE. (2005). *Censo General 2005*.
<https://www.dane.gov.co/files/censos/libroCenso2005nacional.pdf>
- datos.gov. (2020). *Instituciones educativas del municipio de Marinilla*.
<https://www.datos.gov.co/widgets/k888-hdjd>
- Díaz Oquendo, D. B. (1999). Incidencia de las caídas en el adulto mayor. *Revista Cubana de Enfermería*, 4-5.

- El Espectador. (2019, octubre 3). En 2030 Colombia tendrá 1,5 millones de niños y jóvenes obesos. *Redacción Salud*. <https://scielosp.org/article/rsap/2012.v14n3/417-428/es/>
- El Tiempo. (2019, mayo 30). Discapacitados: 3 de cada 10 han recibido pago por un trabajo. *Economía y Negocios*. <https://www.eltiempo.com/economia/sectores/censo-de-poblacion-los-discapacitados-en-colombia-son-el-7-1-y-pocos-tienen-empleo-fijo-369348>
- Estrada, R. E., & Deslauriers., J.-P. (2011). La entrevista cualitativa como técnica. *Margen*61, 3.
- Fernández, A. G. (S.F.). *Motivación Académica*.
- García, G. D. (2010). Conceptos y metodología de la investigación histórica*. *Revista Cubana de Salud Pública*, 9.
- Giménez, I. V. (2012). La entrevista en la investigación cualitativa. *Revista Calidad en la Educación Superior*, 122 - 123.
- Gobernación de Antioquia. (2016). *4.8.1-Población en situación de discapacidad registrada en el departamento de Antioquia según tipo de alteración permanente que más afecta, subregión y municipio. Año 2016*.
- Hernández, M. R. (2009). *La inclusión en el área de Educación Física, Recreación y Deportes en España*. España: Universidad de Valladolid.
- Hurtado-Lozano, & Agudelo-Martínez. (2014). *Inclusión educativa de las personas con discapacidad en Colombia*.
- Jaqueline, H. d. (2010). *Guía para comprensión holística de la ciencia*. Caracas: Dirección de investigación y postgrado.
- Legarralde. (2007). *Pedagogía de la inclusión*. Santo Domingo: Federación Internacional de Fe y Alegría.
- Lozano, L. T. (2014). *Inclusión educativa de las personas con discapacidad en Colombia*. CES movimiento y salud, 1.
- Ministerio de Educación Lima Perú. (2007). *inclusión en la educación*. Lima: Ministerio de Educación Lima Perú.
- Ministerio de Salud y Protección Social Oficina de Promoción Social. (2017, noviembre). *Sala situacional de las Personas con Discapacidad (PCD)*. <https://www.minsalud.gov.co/sites/rid/Lists/BibliotecaDigital/RIDE/DE/PES/presentacion-sala-situacional-discapacidad-2017.pdf>
- Ministerio de Salud y Protección Social Oficina de Promoción Social. (2017, noviembre). *Sala situacional de las Personas con Discapacidad (PCD)*. <https://www.minsalud.gov.co/sites/rid/Lists/BibliotecaDigital/RIDE/DE/PES/presentacion-sala-situacional-discapacidad-2017.pdf>
- Ministerio de Salud y Protección Social. (2013). *ABECÉ de la discapacidad*. Bogotá: Ministerio de Salud y Protección Social.
- Muñoz, A. P. (2011). *Inclusión educativa de personas con discapacidad*. *Revista colombiana de psiquiatría*, 1.

- Ocete Calvo, C. P. (2015). Propuesta de un programa de intervención educativa para facilitar la inclusión de alumnos con discapacidad en Educación Física, Recreación y Deportes. Madrid: Retos. Nuevas tendencias en Educación Física, Recreación y Deportes, Deporte y Recreación.
- Ochoa, C. (27 de febrero de 2015). netquest.com. Obtenido de netquest.com:
<https://www.netquest.com/blog/es/blog/es/muestreo-probabilistico-o-no-probabilistico-ii>
- Organización Mundial de la Salud. (2001). Organización Mundial de la Salud. Obtenido de Clasificación Internacional del Funcionamiento, de la Discapacidad y de la Salud:
<https://www.imserso.es/InterPresent2/groups/imserso/documents/binario/435cif.pdf>
- Peralta, López, F. (2001). La Inclusión: ¿Una Alternativa Al Modelo De Escuela Integradora? Revista de ciencias de la educación, 190.
- Pérez Martínez, Á. (2019, febrero 11). *Características de los docentes en Colombia*. Dinero.
<https://www.dinero.com/opinion/columnistas/articulo/caracteristicas-de-los-docentes-en-colombia-por-angel-perez-martinez/266997>
- Sampieri, R. H., Collado, C. F., & Lucio, M. d. (2010-2006-2003). Metodología de la investigación. México df.: McGraw-hill / interamericana editores, s.a. De C.V.
- Sanjuán, L. D. (2011). La observación. México: Departamento de Publicaciones.
- Sarrionandia, E. (2008). Inclusión y exclusión educativa. Voz y quebranto. Revista Iberoamericana sobre Calidad, Eficacia y Cambio en Educación, 9-18.
- Sarrionandia, E., Rueda, G., Simón, Mena, C., Sandoval, M. Á., Marta, . . . Gil, F. G. (2009). Paradojas y dilemas en el proceso de inclusión educativa en España. Madrid: Ministerio de Educación, Cultura y Deporte.
- Trujillo Navas, F. (2010). La Organización del grupo-clase y de las tareas en la clase de Educación Física, Recreación y Deportes. Revista Digital de Educación Física, Recreación y Deportes, 9.
- Valenzuela, B. A., Guillén Lúgigo, M., & Campa Álvarez, R. (01 de diciembre de 2014). Recursos para la inclusión educativa en el contexto de educación primaria. Obtenido de Universidad Distrital Francisco José de Caldas:
<https://revistas.udistrital.edu.co/index.php/infancias/article/view/7436/9945>
- Vidarte, J. A., Vélez Álvarez, C., & Parra Sánchez, J. H. (2012). Niveles de sedentarismo en población de 18 a 60 años. Manizales, Colombia. 3, 14, 417-428.
- Villa, F. (01 de julio de 2014). Tesis de Investigación. Obtenido de
<http://tesisdeinvestig.blogspot.com/2014/07/como-se-debe-citar-un-blog-como.html>
- Hernández Ríos, M. I. (2015). El Concepto de Discapacidad: De la Enfermedad al Enfoque de Derechos. *Revista CES Derecho*, 01.
- Ministerio de Educación Nacional. (29 de 08 de 2017). *Mineduccion.gov.co*. Obtenido de Mineduccion.gov.co: https://www.mineduccion.gov.co/1759/w3-article-381928.html?_noredirect=1
- Ministerio de salud. (10 de 07 de 2007). <https://www.minsalud.gov.co/Paginas/default.aspx>. Obtenido de <https://www.minsalud.gov.co/Paginas/default.aspx>:
<https://www.minsalud.gov.co/Paginas/default.aspx>
- Naciones Unidas. (2008). Convención sobre los Derechos. *Naciones Unidas*, 21.

Organización Mundial de la salud. (1999). *Normas Uniformes de las Naciones Unidas sobre la igualdad de oportunidades para las personas con discapacidad*. Obtenido de Organización Mundial de la salud.