



Módulo 3

DISCAPACIDAD INTELECTUAL Y DEPORTE

3.1 Armado y estructura de la clase

- **ESTRUCTURAR LA CLASE EN EL TIEMPO:** Pautar momentos que se sostienen clase a clase. En general, las personas con discapacidad suelen desorganizarse mentalmente ante situaciones imprevistas. Dicho orden o rutina ayuda a mantener esa organización o seguridad para cada persona. Por ejemplo, luego de unos minutos de juego libre cuando llegan, hacemos una ronda donde quien quiere cuenta sus novedades.
- **ESTRUCTURAR EL ESPACIO:** Todos estos ítems de estructura, ayudan a las personas con discapacidad a sentirse cómodas ya que pueden anticipar lo que viene y donde va a ser. Por ejemplo, la ronda es siempre en el mismo lugar, por lo que muchos, cuando ya no quieren jugar libremente, van solos a sentarse en el lugar de la ronda a la espera de ese momento.
- **RESPETAR LAS CONSIGNAS DURANTE LA CLASE:** Por ejemplo. Si se trabaja de la línea A a la línea B, la estructura de la clase se mantiene hasta el final de esa manera. Dentro de la misma clase pasar a trabajar de la línea A a la línea C, genera confusión y pérdida de seguridad, lo que lleva a menor orden y comprensión de las consignas.

3.2 Materiales

- **MANTENER LA ESTRUCTURA DE LOS MATERIALES USADOS:** Si en una clase usamos conos y aros, trabajar con variantes dentro de esos materiales por la misma razón que los puntos anteriores. Por supuesto que se pueden sumar materiales o incluso variarlos, pero el mantenimiento de los mismos ayuda a la organización tanto de la clase como de los participantes.





- **PREPARAR LOS MATERIALES A USAR:** Antes de comenzar con las actividades para economizar los tiempos. Tener que ir a buscar los materiales entre una actividad y otra, puede generar desorganización y sobretodo mucha pérdida de tiempo para volver a organizarlo. Especialmente con los más pequeños.

3.3 Alumnado

- **VOLVER SOBRE LO REALIZADO PREVIAMENTE:** Está bien retroceder si es necesario, tanto en una misma clase, en una planificación mensual o anual. Muchas veces hay avances que no llegan a fijarse en el acervo motor y se pierden al corto plazo y es necesario volver hacia atrás con la planificación. También puede darse el caso que un día un alumno está más conectado para realizar una actividad compleja y a la clase siguiente no logra cumplir con esa exigencia. Es bueno poder retroceder sobre el contenido para que la clase sea apropiada a las posibilidades del día.
- **PERIODOS DE CONCENTRACION:** Los periodos de concentración suelen ser más cortos, por lo que es bueno trabajar en ejercicios cortos para facilitar la comprensión y ejecución. Si el ejercicio es largo, y contamos con poco apoyo (voluntarios o profes) y el grupo necesita acompañamiento durante el recorrido del ejercicio, se genera mucha espera en la hilera, la atención disminuye y probablemente sea más difícil alcanzar los objetivos.
- **TIEMPO DE EJECUCION:** Es mayor al de una clase con alumnos sin discapacidad. Tanto por el tiempo que demora la explicación y demostración, como por la velocidad de ejecución del ejercicio. Es importante tenerlo en cuenta a la hora de planificar y llevar la clase adelante. NO siempre es útil delimitar los ejercicios por tiempo de duración (ejemplo, el drill 1 dura 3', el siguiente 5', etc.) sino que muchas veces resulta más beneficioso hacerlo por la cantidad de veces que queremos que cada alumno pase por ese momento (por ejemplo, que cada alumno haya lanzado al menos 5 veces al aro) sin importar el tiempo que eso demora.
- **FLEXIBILIZAR LOS TIEMPOS DE CADA UNO:** Si en una hilera durante el recorrido de un ejercicio quien está detrás realiza el mismo de manera más veloz, no hay problema que pase al que está delante para que ambos puedan realizarlo según sus posibilidades. A su vez, habiendo conocido al grupo y sabiendo las diferentes posibilidades de cada persona que integra el mismo, tenemos que intentar distribuirlos en la hilera con criterio, a fin de que cada persona pueda realizarlo con



el menor tiempo de espera posible sin molestar la ejecución del compañero. Por ejemplo, ponerlos en la hilera del más rápido al más lento.

- **ACERCARSE PARA REFORZAR UNA CONSIGNA:** A veces una puede explicar una



consigna de manera global (porque claro que explicarla de manera personalizada nos dejaría sin tiempo para la clase) pero hay que estar atento a quienes se dispersaron o tienen mayores dificultades para concentrarse, para acercarse (ya sea quien explicó la consigna u otra persona del equipo) y reforzar la misma.

- **ACOMPañAMIENTO:** Mantener dentro de lo posible un mismo acompañante en los casos más difíciles a fin de generar seguridad para el ejecutante y conocimiento de las singularidades de la persona. Sobre todo en las primeras participaciones de la clase, a fin de forjar un vínculo entre ambos donde será más fácil tanto para el docente comprender al alumno como para el alumno familiarizarse con el docente.

3.4 Aspecto social del deporte

- Muchas veces los aspectos socializadores de la clase son más importantes que los contenidos deportivos de la misma, sobre todo para aquellos que tienen poco vínculo con pares. Es muy importante fomentarlos, incentivarlos y colaborar con estos ellos a fin de que la vivencia dentro de la clase sea integral.

3.5 Competencia

- Si se quiere aumentar la velocidad de ejecución de un ejercicio, el realizarlo igual solo que a manera de competencia por equipos, puede ayudar a que los alumnos lo hagan más rápido, pero hay que estar atentos a que dicho aumento de la velocidad no vaya en detrimento de la técnica.



3.6 Posibles situaciones adversas

- ✓ **Situación de “empaque”**: Esta situación se da cuando una persona se ensimisma en un problema o situación adversa y no puede o no quiere salirse de la misma. La razón o el motivo por el que esa persona llega a ese estado puede ser muy diversa al igual que la manera en que lo ayudamos a salirse de ese empaque. Si viene dado por algún conflicto con el docente, probablemente sea otra persona la más adecuada para ayudarlo a continuar con la actividad. Según la persona, la mejor intervención puede ser desde la palabra o desde lo corporal, sacando al alumno del lugar en el que esta y cambiándole el foco de situación. Saber cuál es la mejor manera de resolución en cada caso nos la dará el conocimiento de las personas que participan en la clase.

- ✓ **Situación de agresividad**. Esta situación puede presentarse frente a compañeros o frente a los docentes. Es importante estar seguro de lo que se quiere a la hora de enfrentarse al alumno. Si la situación de agresividad es con un compañero, la intervención de docente debe ser inmediata a fin de cuidar a ambas partes. Lo primordial es alejarlo de ese lugar para llevarlo paulatinamente a la calma. Si la situación es con un docente, probablemente la mejor manera sea la intervención de otra persona para sacarlo de ese contexto de agresividad. Nuevamente, saber cuál es la mejor manera de resolución vendrá dado en el conocimiento de las individualidades del grupo.

- ✓ **Situación de crisis**. Es común, sobretodo en clases de cierta duración, que algunas personas con discapacidad intelectual o condición de espectro autista, pasen por momentos de ansiedad que necesitan canalizar. Momentos de dispersión donde se abstraen de la clase y es difícil captar su atención. En estos casos, lo mejor suele ser dejarlo descansar de la actividad durante un tiempo, siempre bajo observación del docente u otra persona a cargo, para que solo (o con ayuda) vaya conectándose paulatinamente con la actividad.