

GUÍA DIDÁCTICA PARA FORTALECER LAS HABILIDADES
MOTRICES BÁSICAS EN LA POBLACIÓN
CON SÍNDROME DOWN

INVESTIGADOR
PASTOR DE JESÚS GARCÍA TOBÓN

Tesis

Asesor
ARMANDO MONTERROSA QUINTERO

UNIVERSIDAD CATÓLICA DE ORIENTE
FACULTAD CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN
LICENCIATURA EN EDUCACIÓN FÍSICA, RECREACIÓN Y DEPORTE
RIONEGRO

2021

TABLA DE CONTENIDO

1. ANTECEDENTES	4
2. PROBLEMA DE INVESTIGACIÓN	6
2.1 Planteamiento del problema	6
3. PREGUNTA DE INVESTIGACIÓN	9
4. JUSTIFICACIÓN	10
5. OBJETIVOS	12
5.1 Objetivo general	12
5.2 Objetivos específicos	12
6. MARCO REFERENCIAL	13
6.1.2 Habilidades funcionales	13
6.1.3 inteligencias múltiples	14
6.1.4 La inclusión	15
7. MARCO TEÓRICO	16
7.1.1 juego	16
7.1.2 actividad deportiva	17
7.2 Estándares de competencias	17
8. MARCO CONTEXTUAL	20
9. DISEÑO METODOLÓGICO	21

9.1 Enfoque, alcance y tipo de investigación	21
9.2 Población y muestra	22
9.3 Método de investigación.....	23
10. TÉCNICAS E INSTRUMENTOS	23
11. REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS	24

1. ANTECEDENTES

Dentro de las instituciones educativas, Unidad de Atención Integral, a partir de este momento “UAI” Centro de las capacidades Diversas Mi Pie Izquierdo, todos los jóvenes tienen algo en común: Capacidades Diversas. Las cuales no han sido motivo para frenar sus sueños y su talento, sobre todo demostrando que las etiquetas que se les sitúan son erróneas, especialmente a las personas con Síndrome de Down que es la dirección esencial del proyecto de investigación, que busca fortalecer las habilidades motrices básicas por medio de la Educación Física Recreación y Deporte. Como fundamento de esto se han encontrado los siguientes estudios:

La “UAI” se encuentra ubicada en el Centro de las Capacidades Diversas “Mi Pie Izquierdo”, en el Municipio de La Ceja del Tambo. A través del Programa Desarrollo Humano, a través de la secretaria de Educación, que brinda atención pedagógica a niños, niñas, jóvenes y adultos con Discapacidad Intelectual Cognitiva, parálisis Cerebral, Trastorno del Espectro Autista y La población seleccionada para la ejecución de este proyecto de investigación, son los estudiantes con Diagnóstico de Síndrome Down, quienes han venido adquiriendo habilidades, que aportan a la desmitificación de etiquetas y rótulos presentes en la sociedad; así mismo, han sido la muestra, de que se pueden cumplir sueños y desarrollar talentos.

Con relación al objetivo de este proyecto de investigación – Fortalecer las habilidades motoras básicas por medio de la Educación Física Recreación y Deporte – se han encontrado apoyados en algunos autores internacionales, como se evidenciarán posteriormente:

En esta línea el autor Madrona P. J., 2008, pág. 10, resalta en su tesis de investigación descriptiva que, “nuestra actividad se centrará en el desarrollo o trabajo del equilibrio, la lateralidad; la coordinación de movimientos, la relajación y la respiración” Se resalta de lo compartido por la autora, la importancia de la adquisición, desarrollo y fortalecimiento de las habilidades motrices básicas, las cuales se convierten en ejes fundamentales en la Educación Física. Las personas con Síndrome de Down, no son ajenas al desarrollo de dichas habilidades y tampoco a la participación de espacios de actividad física, recreación y Deporte.

En cuanto al párrafo anterior que hace referencia a lo perceptivo motriz para personas con síndrome de Down, posteriormente resalta el beneficio que tiene en ellos para la salud, en palabras de Sánchez, 2013, pág. 2, manifiesta que el ejercicio físico activo ayuda a mantener un nivel menor de excitación, además de sus beneficios para la salud. Caminar y nadar son dos de los más recomendables, dentro del amplio abanico de deportes y actividades físicas que en la actualidad realizan las personas con SD. Por lo tanto la estimulación de las habilidades motrices básicas, es una de las que inciden directamente en el desarrollo autónomo de la población con Síndrome de Down, desde los primeros años de vida en cuanto a su manera de enfrentar diferentes acciones relacionadas con las habilidades de caminar, saltar, correr, lanzar y atrapar en muchos deportes.

En lo anterior se enfocó en el beneficio de caminar, a continuación se hará un abre boca de los cuatro factores con relación al desarrollo motor grueso, como lo expresa ÓC Bartoll, 2015, pág. 05, en su tesis comenta que, son cuatro los factores principales con respecto al desarrollo motor grueso a los que un niño o niña con Síndrome de Down se ve afectado: hipotonía, laxitud ligamentosa, reducción de la fuerza y extremidades cortas. Con base a esto, será de gran importancia su participación en juegos motrices que ayuden a mejorar, fortalecer su postura y equilibrio, permitiéndoles desarrollar el factor fuerza y la coordinación dinámica general.

Por ello la importancia de realizar una buena planeación en las actividades físicas recreativas, deportivas y juegos infantiles, con el fin de fortalecer y desarrollar las habilidades motrices básicas en las personas con Síndrome de Down, quiénes son la población seleccionada para el Proyecto. La ejecución de las diferentes actividades, mencionadas de encontrar hallazgos positivos cuando se realizan prácticas adecuadas de la Educación Física, la recreación y el Deporte.

De manera que dado a lo anterior del bosquejo de los antecedentes el siguiente será hará alusión al planteamiento del problema donde se anexaron algunas referencias que los sustenten tales como: Guía Curricular de Educación Física, Ministerio de Educación Nacional, PEI entre otras que se evidenciaran a continuación.

2. PROBLEMA DE INVESTIGACIÓN

2.1 Planteamiento del problema

Las habilidades motrices básicas o fundamentales son comunes a todos los individuos, porque han permitido la supervivencia del ser humano, siendo el fundamento de posteriores aprendizajes motrices. De ahí, la importancia que se asigna al perfeccionamiento de la motricidad básica, “ya que, por medio de la práctica repetida, variada y sistemática de las habilidades básicas, se configura y construye el aprendizaje de las habilidades específicas y especializadas, todas ellas como fundamentos y componentes esenciales del desarrollo humano”. (GUÍA CURRICULAR DE EDUCACIÓN FÍSICA, pág. 7).

La adecuada realización o intervención de la Educación física, recreación y deporte en las personas con Síndrome de Down, permitirá el desarrollo articulado del sistema nervioso, gestos de expresión corporal y por medio del sistema osteomuscular, realizar desplazamientos con el medio que lo rodea, repercutiendo así en la calidad de sus movimientos y actividades cotidianas como: caminar, correr, saltar, lanzar y atrapar un objeto, entre otros.

Debido a diferentes factores, en Colombia, se ha encontrado que el desarrollo de las habilidades motrices básicas, se evidencia un déficit en dicha enseñanza y práctica; más aún en Personas con situación de Discapacidad.

El Ministerio de Educación Nacional MEN, no cuenta con una Política Pública que exija y reglamente la Educación Física, la Recreación y el Deporte.

Así mismo, no existen entes de control municipales o departamentales para exigir la aplicación de las orientaciones pedagógicas y competencias establecidas por el Ministerio de Educación Nacional para el área. En muchos casos, si hay un profesional de la Educación Física, Recreación y Deportes, éste tampoco tiene la vocación ni la voluntad para apropiarse de la materia y cumplir con su labor de maestro, debido a esto es que el área está estigmatizada como una materia sin sentido, ni propósitos, un culto al movimiento sin intención. Como Docentes estamos llamados a situar la Educación Física, Recreación y Deportes como contribución al desarrollo físico y mental

de los estudiantes y concientizar a las familias de la importancia de dicha área, como aspecto fundamental en la formación integral de sus hijos; pues, a partir de la especificidad motriz, lúdica, expresiva y axiológica, puede establecerse relaciones entre las competencias del área de Educación Física, Recreación y Deporte. Por último, el tiempo asignado para la Educación Física, es insuficiente, pues las ciencias biomédicas han sustentado que un organismo para que pueda generar adaptaciones orgánicas significativas debe ser estimulado al menos tres veces por semana con un volumen mínimo de una hora y teniendo en cuenta los tiempos de recuperación.”

Las Instituciones Educativas dentro de su Proyecto Educativo Institucional (PEI), no le dan el lugar que merece esta área, al seleccionar profesores con otras competencias para realizar la atención pedagógica o clases, de Educación Física con el fin de completar una carga de horas laborales, y en la mayoría de casos sin tener los conocimientos previos para esta área. El concepto, de varios de los Docentes que asumen el área de Educación física, sin ser su saber específico, está relacionado con llevar a los estudiantes a jugar; por tanto, los contenidos del área de Educación física no son ejecutados, y en ocasiones se ignora el principio de la jerarquía del saber, colocando en riesgo la integridad física de los estudiantes al no saber abordar los ejercicios y rutinas adecuadamente.

Todo lo que se ha mencionado anteriormente, trae consigo posibles efectos negativos, de no dar solución a la problemática, éstos se irán acrecentando hasta hacer parte de una cultura de abandono de sí mismo.

Con relación a las Personas con Síndrome de Down y su participación en el área de Educación Física, Recreación y Deporte, se identifican factores asociados al estilo y ritmo de vida de dicha población, así como a características fisiológicas del Diagnóstico en sí.

Con relación a las prácticas deportivas, encontramos que las Personas con Síndrome de Down, presentan un alto grado de sedentarismo que se arraiga y agrava cada vez más y los alejan del movimiento y el juego, como posibilidad de ser, estar y actuar en el mundo. El juego es la condición de posibilidad de lo lúdico como ejercicio de la libertad y de la creatividad humana. La obesidad como producto del sedentarismo antes mencionado y acompañada de malos hábitos alimenticios, repercuten negativamente en la calidad de vida y riesgos de la salud, como: glucosa (azúcar) alta en la sangre o diabetes, presión arterial alta (hipertensión), nivel alto de colesterol y

triglicéridos en la sangre (dislipidemia o alto nivel de grasas en la sangre), ataques cardíacos debido a cardiopatía coronaria, insuficiencia cardíaca y accidente cerebrovascular, problemas óseos y articulares, pues el sobrepeso ejerce presión sobre huesos y articulaciones. Esto puede llevar a osteoartritis, una enfermedad que causa rigidez y dolor articular, dejar de respirar durante el sueño (apnea del sueño). Esto puede causar fatiga o somnolencia diurna, mala atención y problemas en el trabajo, cálculos biliares y problemas del hígado, algunos tipos de cáncer; facilidad para la aparición de enfermedades que en un futuro pueden ser heredadas a descendientes, creando así sociedades dolientes, somos nosotros mismos en muchas ocasiones culpables de la crisis de la salud, ya que omitimos la prevención y acudimos al remedio (que frecuentemente no funciona o tiene efectos adversos); disminución de la elasticidad y movilidad articular, hipotrofia muscular, disminución de la habilidad y capacidad de reacción. Ralentización de la circulación con la consiguiente sensación de pesadez. Dolor lumbar y lesiones del sistema de soporte, mala postura, debido al poco desarrollo del tono de las respectivas masas musculares. Sensación frecuente de cansancio, desánimo, malestar, poca autoestima relacionada con la imagen corporal. Disminuye el nivel de concentración.

La población que participó en el Proyecto, fue de 19 personas con diagnóstico de Síndrome de Down, la cual es atendida a través del Programa Desarrollo Humano de la Unidad de Atención Integral UAI – que se encuentra adscrito a la Secretaría de Educación, Cultura y Juventud del Municipio de La Ceja del Tambo. Desde éste, se desarrollan y fortalecen habilidades de tipo conceptual, práctico y social, en los diferentes Programas de Atención, Estimulación Temprana - Atención Personalizada - Plan Tutelar-Desarrollo de Habilidades 1 - Desarrollo de Habilidades 2- Socialización Rehabilitación Integral y Manos Creativas; éste último conformado por egresados de los Programas; contando así con un total de 102 personas con diferentes diagnósticos atendidas por un Equipo interdisciplinario, el cual se compone de 8 Profesionales y una Profesional en su dirección.

Se ha identificado a través del desarrollo de las actividades del área de Educación física, Recreación y Deporte, dificultades en la dimensión motora, ya que en su mayoría, la población con Síndrome de Down, presentan unas limitaciones a nivel motor; de allí nace el planteamiento de la investigación y la construcción de una guía para los Docentes, como documento orientador de sus clases, pretendiendo apuntar al fortalecimiento de las habilidades motrices básicas como aspecto fundamental en el desarrollo de las competencias motrices.

Es así que finaliza el planteamiento del problema con la importancia de la Educación Física, Recreación y Deportes para tal población y damos paso a la pregunta de investigación del cual parte de esta tesis gira entorno a ella.

3. PREGUNTA DE INVESTIGACIÓN

¿Cómo fortalecer las habilidades motrices básicas en los niños y jóvenes con Síndrome de Down, en el centro de las capacidades diversas del municipio de La Ceja?

4. JUSTIFICACIÓN

Dentro de los seres vivos, se encuentra que la especie humana es el ser que viene al mundo más desprotegido desde el punto de vista corporal, tener que desarrollar sus patrones de movimiento de acuerdo a las etapas biológicas de crecimiento, diferente a los animales que nacen con patrones de movimiento programados para sobrevivir y adaptarse, lo que puede hacernos muy ágiles y fuertes, pero les limita sus posibilidades de aprender. Sin embargo, el ser humano tiene todas las posibilidades de construir su motricidad a partir de un proceso de aprendizaje que contribuye a su propia estructuración y lo pone en relación con el mundo de la naturaleza y la cultura. A través del movimiento el ser humano realiza el aprendizaje de sí mismo y del mundo para sobrevivir y adaptarse.

El centro de las capacidades diversas del municipio de la Ceja, con los niños y jóvenes que poseen Síndrome de Down, que reciben a la semana una hora de actividad física.

Busca por medio de la investigación, brindar estrategias para los docentes o personas que están al frente del Programa de Educación Física, Recreación y Deporte, con el fin de dar cumplimiento al principio de inclusión, en la atención a personas con discapacidad y promoviendo su participación en todas las actividades.

Así mismo, que aporten al progreso significativo a nivel motor, de forma integral, logren una mejor autoestima o felicidad con oportunidades de formación. Además, fortalecer su psiquis (afectividad, emotividad, control, percepción, cognición); donde la igualdad y diversidad son la prioridad del ser humano en todas las dimensiones. La Educación Física debe brindar las mismas oportunidades de formación a todo tipo de individuos sin importar su condición física, mental y social.

El presente proyecto de investigación adquiere relevancia, indagar estrategias didácticas que posibilite el correcto desarrollo de las habilidades motrices básicas, fundamentales en el desarrollo integral del ser humano, “ya que, por medio de la práctica repetida, variada y sistemática de las habilidades básicas, se configura y construye el aprendizaje de las habilidades específicas y especializadas, todas ellas como fundamentos y componentes esenciales del desarrollo humano”. (GUÍA CURRICULAR DE EDUCACIÓN FÍSICA, pág. 7)

Corresponde entonces al área de la Educación Física, Recreación y Deporte, como área fundamental y obligatoria, asumir y construir una corporeidad autónoma que otorgue sentido al desarrollo de habilidades motrices, capacidades físicas para enfrentar distintas tareas en situaciones diversas, las actitudes lúdicas que dan el carácter creativo y divertido a las actividades motrices, además, del aprendizaje y desarrollo de técnicas de movimiento para ser eficientes ante cada situación.

Desde el proyecto, se quiere resaltar la importancia, del aprovechamiento de la plasticidad del cerebro para potenciar y adquirir nuevos aprendizajes, en el área motriz, la cual hace parte del desarrollo integral de éstos. E igualmente, fortalecer la psicoestimulación, a través de actividades y estrategias, orientadas a la rehabilitación y mantenimiento de las funciones mentales.

Como se evidencia de lo anterior, la relevancia que tiene la Educación Física Recreación y Deportes para personas con este tipo de síndrome, por esto el propósito de las guías didácticas en el cual facilitan las clases ya que es algo que viene vivenciando brindando un beneficio para los docentes y futuros investigadores.

Lo antedicho de la justificación abrimos paso al siguiente punto que trata de los objetivos generales y específicos.

5. OBJETIVOS

5.1 Objetivo general

Generar guías didácticas a los docentes con propuestas didácticas que ayude a desarrollar clases acordes para el fortalecimiento de habilidades motrices básicas de los niños y jóvenes que se atienden en el Programa Desarrollo Humano de la Unidad de Atención integral UAI – del Municipio de La Ceja.

5.2 Objetivos específicos

Identificar el estado de las habilidades motoras básicas en los niños y jóvenes del centro de las capacidades diversas del municipio de La Ceja.

Proponer estrategias que intervengan las deficiencias motrices, vinculando a la familia o personas cercanas puedan seguir con su proceso de fortalecimiento.

Relacionar que los estudiantes con capacidades diversas se conozcan a sí mismos, se acepten en lo personal, tomen conciencia de los hábitos deportivos y tengan una actitud positiva frente a las actividades.

Elaborar una guía didáctica para el fortalecimiento de las habilidades motoras básicas de los niños y jóvenes que se atienden en el Programa Desarrollo Humano de la Unidad de Atención integral UAI – del Municipio de La Ceja, fundamentada en el juego y la recreación con intencionalidad pedagógica.

6. MARCO REFERENCIAL

A continuación se citaran autores con relación a los conceptos que desarrollan este proyecto, con el fin de aclarar los términos tales como: coordinación, habilidades funcionales, desarrollo motriz, inteligencias múltiples,

6.1.1 La coordinación

La Coordinación, se considera un factor de gran importancia que estimula la motricidad gruesa en los niños y jóvenes, de la Unidad de Atención Integral del Municipio de la Ceja. Es de gran interés, determinar como eje temático, la Coordinación; además constituye en referente importante dentro del desarrollo de nuestra propuesta, a favor de los niños, jóvenes, hacia quienes va dirigido este estudio.

Para desarrollar diferentes actividades deportivas con niños, jóvenes y adultos en una institución educativa, clubes deportivos o demás entidades con relación a la educación física recreación y deporte, debemos capacitarnos académicamente en lo pedagógico como en las prácticas deportivas, con asesoramientos que nos conduzcan a tener bases profesionales para orientar de una forma viable y responsable a nuestros estudiantes. Gómez, nos comparte que: las clases de educación física no sea posible por el momento para los profesores en el día a día, pero lo que, si es factible, es el reconocimiento de una serie de características que inicialmente nos ayudan a detectar a los alumnos con Problemas Evolutivos de Coordinación Motriz. (Gómez, 2006, pág. 47), con relación a una evidencia empírica.

También según lo referido a la coordinación, comparte el autor Alonso (2013, pág. 5) “en relación con el área motora, el juego proporciona posibilidades de movimiento, manipulación y exploración del entorno, además de facilitar la coordinación dinámica general”. Y todo lo anterior nos conduce a construir un ser humano más integral, a generar conocimiento y confianza frente a uno mismo, como hacia los demás.

6.1.2 Habilidades funcionales

Nuestro objetivo es lograr resultados positivos en el dominio motor, en el desarrollo de habilidades funcionales como lo cognitivo, afectivo y social; además empoderar a las familias,

como red de apoyo para fortalecer la dimensión motora y participación en actividades deportivas, recreativas o de juego, así mismo, nos comparte la autora, (Gómez, 2006, pág. 48) “desplegar una amplia gama de habilidades funcionales necesarias para desarrollar satisfactoriamente actividades rutinarias, y que permiten controlar el ambiente de manera eficaz” para que haya una mejor realización mejor manera que el acompañamiento de un docente profesional o un cuidador.

La idea es que, tanto en los espacios deportivos implementándolo con ámbito educativo de manera eficaz que haya estrategias de aprendizaje en donde el estudiante aprenda a ser creativo con relación a las actividades dirigidas por el profesor; y que mejor alternativa mediante el juego. Donde se divierte con el desarrollo motriz, permitiendo comunicación con otras personas, lazos de amistad etc., como se menciona Madrona

6.1.2 El desarrollo motriz

Se considera indispensable el desarrollo de actividades deportivas, recreativas que orienten el desarrollo motriz del individuo, logrando un crecimiento activo, dinámico y social por medio de ejercicios para desarrollar una motricidad gruesa y fina adecuada.

El fin del desarrollo motor es conseguir el dominio y control del propio cuerpo, hasta obtener del mismo todas sus posibilidades de acción. Dicho desarrollo se pone de manifiesto a través de la función motriz, la cual está constituida por movimientos orientados hacia las relaciones con el mundo que circunda al niño y que juega un papel primordial en todo su progreso y perfeccionamiento, desde los movimientos reflejos primarios hasta llegar a la coordinación de los grandes grupos musculares que intervienen en los mecanismos de control postural, equilibrios y desplazamientos, (Madrona P. J., 2008, pág. 5).

Lo cual quiere decir que en el desarrollo motriz hay una interacción entre lo biológico y lo aprendido por medio de una actividad física con relación al deporte y mejor aún si están en edades de formación, niños y jóvenes. Así empezamos acercar, pues el desarrollo motriz en todos los campos de la educación.

6.1.3 inteligencias múltiples

Por consiguiente, cuando los niños o niñas comienzan en edades tempranas a practicar algún deporte, o artes culturales como la danza el baile entre otros; pueden alcanzar a ser personas muy

talentosas, llegando de esta manera a la teoría de las inteligencias múltiples, donde una de las ocho inteligencias múltiples es:

“la kinésico-corporal, que tiene dos características fundamentales: el control de los movimientos del propio cuerpo y la capacidad de manejar objetos muy hábilmente” (Madrona P. J., 2008, pág. 76; Madrona P. J., 2008)(Madrona, 2008, pág. 6).

6.1.4 La inclusión

La inclusión posee grandes beneficios para la educación, lo cual permite a las personas con Discapacidad, participar en el contexto cercano de la manera más natural para interactuar unos con otros sin ningún impedimento de exclusión.

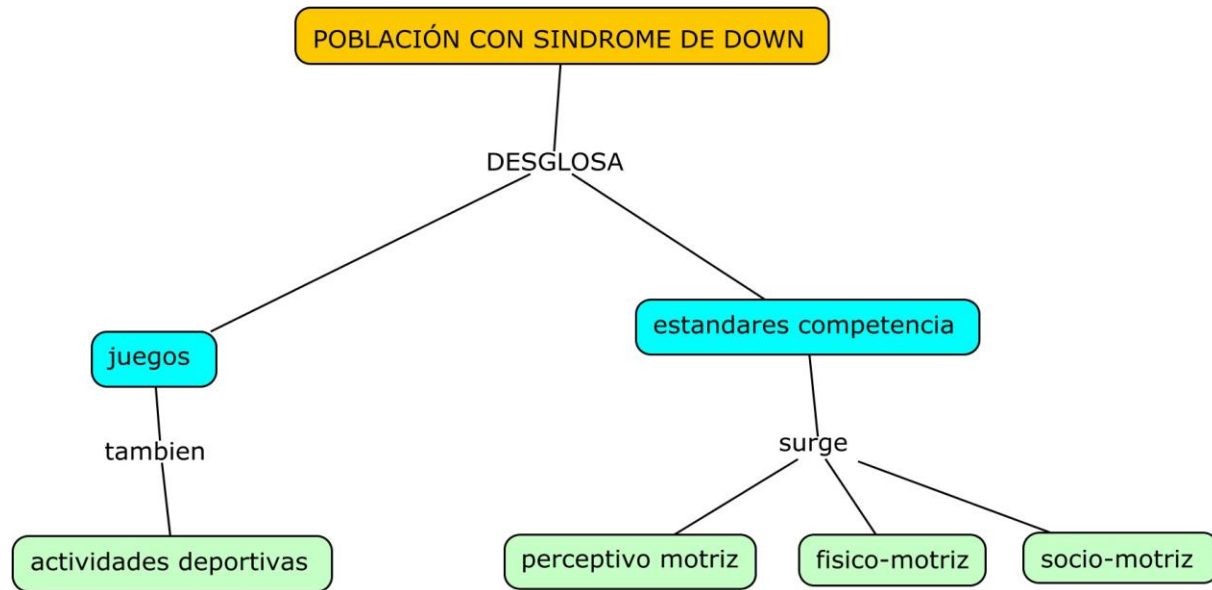
Todas las personas, tenemos algo en común; todos somos diferentes, por consiguiente, debemos involucrar la inclusión en todas las culturas, comunidades, entornos sociales, con el fin de solventar muchas necesidades de esta índole (esto lo quitaría). Que mejor manera de dar comienzo a esta participación de inclusión, diciendo que las escuelas tienen que encontrar la manera de educar con éxito a todos los niños (Giné, Durán, & Bertrán, 2013, pág. 230) y es por medio de las instituciones educativas donde los alumnos, familias y profesores se unen para fortalecer y mejorar la educación inclusiva en todos los ámbitos. Con lo anterior continúo exponiendo la importancia de leer la siguiente ley: ¿cuál es la ley?

La Inclusión, debe ser uno de los principios fundamentales en toda Institución Educativa. Con relación, a ello los Docentes de Educación Física deberán tener presente este principio, con el objetivo de brindar espacios de participación que se ajusten a las características de las Personas con Discapacidad, para la práctica del deporte, la recreación e incluso los juegos.

“Más importante aún será continuar invitando hacia un viaje conjunto y un caminar colegiado que posibilite el fortalecimiento de una comunidad de saber, de diálogo y de producción de conocimiento muy incipiente en nuestro contexto”, expresado por (Rios, 2011, pág. 39) en nuestras manos está el aporte que podemos generar para el alcance de prácticas inclusivas, en el área del deporte e impactar en los representaciones e imaginarios sociales que tiene la sociedad al respecto de la Discapacidad.

7. MARCO TEÓRICO

El siguiente marco teórico, ilustra los términos considerando claves en la ejecución y desarrollo del proyecto, donde se desglosarán categorías.



7.1.1 juego

El juego es un componente fundamental de la pedagogía que contribuye a que los procesos de enseñanza-aprendizaje puedan consolidarse de una manera más eficiente, el disfrute de los espacios educativos posibilitará que los educandos adquieran aprendizajes significativos que impactarán positivamente en el desarrollo de sus vidas. Mediante el juego los niños tienen múltiples beneficios que enriquecen sus capacidades sociales, cognitivas (creatividad), afectivas, fisiológicas, junto con las habilidades motoras que son la esencia de este proyecto, en especial, las básicas, tales como: caminar, correr, saltar, lanzar, atrapar, golpear, empujar, deslizarse...

Por consiguiente, "en relación con el área motora, el juego proporciona posibilidades de movimiento, manipulación y exploración del entorno, además de facilitar la coordinación dinámica general". (Alonso, 2013, pág. 5).

El juego, se considera entonces como principal herramienta para el fortalecimiento de las habilidades motoras básicas, la Coordinación es la cualidad motora que engloba a todo ser y un factor de gran importancia que estimula la motricidad gruesa y fina en los niños y jóvenes del

Programa Desarrollo Humano. Así mismo, se tiene como eje temático, la Coordinación, ya que constituye un referente importante dentro del desarrollo de nuestra propuesta, a favor de los niños y jóvenes con Síndrome de Down, hacia quienes fue dirigido este estudio.

7.1.2 actividad deportiva

Para desarrollar diferentes actividades deportivas, debemos capacitarnos académicamente en lo pedagógico como en las prácticas deportivas, con asesoramientos que nos conduzcan a tener mejores bases profesionales para orientar de una forma viable y responsable a nuestros estudiantes. En seguida nos comparte en su artículo la autora (Gómez, 2006, pág. 47).

A continuación, se encuentran los estándares básicos de competencia para el área de Educación Física, Recreación y Deporte en el Departamento de Antioquia, que permitirán conocer la base sobre la que se va a planificar la guía didáctica para el fortalecimiento de las habilidades motoras básicas en los niños y jóvenes con Síndrome de Down.

7.2 Estándares de competencias

Tabla 1: Estándares básicos de competencia para el área de Educación Física, Recreación y Deporte en el Departamento de Antioquia.

PROPUESTA PARA DESARROLLAR LOS ESTANDARES EN LOS ESTUDIANTES.		
ESTÁNDARES DE COMPETENCIAS	Adquiero y desarrollo mis habilidades motrices básicas mediante las expresiones motrices que me permiten conocer mi entorno familiar y escolar, y relacionarme con los/as compañeros/as, amigos/as y profesores/as.	
PERCEPTIVOMOTRIZ	FÍSICOMOTRIZ	SOCIOMOTRIZ
-Utilizo mis segmentos corporales por medio de las	-Afianzo y combino las diferentes	-Valoro y protejo el medioambiente donde

<p>expresiones rítmicas y reconozco mi cuerpo como un medio para generar sonidos</p> <ul style="list-style-type: none"> -Manipulo diferentes materiales de forma creativa y espontánea. <p>Identifico la importancia de los sentidos, mediante los juegos, para ubicarme en el entorno y relacionarme con los demás -</p> <p>Valoro los recursos naturales en la construcción de implementos lúdicos</p> <ul style="list-style-type: none"> -Identifico y ejecuto actividades en diferentes superficies -Mantengo el equilibrio estático y dinámico, con y sin objetos, en diferentes superficies y con varios apoyos - Utilizo mis segmentos corporales (derecha izquierda) para realizar las diferentes tareas motrices -Realizo actividades acuáticas que me permiten experimentar otras formas de movimiento Realizo juegos en el medio natural, que potencien mis habilidades motrices 	<p>habilidades motrices básicas de manipulación, locomoción y estabilización</p> <ul style="list-style-type: none"> -Exploro diferentes formas y estilos de manipular los móviles y lo práctico con mis compañeros y compañeras -Participo de juegos y ejercicios que implican cambios de velocidad y de dirección -Realizo tareas individuales y colectivas que implican el dominio de mi peso corporal con o sin desplazamiento -Propongo diferentes juegos, ejercicios y actividades que impliquen la utilización y combinación de las 	<p>desarrollo las diferentes actividades lúdico-recreativas</p> <ul style="list-style-type: none"> - Experimento y utilizo mis habilidades motrices básicas para relacionarme con los compañeros y las compañeras en diferentes situaciones -Trabajo en forma colectiva en la búsqueda de soluciones de tareas motrices -Colaboro a los compañeros y las compañeras que tienen dificultades con las actividades -Construyo, con mis compañeros y compañeras, nuevas reglas de juego y respeto las establecidas -Reconozco las debilidades y las fortalezas de mis compañeros y compañeras a través de juegos - Manifiesto mi creatividad cuando ejecuto actividades motrices grupales -Participo en juegos colectivos que me permitan afianzar las relaciones de
--	---	---

<p>-Realizo actividades de motricidad fina, como rasgado, recortado, pulsado y moldeado</p> <p>Me muevo a diferentes ritmos mediante la música e instrumentos</p> <p>-Valoro las diferentes actividades motrices realizadas en la naturaleza y cuido el entorno</p> <p>-Nombro las partes de mi cuerpo y sus respectivas funciones</p> <p>-Propongo e imagino diferentes posibilidades de ritmo y movimiento en los juegos y las actividades de clase</p> <p>-Reconozco mis posibilidades de movimiento a través de la educación física y la recreación</p>	<p>habilidades motrices básicas</p> <p>-Experimento diferentes formas de lanzar y atrapar, variando direcciones, alturas, velocidades y distancias</p> <p>-Exploro las posibilidades de movimiento de mi cuerpo utilizando diferentes elementos</p> <p>-Propongo diferentes movimientos a mis compañeros y compañeras.</p>	<p>amistad</p> <p>-Acepto y respeto las opiniones y las sugerencias de los compañeros y las compañeras</p> <p>-Cuido mi cuerpo y el de mis compañeros y compañeras, previniendo accidentes durante las actividades</p> <p>-Potencio valores como la comunicación, la cooperación, el compañerismo y la participación, entre otros, por medio de juegos colectivos</p> <p>- Asumo con responsabilidad las tareas motrices individuales y colectivas</p> <p>-Acepto la victoria y la derrota como elementos propios del juego</p> <p>- Me relaciono con mis compañeros y compañeras mediante la práctica de juegos tradicionales autóctonos de la región</p> <p>- Mantengo una adecuada higiene corporal</p>
---	--	--

		para cuidar mi salud y la de las personas que me rodean
--	--	---

8.MARCO CONTEXTUAL

Con respecto al marco contextual es la ubicación y sus vías alternancia para llegar.

Nombre del Municipio: La Ceja del Tambo. NIT: 890.981.207-5. Código Dane: 05376

Gentilicio: Céjenos.

Límites del Municipio: Por el Norte Rionegro; por el Nororiente el Carmen de Viboral; por el Oriente La Unión, por el Sur Abejorral; por el Suroccidente Montebello y por el Occidente El Retiro.

Extensión total: 133.6 km², Extensión área urbana: 2.9 Km², Extensión área rural: 130.7. Km²

Altitud de la cabecera municipal (metros sobre el nivel del mar): 2.143 m.s.n.m. Temperatura media: 18°C. Distancia de referencia: Medellín 41 Km.

Vías de comunicación:

Aéreas: El Aeropuerto Internacional José María Córdova de Rionegro, se encuentra a 18 Km. del Municipio de La Ceja.

Terrestres: A Medellín 41 Km. (Pasando por El Retiro y Envigado) A Rionegro 19 Km. (Pasando por El Carmen de Viboral). A La Unión 16 Km. A Abejorral 42 Km. A El Retiro 16 Km. A Montebello 20 Km. A El Carmen de Viboral 14 Km.

La actividad de los cultivos de flores generó migraciones de gran magnitud desde el campo y municipios vecinos hacia La Ceja del Tambo y el crecimiento significativo de la población urbana en 20 años.

Con relación a la pequeña y la mediana industria, sobresalen las empresas transformadoras de madera, que utilizan como materia prima los pinos ciprés y pátula para la elaboración de muebles.



9. DISEÑO METODOLÓGICO

9.1 Enfoque, alcance y tipo de investigación

Cualitativa- Observación no participativa- Propositiva

“La investigación cualitativa es aquella donde se estudia la calidad de las actividades, relaciones, asuntos, medios, materiales o instrumentos en una determinada situación o problema”. (Hernández, R. 1998). relacionado con este ejercicio, la investigación cualitativa, se refleja en el análisis de las conductas motrices que puedan observarse en los estudiantes con Síndrome de Down.

Se espera a través del proyecto, mejorar las habilidades motoras básicas de los niños y jóvenes con Síndrome de Down, participantes de dicho ejercicio.

La observación externa o no participante es una técnica de observación utilizada en las ciencias sociales en donde el investigador se mantiene al margen del fenómeno estudiado, como un espectador pasivo, que se limita a registrar la información que aparece ante él, sin interacción, ni

implicación alguna (Husson, M. 2013). Ésta técnica, se visualiza en la investigación, en el momento en que se observarán los movimientos, sin interferir, corregir o señalar errores y/o aciertos, durante la ejecución de las actividades.

9.2 Población y muestra

La población, seleccionada para este Proyecto de investigación, fueron 19 estudiantes del Programa Desarrollo Humano, de la Unidad de Atención Integral UAI – con diagnóstico de Síndrome de Down.

El Síndrome Down, es una alteración genética (un cromosoma extra en el par número 21), que hace que la persona con este diagnóstico, presente un compromiso cognitivo, rasgos físicos característicos y algunas patologías asociadas.

Los signos y síntomas más importantes del Síndrome de Down son:

- Hipotonía muscular marcada (falta de fuerza en los músculos).
- Presencia de un compromiso cognitivo (Discapacidad Cognitiva o Intelectual).
- Fisonomía característica con pliegues epicánticos y abertura palpebral sesgada hacia arriba y afuera (pliegue de piel en el ángulo interno del ojo) y raíz nasal deprimida.
- Hipoplasia maxilar y del paladar que determina la protrusión de la lengua (el hueso maxilar de la cara está poco formado y la boca es pequeña, de modo que la lengua no cabe en ella y sale hacia afuera).
- Anomalías internas, principalmente del corazón y del sistema digestivo: defectos del tabique ventricular, conducto arterioso permeable, atresia o estenosis duodenal (estrechez o falta de desarrollo de una parte del intestino).
- Dedos cortos con hipoplasia de la falange media del quinto dedo (falta de desarrollo de la falange media del meñique).
- Dermatoglifos característicos con el surco simiesco en la palma (huella dactilar alterada con un pliegue en la palma de la mano de forma transversal, similar al del mono).

Podrían mencionarse otras características de las Personas que presentan Síndrome de Down, como habilidades rítmicas, buen sentido musical, respetuosos.

9.3 Método de investigación

Inductivo. Método de conocimiento que permite obtener por generalización un enunciado general a partir de enunciados que describen casos particulares, en concordancia con lo anterior, aplica este método, a la investigación, en la medida en que se desarrollaran cada una de las habilidades motrices básicas para llegar al movimiento armónico (de lo particular a lo general).

10. TÉCNICAS E INSTRUMENTOS

Para el cumplimiento del primer objetivo específico, Identificar el estado de las habilidades motoras básicas en los niños y jóvenes del Programa Desarrollo Humano, las técnicas a utilizar serán la encuesta para hallar las preferencias respecto al área de Educación Física, Recreación y Deportes y el test de Fernández, I. (1999), que evalúa el estado de los estudiantes en 5 habilidades motrices básicas (caminar, correr, saltar, lanzar y atrapar) y los instrumentos para este diagnóstico serán el cuestionario y listas de chequeo.

Con el fin de “Establecer desde las orientaciones pedagógicas y estándares de la educación física, recreación y deportes para Antioquia los fundamentos para el correcto desarrollo motriz...” la técnica será hacer un rastreo de estos dos documentos y extraer de ellos lo que se considere pertinente para llevar a cabo el presente proyecto a través de una bitácora.

Por último, con respecto al tercer objetivo específico “Elaborar una guía didáctica para el fortalecimiento y mejoramiento de las habilidades motrices básicas de los niños y jóvenes del Programa Desarrollo Humano, fundamentada en el juego y la recreación con intencionalidad pedagógica.”

La técnica será el aprovechamiento de las capacidades que he adquirido a lo largo de mi estadía en la Universidad para diseñar la guía anteriormente mencionada y el instrumento para plasmar la propuesta será un protocolo brindado en la asignatura de deportes uno, con algunas modificaciones que se adapten al contexto del proyecto.

11. REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- GUÍA CURRICULAR DE EDUCACIÓN FÍSICA. (s.f.). *LAS HABILIDADES Y DESTREZAS MOTRICES*. Medellín.
- Alonso, d. T. (2013). El Juego como herramienta educativa del Educador Social en actividades de Animación Sociocultural y de Ocio y Tiempo libre con niños con Discapacidad. *Revista de educación social*, 16., 13.
- Alonso, d. T. (2013). El Juego como herramienta educativa del Educador Social en actividades de Animación Sociocultural y de Ocio y Tiempo libre con niños con Discapacidad. *Revista de educación social.*, 13.
- Giné, C., Durán, D., & Bertrán, E. (2013). Una guía para la evaluación y mejora de la educación inclusiva. *publicaciones.unirioja*, 12.
- Gómez, M. R. (2006). Los problemas evolutivos de coordinación en la adolescencia. Análisis de una dificultad oculta. *RICYDE. Revista Internacional de Ciencias del Deporte.*, 12.
- Madrona, P. (2008). Habilidades motrices en la infancia y su desarrollo desde una educación física animada. *Revista iberoamericana-rieoei.org*, 26.
- Marquez, G. G. (1990). *Los mejores lugares del mundo*. Bogota : bonita .
- Messi, L. (15 de Septiembre de 2018). *Premiso the best*. Obtenido de <http://www.marca.com/futbol/premios-the-best/opinion/2018/09/24/5ba92ab146163fcf8c8b45c6.html>
- ÓC Bartoll, J. G. (2015). Actividad física y síndrome de down: el juego motriz como recurso metodológico. *Dialnet.unirioja.es*, 14.
- PG Madrona, O. J. (2008). Habilidades motrices en la infancia y su desarrollo desde una educación física animada. *RESEARCHGATE.NET*, 26.
- Rios, V. Y. (2011). Educadores especiales en la educación inclusiva como reforma y práctica de gubernamentalidad en Clombia: ¿ perfil, personal o productor de saber? *Currículo sem Fronteiras*, 8.
- Ruiz, L. M. (2007). Rendimiento Deportivo, Optimización y Excelencia en el Deporte. *Revista de Psicología del Deporte*, 17.
- Sánchez, L. (2013). Enseñanza del tenis para personas con Síndrome Down: Una experiencia práctica. *Revista digital de educación física*, 9.

