



UNIVERSIDAD TÉCNICA DEL NORTE

FACULTAD DE EDUCACIÓN, CIENCIA Y TECNOLOGÍA

TEMA:

LAS CAPACIDADES COORDINATIVAS ESPECIALES Y SU INCIDENCIA EN LA CALIDAD DE VIDA DE LOS NO VIDENTES DEL CENTRO MIES ATAHUALPA DE LA CIUDAD DE QUITO EN EL AÑO 2015.

Trabajo de Grado previo a la obtención del título de Licenciada en Entrenamiento Deportivo

AUTORA:

Vargas Iza Tatiana Yolanda

DIRECTOR:

Dr. Vicente Yandún Yalamá MSc.

Ibarra, 2017

ACEPTACIÓN DEL DIRECTOR

Luego de haber sido designado por el Honorable Consejo Directivo de la Facultad de Educación, Ciencia y Tecnología de la Universidad Técnica del Norte de la ciudad de Ibarra, he aceptado con satisfacción participar como Director del Trabajo de Grado del siguiente tema: **“LAS CAPACIDADES COORDINATIVAS ESPECIALES Y SU INCIDENCIA EN LA CALIDAD DE VIDA DE LOS NO VIDENTES DEL CENTRO MIES ATAHUALPA DE LA CIUDAD DE QUITO EN EL AÑO 2015”**. Trabajo realizado por la egresada VARGAS IZA YOLANDA TATIANA, el trabajo de Grado previo a la obtención del título de Licenciada en Entrenamiento Deportivo.

A ser testigo presencial, y corresponsable directo del desarrollo del presente trabajo de investigación, que reúne los requisitos y méritos suficientes para ser sustentado públicamente ante el tribunal que sea designado oportunamente.

Esto es lo que puedo certificar en honor a la verdad.

Director



MSc. Vicente Yandún Yalamá

CI: 1001684685

DEDICATORIA

Con todo mi cariño y amor para las personas que hicieron todo en la vida para que yo pudiera lograr mis sueños, por motivarme y darme la mano cuando sentía que el camino se terminaba. Por siempre mi corazón y mi agradecimiento a mis querida hijas, padres, familia y amigos quien me inspiró a ser mejor, ahora puedo decir que este trabajo lleva mucho de ellos. Gracias por estar siempre a mi lado.

Gracias a esas personas importantes en mi vida, que siempre estuvieron listas para brindarme toda su ayuda, ahora me toca regresar un poquito de todo lo inmenso que me han otorgado. Con todo mi cariño este Trabajo de Grado dedicó a ustedes.

Tatiana.

AGRADECIMIENTO

A mis maestros y docentes de la Carrera de Entrenamiento Deportivo que, en este andar por la vida, influyeron con sus lecciones y experiencias en la formación técnica recibida, misma que me permitirá sobrellevar los retos en mi vida profesional. A cada uno de ustedes dedicó cada una de estas páginas; y en especial al MSc. Vicente Yandún, por su dirección y en este Trabajo de Grado.

Tatiana

ÍNDICE GENERAL DE CONTENIDOS

ACEPTACIÓN DEL DIRECTOR.....	ii
DEDICATORIA.....	iii
A GRADECIMIENTO.....	iv
ÍNDICE GENERAL.....	v
ÍNDICE DE CUADROS.....	ix
ÍNDICE DE GRÁFICOS.....	x
RESUMEN.....	xi
ABSTRACT.....	xii
INTRODUCCIÓN.....	xiii
CAPÍTULO I	1
1. EL PROBLEMA DE INVESTIGACIÓN.....	1
1.1 Antecedentes.....	1
1.2 Planteamiento del problema.....	3
1.3 Formulación del problema.....	6
1.4 Delimitación del problema.....	6
1.4.1 Unidades de observación.....	6
1.4.2 Delimitación espacial.....	6
1.4.3 Delimitación temporal.....	7
1.5 Objetivos.....	7
1.5.1 Objetivo general.....	7
1.5.2 Objetivos específicos.....	7
1.6 Justificación.....	7
1.7 Factibilidad.....	9
CAPÍTULO II.....	10
2. MARCO TEÓRICO.....	10
2.1 Fundamentación teórica.....	10
2.1.1 Fundamentación filosófica.....	11
2.1.2 Fundamentación psicológica.....	12
2.1.3 Fundamentación pedagógica.....	13

2.1.4	Fundamentación sociológica.....	14
2.1.5	Fundamentación legal.....	15
2.1.6	Capacidades coordinativas.....	15
2.1.7	La capacidad de orientación y acoplamiento.....	16
2.1.8	La capacidad de orientación espacio temporal.....	17
2.1.9	La capacidad de diferenciación cinestésica.....	17
2.1.10	La capacidad de equilibrio.....	18
2.1.11	La capacidad de reacción.....	18
2.1.12	La capacidad de ritmización.....	19
2.1.13	La capacidad de transformación.....	19
2.1.14	Las capacidades coordinativas.....	20
2.1.15	La coordinación.....	21
2.1.16	La capacidad de coordinación.....	22
2.1.17	Capacidades coordinativas especiales.....	23
2.1.18	Métodos capacidades coordinativas.....	25
2.1.19	Habilidades motrices básicas.....	26
2.1.20	Contenidos de psicomotricidad.....	30
2.1.21	Características patrón motor.....	32
2.1.22	Estructura de movimiento.....	32
2.1.23	Proceso de adquisición de movimiento.....	33
2.1.24	La evaluación Psicopedagógica.....	34
2.1.25	Adaptar a tareas y juegos habituales.....	35
2.1.26	Discapacidad visual.....	37
2.1.27	Deporte adaptado.....	39
2.1.28	Calidad de vida de los no videntes.....	42
2.1.29	Educación y educación física.....	43
2.1.30	La educación física marco reforma.....	44
2.1.31	Estilos de vida.....	44
2.1.32	Beneficios de la actividad física.....	45
2.1.33	Los test.....	47
2.1.34	Baremo.....	48
2.2	Posicionamiento Teórico Personal.....	49
2.3	Glosario de Términos.....	51

2.4	Interrogantes de Investigación.....	55
2.5	Matriz Categorical.....	56
CAPÍTULO III.....		57
3.	MARCO METODOLÓGICO.....	57
3.1	Tipo de Investigación.....	57
3.2	Métodos.....	58
3.3	Técnicas e Instrumentos.....	60
3.4	Población.....	60
3.5	Muestra.....	60
CAPÍTULO IV.....		61
4	ANÁLISIS E INTERPRETACIÓN DE RESULTADOS.....	61
4.1	Resultados de la encuesta aplicada a los Padres.....	62
4.2	Resultado de la encuesta aplicada a los entrenadores.....	67
4.3	Resultados test capacidades coordinativas.....	77
CAPÍTULO V.....		79
5	CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES.....	79
5.1	Conclusiones.....	79
5.2	Recomendaciones.....	80
5.3	Contestación a las interrogantes de investigación.....	81
CAPÍTULO VI.....		83
6	PROPUESTA ALTERNATIVA.....	83
6.1	Título de la Propuesta.....	83
6.2	Justificación.....	83
6.3	Fundamentación.....	84
6.4	Objetivos.....	110
6.4.1	Objetivo General.....	110
6.4.2	Objetivos Específicos.....	110
6.5	Ubicación Sectorial y Física.....	110
6.6	Desarrollo de la Propuesta.....	111

6.7	Impacto.....	146
6.8	Difusión.....	147
6.9	Bibliografía.....	148
	Anexos.....	150
	Árbol de Problemas.....	151
	Matriz de Coherencia.....	152
	Matriz Categorial.....	153
	Encuesta a los entrenadores.....	154
	Encuesta a los padres de familia.....	157
	Test.....	159
	Fotografías.....	161
	Certificaciones.....	164

ÍNDICE DE CUADROS

Cuadro N° 1	Test de Equilibrio Flamenco (Eurofit).....	49
Cuadro N° 2	Test de Reacción.....	49
Cuadro N° 3	Población.....	60
Cuadro N° 4	Capacidades coordinativas.....	62
Cuadro N° 5	Importancia capacidades coordinativas.....	63
Cuadro N° 6	Capacidades coordinativas.....	64
Cuadro N° 7	Evaluación de las capacidades coordinativas.....	65
Cuadro N° 8	Importancia deporte adaptado.....	66
Cuadro N° 9	Conocimiento capacidades coordinativas.....	67
Cuadro N° 10	Edades para el desarrollo capacidades coordinativas.....	68
Cuadro N° 11	Objetivo capacidades coordinativas.....	69
Cuadro N° 12	Frecuencia capacidades coordinativas.....	70
Cuadro N° 13	Capacidades que desarrollan deportivas.....	71
Cuadro N° 14	Test para evaluar el equilibrio.....	72
Cuadro N° 15	Test para evaluar la capacidad de reacción.....	73
Cuadro N° 16	Estudio sobre métodos perceptivos.....	74
Cuadro N° 17	Capacidades base de la calidad de vida.....	75
Cuadro N° 18	Estudio de las capacidades coordinativas.....	76
Cuadro N° 19	Test de reacción.....	77
Cuadro N° 20	Test de equilibrio.....	78

ÍNDICE DE GRÁFICOS

Gráfico N° 1	Test de Equilibrio Flamenco (Eurofit).....	48
Gráfico N°3	Capacidades coordinativas.....	62
Gráfico N°4	Importancia capacidades coordinativas.....	63
Gráfico N°5	Capacidades coordinativas.....	64
Gráfico N° 6	Evaluación de las capacidades coordinativas.....	65
Gráfico N° 7	Importancia deporte adaptado.....	66
Gráfico N° 8	Conocimiento capacidades coordinativas.....	67
Gráfico N° 9	Edades para el desarrollo capacidades coordinativas.....	68
Gráfico N° 10	Objetivo capacidades coordinativas.....	69
Gráfico N° 11	Frecuencia capacidades coordinativas.....	70
Gráfico N° 12	Capacidades que desarrollan deportivas.....	71
Gráfico N° 13	Test para evaluar el equilibrio.....	72
Gráfico N° 14	Test para evaluar la capacidad de reacción.....	73
Gráfico N° 15	Estudio sobre métodos perceptivos.....	74
Gráfico N° 16	Capacidades base de la calidad de vida.....	75
Gráfico N° 17	Estudio de las capacidades coordinativas.....	76
Gráfico N° 18	Test de reacción.....	77

RESUMEN

La investigación contribuyó a diagnosticar el dominio de conocimientos teóricos-prácticos que poseen los entrenadores sobre capacidades coordinativas especiales y su incidencia en la calidad de vida de los no videntes del centro MIES Atahualpa de la ciudad de Quito, a partir de ello se planteó determinar el nivel de conocimientos que tienen los entrenadores y monitores sobre capacidades coordinativas especiales habilidades motrices básicas y específicas, además indagar el criterio de los padres de familia sobre la práctica y la enseñanza del deporte adaptado encaminado al mejoramiento de la calidad de vida. Bajo este contexto, se estableció el marco teórico, el mismo que permitió sistematizar la información relacionada con las capacidades coordinativas especiales, el deporte adaptado, el Plan Nacional del Buen Vivir, la calidad de vida y las características de las personas no videntes. La investigación bibliográfica y de campo, de tipo exploratoria, descriptiva y propositiva, determinando el diseño que permitió la no manipulación de variables y los datos fueron tomados en un solo momento aplicando el instrumento como la encuesta dirigida a los entrenadores y padres de familia, arrojando los siguientes resultados, los entrenadores no dominan conceptos de capacidades coordinativas especiales y la incidencia en la calidad de vida de los no videntes, además no evalúan capacidades coordinativas respectivamente. La aplicación de los test determina deficiencias en las capacidades coordinativas de reacción y equilibrio. Al final su propósito se centró en describir las variables implícitas y analizar su incidencia, para generar una propuesta alternativa: "Orientaciones metodológicas para el desarrollo de capacidades coordinativas especiales en la práctica físico deportiva de personas no videntes. La misma ha sido socializada y tiene una aceptación favorable por parte de entrenadores, padres de familia y las personas no videntes.

Palabras Claves: Capacidades coordinativas especiales, Calidad de vida, personas no videntes, deporte adaptado.

SUMMARY

This research contributed to diagnose the domain of theoretical and practical knowledge that the coaches have about special coordinating capacities and their impact on the quality of life of blind people from "MIES Centro Atahualpa" in Quito city. On that basis, it was posed the level of knowledge that the coaches and monitors have about special coordinating abilities and basic or specific motor skills; in addition to research the criterion of parents on the practice and teaching of adapted sports, it must be aimed to improve their quality of life. In this context, the theoretical framework was established, which allowed the systematization of information related to special coordinating capacities about adapted sport, "Plan Nacional del Buen Vivir", quality of life and the characteristics of blind people. The bibliographic, field, exploratory, descriptive and propositional research was used, determining the design, which allowed the non-manipulation of variables and the information was taken at the same moment, as instruments, there was a survey, it was applied to the coaches and parents, the results were the following: coaches do not dominate concepts of special coordinating abilities and the impact on the quality of life of blind people, they do not evaluate coordinating capacities respectively. The application of the tests determined deficiencies in the coordination capacities of reaction and equilibrium. Finally, its purpose was to describe the implicit variables and analyze their incidence to generate this alternative proposal: "Methodological guidelines for the development of special coordinating capacities in the physical sports practiced by blind people. It has been socialized and it had a favorable acceptance by coaches, parents and blind people.

Key words: Special coordinating capacities, quality, blind people, adapted sport.



INTRODUCCIÓN

En la vida de las personas no videntes se hace imposible separar los elementos que la componen, ya que todos y cada uno de los aspectos del desarrollo están estrechamente ligados. La relación de las personas no videntes con el mundo externo pasa primero a través de la relación consigo mismo.

Cangas, A., Gallego, J., & Navarro, N. (2013), señalan:

“Son muchas las acepciones y matices que adopta la inclusión en actividades físicas y deportes adaptados, pero podríamos considerar la Inclusión como aquel proceso en el que personas con “discapacidad” comparten mismo espacio, materiales y actividades que sus compañeros” (p.111).

Las actividades físicas y deportivas promueven la abstracción cuando existen inconvenientes y además fomentarán su afectividad, emotividad, control, percepción. Pero lo más importante es la creación de un espacio de auto realización que permite beneficios en el ámbito psicológico y social.

Para la Federación Internacional de Deportes para Ciegos (IBSA):

"El deporte es el mejor medio de promoción de la imagen integradora de las personas con discapacidad y ciegas en particular, ayudando a superar su minusvalía potenciando su autoestima, capacidad de superación y normalización en su entorno y en definitiva, su plena realización".

Para lo cual es necesario comenzar con conocer su propio cuerpo, sus características y posibilidades, esta exploración tiene por objeto el acto motriz. Dentro del trabajo motriz se puede hablar de motricidad gruesa; la que reúne las actividades globales del cuerpo más proximales al eje central.

El presente trabajo de investigación pretende determinar los conocimientos y dominios que poseen los entrenadores en relación a las capacidades coordinativas de los deportistas no videntes, por lo cual el concepto de coordinación representa el papel central en esta investigación.

Con este antecedente, se presenta la problemática de las capacidades coordinativas en el entrenamiento, haciendo referencia a la necesidad de construir todo un programa dirigido a una preparación general en la que se tratan de desarrollar los distintos fundamentos teóricos de las capacidades de coordinación, equilibrio y orientación como sustento para el mejoramiento y desarrollo de las capacidades coordinativas específicas en los no videntes del Centro MIES Atahualpa de la ciudad de Quito.

La carencia del desarrollo de todas habilidades motrices y coordinativas en las etapas de iniciación deportiva, se evidencia en la dificultad para realizar tareas o ejercicios específicos del deporte, limitando de esta manera el crecimiento deportivo e impidiéndoles alcanzar un desarrollo óptimo de sus habilidades cognitivas y sociales.

La ineficacia de los procesos y la no sistematización en la de preparación y el desarrollo de capacidades coordinativas, fueron precisamente las necesidades orientadoras de esta investigación.

La estructura general de este estudio abarca varios capítulos:

En el primer capítulo, se enfocó la problemática, mostrada de manera detallada y contextualizada y el objeto de estudio, capacidades coordinativas especiales y su incidencia en la calidad de vida de los no videntes, refiriéndose a los sujetos de estudio como son los entrenadores y deportistas no videntes. Se expresan claramente los objetivos generales y específicos; además la justificación del por qué se formuló el tema, los beneficios esperados y la factibilidad de la investigación.

El segundo capítulo, describe el marco teórico, argumentado de manera científica con un enfoque específico en las capacidades coordinativas especiales, test para la medición, Deporte adaptado, calidad de vida de los no videntes, permitiendo de esta manera reconocer de una mejor manera las variables, sus características y extensión.

En el tercer capítulo, consta la metodología, la cual establece el tipo y diseño de la investigación; se presenta la población y muestra; al igual, que las técnicas e instrumentos que se va a emplear para la recolección de datos.

El cuarto capítulo, se basa en el análisis e interpretación de resultados obtenidos a través del cuestionario a entrenadores con respecto a los conocimientos teórico-prácticos y los test sobre capacidades coordinativas aplicados a los deportistas no videntes, además de los criterios de los padres de familia sobre la práctica del deporte adaptado. Para el análisis e interpretación de resultados se representaron por medio de tablas y gráficos estadísticos y sus análisis respectivos.

En el quinto capítulo, se socializa las conclusiones y recomendaciones, las mismas que presentan una síntesis de los nudos críticos y la problemática sobre los conocimientos y evaluación de las capacidades coordinativas.

En el sexto capítulo, se formuló la Propuesta, la cual presenta su respectiva justificación y sustento científico pertinente, objetivos, ubicación sectorial y física; además, del desarrollo efectivo de la propuesta mediante las orientaciones metodológicas para el desarrollo de capacidades coordinativas especiales en la práctica físico deportiva de personas no videntes. Propuesta alternativa". Al final del documento se marca la Bibliografía y Anexos respectivos.

CAPÍTULO I

1. EL PROBLEMA DE INVESTIGACIÓN

1.1 Antecedentes

Es conocido por todos que el movimiento permite relacionarnos con el espacio, con otras personas y los objetos, y facilita la integración sensorio motriz esencial para el desarrollo perceptivo. A través del movimiento. El individuo con poca o ninguna visión puede ir tomando conciencia del mundo que le rodea. Por lo que la integración interna de los esquemas motrices necesitará reemplazar los estímulos externos que llegaron por la visión. Para lograr el movimiento independientemente es necesario estimular todas las acciones corporales, nunca limitarlas. Se deben proporcionar oportunidades para mover el cuerpo y para explorar, afín de prevenir cualquier atraso en el aspecto motriz y de coordinación

En la persona con deficiencia visual grave, el aprendizaje de habilidades motrices y la formación de patrones de movimiento viene determinado por las características mencionadas anteriormente. Por ello, se sigue una progresión diferente a la de las personas videntes, de manera que la secuencia de la enseñanza de movimientos de aprendizaje va del específico a lo general, antes de lo general a lo específico. En algunos casos antes de enseñar cualquier movimiento se debe asimilar por el docente o entrenador, para evidenciar si el deportista puede ejecutarlo, la metodología de enseñanza que se utilice debe ser muy diferente a la de la que enseña con personas normales, sin dificultades para ver las cosas. Es decir, antes de impartir algún deporte o alguna de las capacidades condicionales o coordinativas especiales, se debe analizar antes de que ejecute la persona con dificultades visuales.

Desde el punto de vista del técnico deportivo, es importante conocer las implicaciones que la deficiencia visual conlleva para el deportista que va a practicar alguna actividad deportiva. Al respecto se manifiesta que se parte de la premisa que la visión se la define como el sentido espacial, mientras que la audición es un sentido temporal, de manera que ambos ejercen a la distancia (exteroceptores) El resto de los sentidos, como el tacto, el olfato y el gusto, son de contacto. Por lo tanto, cuando una persona tiene un déficit de un sentido a la distancia, ello le va a obligar a depender más de los sentidos de contacto.

Al respecto se manifiesta que, en el caso de personas con ceguera congénita, se podría constatar un retraso para la adquisición de habilidades motoras, atribuido este a una variedad de factores, como la imposibilidad de utilizar la vista como un estímulo para el movimiento, la menor cantidad y calidad de oportunidades para experimentar el movimiento. Por esta causa, es posible que algunos individuos no videntes desconozcan sus propias capacidades motrices.

Es por ello que la persona no vidente que no está motivado y estimulado para que explore su entorno y llegue a los objetos o el estímulo auditivo, se contenta con actividades pasivas o prefiere ser guiado para la realización de cualquier actividad motriz que pueda conectarlo con el espacio.

En algunos centros de cuidados o en el propio hogar se puede evidenciar una excesiva protección que suele limitar las experiencias físicas, por lo que sería importante la enseñanza y preparación de estas personas para la vida, es decir se les debe enseñar a trasladarse, aprender alguna actividad deportiva, a realizar actividades físicas recreativas, desde luego con la guía y orientación del docente, además se le debe preparar en las el desarrollo de las capacidades físicas o las capacidades coordinativas que es motivo análisis e investigación de este grupo seleccionado.

Es decir, con el trabajo de estos movimientos coordinativos especiales, las personas con discapacidad visual ganarán una mayor autonomía, lo cual repercutirá de forma positiva en la movilidad que puede desempeñarse en el transcurso de las actividades que ejecuta en la vida cotidiana.

Es por ello la importancia de trabajar con este grupo, porque si no se le da la debida atención o la respectiva enseñanza de los movimientos afectará consecuentemente al control de la ejecución motriz y a la adquisición de las habilidades motrices básicas, al respecto se dice que se debe tomar muy en cuenta, sino se tendrá dificultades posteriores, como se observan conductas de adquisición más lentas por la ausencia de estimulación visual. Se evidencia mayor lentitud con relación al ajuste postural, la marcha, el equilibrio, la fuerza del tronco y extremidades, la rotación del cuerpo y los movimientos coordinados del tronco y las extremidades. En cuanto al equilibrio, presentan también cierto retraso en su adquisición dado que en ella intervienen los sistemas vestibulares, visuales y táctiles y como consecuencia la alineación segmentaria de su cuerpo no es la correcta.

El entrenamiento de las capacidades coordinativas son cualidades específicas que se les debe impartir a las personas no videntes, porque un cumplen un rol importante dentro de los procesos integrales del ser humano, es por ello que estas cualidades físicas, se las debe impartir primero antes que las capacidades condicionales, sea personas normales o a personas con dificultades visuales.

1.2 Planteamiento del problema

Cuando pensamos en deporte adaptado, debemos hacer una referencia ineludible a la preparación de personas con capacidades diferentes, en este caso personas no videntes, es por ello que se hace

referencia a que las personas no videntes necesitan ser preparados no solamente en aspectos básicos como las cualidades físicas como la velocidad, fuerza, resistencia, flexibilidad, etc., sino que se les debe trabajar en aspectos relacionados con las capacidades coordinativas así se tiene las capacidades de orientación. equilibrio, ritmo, anticipación, diferenciación. Estas capacidades cada uno tienen sus características especiales, es por ello que merecen un tratamiento especial en la enseñanza y preparación de los deportistas no videntes del Centro Mies Atahualpa de la ciudad de Quito.

En cuanto a la preparación de las capacidades coordinativas especiales, casi en todos los deportes y formas de preparación de deportistas normales y no videntes se ha dejado de lado, más se han dedicado a la preparación de las otras cualidades físicas condicionales, dejando de lado la preparación, que debe ser fundamental dentro de la preparación de los no videntes, pero lamentablemente no es así. Si una persona no vidente es correctamente preparada no tendrá problemas de integrarse a la sociedad, lógicamente con la ayuda de una persona con todas sus facultades o familiares. Con este tipo de preparación los individuos no videntes adquieren una valoración social podemos decir que sus practicantes aprenden a respetar y utilizar el entorno adecuadamente, a conocer la importancia del deporte en la sociedad y a colaborar en la práctica de las actividades motrices. Por otra parte, aprende a relacionarse entre los colectivos específicos y optimizar la ocupación del tiempo libre.

Luego de conocer estos antecedentes se puede evidenciar ciertas causas y efectos que configuran el problema de investigación, entre las cuales las siguientes. Existe escasa preparación de los docentes de educación física y entrenamiento con respecto al entrenamiento a personas no videntes, no tienen la especialización pertinente con respecto a tratamiento y preparación de las cualidades coordinativas especiales con personas no videntes, todo esto ha conllevado a que los deportistas

no tengan bien desarrollado el equilibrio, orientación, ritmo, anticipación, diferenciación y coordinación. Estas cualidades coordinativas antes mencionadas no han sido tratadas ni valoradas, es por ello que no se tiene parámetros reales que nos ayuden con el trabajo de estas.

Los docentes de educación física, entrenamiento deportivo y personas que están a cargo de este deporte o de este grupo de personas con capacidades diferentes, no han recibido cursos de esta naturaleza, por cuanto no hay cursos específicos con respecto a lo mencionado e inclusive existe pocas o escasas investigaciones que aporten o fundamenten científicamente en los procesos de preparación deportivas con este tipo de personas, pese a que los niveles de preparación son tan antiguos, esto se viene oficializando a raíz de la segunda guerra mundial.

Los docentes de educación física y entrenamiento han descuidado la preparación de las capacidades coordinativas, dan más importancia a la preparación de las capacidades condicionales, pero de forma parcial, todos estos aspectos antes mencionados han perjudicado dentro de los procesos de formación integral de las personas no videntes, además como se dijo anteriormente no existe test específicos que ayuden a valorar estas capacidades y desde ese punto proporcionar ejercicios específicos que coadyuven en el desarrollo de las cualidades coordinativas.

Y finalmente dentro del pensum de estudios de las universidades no existe una materia que contribuya en la formación de los profesionales como de saber cómo trabajar con personas con capacidades diferentes, los procesos de enseñanza, metodología, los recursos y los tipos de evaluación son diferentes y merecen un tratamiento especial en la preparación de deportistas, pero lamentablemente no existe esas asignaturas y cuando tienen que ir ámbito laboral tiene que improvisar sus clases o actuar de manera empírica. Conocidas las causas, se identifican los siguientes efectos. Inadecuada coordinación motriz, escaso desarrollo

de las cualidades coordinativas como la coordinación, orientación equilibrio. Esta situación se agudiza por cuanto los padres de familia no reafirman estos procesos de acompañamientos para que sus familiares no videntes desarrollen. Como un breve comentario se puede manifestar que los docentes de educación física o entrenadores deportivos muestran un limitado conocimiento respecto al trabajo de las capacidades coordinativas, con respecto a la parte teórica, metodológica y práctica.

1.3 Formulación del problema

¿El inadecuado tratamiento de las capacidades coordinativas especiales incide en la calidad de vida de los no videntes del Centro Mies Atahualpa de la ciudad de Quito en el año 2016?

1.4 Delimitación del problema

1.4.1 Unidades de observación

La población motivo de la investigación fueron los niños deportistas no videntes, padres de familia y entrenadores.

1.4.2 Delimitación espacial

La investigación del tema propuesto se llevó a cabo en el Centro Mies Atahualpa de la ciudad de Quito

1.4.3 Delimitación temporal

La investigación del problema propuesto se llevó a cabo en el año 2015- 2016

1.5 Objetivos

1.5.1 Objetivo general

Determinar las capacidades coordinativas especiales y su incidencia en la calidad de vida de los no videntes del Centro Mies Atahualpa de la ciudad de Quito en el año 2016

1.5.2 Objetivos específicos

- Diagnosticar el nivel de conocimiento que poseen los docentes, entrenadores deportivos acerca del trabajo de las capacidades coordinativas especiales.
- Investigar la opinión de los padres de familia acerca del tipo de actividades físicas que practican los deportistas que concurren al Centro MIES Atahualpa de la ciudad de Quito.
- Valorar las capacidades coordinativas especiales en los deportistas no videntes que asisten al Centro MIES Atahualpa de la ciudad de Quito.
- Elaborar una propuesta alternativa de ejercicios didácticos para mejorar las capacidades coordinativas especiales en los no videntes que asisten al Centro MIES Atahualpa de la ciudad de Quito.

1.6 Justificación

El tema propuesto acerca de las capacidades coordinativas especiales se justifica por las siguientes: Esta investigación acerca de las capacidades coordinativas especiales es Original, por cuanto es la primera vez que se lleva a cabo este tipo de investigaciones de esta

naturaleza, esto ha permitido tener un diagnóstico realista acerca de cómo se está trabajando y tratando las capacidades coordinativas, que son muy fundamentales en personas con y sin capacidades diferentes, también se indagó como están desarrolladas estas capacidades y además como incide en la calidad de vida es decir cómo se integran a la sociedad.

El estudio de las capacidades coordinativas es de gran importancia, por cuanto su investigación aportó mucho en cuanto al trabajo y metodología de las capacidades coordinativas, existen muy pocos trabajos de esta naturaleza, se ha indagado en repositorios de cada una de las universidades y existe escasa información y bibliografía, por lo tanto esto justifica y merece un tratamiento profundo sobre esta temática y sentar las bases pertinentes para aportar a la ciencia acerca de este grupo motivo de investigación.

La **Misión** de investigar esta problemática a cerca del trabajo y desarrollo de las capacidades coordinativas es contribuir en la solución de los problemas detectados acerca del trabajo y desarrollo de las capacidades coordinativas que imparten los entrenadores, monitores, de educación física

La **Visión** del presente trabajo de investigación es buscar muchas alternativas de solución frente esta problemática, para ello se les debe capacitar a los entrenadores, monitores, padres de familia para que realicen un trabajo adecuado con el propósito de mejorar el tratamiento acerca del desarrollo de las capacidades coordinativas de los deportistas no videntes.

Los **Beneficiarios** de este proceso de investigación serán los deportistas no videntes, entrenadores, monitores, padres de familia y la institución de manera particular motivo de la investigación. Esta investigación tendrá una gran utilidad teórica, práctica, metodológica,

porque esta investigación sirvió para realiza futuras investigaciones de mucha profundidad.

1.7 Factibilidad

Es factible realizarle porque existe la predisposición de las Autoridades, docentes y entrenadores del Centro MIES Atahualpa de la ciudad de Quito.

CAPÍTULO II

2. MARCO TEÓRICO

2.1 Fundamentación teórica

En el año de 1978 en el Reino Unido aparece un documento conocido como el informe Warnock. Este informe sigue las ideas de la normalización, defendiendo la integración en el ámbito escolar a personas con capacidades diferentes.

Este informe sigue las ideas de la normalización, defendiendo la integración en el ámbito escolar. Se parte de una idea simple, la que todos los niños, jóvenes y adultos tienen derecho a asistir a una escuela ordinaria o a un centro especializado para el trabajo con niños, jóvenes con deficiencias en la vista, sin la posible exclusión. Además, afirma que las personas con deficiencias precisan de una necesidad especial de educación y que esa necesidad debe ser atendida dentro del sistema ordinario.

Entonces desde aquella época se les está incluyendo a personas con dificultades diferentes, en este caso, los estudiantes con deficiencias visuales que están concurriendo al Centro Mies Atahualpa de la ciudad de Quito, para recibir ayuda en cuanto a la preparación en actividades para mejorar la calidad de vida, en este caso bienestar social, psicológico, laboral y finalmente en la actualidad ya participan en deportes adaptados que son ayudados con personas normales, en la actualidad se evidencia a estas personas participar con ayuda de un compañero o un entrenador personal, estas personas han participado en campeonatos de atletismo, natación, fútbol sala, baloncesto,

El principio de integración rebasará la función escolar y se verá extendido en otras parcelas, o sea comenzará a hablar de integración social y de integración laboral. La integración de estas personas no videntes quedará entendida como la incorporación por derecho propio a un grupo para formar parte de él.

2.1.1 Fundamentación filosófica

Teoría humanista

En cuanto al fenómeno del deporte la integración también es reciente. Actualmente se estudian fórmulas de inclusión deportiva para el mundo del deporte del discapacitado no sea un mundo segregado. El caso de Oscar Pistorius (un corredor de 400 metros Sudafricano que consigue tiempos tan buenos como los de personas no discapacitadas) ha hecho que se replanteen las estructuras deportivas buscando formatos de inclusión. De momento ha participado en los Juegos Olímpicos con Sudáfrica donde quedaron en último lugar, pero ha habido y habrá muchas contradicciones jurídicas a nivel de organismos deportivos sobre este hecho.

A nivel de las clases de actividad la forma más sencilla de “incluir” es igualar las condiciones para todos, por ejemplo, vendarnos todos los ojos y jugar al goalball, pero también habrá que buscar fórmulas y actividades. Un ejemplo de ellas es realizar un sendero con una persona ciega donde su acompañante le guía con una pica de madera y el ciego participa como uno más. (Carrera, 2013, pág. 114)

Dejando atrás las distintas épocas históricas con una creencia mayor o menor de la incidencia de la actividad física sobre la salud, debemos arrancar desde la primera vez que se usa el término deporte adaptado en el siglo XX y después de las guerras mundiales cuando empieza a desarrollarse. Tras la Primera y segunda guerra mundial quedaron grupos

de ciegos y amputados, se plantearon programas de rehabilitación y de reinserción social, dentro de esa reinserción la práctica del deporte podría ser importante. Es por en ello que en las diferente se prepara a deportistas pero, sin el proceso pedagógico adecuado para ese grupo de personas con capacidades diferentes, en este caso con personas no videntes, que se tiene mucho que trabajar con esta edad.

2.1.2 Fundamentación psicológica

Teoría cognitiva

Hay en la literatura psicológica especializada múltiples referencias que indican que el desarrollo social de las personas con incapacidad visual se produce modo distinto al de las personas videntes. Existen muchos factores psicológicos que afectan a la integración y las relaciones interpersonales, por el hecho de no observar su contexto y con sus actores sociales.

Parce que la competencia social presenta un retraso, una demora cronológica en su desarrollo de las personas que presentan incapacidad visual inicia menos contactos sociales, presentan problemas de adaptación social, se aíslan de sus compañeros y muestran repertorios de habilidades sociales interpersonales más pobres. También se han informado que carecen de la suficiente asertividad en las relaciones con los demás porque carecen de habilidades de comunicación afectiva. (Castejon, 2000, pág. 287)

En edades tempranas surge una dificultad en cuanto a la elaboración del autoconcepto y de la propia imagen, ya que los niños pequeños con incapacidad visual severa les cuestan mucho trabajo diferenciar entre el yo y el no yo, lo que se manifiesta en los errores que cometen al usar pronombres como yo, tú, mío o tuyo. Pensemos en lo difícil que resulta responder a cuestiones como ¿quién soy? ¿Cómo soy? Sin acceder a

referencias visuales. También influye en el autoconcepto la presión que se ejerce sobre el niño para que se adapte al mundo de los videntes y las expectativas que estas personas tienen de él. No es de extrañar que, sobre todo en la adolescencia, los jóvenes con incapacidad visual presenten un autoconcepto más bajo que los videntes. Al analizar las causas de estas diferencias invidentes. Videntes se alude a distintos factores entre los que destaca, la calidad de las relaciones interpersonales en la infancia, los contactos sociales reducidos, la ausencia de indicadores visuales, la falta de aprendizaje observacional, poca capacidad de descentración social, la respuesta educativa.

2.1.3 Fundamentación pedagógica

Teoría naturalista

El deporte adaptado se ha manifestado en los últimos tiempos como un instrumento importante de adaptación personal e integración social en personas con discapacidades tanto físicas como psíquicas, hasta convertirse en un verdadero fenómeno social, como lo demuestra las diversas organizaciones y federaciones de deportes adaptados. Se ha llegado incluso a la organización de unos juegos olímpicos especiales, los juegos Paraolímpicos.

El deporte para personas con discapacidad se viene denominado deporte adaptado. Este presenta características específicas derivadas de las diferentes adaptaciones que se realizan en actividades físico deportivas para que puedan practicarlas las personas discapacitadas. Estas adaptaciones afectan a las reglas deportivas, a los espacios, a las técnicas y a los materiales. Además, las distintas discapacidades han dado origen a deportes específicos. (García, 2000, pág. 208)

Es por ello que los docentes que están a cargo deben tener una metodología adaptada para la enseñanza de los invidentes, para eso

tienen que investigar convertirse en personas creativas, críticas, capaces de adaptar la metodología de enseñanza normal, para personas no videntes, esta metodología es bastante compleja y más aún si se trata de enseñar deportes o desarrollar cualidades coordinativas.

2.1.4 Fundamentación sociológica

Teoría socio crítica

A través de la historia, la problemática negativa y obstaculizante para un impedido visual ha sido la actitud negativa de la sociedad. La vida del ciego ha estado permeada por estereotipos, mitos y supersticiones. Por ejemplo, los estereotipos de que todos los ciegos son músicos o santos o genios o pordioseros han sido transmitidos de generación en generación. Estos conceptos erróneos de la persona ciega han llegado hasta el presente y son evidenciados diariamente por las experiencias individuales que se han quedado ciegas o que tienen impedimentos visuales severos.

Existe un fenómeno que se considera al individuo ciego como inválido o inútil, ya que los videntes al percibirlo reciben el impacto histórico y social de actitudes negativas basadas en ideas erróneas de la religión y de la naturaleza del hombre. En diferentes textos religiosos a las personas ciegas se las considera como como un ser infeliz, pecador, desgraciado, posesionado por el espíritu o diablo primitivo y que preferible es estar muerto a tener esa condición. Estas referencias complementan las actitudes sociales no escritas y la historia humana, llegándonos como un sentimiento de piedad que disminuye al ser humano y lo considera a un nivel de anormal. (Santana, 2000, pág. 38)

Es importante que la verdadera naturaleza y las necesidades del impedido visual se estudien desde el punto de vista del sensorio, de las limitaciones visuales que resultan en problemas de las percepciones. Estas limitaciones visuales resultan en problemas de percepciones. Estas

limitaciones pueden ser corregidas por medio de programas de temprana intervención. Es importante que la sociedad actual, lo integre a la vida normal a las personas no videntes, para ello se debe investigar que hacer, que metodología de enseñanza aplicar, para que aprenda los movimientos y el desarrollo de las capacidades coordinativas especiales.

2.1.5 Fundamentación legal

Ley del deporte 2013, del deporte adaptado y/o paraolímpico

Artículo: 66.- Deporte adaptado y /o Paraolímpico. Este deporte adaptado y/ o Paraolímpico para personas con discapacidad, es una de las formas de expresión deportiva de la igualdad a que tiene derecho todos los seres humanos, indistintamente de sus capacidades psicomotrices e intelectuales.

Artículo: 67.- De los tipos y clasificación de deporte adaptado y/o paraolímpico. - Se entiende como deporte adaptado o paraolímpico para personas con discapacidad a toda actividad físico deportiva, que es susceptible de aceptar modificaciones para posibilitar la participación de las personas con discapacidades físicas, mentales, visuales y auditivas. (Pág. 23). El deporte adaptado y/ o Paraolímpico se clasifica en:

- a) Deporte formativo
- b) Deporte de alto rendimiento
- c) Deporte profesional
- d) Deporte recreativo

2.1.6 Capacidades coordinativas

Dentro de la preparación deportiva para su mejor comprensión se han dividido en capacidades condicionales y coordinativas, todas estas

capacidades son importantes dentro de la formación de los individuos no videntes, pero el estudio se centrará en las capacidades coordinativas especiales, que son la base para que las personas se trasladen de un lugar a otro sin dificultad.

Para conseguir una primera fase y verificar, en una segunda, dicha exactitud, el individuo debe poner en funcionamiento los mecanismos de información de que dispone. Los centros que proporcionan dicha información se conoce como analizadores y se agrupan bajo la denominación de analizadores óptimos, vestibulares, acústicos, táctiles y temporales. (Peregot, 2002, pág. 18)

El desarrollo optimizado de las capacidades coordinativas, permiten al individuo el refinar al máximo la exactitud de sus acciones. Es por ello que se les debe enseñar de manera cuidadosa, aplicando las estrategias metodológicas las más adecuadas para desarrollar estas cualidades de la mejor manera, ya que este grupo de investigación es fundamental para su desplazamiento. Las capacidades coordinativas dependen del control y regulación muscular, son las capacidades de diferenciación, acoplamiento, orientación, equilibrio, cambio y rirmización.

Según las motivaciones individuales y las exigencias requeridas para la actividad física, se puede admitir que no existe un concepto universal de capacidad física, ya que posee muchos significados posibles. Por ejemplo, una buena capacidad física entre jóvenes y adultos no videntes tiene un significado distinto de los deportistas, y entre estos, es diferente a los practican otros deportes, estas capacidades coordinativas, se desarrollan según las características de las modalidades deportivas que seleccionan.

2.1.7 La capacidad de orientación y acoplamiento del movimiento

Capacidad que permite al individuo unir varias habilidades motrices y automatizadas anteriormente por separado. “En la necesidad de

coordinación de los ejercicios con los aparatos y los elementos propios de la técnica corporal, se centra en el trabajo de desarrollo de estabilidad a través de la práctica”. (Peregot, 2002, pág. 18)

Estas capacidades coordinativas son fundamentales para que los individuos no videntes para que se inserten a la actividad física y la práctica deportiva, es por ello que los docentes de educación física o monitores encargados de la preparación deben dominar variedad de metodologías y medios y ejercicios para conseguir esta situación.

2.1.8 La capacidad de orientación espacio – temporal

Capacidad que permite modificar la posición y el movimiento del cuerpo en el espacio y en el tiempo.

“Es en los ejercicios en grupo donde esta capacidad se desarrollará con una mayor incidencia por ser, en esta situación donde más necesidad de adaptación al medio tiene el individuo”. (Peregot, 2002, pág. 18)

Esta capacidad coordinativa, su desarrollo es muy fundamental, dentro de la preparación deportiva de los no videntes, porque le sirve para que los individuos se orienten, tanto en el tiempo como en el espacio, el docente debe dominar una variedad de ejercicios y medios para conseguir tal o cual actividad, que se le propone.

2.1.9 La capacidad de diferenciación cinestésica

Capacidad que permite el control fino de los parámetros del movimiento. “La necesidad de acercar al máximo las ejecuciones propias aún modelo ideal, es lo que permite incidir muy intensamente en el desarrollo de esta capacidad”. (Peregot, 2002, pág. 18)

Esta capacidad física coordinativa es muy fundamental dentro de los procesos de formación o de los patrones básicos de movimiento, para ello se debe enseñar las actividades partiendo de los principios básicos de lo más simple a lo más complejo, estos procedimientos se aplican con el propósito de que los individuos ganen confianza al momento de realizar dichas actividades que coadyuvan en su autonomía en realizar movimientos mucho más complejos.

2.1.10 La capacidad de equilibrio

Capacidad que permite al cuerpo mantenerse o recuperar una posición de equilibrio. “Las situaciones inhabituales a las que se somete al individuo en la práctica, inciden directamente en esta capacidad, así como el propio trabajo técnico específico del grupo de elementos de manos libres “equilibrios” (Peregot, 2002, pág. 19)

La condición en la que se encuentran los individuos no videntes, tienen serias dificultades en trasladarse o mantener el equilibrio, por la condición que no observan los estudiantes, es por ello que se les debe impartir muchos ejercicios, con el objetivo de que vayan desarrollando y evitar complicaciones posteriores como pueden caerse al momento de trasladarse de un lugar a otro. Los entrenadores, docentes de educación física, deben fundamentarse en teorías y principios y aplicar los procedimientos los más adecuados para que las personas no videntes asimilen los movimientos, tomando en cuenta que necesitan mucha ayuda para asimilar y desarrollarle.

2.1.11 La capacidad de reacción

Capacidad que permite responder a un estímulo de forma adecuada. Tanto en su forma más simple, como en su forma más compleja a nuevos

estímulos o situaciones imprevistas encontramos dentro de los medios que nos permitirán incidir positivamente en su desarrollo, sobre todo, en los ejercicios en grupo. (Peregot, 2002, pág. 19)

Todo este tipo de desarrollo de estas cualidades son muy fundamentales dentro de los procesos de preparación de los no videntes, pero esta cualidad física es muy compleja, por cuanto hay que tener cuidado en aplicarla, por la condición en la que se encuentran los individuos, pero sin embargo se les debe aplicar algunos ejercicios pero con mucho cuidado, para evitar inconvenientes a la hora de trasladarse de un lugar a otro, esto también se manifiesta que debe utilizar la metodología más adecuada para evitar contratiempos con lo no videntes.

2.1.12 La capacidad de ritmización

Capacidad que permite organizar cronológicamente los impulsos musculares, en relación al espacio y al tiempo. “La capacidad de adaptarse a un ritmo externo y de seguir dicho ritmo en la ejecución de diferentes habilidades, es uno de los fundamentos de esta modalidad gimnástica de aquí la importancia fundamental de este trabajo para el desarrollo de la capacidad tratada en este punto”. (Peregot, 2002, pág. 19)

Todas las actividades físicas o ejercicios o a la enseñanza de algún movimiento básico necesita que se les enseñe las cosas con ritmo y compás, porque todo movimiento necesita de la sincronización de sus movimientos

2.1.13 La capacidad de transformación y adaptación del movimiento

Capacidad que posibilita a la adecuación del movimiento a situaciones imprevistas. Si endemos como la repetición sistemática de patrones

motores automatizados, la implicación de esta capacidad se nos torna y carente de sentido.

Pero si entendemos como una práctica en donde el individuo se enfrenta no solo a un tipo de movimiento diferente al que habitualmente se le propone, si a un tipo de exigencia corporal totalmente diferente, la importancia del desarrollo de esta capacidad crece notablemente. (Peregot, 2002, pág. 19)

Podemos observar una relación bidimensional entre la práctica y el desarrollo de las capacidades coordinativas. No únicamente podemos decir que el grado de optimización de las capacidades de organización, control y adaptación del movimiento es fundamental para la práctica de este deporte, sino que podemos afirmar rotundamente que la práctica de las acciones que se encuentran implícitas en él, provocan en el individuo en desarrollo de todas ellas, en una armonía de situaciones difícilmente pueden aportar.

2.1.14 Las capacidades coordinativas y la habilidad motriz

De lo dicho hasta ahora se puede deducir el determinante papel que las capacidades coordinativas tendrán en la ejecución de cualquier habilidad motriz, desde las más simples a las más complejas. Obviamente en la medida en que el nivel de aprendizaje de las habilidades mejora, como consecuencia la maduración o la experiencia de ambos, fundamentalmente en los primeros años de desarrollo, las exigencias de coordinación o de equilibrio se van reduciendo, pasando a un requerimiento que se puede considerar automático

Este proceso de automatización se produce en todas las ejecuciones y serán más o menos largos en función de las características del sujeto, la cantidad de práctica y la complejidad de la tarea en cuestión. Si bien las demandas en cuanto a la coordinación o equilibrio tendrán un carácter

más o menos consciente, estarán siempre presentes caracterizando las ejecuciones y el nivel de habilidad alcanzado en ellas.

El deporte de alto rendimiento pone de manifiesto que hasta las habilidades más complejas llegan a ser automatizadas, pero en las primeras fases de aprendizaje, sea de habilidades motrices básicas o específicas, simples o complejas, las demandas de las capacidades coordinativas se incrementan, siendo preciso el control consciente del movimiento, la toma de conciencia de la necesidad de coordinar de un modo determinado, por ejemplo el movimiento de brazos con las piernas o de poner en marcha recursos para mantener nuestra verticalidad, es decir para equilibrarnos. (Buendía, 2004, pág. 120)

La preparación de estas capacidades coordinativas son imprescindibles dentro de los procesos de formación deportiva, es una de las primeras cualidades que se les debe impartir a los niños, jóvenes y de manera particular en las personas no videntes, estas cualidades son la base para que los individuos tomen conciencia de su importancia, porque por medio de ellas se puede sincronizar los movimientos de los diferentes segmentos corporales, por ejemplo la coordinación entre brazos, piernas cuando se camina y existen otros ejemplos que nos podrían aportar para la mejor comprensión de la importancia de prepararlas a las personas con estas características.

2.1.15 La coordinación

Desde el punto de vista de la educación física y la pedagogía deportiva, la coordinación significa ordenar las fases del movimiento o conductas parciales de una ejecución motriz. El cuerpo humano se moviliza siguiendo una secuencia temporal y especialmente ordenada de acciones, o lo que es lo mismo, el movimiento humano supone un encadenamiento continuo de acciones, que, con carácter simultáneo o sucesivo, conforma una ejecución motriz. El debido ordenamiento de dichas secuencias, de dichos encadenamientos, es lo que nos definirá el

movimiento coordinado, dándoles las características de eficacia, precisión, economía y armonía que lo definen como tal.

Paralelamente al hablar de la coordinación desde el punto de vista neuronal y fisiológico se ha de referir al ordenamiento del trabajo muscular que realizan sinergistas y antagonistas y que guiados por el sistema nervioso, han de organizar convenientemente la gradación de los estados de contracción y relajación que cada fase de acción requiera. Es decir, la coordinación supone la integración sensorial de las señales procedentes del propio cuerpo y las del entorno. (Curiel, 2004, pág. 109)

La coordinación juega un papel importante dentro de los procesos de formación deportiva, porque por medio de ella se puede ejecutar los movimientos de forma ordenada, sucesiva, es por ello que estas cualidades se las debe tomar muy en cuenta dentro de los procesos de formación de los no videntes, siendo una cualidad la más importante y la que se le debe tomar más en cuenta a la hora de la preparación de los deportistas.

2.1.16 La capacidad de coordinación

Está determinada ante todo por los procesos de control y de regulación del movimiento. Esto permite al deportista dominar las acciones motoras con precisión y economía en situaciones determinadas, que pueden ser previstas (estereotipos) o imprevistos (adaptación) y aprender de modo relativamente más rápido los gestos deportivos. La capacidad de coordinación general fundamental en base de toda acción gestual.

Depende principalmente de procesos directores y reguladores del sistema nervioso central y periférico. La bibliografía específica describe o bien demuestra empíricamente las siguientes capacidades coordinativas generales; capacidad motriz de aprendizaje, de dirección, de adaptación, de modificación, de anticipación, de

acoplamiento, de orientación de ritmo, de reacción de equilibrio, agilidad, habilidad y capacidad de maniobra. (Vargas, 2007, pág. 42)

Desde nuestro punto de vista, esta gran cantidad puede reducirles a unas pocas siguiendo estas reflexiones: Dado que las capacidades generales de coordinación están muy vinculadas con la condición física, algunas de estas capacidades resultan demasiado complejas o bien se componen a su vez, de demasiadas capacidades, lo cual no les permite tener un carácter de capacidad singular (por ejemplo, la capacidad de aprendizaje, agilidad, habilidad).

Algunas expresan de manera demasiado explícita los procesos directores y concretos y luego no podrán destacarse como capacidades propias (por ejemplo, capacidad de dirección, capacidad de coordinación). Otras, sin embargo, hacen referencia exclusiva al ámbito cognoscitivo (por ejemplo, capacidad de anticipación a pesar que todas las capacidades de coordinación también requieren de cara a su realización niveles de regulación sensorio-perceptiva (referentes a la percepción) y cognoscitiva e implican, a su vez procesos de estimulación psíquica. De esta manera nos restringimos aquellas capacidades fáciles de abarcar y que apoyan preferentemente las siguientes tareas de coordinación:

Solución rápida, en cuanto al tiempo, soluciones exactas y soluciones adaptadas al entorno. Estas capacidades son: capacidad de adaptación-modificación, capacidades de orientación, diferenciación y combinación, capacidad de reacción y de equilibrio.

2.1.17 Capacidades coordinativas especiales

Es posible elaborar programas para valoración integral de las cualidades coordinativas para todas las modalidades deportivas y deben basarse en ejercicios más complejos, desde el punto de vista

coordinativo, que se practican durante la preparación de los deportistas no videntes. Pasemos al análisis de la metodología de control de distintas cualidades coordinativas. Es lógico que las pruebas recomendadas estén relacionadas con el papel prioritario que la concreta de cualidades coordinativas desempeña en el conjunto de factores que determinan el resultado de la actividad concreta.

La metodología de control de la capacidad de valorar y regular los parámetros dinámicos, de espacio y tiempo de los movimientos, debe basarse en pruebas, cuyos programas presentan demandas elevadas respecto a la actividad de los analizadores en lo que respecta a la precisión de estos parámetros. Es natural que los movimientos especiales desempeñen un papel prioritario en deporte de elite, cuya realización ayuda a valorar el sentido del ritmo, del tiempo, la magnitud de los esfuerzos aplicados y las características del espacio de estos movimientos. (Platanov, 2001, pág. 382)

Los test y ejercicios que apliquen los entrenadores y monitores deben tener un carácter estrictamente selectivo y hacer hincapié en la relación del ritmo de los movimientos motores, la precisión de los mismos, la magnitud de los esfuerzos aplicados, etc. Las pruebas de control se pueden complicar limitando o excluyendo el control visual o auditivo de las acciones motoras.

Para controlar la capacidad de mantener la estabilidad de la posición (equilibrio) deben utilizarse índices que permitan valorar la duración del equilibrio durante la ejecución de las distintas tareas. En particular hay que registrar el tiempo que se mantiene el equilibrio sobre una pierna, con distintas posiciones del cuerpo y la pierna libre y movimiento de las manos.

Hablar del sentido del ritmo como capacidad de reproducir, exactamente y modificar de manera orientada los parámetros de velocidad, fuerza y espacio de movimientos, en primer orden hay que orientarse a partir de los métodos biomecánicos, la cinematografía, la

videomagnetoscopia. El registro de desplazamientos angulares en las articulaciones de apoyo en distintos implementos deportivos.

Los métodos de control de la capacidad de orientarse en el espacio deben basarse en tareas motoras que requieren valorar de manera operativa la situación y la reacción a ella con acciones racionales. En la natación esto puede consistir en cubrir una distancia concreta (por ejemplo, 50m) con los ojos cerrados y un número reglamentado de movimientos de impulso, en la carrera y en distintos juegos deportivos, en cubrir una distancia concreta con los ojos cerrados en línea recta y por una especialmente marcado. (Platanov, 2001, pág. 382)

Al controlar el sentido del ritmo es importante, no sólo establecer la seguridad de la reproducción de los parámetros dinámicos y cinemáticos de los movimientos durante el cumplimiento repetido de los mismos en condiciones estándar, sino también la transición a un ritmo más o menos de actividad.

2.1.18 Métodos y contenido del entrenamiento de las capacidades coordinativas

En primer plano el entrenamiento de las capacidades coordinativas se encuentra en el aprendizaje y el dominio de destrezas motoras nuevas y multilaterales y de los componentes de estas. Al elegir los contenidos y herramientas de entrenamiento, se ha de tener en cuenta que los síntomas de adaptación sólo se producen cuando se aplican estímulos nuevos de forma constante, esto es, cuando el ejercicio se practica de forma variada, teniendo en cuenta las diferentes medidas de tipo metodológico.

Para conseguir este objetivo se utilizará diferentes métodos de entrenamiento., por ellos los docentes o entrenadores deben buscar los

métodos y procedimientos adecuados, porque si bien es cierta cada una tienen sus propias características y capacidades individuales.

En el proceso de aprendizaje de la coordinación se distinguen en general el método global y el analítico, por su parte y el método de aprendizaje concentrado y el del aprendizaje repetido, por otra. El método global incluye, como reza su nombre, un aprendizaje global. El movimiento se aprende de forma global por la vía directa. Este método es especialmente apropiado para secuencias motoras sencillas y demuestra ser beneficioso sobre todo en la mejor edad del aprendizaje. (Rusch, 2007, pág. 94)

Con el método analítico se dividen secuencias motoras difíciles y/o complejas normalmente en la forma de una serie metodológica de ejercicios, en sus componentes funcionales individuales y se conducen hacia el movimiento global progresando desde el sencillo a lo difícil. Este método se debería aplicar cuando el aprendizaje global resulta imposible o cuando el sujeto desea captar con precisión detalles del movimiento, profundizando en sus relaciones causales del movimiento, estas cualidades son fundamentales y prioritarias dentro de la preparación deportiva.

2.1.19 Habilidades motrices básicas

Dentro del campo de la habilidad y ciñéndonos al ámbito de las habilidades perceptivo motrices, la documentación sobre la utilización de pruebas para conocer el grado de habilidad de los estudiantes también ha sido profunda. Sin embargo, las habilidades y destrezas no han tenido un tratamiento tan claro en su evaluación.

La aplicación de ejercicios debe ser variados con el propósito que el estudiante tenga variedad de actividades para ir fortaleciendo esta

habilidad ayudan a mejorar su coordinación a las personas no videntes, para ello se debe utilizar los métodos y técnicas las más adecuadas.

Las actividades, las habilidades motrices básicas presentan un número de tareas, más o menos globales, que no siempre representan el total de estos distintos patrones motores que componen las habilidades y destrezas motrices básicas, para ello se debe seleccionar previamente los ejercicios según los diferentes grupos que se presenten para el trabajo individualizado de estas capacidades coordinativas, como se dijo anteriormente, son fundamentales en la preparación de estos grandes grupos. (Fernández, 2007, pág. 10)

El desarrollo de las capacidades coordinativas, la metodología utilizada y el desarrollo de las habilidades básicas en lo no videntes no están suficientemente estudiados en su evaluación, incrementa el problema para los entrenadores, monitores o profesores de educación física en el momento de abordar la valoración de los aprendizajes referidos a estas habilidades. La dificultad se encuentra en conseguir un instrumento que permita conocer el nivel de aprendizaje obtenido en las distintas habilidades.

Las habilidades y destrezas motrices básicas, a diferencia de otras habilidades motrices más especializadas, resultan básicas porque son comunes a todos los individuos, ya que, desde la perspectiva filogenética, han permitido la supervivencia del ser humano y actualmente conservar su carácter funcional y porque son fundamento de posteriores aprendizajes motores (deportivos o no deportivos)

Estas habilidades motoras básicas han sido agrupadas a lo largo del tiempo con criterio diversos autores, tal como en forma resumida se va exponer a continuación. Movimientos que implican fundamentalmente el manejo del propio cuerpo. Movimientos en la acción fundamental se centra en el manejo de objetos.

Dichos autores opinan que dentro de la primera categoría se situarían fundamentalmente tareas relacionadas con el desplazamiento del propio cuerpo, como la marcha y la carrera, así como tareas relacionadas con el mantenimiento del equilibrio básico estático, cuyo máximo exponente lo encontramos en tareas como mantener la bipedestación o permanecer sentado. Dentro de la segunda categoría, manejo de objetos, pueden verse comprometidas todas las tareas que de una u otra implican manipulación de objetos o cosas, tales como lanzar, coger, amortiguar, golpear, sujetar.

2.1.19.1 ¿Que son las habilidades motrices?

A lo largo de nuestra vida, las personas nos hallamos en innumerables ocasiones frente a objetivos, que deseamos alcanzar o si se quiere, frente a pequeños o grandes problemas que debemos resolver. Así se puede afirmar que buena parte de la actividad humana se concreta en una continua resolución de problemas de mayor o menor importancia, trascendencia y complejidad.

2.1.19.2 La habilidad básica de desplazarse

Inicialmente, se puede definir los desplazamientos como toda progresión de un punto a otro del espacio utilizado como medio el movimiento corporal. En esta amplitud de la definición, permite que en ella se incorporen muy distintos tipos de desplazamientos.

De hecho, el termino desplazamiento se la empleado paralelamente al termino locomoción, para definir aquellas habilidades motrices que implican una evolución o traslación del espacio. Esta habilidad motriz se la debe enseñar empleando algunos procedimientos sea con la ayuda de un bastón o con la ayuda de canes, para esto se necesitan que este bien

desarrollada la capacidad de orientación espacial, que es lo que se requiere para trasladarse de un lugar a otro.

Dentro de esta amplitud de posibilidades, la orientación que en este caso interesa, y que se desarrollará, viene definida por la concreción que de las habilidades de desplazamiento se hace en las disposiciones reguladoras educativas dentro del marco del tratamiento de las habilidades motrices básicas.

Se puede observar inicialmente que las amplias posibilidades de operativización de los desplazamientos se concretan ya en la habilidad motriz de la carrera. Igualmente, queda claramente expresado que, sobre esta habilidad, interesa observar cuestiones principalmente de calidad, centradas en la correcta ejecución del movimiento. Esta correcta ejecución se relaciona muy directamente con la adquisición y puesta en funcionamiento de un patrón motor suficientemente maduro de carrera, insistiendo explícitamente en sus aspectos básicos como la coordinación global del movimiento, la alternancia del brazo, pierna y el correcto apoyo e impulso de los pies. (Fernández, 2007, pág. 15)

Finalmente debe señalarse que el patrón motor de carrera puede emplearse en una amplia gama y tipología de juegos. Esta circunstancia diversifica mucho el tipo de situaciones en las que la carrera va a utilizarse y puede hacer variar notablemente la dificultad del contexto en la que se aplica la habilidad y consecuentemente, la dificultad de realizar una carrera de forma más correcta y coordinada.

Esta habilidad motriz en personas no videntes, se les debe enseñar con mucho cuidado al principio hasta que se familiarice y agarre confianza, al momento de desplazarse, es por ello que se debe utilizar, los métodos y técnicas los más adecuados y adaptar todos estos aspectos que se imparte a personas videntes, a las personas no videntes para ello se debe utilizar los procedimientos didácticos los más adecuados, para que el individuo pueda trasladarse de un lugar a otro.

Exigen un gran control sobre la coordinación general del cuerpo. La marcha y la carrera adelante son las dos formas más habituales, pero no podemos desear de ninguna manera al resto de desplazamientos. Los aspectos que debemos significar a la hora de su trabajo radican en variar, la realización de recorridos, alternar

2.1.19.3 Los saltos

Según dice el diccionario, saltar es la acción de levantarse del suelo gracias al impulso del tren inferior.

2.1.19.4 Los giros

Podemos definir los giros como movimientos de rotación del conjunto del cuerpo alrededor de uno de sus ejes longitudinal, transversal y anteroposterior.

2.1.19.5 El manejo y control de los objetos

Dentro de esta familia de movimientos se incluye una gran variedad de acciones lo que hace muy difícil su clasificación y descripción. Distinguiremos las habilidades que se ejecutan con las manos, con la cabeza, con los pies o mediante el uso de objetos.

2.1.20 Contenidos de psicomotricidad

Cuando el niño nace, su motricidad es impulsiva, involuntaria y carente de control, poco a poco va conociendo su cuerpo y dominando su musculatura, sus movimientos y sus actos. El control del cuerpo permite al

niño realizar las acciones que desea adecuadamente. Para lograr esta acción tan cotidiana es necesario que controle su cuerpo, mantenga el equilibrio y que utilice la fuerza necesaria.

Al hablar de control corporal es necesario referirse al tono al equilibrio y la postura, consideramos como base de la actividad humana ya que nos solo son indispensables para realizar cualquiera de las habilidades motrices básicas (caminar, correr, saltar, lanzar y atrapar), sino que son requisitos previos para adaptar a cualquier movimiento voluntario o acción a un objetivo. Es decir que son la plataforma sobre la cual se edifica el desarrollo corporal y si tomamos en cuenta que el cuerpo es la base del intelecto, constituyen el soporte donde se apoyan los procesos mentales superiores. (Diaz N. , 2005, pág. 25)

El tono es definido como actividad permanente de los músculos estriados que permiten el mantenimiento de la postura el equilibrio y prepara al cuerpo para responder adecuadamente ante las demandas de la vida. Por ello, hablar de tono es hablar de ajuste, de control entre la excitación y la inhibición, entre la atención y la distensión, el movimiento y la inmovilidad.

El tono muscular es considerado como el telón de fondo de cualquier acción motriz, así como también el mediador en la comunicación entre el adulto y el niño. El equilibrio es la habilidad para asumir y mantener cualquier posición corporal contra fuerza de gravedad y es una de las adquisiciones más importantes puesto que es la base de la postura a través de la cual actuamos. (Diaz N. , 2005, pág. 25)

El equilibrio se encuentra relacionado con el tono a través de los músculos que son los agentes realizadores del equilibrio, el cual depende directamente del sistema laberintico de la visión y los reflejos plantares, siendo el cerebelo el principal coordinador de esta información. Una persona alcanza el equilibrio cuando puede mantener y control su postura. Finalmente, la evolución de la postura depende la maduración nerviosa de los procesos tónicos del equilibrio corporal y emocional

favorable y de las características psicomotrices del individuo. La postura se refiere a la posibilidad de adoptar distintas posiciones y a la forma en la cual se relacionan los distintos segmentos del cuerpo para lograr un cambio, realizar una acción o mantener un estado.

2.1.21 Características principales del patrón motor de carrera

La habilidad de correr surge naturalmente a temprana edad, como un resultado en la evolución de las habilidades de locomoción, siendo el estado final de la transición entre la locomoción horizontal a la vertical y constituyendo a la vertical y constituyendo una progresión natural de la marcha.

El aprendizaje de dicha habilidad, que se produce a través de un proceso de ensayo error en su fase inicial, permite la construcción de un patrón de movimientos muy elemental, que progresivamente y en los años posteriores se ira refinando hasta alcanzar el patrón maduro. (Fernández, 2007, pág. 16)

Respeto a la progresiva formación del patrón motor de la carrera, este se única tempranamente, una vez que está suficientemente asentada la habilidad de andar, Así diferentes recogidos coinciden afirmar que esta actividad puede ir progresando conforma avanza a la edad. En este sentido y a efectos del estudio de dicha habilidad que se aborda en este volumen. Esta habilidad deportiva se la debe enseñar utilizando ejercicios variados, utilizando las estrategias de aprendizaje, las más adecuadas, para que las personas no videntes puedan captarlos movimientos de la mejor manera.

2.1.22 Estructura del movimiento

Hablamos de estructura del movimiento para referirnos a aquellas manifestaciones de la motricidad que aparecen y se desarrollan de

manera innata y que constituyen la base de formas superiores de movimientos. Sobre estas estructuras se irá edificando toda la motricidad del individuo bien sea de forma intencionada o no.

Existen fundamentalmente dos tipología o estructuras del movimiento. Sobre ellos se va construyendo toda la motricidad del individuo. Podríamos decir que son el abecé del movimiento. Su adquisición es progresiva y aparecen y se desarrollan de forma natural en las diferentes etapas o estadios del desarrollo infantil. (Fernández, 2007, pág. 20)

Los esquemas motores son las formas esenciales del movimiento. Sobre ellos se va construyendo toda la motricidad del movimiento. Su adquisición es progresiva y aparecen y se desarrollan de forma natural en las diferentes etapas o estadios del desarrollo del movimiento. Los esquemas motores principales son gatear, caminar, correr, saltar, coger, lanzar, golpear, girar, reptar, rodar.

Los esquemas posturales hacen referencia al tronco y a los segmentos corporales. Se trata de posturas estáticas ya que se refieren a diferentes formas que el cuerpo puede adoptar a partir de una determinada posición en el espacio. Los esquemas posturales más frecuentes son: doblarse, flexionar, estirar, adducir, abducir, rotar, etc.

2.1.23 Proceso de adquisición y realización del movimiento

Son varias las interpretaciones desarrolladas en torno a la adquisición y el control del movimiento. Estas van desde los planteamientos más analíticos aquellos considerados más globales o integradores. Ciertas concepciones sobre la motricidad como la iniciación deportiva, el entrenamiento, el tratamiento de contenidos referentes a la condición física, la mayoría de ellos a partir de la mejora o perfeccionamiento de las técnicas de ejecución e incluso, psicomotricidad, han hecho que proliferan

enfoques o interpretaciones del movimiento fundamentados en perspectivas conductistas del mismo.

En la actualidad y más concretamente en el contexto escolar y educativo debemos entender los procesos de adquisición y control del movimiento desde una concepción más cognitiva y global ya que la motricidad en estas edades no puede aislarse de los diferentes ámbitos del comportamiento de las personas y mucho menos no tener en cuenta los planteamientos didácticos que el actual sistema educativo. (Díaz, 2000, pág. 56)

La labor educativa relacionada educativa relacionada con la actividad física debe recaer en potenciar, de forma inherente y globalizadora, la acción y los procesos de percepción y aprendizajes cognitivos que cada actividad comporta.

En este planteamiento global de la motricidad cobran especial relevancia la interpretación neurológica de la motricidad que defiende que la actividad de los individuos es eminentemente perceptivo motriz.

2.1.24 La evaluación psicopedagógica desde una perspectiva contextual

La evaluación psicopedagógica de los estudiantes con necesidades educativas especiales es una de las tareas básicas que deben realizar cualquier profesional de la psicopedagogía, ejerza sus funciones en un equipo sectorizado o formando parte del equipo, con el fin de orientar su itinerario educativo.

Hace poco tiempo (y en algunos casos en la actualidad) la evaluación tenía una función esencial establecer un diagnóstico que permitiese clasificar al alumno en el seno de una etiqueta psicopatología, más o menos definida, a partir de cual establecer una intervención terapéutica, generalmente de carácter rehabilitador. A estas alturas parece

innecesario volver a insistir en la ineficacia y el riesgo que se corre al traspasar ese tipo de diagnóstico clínico de la realidad educativa por cuanto no existe un tratamiento específico que puede asociarse automáticamente a un determinado patológico.

En su sentido amplio entendemos la evaluación psicopedagógica, parafraseando a Gine, como un proceso de análisis de la información relevante relacionada con algunos elementos y mecanismos que intervienen en el proceso de enseñanza aprendizaje de contenidos curriculares en un contexto educativo, con la finalidad última de identificar las necesidades educativas de algunos alumnos y el tipo de ayudas que es aconsejable disponer para responder a esas necesidades. (Badia, 2004, pág. 385)

En tal sentido en todo proceso educativo se debe hacer test iniciales para detectar la gravedad de la deficiencia, una vez obtenido resultados se debe buscar los métodos, técnicas, procedimientos y los medios y ejercicios los más adecuados para desarrollar las cualidades coordinativas en lo no videntes, para la enseñanza de este grupo se debe tener mucho conocimiento en el área donde se va a trabajar, buscar y adecuar los ejercicios y los medios para impartir ejercicios, que ayuden o contribuyan a superar el temor o miedo, porque si bien es cierto las personas no videntes, se enfrentan a situaciones que ellos no pueden visualizar, entonces merece particular atención y los docentes o entrenadores convertirse en investigadores permanente de este proceso educativo con este tipo de capacidades diferentes.

2.1.25 Adaptar las tareas y los juegos habituales con discapacidad visual

Se tiene que asegurarnos de que todos nuestros estudiantes, independientemente de la existencia de una discapacidad sensorial, dificultad cognitiva o discapacidad físico funcional o visual que dificulte la

comunicación, pueden tener acceso a la información que se imparte antes, durante y después del desarrollo de las tareas.

En general, a lo largo de las sesiones podemos pensar que no es importante la forma de transmitir la información, pero la práctica diaria nos daremos cuenta de que es la base para la correcta ejecución de las tareas y juegos. Se les debe enseñar a desplazarse por medio de actividades previamente establecidas para mejorar sus desplazamientos, orientación y equilibrio.

Como dar la información cuando tenemos a un estudiante con discapacidad visual. Anticiparemos de manera oral las tareas que se van a desarrollar, utilizando un vocabulario concreto y que no se base en la información visual (por ejemplo derecha e izquierda, arriba, abajo, nunca, aquí, allá) Podemos practicar un código fijo para las acciones que se repiten frecuentemente y así no tener que explicarlos continuamente, como por ejemplo, informar sobre que músculo interviene al hacer el estiramiento, de tal manera que sólo diciendo el nombre del músculo el alumno ya conozca y realice el estiramiento.

Una vez ofrecida la información verbal tendremos en cuenta la información propioceptiva que se puede poner en práctica de dos maneras, la primera sería mediante la imitación táctil, a través de la cual el estudiante con discapacidad visual toca a un modelo, que puede ser el profesor, para saber cómo se realiza una posición o movimiento y después lo imita, la segunda sería mediante el modelaje, en la que el profesor coloca en la posición o movimiento al alumno para que este note en su cuerpo la postura que ha de adoptar a través de la propiocepción. (Gonzalez, 2010, pág. 88)

Como estrategia inclusiva utilizaremos al alumno con discapacidad visual como modelo al ofrecer la información al grupo. Así, las demostraciones que haría el profesor con su cuerpo las llevará a cabo a través del modelaje en el alumno con discapacidad visual. Por último, no olvidaremos, darle información de los resultados que obtiene con sus

movimientos de forma real, para que el alumnado con discapacidad visual pueda conocer cómo está ejecutando los movimientos de forma real, para que el estudiante con dificultades sepa cómo realiza el movimiento con respecto a los demás compañeros, bueno la metodología a utilizar debe ser completamente, es por ello que los métodos, técnicas y procedimientos didácticos deben ser diferentes.

2.1.26 Discapacidad visual

Los alumnos con discapacidad visual, igual que aquellos que tienen otras dificultades, lo tienen más complicado ya que a menudo esa discapacidad influye mucho en la imagen que los familiares y otros adultos construyen sobre él. En general se suele dar mucha importancia a la discapacidad y en consecuencia presuponer que sus capacidades en los distintos ámbitos de desarrollo están determinadas por ella. Esta discapacidad puede ser congénita o adquirida, pero cualesquiera de las dos necesitan de la ayuda, para empezar a trabajar desarrollándole la capacidad de orientación, equilibrio.

Existe la tendencia a aplicar descripciones estandarizadas a su forma de ser y dificultades sin fijarnos en la persona y a menudo cuando manifiesta comportamientos disfuncionales, se atribuyen a su discapacidad renunciando a la capacidad de influencia educativa y subvalorando su capacidad de aprendizaje y adaptación.

Frecuentemente, se exagera la necesidad de que los expertos expliquen cómo hay que tratarlos o cómo enseñarles, cuando en realidad son muchas más las cosas en la que parecen a los otros niños (la necesidad de ser aceptados y reconocidos, de ser ayudados y estimulados, de sentirse bien, de crecer y aprender que las cosas en las que son diferentes (su proceso más lento de aprendizaje, su dificultad para comunicarse o caminar. Estas creencias no estimulan la curiosidad, el acercamiento sin prejuicios y la confianza en la propia

**capacidad de los docentes para conocerlos y educarlos
junto a los demás. (Albertí, 2010, pág. 12)**

Ante cualquier alumno que tengamos en la clase con discapacidad visual, es necesario conocer su problema y las implicaciones que puede tener en su forma de aprender, en sus dificultades para desarrollar ciertas capacidades. Pero lo más importante es tener curiosidad por conocerlo, ver como aprende, tener curiosidad para enseñarle y adecuarnos a sus necesidades. El lenguaje es para el niño con discapacidad visual la forma más importante para aprender y conocer el mundo que le rodea, para comunicarse con los demás y controlar el entorno.

La discapacidad visual no parece influir negativamente en el desarrollo del lenguaje. El niño sin visión también vocaliza y juega con el lenguaje desde los primeros meses. Poco a poco, se van dando cuenta que sus intentos comunicativos tienen respuesta y aprenden a expresar sus necesidades y deseos. Lo importante es que el adulto comprenda estos intentos comunicativos tienen respuesta y aprenden a expresar sus necesidades y deseos. Lo importante es que el adulto comprenda estos intentos y responda ante ellos, establecer un dialogo lúdico con el niño, respetando su ritmo. Es importante dejar también al niño su espacio para que pueda responder.

Alrededor del primer año, aparecerán las primeras palabras con significado y empiezan a entender el tomo y el dame. Es conveniente hablarles de las cosas cuando el niño las está experimentando, ya que su entorno natural es su principal fuente de motivación y estimulación para aprender y es lo que necesita para desarrollarse.

En cuanto al lenguaje no verbal, el niño con discapacidad visual va a tener más dificultades para expresarse, por lo que habrá que enseñarle expresamente algunas de las acciones o gestos que emplean los niños videntes de forma espontánea para comunicarse cuando aún no saben

hablar, como extender los brazos para solicitar contacto o gestos como saludar con la mano o decir no con la cabeza.

La imitación, el juego simbólico desarrollo motor, la percepción, la información la actitud del entorno hacia el niño, y sobre todo la relación madre-hijo repercuten en el desarrollo del lenguaje. Los primeros procesos interactivos forman la base y el núcleo para un posterior y correcto desarrollo del lenguaje.

El desarrollo lingüístico del niño con discapacidad visual es similar al del niño que ve, siempre y cuando el entorno no le sobreproteja y le ayude a comprender y comunicarse. Este aspecto es el que menos se ve afectado por la ceguera.

2.1.27 Deporte adaptado

Como hemos podido comprobar, el término acuñado de Actividad Física Adaptada incluye el Deporte como uno de sus ámbitos de intervención, entre otros. Por ello, dado que ese término se añade en las nuevas titulaciones de Grado, haremos una breve conceptualización del término Deporte. Desde la primera y segunda guerra mundial, ya se tuvo esta idea de crear una sala de entrenamiento para personas que sufriendo esta discapacidad producto de las guerras, muchos empezaron practicar un deporte con la ayuda de sus familiares o entrenador.

A lo largo de la historia han sido numerosos los intentos de elaborar una definición unificada del término deporte, aunque no es posible encontrar ninguna definición ampliamente aceptada y difundida del término. Pese a las características indicadas, en la actualidad podemos apreciar como en numerosas ocasiones, de manera generalizada y en una concepción más amplia, con el término deporte nos referimos a realidades muy distintas, a actividades físicas muy diversas, que en ocasiones no llegan a cumplir todas las características citadas. (Reina, 2010, pág. 41)

El deporte como factor fundamental en el desarrollo humano, debe apoyarse y sostenerse, de forma apropiada, con fondos públicos; el deporte, como uno de los aspectos del desarrollo sociocultural, debe abordarse en los ámbitos local, regional y estatal en relación con otros sectores de la actividad política: educación, salud, ordenación del territorio, política social y protección del medio ambiente; corresponde a los poderes públicos en colaboración con las organizaciones sociales favorecer una cooperación permanente

Para el desarrollo de un deporte popular mediante la creación de las infraestructuras necesarias para proteger al deporte y a los deportistas de toda la explotación con fines políticos, comerciales o financieros y de prácticas abusivas, incluida el uso de las drogas.

Concretado el término deporte a nuestro ámbito de intervención, podríamos entender que el Deporte Adaptado engloba a todas aquellas modalidades deportivas que se adaptan al colectivo de personas con algún tipo de discapacidad o condición especial o condición especial, bien porque se han realizado una serie de adaptaciones y/o modificaciones para facilitar la práctica de ese colectivo, o porque la propia estructura del deporte permite su práctica. (Reina, 2010, pág. 43)

De esta forma, algunos deportes convencionales han adaptado una serie de parámetros para poder ajustarse a las necesidades del colectivo que lo van a practicar (por ejemplo, baloncesto en silla de ruedas o tenis en silla de ruedas para personas con discapacidad física- funcional) y, en otros casos, el deporte se ha diseñado a partir de las necesidades y especificidades de la discapacidad.

2.1.27.1 Objetivos de la formación en actividad física y deporte

Los ámbitos de intervención en relación a la Actividad Física y el Deporte Adaptado van desde el Educativo al Terapéutico, pasando por el

Recreativo y el del Rendimiento Deportivo. En esta línea, podríamos señalar algunos de los objetivos básicos que deben perseguirse en la formación de aquellas personas que quieran trabajar en el ámbito de la actividad física y el deporte adaptado para personas con discapacidad u otras condiciones especiales.

Se hace referencia al estudio que realizaron durante seis años para definir las competencias que debiera reunir un profesional de la educación física adaptada, es un programa específico de formación. El autor realizó un listado de 79 competencias sobre diferentes áreas, aunque nosotros nos centramos en algunas de las que señalaron para el educador de actividad física adaptada, conociendo que en este estudio los objetivos que se perseguían se alejan un tanto de una formación, puesto que se dirigían a alumnos de un programa de actividad física. Para ello los educadores físicos, entrenadores, monitores se plantean los siguientes objetivos.

- Adquirir un conocimiento básico respecto a los contenidos desarrollados en los cursos de actividad física adaptada.
- Adquirir un conocimiento básico respecto a los contenidos de Educación Especial y áreas de apoyo.
- Demostrar un amplio conocimiento sobre condicionantes de la discapacidad, el rendimiento motor y físico de las personas con discapacidad, valoración de recursos y modelos curriculares en educación física adaptada.
- Demostrar conocimientos avanzados en torno a la legislación referente a la educación con personas con discapacidad.
- Adquirir conocimientos para una intervención temprana con discapacidad, conociendo el rol que debe desarrollar el educador para esta población.
- Demostrar habilidad para formular planes curriculares adaptados
- Desarrollar habilidades para encontrar financiación a la hora de implementar programas de actividades físicas adaptadas

- Identificar patrones normales o retrasos, en el desarrollar motor, la postura, el juego, la condición física, para establecer relaciones con la referencia que pueda tener.
- Demostrar un conocimiento amplio de la literatura existente respecto de la actividad física adaptada.
- Evaluar la calidad y la cantidad de los aprendizajes por los alumnos durante el proceso de intervención didáctica.

2.1.28 Calidad de vida de los no videntes

Hemos visto como el concepto de Calidad de Vida, nace en los años 60 como un intento de distintos investigadores sociales por superar el estrecho marco de análisis del bienestar imperante hasta el momento y que hacía referencia básicamente a cuestiones económicas.

Desde nuestra curiosidad sobre cómo la educación podrá influir en la satisfacción del listado de necesidades que acabamos de presentar, intentamos destacar algunas características que nos llaman particularmente la atención. Una primera observación la vamos a efectuar a partir de la siguiente afirmación de que “las necesidades y su satisfacción se ven influidas por las condiciones exteriores: cultura y socialización, y también por los condicionantes internos: idiosincrasia del individuo”. (Martínez, 2000, pág. 312)

Igualmente nos parece fundamental la siguiente característica que ahora cómo, entraremos, pues concede al concepto de calidad de vida una disposición abierta y dinámica. Las necesidades son universales, aunque con manifestaciones culturales específicas.

Es decir, aunque la necesidad se reconoce constante y común a toda la humanidad, su satisfacción es específica y podrá ser diferente dependiendo del modelo cultural. Nos parece fundamental también esta idea porque libera a la intención educativa –dirigida a favorecer la

capacidad para satisfacer las necesidades humanas- de buscar fórmulas uniformadas, atentando así al respeto que merecen todas y cada una de las culturas.

2.1.29 Educación y educación física

Se ha querido enfocar así la visión de la Educación Física para relacionarlo con alguna de las ideas que hemos destacado anteriormente, al referirnos a la teoría de las necesidades.

Si decíamos que tanto la cultura, como la socialización como la idiosincrasia de cada individuo influye en la satisfacción de las necesidades y por lo tanto en la calidad de vida la intervención pedagógica desde la educación física, participará de alguna manera en la calidad de vida de los alumnos.

En primer lugar, participando en la completa definición de las necesidades y en segundo lugar capacitando a los individuos si para la satisfacción de algunas de ellas.

Se ha añadido, al hablar de intervención pedagógica un elemento más para concretar lo que supone, desde el punto de vista, la educación física incorporaremos ahora algunos matices más. La Educación física está preocupada desde su compromiso en contribuir como un área más a la educación de las personas, por desarrollar en sus alumnos conceptos, capacidades y destrezas, pero siempre desde la perspectiva de favorecer el desarrollo de personalidades críticas y responsables al tiempo que autónomas y emancipadas. (Martínez, 2000, pág. 312)

La educación física la hemos definido otras veces como la combinación armoniosa de cuatro verbos: acción, interacción, reflexión y diversión. Sin entrar en más precisiones nos gustaría subrayar la importancia del último

de ellos, para nuevos argumentos que reforzaran la intervención de la educación física en el desarrollo de la calidad de vida.

2.1.30 La educación física desde el marco de la reforma

Para acabar de dimensionar, dentro del objetivo de este trabajo, lo que entendemos por educación física, se acudirá al marco oficial, desde el que se orientan como debe ser la educación física en los centros educativos. La disciplina, no hay que ignorar, es un área más dentro del conjunto de las áreas que configuran el currículo de las diferentes etapas educativas. No se puede olvidar, por tanto, la interrelación que se solicita entre todas ellas y que se manifiesta de manera especial al configurarse los llamados contenidos transversales.

La educación y cívica, la educación para la paz, para la salud, que nos preocupa de manera particular, la educación para la igualdad de oportunidades de ambos sexos, la educación ambiental, la educación sexual, la educación del consumidor y la educación vial, deben ser tratadas con la misma autoridad e interés desde todas las áreas, y mejor aún desde la reunión de varias de ellas o de todas, desde enfoques que llamamos interdisciplinarios. Los objetivos de mejora de la calidad de vida tienen con la participación de estos contenidos, un buen elemento de trabajo. (Martinez, 2000, pág. 319)

Hace años que afortunadamente se ha superado la preocupación prioritaria de objetivos como el nivel de vida (nivel económico, científico, artístico etc.) supliendo por la calidad de vida (de enseñanza, de costumbres, de alimentación, de libertad, etc.)

2.1.31 Estilos de vida

Se le considera en primer lugar, de una forma genérica en la que se conceptualiza como una moral saludable que cae bajo la responsabilidad

del individuo o bajo una mezcla de responsabilidad del individuo y de la administración pública, según el ámbito cultural.

En este punto de vista genérico se engloba el trabajo de la OMS cuyo objetivo principal es la promoción de estilos de vida saludables, esto es, una forma de vivir que tanto individual como colectivamente, y de forma cotidiana, permitan una mejora de calidad de vida. (Oblitas, 2010, pág. 29)

2.1.32 Beneficios de la actividad física en niños y adolescentes

La comunidad científica en general admite que hay una correlación positiva entre la salud y la actividad física que practican las personas. Afirman la importancia que tiene la práctica de actividad física para prevenir enfermedades como la diabetes, hipertensión, afecciones coronarias y algunos tipos de cáncer. Hay muchos estudios que lo corroboran, en los que se muestran los beneficios de la actividad física y los potenciales peligrosos que el sedentarismo puede provocar en los sujetos, mermando su salud y bienestar.

Por tanto, practicar actividad física de forma regular y sistemática resulta un eficaz elemento de prevención ante posibles trastornos de salud, reportando a sus practicantes indudables beneficios tanto físicos como psicológicos. Por ello, la práctica de actividad física reduce el riesgo de muerte prematura, ya que mejora los factores de riesgo de enfermedades crónicas. (Moral, 2014, pág. 15)

La actividad física regular ha sido por mucho tiempo considerada como un componente importante del estilo de vida saludable. Los estudios epidemiológicos han demostrado que la actividad física protege contra la mortalidad prematura y, como media, las personas físicamente activas viven más tiempo que aquellos que son sedentarios. Por otra parte, influye positiva, mente en la salud física y psicosocial en todos los

factores del ciclo de vida y también ayuda a mejorar la calidad de vida para las personas de todas las edades.

Como se viene diciendo el ejercicio físico produce beneficios en las personas mejorando su salud física y psicológica y contribuyendo a dotar a los niños y adolescentes de una mayor calidad de vida, también ayuda a prevenir enfermedades futuras, muchas de las cuales surgen en la infancia y facilita la adopción de hábitos de estilos de vida saludables, procurando mantenerlos durante la edad adulta. Para ello se debe trabajar con los niños que tengan problemas, con personas con discapacidad, se debe dar el trato adecuado con ejercicios y métodos propios para personas con discapacidad visual.

2.1.32.1 Beneficios biológicos

- Mejora del funcionamiento de sistemas corporal: Cardio vascular, locomotor, metabolismo, endocrino y nervioso.
- Prevención y tratamiento de enfermedades degenerativas o crónicas (osteoporosis, asma, diabetes), hipertensión, obesidad, y cáncer de colon.
- Regulación de diferentes funciones corporales (sueño, apetito, sexual...).

2.1.32.2 Beneficios psicológicos

- Prevención y tratamiento de alteraciones psicológicas (estrés, ansiedad, depresión, neocriticismo).
- Estado psicológico de bienestar.
- Sensación de competencia.
- Relajación.
- Distracción, evasión y forma de expresión de las emociones.

- Medio de aumentar el autocontrol.

2.1.32.3 Beneficios sociales

- Rendimiento académico.
- Movilidad social.
- Construcción carácter.

La actividad física es una poderosa para combatir y prevenir el sobrepeso y la obesidad, puesto que ayuda a mantener el peso y la composición corporal. A las personas con discapacidad visual se les debe incentivar a que realicen deporte y que se integren a la sociedad, los docentes deben manejar muchas técnicas motivacionales y poseen amplios conocimientos como trabajar en las personas con capacidades diferentes, ya que su metodología será diferente.

2.1.33 Los test

Los procesos de preparación deportiva serán efectivos, siempre y cuando a la par se exhiban proceso de evaluación integral. Particularmente en el deporte adaptado, se debe valorar varias capacidades a los deportistas con diferentes discapacidades; de ahí se podrá hablar de rendimiento.

Blázquez, D. (2006) define a los test como: “Grupo de cuestionarios, problemas o ejercicios relacionados para determinar los conocimientos, las habilidades, la aptitud y la calificación de un individuo” (p.126).

Test de aptitud física. Son aquellos test encaminados a medir la aptitud de los atletas para realizar ejercicios físicos. Es decir, permiten establecer las capacidades fundamentales en la eficiencia de los procesos

energéticos (plásticos y metabólicos) y las condiciones orgánico-musculares. Suelen utilizar sistemas de medición simples.

2.1.34 Baremo

Escala de puntuaciones de un test que permite valorar el rendimiento del alumno en la prueba que ha realizado al comparar sus resultados con los de otros individuos.

2.1.34.1 Test de equilibrio flamenco (Eurofit).

- **Objetivo:** Medir el equilibrio estático del sujeto.
- **Material:** Tabla de 3cm de ancho, cronómetro.
- **Descripción:** El ejecutante se coloca en posición erguida, con un pie en el suelo y el otro apoyado sobre una tabla de 3 cm. de ancho. A la señal del controlador, el ejecutante pasará el peso del cuerpo a la pierna elevada sobre la tabla, flexionando la pierna libre hasta poder ser agarrada por la mano del mismo lado del cuerpo.

El test se basa en contabilizar el número de ensayos que he necesitado el ejecutante para lograr mantener el equilibrio durante 1 minuto. Si el ejecutante cae más de quince veces en los primeros 30 segundos se finaliza la prueba. Se realizarán varios intentos previos antes de cronometrar al sujeto o a la prueba definitiva.

Gráfico Nº 1 Test de Equilibrio Flamenco (Eurofit).



Fuente: Blázquez, D. (2013)

Cuadro N° 1 Test de Equilibrio Flamenco (Eurofit).

Intentos	Puntuación	Valoración
1	10	Excelente
2	8	Bueno
3	6	Regular
4-14	4	Deficiente
15	0	Malo

Fuente: Blázquez, D. (2006) en su obra "Evaluación en Educación física"

2.1.34.2 Test de reacción

Dantas, E. (2012): menciona este test para evaluar la velocidad de reacción. El niño se coloca en un punto del que salen dos líneas que forman una V (ángulo de 45 °). Cada lado de este ángulo mide 5 m, que es donde debe llegar el testado. Este se coloca inmóvil en el punto señalado y a la voz y con la numeración simultanea de 1 o 2, se desplaza lo más rápidamente por el lado derecho o por el izquierdo del ángulo, al lugar indicado por el entrenador.

Cuadro N° 2 Test de Reacción

Calificación	Tiempo
Excelente	0,2"
Muy bueno	0,4"
Bueno	0,6"
Regular	0,8"
Insuficiente	+de 0,8"

Fuente: Dantas, E. (2012)

2.5 Posicionamiento teórico personal

La investigación, tiene como referencia el modelo pedagógico humanista, se pretende que las personas no videntes se desarrollen integralmente, en sus actitudes, habilidades e inteligencias como producto de las relaciones que tienen con sus semejantes, es decir, que desarrollen su crecimiento personal, mediante el tratamiento teórico-

práctico de los contenidos, en un proceso participativo, dinámico y creativo. Igualmente, el entrenador o monitor se constituye parte del colectivo humano que orienta, facilita y forma parte de la práctica deportiva de las personas no videntes o deficientes visuales.

La investigación del tema propuesto es importante realizarlo por cuanto existe la predisposición de las autoridades, de los entrenadores, monitores en que se realice esta investigación, conocidos los resultados la autora de este trabajo de grado elaboré una propuesta alternativa, con ejercicios que coadyuven en la formación integral de las personas con esta discapacidad.

La teoría socio crítica considera que no existe actividad relacionada a la formación como proceso educativo que esté al margen de las implicaciones del entorno social, así el estudio sobre metodologías y la propuesta de estrategias como elementos de carácter educativo; consideran a los grupos sociales involucrados (personas con capacidades diferentes) que durante el proceso de aprendizaje, desarrollen sus cualidades, valores y actitudes que orienten la formación de entes útiles a la sociedad.

Es conocido por la sociedad la importancia que tiene el deporte, ya que este produce grandes beneficios a nivel integral (físico, psíquico y social), para los no videntes, puesto que para ellos los beneficios que produce el deporte no radica en la mejora de la condición física, sino en cómo el deporte adaptado sirve de vehículo para la integración e inclusión a la sociedad.

La axiología como parte sustancial de la ética orienta la presente investigación. En el deporte, educar en valores es un tema controvertido ya que por una parte se considera que las familias son las principales responsables de la misma y, por ello, los entrenadores consideran que no le corresponde esa función o, por el contrario, el gimnasio, la escuela deportiva asume esta responsabilidad de forma compartida con la familia.

2.3. Glosario de términos

Aprendizaje motor. - Es el proceso apropiado, perfeccionamiento y estabilización del programa motor de una técnica deportiva determinada, cuyos componentes más importantes son perceptuales o cognitivos.

Capacidad motora. - Componente relacionado con la destreza neuromuscular se refiere a la capacidad de los músculos para funcionar armoniosamente, eficientemente, de donde resulta un movimiento muscular suave y coordinado.

Capacidades coordinativas. - Estas dependen del sistema nervioso central periférico para su dirección y regulación.

Cinestesia. - Sensación que tiene el individuo de su propio cuerpo, de sus movimientos, peso, posición la cinestesia está vinculada a cómo se perciben la posición y el equilibrio de las diversas partes del cuerpo.

Condición física. - Es la capacidad para realizar tareas diarias con vigor y efectividad retardando la aparición de la fatiga, realizándolo con el menor gasto energético y evitando lesiones.

Conducta perceptiva motriz. - Término genérico que hace referencia a la dependencia directa entre el movimiento voluntario y las formas de percepción de la información, pues todo movimiento voluntario contiene algún elemento perceptivo proveniente de un estímulo sensorial.

Control psicomotor. - Es el progresivo dominio de los movimientos necesarios para ejecutar una acción motriz (o de movimiento) concreta.

Coordinación motora. - Capacidad neuromuscular el proceso de organizar las acciones musculares aisladas de manera armonizada con orientación hacia un objetivo prefijado de una acción.

Débiles visuales. - Los términos de déficit visual, baja visión, visión residual, y otros, giran en torno a una reducción de la agudeza visual, debido a un proceso que afectó a la zona ocular o cerebral, deficiencia visual queremos señalar a aquellas personas que con la mejor corrección posible podrían ver o distinguir, aunque con gran dificultad, algunos objetos a una distancia muy corta.

Deporte adaptado. - Se conoce como deporte adaptado a toda actividad físico deportivo que haya sido modificada para brindar la posibilidad de participación de las personas con discapacidad física, mental o sensorial.

Desarrollo sensoriomotor. - Crecimiento o adquisición de las capacidades sensitivas y motrices que va adquiriendo los niños y niñas.

Discapacidad visual. - Que posee algunas de las discapacidades visuales, ya sea deficiencia visual o ceguera

Encuesta. - Serie de preguntas que se hace a muchas personas para reunir datos o para detectar la opinión pública sobre un asunto determinado.

Esquema corporal. - Representación que cada uno tiene de su cuerpo y de cada una de sus partes y que se adquiere con la experiencia.

Estímulo físico. - El estímulo se refiere a un acontecimiento, interno o externo del organismo, que actúa sobre estados de este y que puede producir cambios en él.

Estímulo. - Todo agente capaz de provocar reacciones, el origen del estímulo puede ser interno (secreciones glandulares del organismo), o externo.

Exteroceptivo. - El sistema exteroceptivo recibe estímulos externos al cuerpo, al contrario que el sistema propioceptivo, donde los estímulos sensoriales proceden del interior del cuerpo. Los estímulos externos que excitan al sistema exteroceptivo son el frío, el calor, la presión, el dolor, etc.; estímulos recogidos por el sentido del tacto, concepto tradicional.

Habilidades motoras. - Son programas motores apropiados por el aprendizaje motor los cuales se distinguen por un alto grado de estabilidad y automatización.

Kinestésica. - Percepción que tiene una persona de su propio cuerpo en el espacio y tiempo, y en movimiento.

La motricidad humana. - Un proceso de construcción. Es evidente que la tendencia anteriormente mencionada manifiesta un enfoque funcional de la motricidad, toda vez que se define desde la capacidad para generar un movimiento y la efectividad y eficiencia de este.

Motricidad. - La motricidad, es definida como el conjunto de funciones nerviosas y musculares que permiten la movilidad y coordinación de los miembros, el movimiento y la locomoción. Los movimientos se efectúan gracias a la contracción y relajación de diversos grupos de músculos. Para ello entran en funcionamiento los receptores sensoriales situados en la piel y los receptores propioceptivos de los músculos y los tendones.

No videntes. - Más específicamente, hablamos de personas con ceguera para referirnos a aquellas que no ven nada en absoluto o solamente tienen una ligera percepción de luz (pueden ser capaces de distinguir entre luz y oscuridad, pero no la forma de los objetos).

Percepción sensomotriz. - La actividad sensomotora resulta fundamental para el aprendizaje humano, y la adaptación de la misma por medio de la vista, el tacto, el oído y las diferentes sensibilidades que completan las asociaciones intersensoriales y que el movimiento integra.

Propioceptivo. - Es el sentido que informa al organismo de la posición de los músculos, es la capacidad de sentir la posición relativa de partes corporales contiguas. La propiocepción regula la dirección y rango de movimiento, permite reacciones y respuestas automáticas, interviene en el desarrollo del esquema corporal y en la relación de éste con el espacio, sustentando la acción motora planificada.

Receptores. - Sirven para tomar las informaciones en cuanto a la coordinación motora.

Regulación consiente. - Se realiza a través de la corteza cerebral las cuales constituyen los procesos predominantes al aprender gestos nuevos y al entrenar las capacidades coordinativas.

Regulación de la acción. - Capacidad del atleta de regular y de controlar sus gestos motrices según las exigencias puestas en una situación concreta. Se trata entonces en primer lugar de ordenar procesos psíquicos y acciones motoras de acuerdo al objetivo fijado.

Regulación sensomotora. - Se dan por los centros subcorticales. Son reacciones estereotipadas y no necesariamente consientes. Si la regulación se da a nivel subcortical, resultan acciones motoras sin influencia notable de la conciencia.

Sinergias. - Es la integración de elementos que da como resultado algo más grande que la simple suma de éstos, es decir, cuando dos o más elementos se unen sinérgicamente crean un resultado que aprovecha y maximiza las cualidades de cada uno de los elementos.

Somatosensorial. - Componentes de los sistemas nerviosos central y periférico que reciben e interpretan información sensorial de órganos situados en articulaciones, ligamentos y músculos. Este sistema procesa información sobre longitud, grado de estiramiento, tensión y contracción de los músculos, dolor, temperatura, presión y posición de la articulación.

Test. - Prueba de confrontación, especialmente la que se emplea en pedagogía, psicotecnia, medicina, etc., para evaluar el grado de inteligencia, la capacidad de atención u otras aptitudes o conductas.

2.4. Interrogantes de investigación

- ¿Cómo determinar el nivel de conocimientos que tienen los entrenadores y monitores sobre capacidades coordinativas especiales habilidades motrices básicas y específicas?
- ¿Cómo indagar el criterio de padres de familia sobre la práctica y la enseñanza de las actividades físico deportivas que reciben los deportistas no videntes
- ¿Cuál es el nivel de las capacidades coordinativas reacción equilibrio, en los deportistas no videntes?
- ¿Cuáles son los elementos de una propuesta alternativa e innovadora metodológica para el desarrollo de las capacidades coordinativas especiales orientada a la práctica de actividad físico deportiva en los no videntes?

2.5. Matriz categorial

CONCEPTO	CATEGORÍAS	DIMENSIONES	INDICADOR
Están integradas por el grupo más grande de capacidades. De la forma cómo interactúan durante la realización de los movimientos y su eficacia en el rendimiento deportivo dependerá su enlace con las capacidades condicionales.	Capacidades Coordinativas Especiales.	Equilibrio Coordinación Reacción Habilidades motrices	Test de equilibrio (flamenco) Test de litwin Básicas. Específicas. Deportivas: Saltos, lanzamientos, carreras, Fútbol
La calidad de vida se conceptualiza de acuerdo con un sistema de valores, estándares o perspectivas que varían de persona a persona, de grupo a grupo y de lugar a lugar; así, la calidad de vida consiste en la sensación de bienestar que puede ser experimentada por las personas y que representa la suma de sensaciones subjetivas y personales del "sentirse bien."	Calidad de vida deportistas No videntes	Práctica de Actividades físicas y deportivas	Deporte adaptado. Beneficios

CAPÍTULO III

3. METODOLOGÍA DE LA INVESTIGACIÓN

3.1 Tipo de investigación

3.1.1 Investigación bibliográfica

Este tipo de investigación se utilizó con el objetivo de elaborar y construir el marco teórico, referente a las capacidades coordinativas especiales y su incidencia en la calidad de vida de los no videntes, para ello se basó en una amplia bibliografía existente, experiencia de expertos, libros, revistas, folletos, internet, artículos científicos, biblioteca virtual

3.1.2 Investigación de campo

Este tipo de investigación fue una de las más importantes porque se trabajó en el lugar de los hechos, en este caso en el Centro Mies Atahualpa de la ciudad de Quito, donde se investigó aspectos relacionados a las capacidades coordinativas de los no videntes y como están trabajando los encargados de esta institución.

3.1.3 Investigación descriptiva

Este tipo de investigación se utilizó con el propósito fundamental de identificar como están desarrolladas las capacidades coordinativas especiales y su incidencia en la calidad de vida de los no videntes del Centro Mies Atahualpa de la ciudad de Quito, para ello se aplicó una

batería de test, lo cual permitió identificar las características y atributos que poseen este grupo de estudio.

3.1.4 Investigación propositiva

Esta investigación coadyuvo en los procesos de investigación, por cuanto una vez detectado las fortalezas y debilidades, se implementó una guía didáctica para desarrollar y mejorar las capacidades coordinativas especiales, todos estos aspectos incidirán en la calidad de vida de los no videntes del Centro Mies Atahualpa de la ciudad de Quito.

3.2 Métodos

3.2.1 Método Inductivo

Este método de investigación fue de gran ayuda porque se relaciona con los hechos particulares, las mismas que ayudaron en la selección adecuada de cada uno de los contenidos de las capacidades coordinativas especiales y de la calidad de vida de los no videntes del Centro Mies Atahualpa de la ciudad de Quito. Es un procedimiento de inferencia que se basa en la lógica para emitir y formular contenidos de hechos particulares a los generales.

3.2.2 Método deductivo

Este método de investigación contribuyó en los procesos de investigación que parte de hechos generales a los particulares, es decir sirvió para seleccionar el tema de investigación, y posterior a ello ir particularizando la información, para llegar a ese todo acerca de las capacidades coordinativas especiales y calidad de vida de los no

videntes. Es un procedimiento de inferencia que se basa en la lógica para emitir y formular contenidos de hechos generales a los particulares.

3.2.3 Método analítico

Este método de investigación sirvió de gran ayuda por cuanto, una vez aplicado los test de capacidades coordinativas especiales, se realizó los respectivos análisis e interpretaciones de cada una de las preguntas de las encuestas y test de coordinación aplicados a las personas no videntes. Este método es un proceso cognoscitivo por medio del cual una realidad es descuesta ese todo en partes para su mejor comprensión.

3.2.4 Método sintético

Mediante este método de investigación una vez procesado las preguntas de la encuesta y test de las capacidades coordinativas, mediante este método de razonamiento se obtienen conclusiones partiendo de lo general a lo particular.

Esta información sirvió para formular las recomendaciones y la alternativa de solución al problema detectado. En este método la información recabada se la analizará y se sintetizará la información relacionada con el problema.

3.2.5 Método estadístico

La información obtenida de las encuestas y test acerca de las capacidades coordinativas especiales se representó esa información en cuadros y diagramas circulares, toda esta información se representó en

porcentajes para su respectivo análisis e interpretación de los resultados obtenidos.

3.3 Técnicas e instrumentos

Para realizar los procesos de investigación se aplicó las siguientes técnicas de investigación, como la encuesta aplicada a los entrenadores y test acerca las capacidades coordinativas especiales y su incidencia en la calidad de vida de los no videntes del Centro Mies Atahualpa de la ciudad de Quito

3.4 Población

Cuadro 3 Población

MIES Atahualpa	Entrenadores	Padres de familia	Deportistas no videntes
Zona Sur	5	15	45
Centro	5	15	45
Total 150 investigados	10	30	90

Fuente: Instituciones del MIES

3.5 Muestra

Por tratarse de un grupo pequeños de investigados se trabajará con la totalidad de los investigados y no se aplicará ninguna fórmula estadística, porque su población es inferior a doscientos personas.

CAPÍTULO IV

4. ANALISIS E INTERPRETACIÓN DE RESULTADOS

La información de las encuestas aplicadas a entrenadores y padres de familia y los resultados procedentes de los test, aplicados a deportistas no videntes del Centro MIES Atahualpa, fueron tabulados, organizados, procesados y expresados en términos descriptivos de frecuencias y porcentajes.

La organización del análisis, interpretación y difusión de resultados se detallan en función de los objetivos e interrogantes de la investigación, respaldados con la teoría científica consultada. Para realizar el análisis se utilizó la siguiente metodología.

- Formular la pregunta de investigación de la encuesta
- Representar en cuadros y gráficos
- Análisis e interpretación con respecto a los resultados del análisis con respecto a los resultados de la investigación, posicionamiento del investigador y con respecto a los autores.

4.1. Resultados de la encuesta aplicada a padres de familia de los no videntes del centro MIES Atahualpa.

Pregunta N° 1: ¿Considera importante que su hijo/a trabaje las capacidades coordinativas para mejorar su calidad de vida en el centro MIES Atahualpa?

Cuadro N° 4: Capacidades coordinativas para mejorar su calidad de vida.

Alternativa	Frecuencia	Porcentaje
Mucha Importancia	14	47%
Poca Importancia	12	40%
Ninguna Importancia	4	13%
Total	30	100%

Fuente: La encuesta realizada a padres de familia no videntes

Grafico N° 2: Capacidades coordinativas para mejorar su calidad de vida.



Elaborado por: Tatiana Vargas

Interpretación

Menos de la mitad de los padres de familia encuestados indican que existe poca importancia para que sus hijos/as trabajen en las capacidades coordinativas, con la finalidad que mejoren su calidad de vida. Bajo este contexto se puede mostrar que no existe una adecuada información sobre los beneficios que trajera consigo el desarrollo de estas capacidades por parte de los entrenadores.

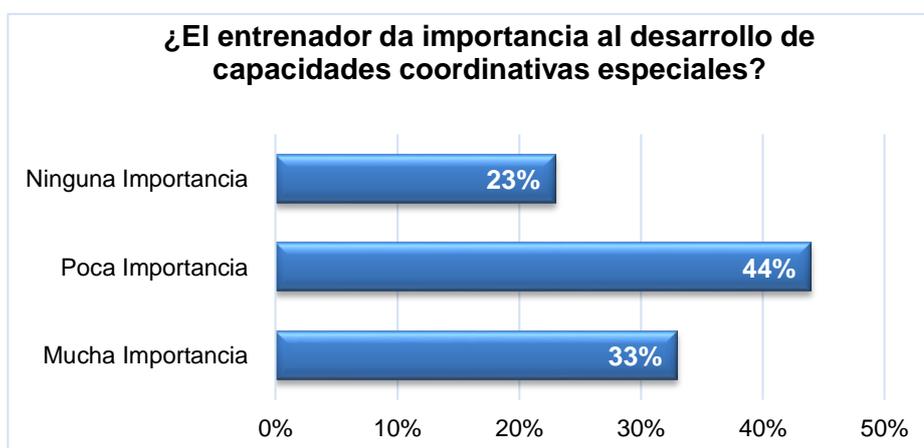
Pregunta N° 2. ¿Según su criterio, el entrenador da importancia al desarrollo de capacidades coordinativas especiales?

Cuadro N° 5. Importancia desarrollo capacidades coordinativas

Alternativa	Frecuencia	Porcentaje
Mucha Importancia	10	33%
Poca Importancia	13	44%
Ninguna Importancia	7	23%
Total	30	100%

Fuente: La encuesta realizada a los padres de familia

Grafico N° 3: Importancia desarrollo capacidades coordinativas



Elaborado por: Tatiana Vargas

Interpretación

Menos de la mitad de los padres de familia consideran que los entrenadores dan poca o ninguna importancia al desarrollo de capacidades coordinativas. Tan sólo una tercera parte de los entrenadores dan mucha importancia. Realmente es preocupante este criterio porque debe existir un proceso técnico que permita el desarrollo de las capacidades de manera integral.

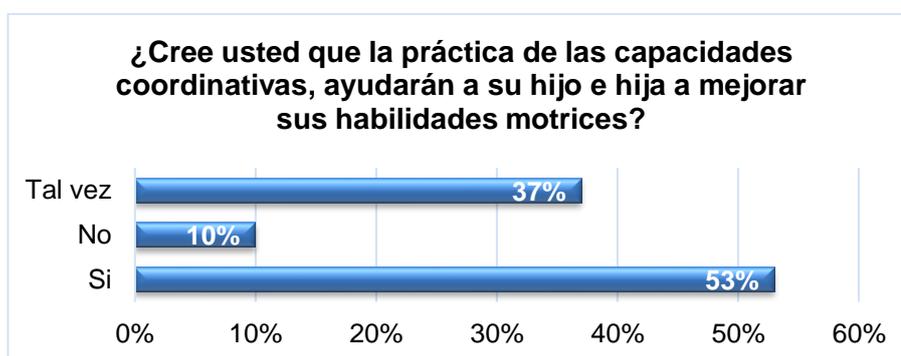
Pregunta N° 3. ¿Cree usted que la práctica de las capacidades coordinativas, ayudarán a su hija/o a mejorar sus habilidades motrices y deportivas?

Cuadro N° 6 Capacidades coordinativas

Alternativa	Frecuencia	Porcentaje
Si	16	53%
No	3	10%
Tal vez	11	37%
Total	30	100%

Fuente: La encuesta realizada a los padres de familia

Grafico N° 4: Capacidades coordinativas



Elaborado por: Tatiana Vargas

Interpretación

Más de la mitad de los padres de familia indican que la práctica de las capacidades coordinativas ayudará a su hija/o a mejorar sus habilidades motrices y deportivas. Por otro lado, menos de la mitad de los padres encuestados consideran que no y que tal vez las capacidades coordinativas puedan influir en las habilidades motrices. Se evidencia la prioridad de los padres por la especialización temprana y la competencia.

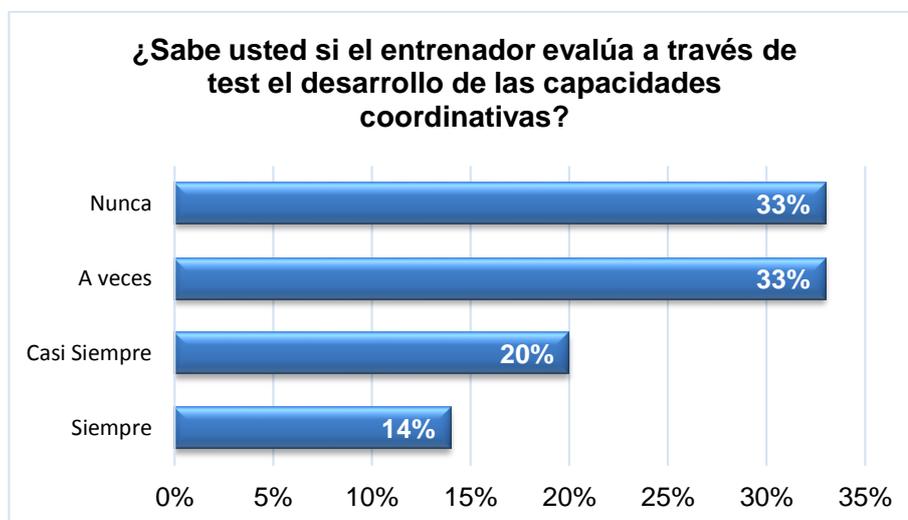
Pregunta N° 4. ¿Sabe usted si el entrenador evalúa a través de test el desarrollo de las capacidades coordinativas especiales de su hijo?

Cuadro N° 7. Evaluación de capacidades coordinativas

Alternativa	Frecuencia	Porcentaje
Siempre	4	14%
Casi Siempre	6	20%
A veces	10	33%
Nunca	10	33%
Total	30	100%

Fuente: La encuesta realizada a los padres de familia

Grafico N° 5: Evaluación de capacidades coordinativas



Elaborado por: Tatiana Vargas

Interpretación

Menos de la mitad de los padres de familia investigados señalan que a veces y nunca los entrenadores evalúan a sus hijos/as la coordinación, equilibrio, entre otras capacidades coordinativas. Apenas 10 investigados señalan que el entrenador siempre evalúa capacidades coordinativas.

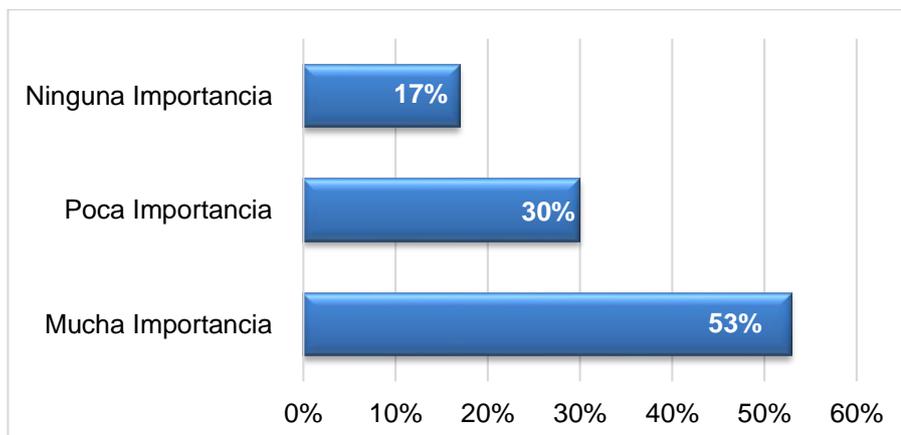
Pregunta N° 5. ¿Cree usted, que es importante dar mayor énfasis al entrenamiento de varios deportes adaptados?

Cuadro N° 8 Importancia desarrollo de los deportes adaptados

Alternativa	Frecuencia	Porcentaje
Mucha Importancia	16	53%
Poca Importancia	9	30%
Ninguna Importancia	5	17%
Total	30	100%

Fuente: La encuesta realizada a los padres de familia

Grafico N° 6: Importancia desarrollo de los deportes adaptados



Elaborado por: Tatiana Vargas

Interpretación

Más de la mitad de los padres de familia consideran que es de mucha importancia dar mayor énfasis a la práctica de varios deportes adaptados. Mientras que otros padres de familia manifiestan que es de poca importancia y ninguna importancia. Se evidencia la prioridad de los padres por la especialización.

4.2. Resultados de la Encuesta Aplicada a Entrenadores de los deportistas no videntes del centro MIES Atahualpa.

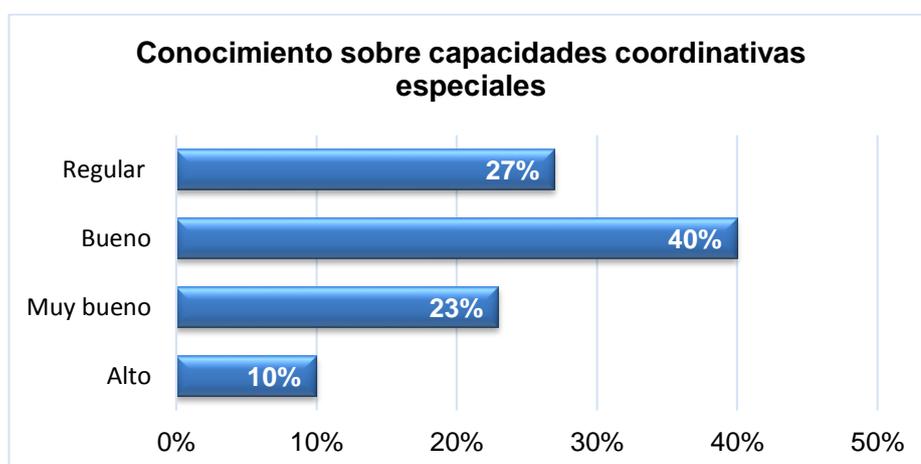
Pregunta N° 1. ¿Su grado de conocimiento sobre capacidades coordinativas especiales es?

Cuadro N° 9: Conocimiento sobre capacidades coordinativas

Alternativa	Frecuencia	Porcentaje
Alto	1	10%
Muy bueno	2	23%
Bueno	4	40%
Regular	3	27%
Total	10	100%

Fuente: La encuesta realizada a los entrenadores

Gráfico N° 7: Conocimiento sobre capacidades coordinativas



Elaborado por: Tatiana Vargas

Interpretación

Menos de la mitad de los entrenadores tienen conocimientos buenos y regulares sobre las capacidades coordinativas, mientras que 4 de los 10 tienen los conocimientos de capacidades coordinativas. Esto evidencia la problemática y contradice los criterios expresados por los padres de familia de los deportistas.

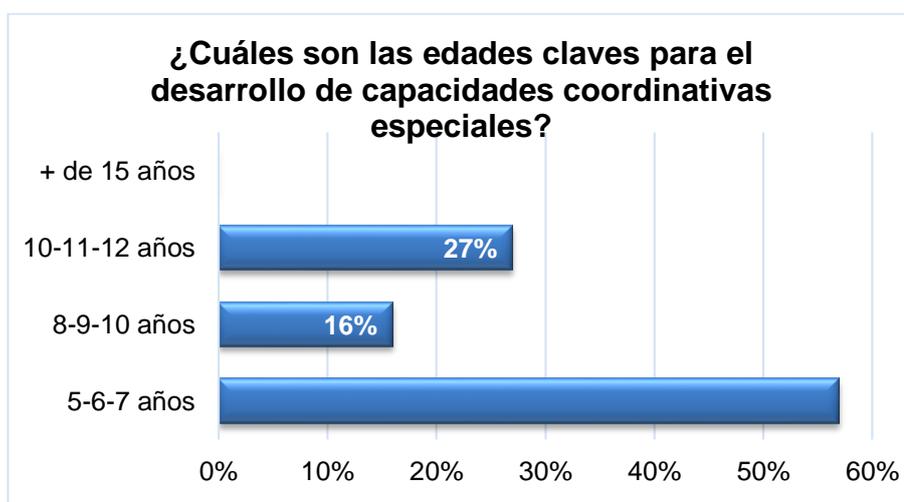
Pregunta N° 2. ¿Cuáles son las edades claves para el desarrollo de capacidades coordinativas especiales?

Cuadro N° 10 Edades para el desarrollo de capacidades coordinativas

Alternativa	Frecuencia	Porcentaje
5 - 6 - 7 años	5	57%
8-9-10 años	2	16%
10-11-12 años	3	27%
+ de 15 años	0	0%
Total	10	100%

Fuente: La encuesta realizada a los entrenadores

Grafico N ° 8: Edades para el desarrollo de capacidades coordinativas



Elaborado por: Tatiana Vargas

Interpretación

Más de la mitad de los entrenadores investigados indican que las edades claves para el desarrollo de las capacidades coordinativas son de 5 - 6 - 7 años, mientras otro grupo en menor porcentaje considera que la edad clave es de 8-9-10 años, 10-11-12 años y finalmente más de 15 años, la mayoría de los entrenadores si conoce a qué edad se desarrolla estas cualidades coordinativas

Pregunta N° 3. ¿Señale cuál es el objetivo principal del desarrollo de capacidades coordinativas especiales?

Cuadro N° 11: Objetivo principal desarrollo capacidades coordinativas

Alternativa	Frecuencia	Porcentaje
Desarrollo neuropropioceptivo	3	27%
Condición física	5	53%
Tonificación muscular	0	0%
Capacidad de Velocidad.	1	13%
La técnica deportiva	1	7%
Total	10	100%

Fuente: La encuesta realizada a los entrenadores

Gráfico N° 9. Objetivo principal desarrollo capacidades coordinativas



Elaborado por: Tatiana Vargas

Interpretación

Más de la mitad de entrenadores respondieron que el objetivo principal del desarrollo de capacidades coordinativas especiales, es condición física y sólo 3 de cada 10 realizan desarrollo neuropropioceptivo. Los entrenadores no reconocen que la base del desarrollo de capacidades coordinativas es el sistema nervioso central.

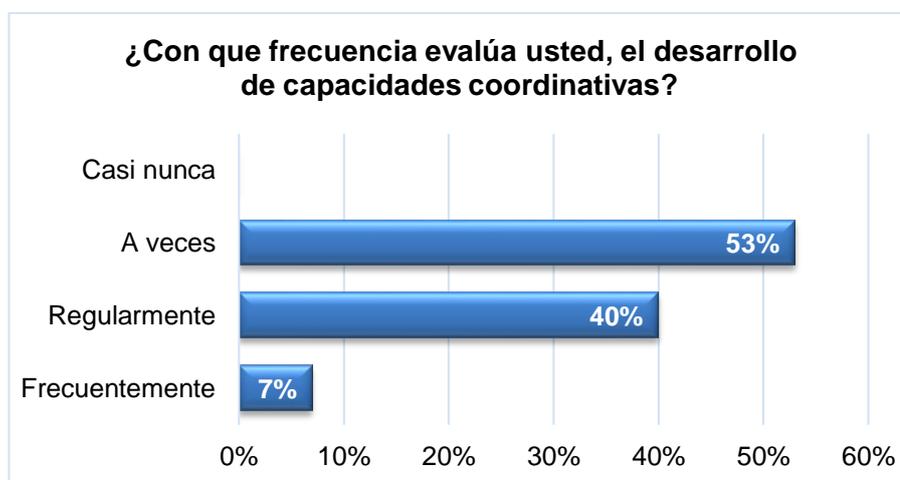
Pregunta N° 4. ¿Con que frecuencia evalúa usted, el desarrollo de capacidades coordinativas?

Cuadro N° 12: Frecuencia evaluación de las capacidades coordinativas

Alternativa	Frecuencia	Porcentaje
Frecuentemente	1	7%
Regularmente	4	40%
A veces	5	53%
Casi nunca	0	0%
Total	10	100%

Fuente: La encuesta realizada a los entrenadores

Gráfico N° 10: Frecuencia evaluación de las capacidades coordinativas



Elaborado por: Tatiana Vargas

Interpretación

Más de la mitad de los entrenadores investigados responden que a veces evalúan la frecuencia en el desarrollo de las capacidades coordinativas. Además, en un mínimo porcentaje de entrenadores responden y frecuentemente.

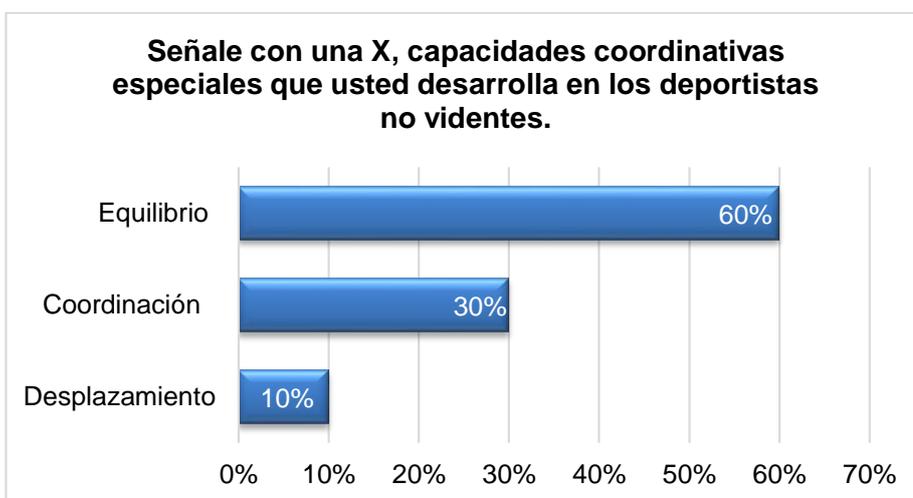
Pregunta N° 5. Señale con una X, capacidades coordinativas especiales que usted desarrolla en los deportistas no videntes.

Cuadro N° 13: Capacidades coordinativas que desarrollan los deportistas

Alternativa	Frecuencia	Porcentaje
Desplazamiento	1	10%
Coordinación	3	30%
Equilibrio	6	60%
Total	10	100%

Fuente: La encuesta realizada a los entrenadores

Gráfico N° 11: Capacidades coordinativas que desarrollan los deportistas



Elaborado por: Tatiana Vargas

Interpretación

Más de la mitad de los entrenadores responden que desarrollan el equilibrio dentro de las capacidades especiales en los deportistas no videntes.

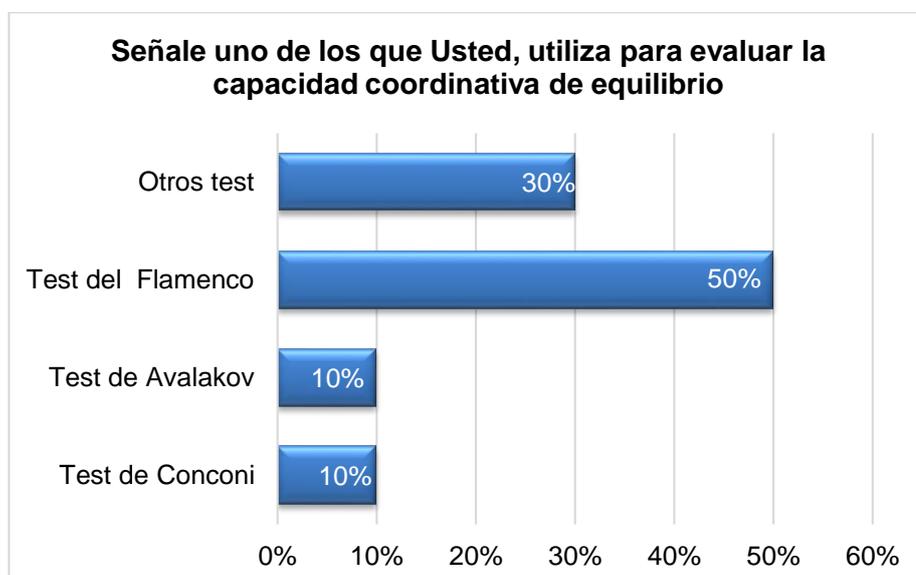
Pregunta N° 6. De los siguientes test. Señale uno de los que Usted, utiliza para evaluar la capacidad coordinativa de equilibrio:

Cuadro N° 14: Test para evaluar el equilibrio

Alternativa	Frecuencia	Porcentaje
Test de Conconi	1	10%
Test de Avalakov	1	10%
Test de Flamenco	5	50%
Otros test	3	30%
Total	10	100%

Fuente: La encuesta realizada a los entrenadores

Grafico N° 12: Test para evaluar el equilibrio



Elaborado por: Tatiana Vargas

Interpretación

De forma significativa de los 10 entrenadores investigados, La mitad de los ellos expresan que el test de flamenco mide el equilibrio, lo que es correcto; mientras, que la otra mitad señalan otros test que no corresponden a la capacidad de equilibrio.

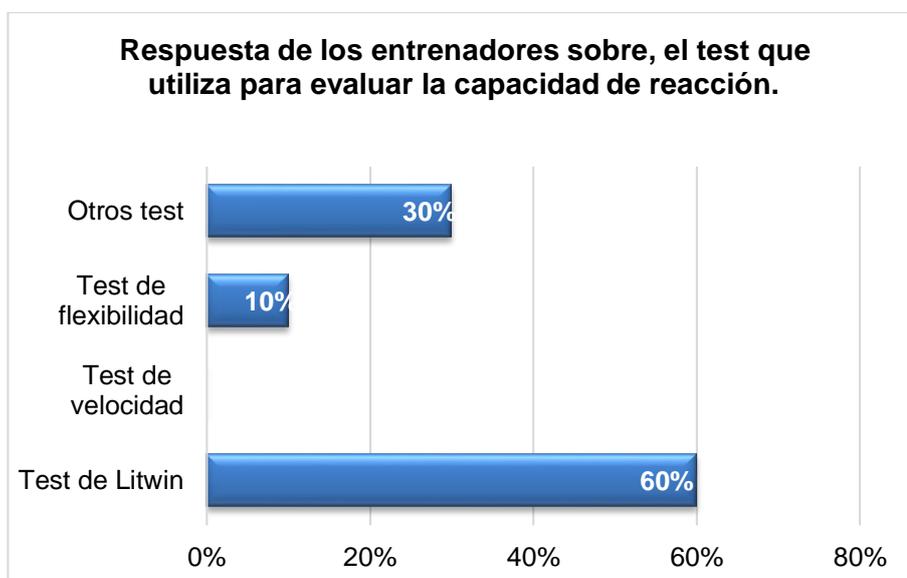
Pregunta N° 7. De los siguientes test. Señale uno de los que usted, utiliza para evaluar la capacidad de reacción:

Cuadro N° 15: Test para evaluar la capacidad de reacción.

Alternativa	Frecuencia	Porcentaje
Test de Litwin	6	60%
Test de velocidad	0	0%
Test de flexibilidad	1	10%
Otros test	3	30%
Total	10	100%

Fuente: La encuesta realizada a los entrenadores

Gráfico N° 13: Test para evaluar la capacidad de reacción.



Elaborado por: Tatiana Vargas

Interpretación

Más de la mitad de los encuestados responden que utilizan el test de Litwin para la coordinación en los deportistas no videntes mientras que; El (30%) responden otros test para evaluar la coordinación

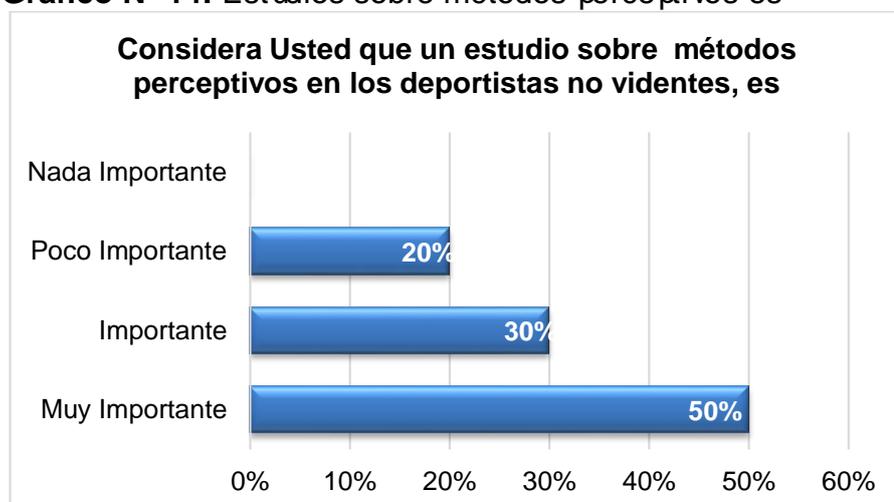
Pregunta N° 8. Considera Usted que un estudio sobre métodos perceptivos en los deportistas no videntes, es:

Cuadro N° 16: Estudios sobre métodos perceptivos es

Alternativa	Frecuencia	Porcentaje
Muy Importante	5	50%
Importante	3	30%
Poco Importante	2	20%
Nada Importante	0	0%
Total	10	100%

Fuente: La encuesta realizada a los entrenadores

Gráfico N° 14: Estudios sobre métodos perceptivos es



Elaborado por: Tatiana Vargas

Interpretación

La mitad de los entrenadores responden que es muy importante un estudio sobre métodos perceptivos en los deportistas no videntes, solo el 20% responde poco importante.

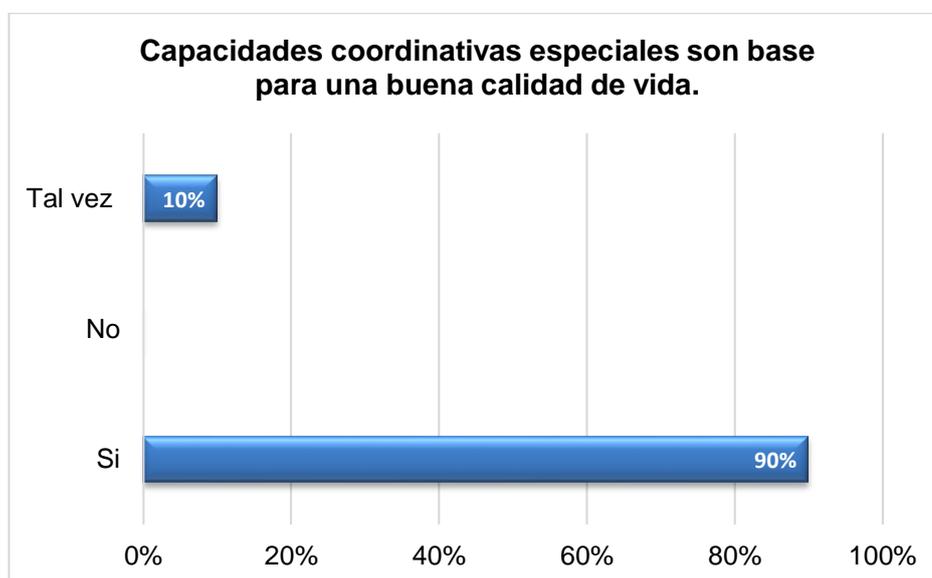
Pregunta N° 9. Considera usted que las capacidades coordinativas especiales es base para una buena calidad de vida en los deportistas no videntes:

Cuadro N° 17: Capacidades coordinativas es base para la calidad de vida.

Alternativa	Frecuencia	Porcentaje
Si	9	90%
No	0	0%
Tal vez	1	10%
Total	10	100%

Fuente: La encuesta realizada a los entrenadores

Gráfico N° 15: Capacidades coordinativas es base para la calidad de vida.



Elaborado por: Tatiana Vargas

Interpretación

Casi la totalidad de los entrenadores señalan que las capacidades coordinativas especiales son base para una buena calidad de vida para los deportistas no videntes.

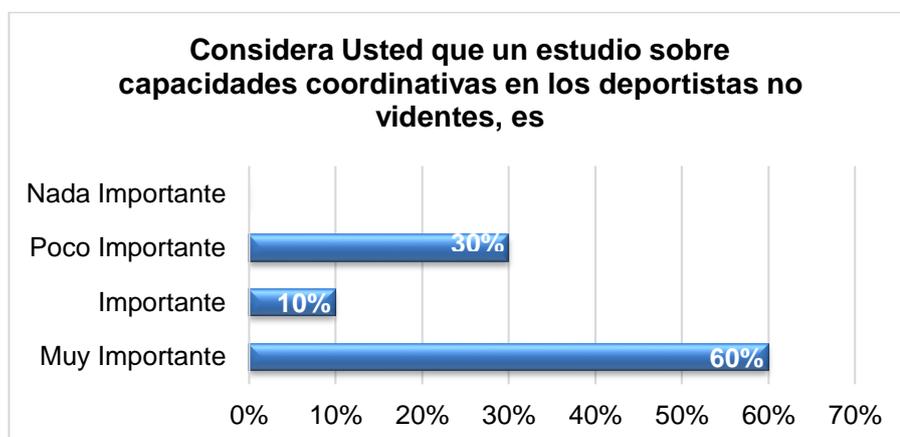
Pregunta N° 10. Considera Usted que un estudio sobre capacidades coordinativas en los deportistas no videntes, es:

Cuadro N° 18: Estudio de las capacidades coordinativas

Alternativa	Frecuencia	Porcentaje
Muy Importante	6	60%
Importante	1	10%
Poco Importante	3	30%
Nada Importante	0	0%
Total	10	100%

Fuente: La encuesta realizada a los entrenadores

Gráfico N° 16: Estudio de las capacidades coordinativas



Elaborado por: Tatiana Vargas

Interpretación

Más de la mitad de los entrenadores responde que es muy importante un estudio sobre capacidades coordinativas en los deportistas no videntes, solo el 30% responde poco importante.

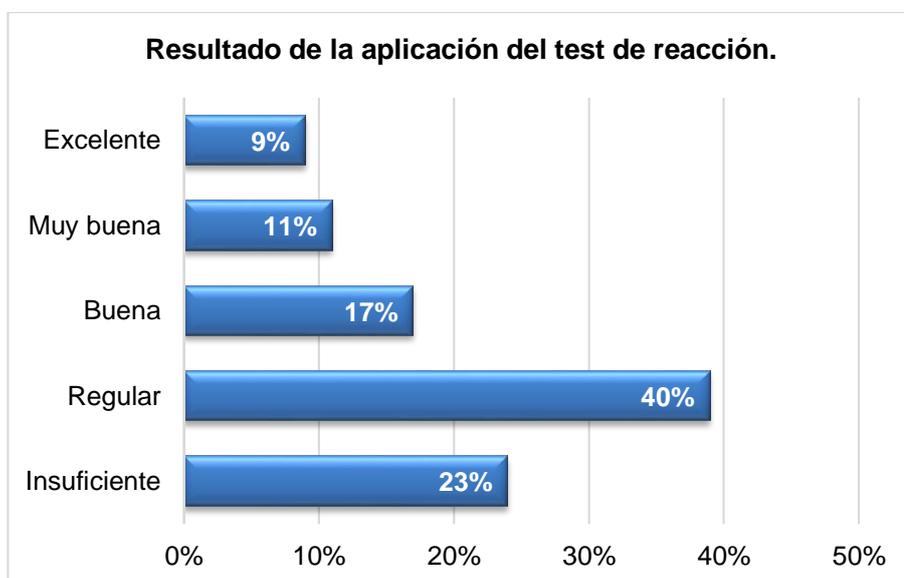
4.3. Análisis, e interpretación de resultados sobre la valoración de test de capacidades coordinativas especiales.

Cuadro N° 19: Test de reacción

Alternativa	Frecuencia	Porcentaje
Insuficiente	21	23%
Regular	36	40%
Buena	15	17%
Muy buena	10	11%
Excelente	8	9%
Total	90	100%

Fuente: La encuesta realizada a los deportistas no videntes

Gráfico N° 17: Test de reacción



Elaborado por: Tatiana Vargas

Interpretación

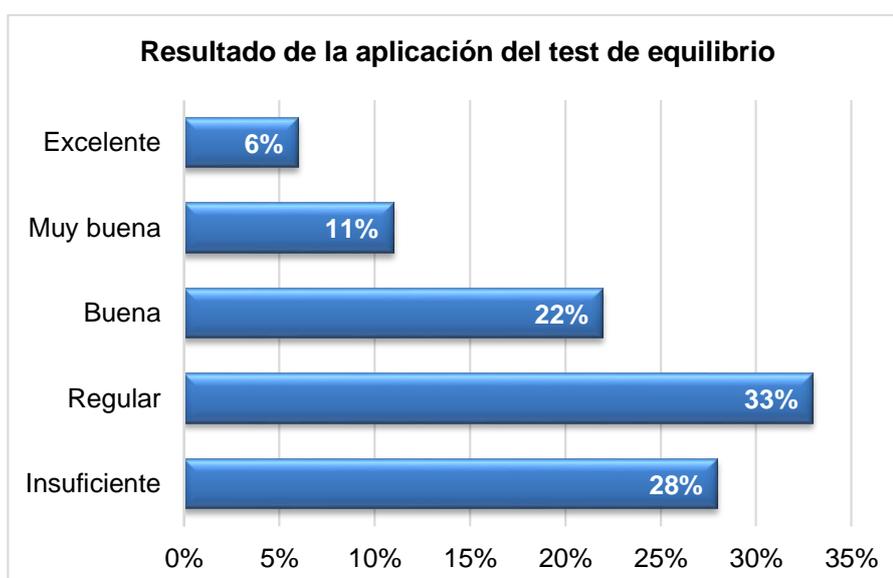
Menos de la mitad de los entrenadores indican que los resultados del test de reacción o de Litwin demuestran que más de las tres cuartas partes de los deportistas no videntes tienen una calificación insuficiente, regular y buena.

Cuadro N° 20: Test de equilibrio

Alternativa	Frecuencia	Porcentaje
Insuficiente	25	28%
Regular	30	33%
Buena	20	22%
Muy buena	10	11%
Excelente	5	6%
Total	90	100%

Fuente: La encuesta realizada a los deportistas no videntes

Gráfico N° 18: Test de equilibrio



Elaborado por: Tatiana Vargas

Interpretación

Los resultados del test de equilibrio demuestran que menos de la mitad de los deportistas no videntes, tiene una calificación insuficiente, regular y buena esto se debe a que el desarrollo del test evalúa el equilibrio estático ubicándose en una tabla en de 3cm de ancho, evitando movimientos o caídas, deduciendo que la percepción vestibular y la percepción de la ubicación de los segmentos corporales no son las mejores.

CAPÍTULO V

5. CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES

5.1 Conclusiones

- La mayoría de los entrenadores carecen de información concreta de las capacidades coordinativas, desconocen la edad adecuada y los objetivos para el desarrollo de capacidades coordinativas. Más de la mitad de los entrenadores conocen sobre los test para medir estas capacidades, pero no identifican los métodos sensoperceptivos.
- Los padres de familia involucrados en este estudio, consideran de gran importancia un trabajo sobre capacidades coordinativas especiales, pues se constituyan en base para el desarrollo de las habilidades motrices y deportivas de los no videntes. Además, sostienen que los entrenadores a veces valoran la importancia de estas capacidades coordinativas.
- La evaluación a las capacidades coordinativas especiales es poco frecuente. Se evidencia el problema con las dos terceras partes de los deportistas. Todas las esferas de estudio con relación al tema consideran que es importante un estudio sobre capacidades coordinativas especiales y la aplicación en los deportes adaptados.

5.2 Recomendaciones

- La mayoría de los entrenadores carecen de información concreta de las capacidades coordinativas, desconocen la edad adecuada y los objetivos para el desarrollo de capacidades coordinativas. Más de la mitad de los entrenadores conocen sobre los test para medir estas capacidades, pero no identifican los métodos sensorio-perceptivos.
- Los padres de familia involucrados en este estudio, consideran de gran importancia un trabajo sobre capacidades coordinativas especiales, pues se constituyen en base para el desarrollo de las habilidades motrices y deportivas de los no videntes. Además, sostienen que los entrenadores a veces valoran la importancia de estas capacidades coordinativas.
- La evaluación a las capacidades coordinativas especiales es poco frecuente. Se evidencia el problema con las dos terceras partes de los deportistas. Todas las esferas de estudio con relación al tema consideran que es importante un estudio sobre capacidades coordinativas especiales y la aplicación en los deportes adaptados.

5.3 Contestación a las preguntas de Investigación

Interrogante N° 1:

¿Cuál es el nivel de conocimientos que tienen los entrenadores y monitores sobre capacidades coordinativas especiales habilidades motrices básicas y específicas?

El nivel de conocimientos que poseen los entrenadores y monitores que están al frente de estos grupos es de mediano nivel, por cuanto necesitan tener vastos conocimientos para trabajar con este grupo de edades y estas características con respecto al desarrollo de las capacidades coordinativas especiales de los no videntes, trabajar con este grupo no es nada fácil, se debe buscar las estrategias adecuadas con el objetivo de desarrollarlas e insertar a la vida cotidiana de las personas normales.

Interrogante N° 2:

¿Cómo indagar el criterio de padres de familia sobre la práctica y la enseñanza de las actividades físico deportivas que reciben los deportistas no videntes

El diagnóstico permitió desde el punto de vista científico, detectar deficiencias y potencialidades de entrenadores en relación al desarrollo de las capacidades coordinativas y la práctica deportiva y su incidencia en la calidad de vida de las personas no videntes.

El análisis pedagógico-metodológico orientado a personas con capacidades especiales ha permitido tener una nueva perspectiva de identificación, y solución a la problemática formativa-competitiva que presentan particularmente los practicantes del MIES Atahualpa en la provincia de Pichincha.

Interrogante N° 3:

¿La aplicación de una propuesta alternativa ayuda a los deportistas no videntes?

Los entrenadores y monitores realizan una función social muy importante en sus lugares de trabajo más allá del conocimiento teórico de las capacidades coordinativas especiales y fundamentos técnicos de varios deportes adaptados

La dificultad del control motor y la técnica deportiva se encuentra directamente relacionada con el tipo y la cantidad de información sobre los test y formas de valorar las capacidades coordinativas para alcanzar las metas previstas y el esfuerzo físico que sea efectivo para elevar la calidad de vida tal como señalan normas del Plan Nacional del Buen Vivir.

Interrogante N° 4:

¿Cuáles son los elementos de una propuesta alternativa e innovadora metodológica para el desarrollo de las capacidades coordinativas especiales orientada a la práctica de actividad físico deportiva en los no videntes?

La carencia de procesos sistematizados de preparación y desarrollo de capacidades coordinativas, fueron precisamente las necesidades orientadoras de este trabajo. Como objetivo fundamental se busca determinar la utilización de procedimientos pedagógicos didácticos protocolizados incrementa el rendimiento técnico y deportivo para las competencias futuras.

CAPÍTULO VI

6. PROPUESTA ALTERNATIVA

6.1 Título

GUIA DE “ORIENTACIONES METODOLÓGICAS PARA EL DESARROLLO DE CAPACIDADES COORDINATIVAS ESPECIALES EN LA PRÁCTICA FÍSICO DEPORTIVA DE PERSONAS NO VIDENTES

6.2 Justificación

Decía George Orwell escritor británico que, «El deporte es una guerra sin armas». Como eso sea así, porque uno no está muy seguro de que pudiera ser cierto, para nosotros los ciegos, esa contienda, se nos antojarían perennes. Porque así lo hemos querido, y porque también nos hemos auto impuesto la obligación de que nuestros deportistas, puedan cumplir los sueños, que a veces la sociedad les niega.

La presente propuesta se implementará en el MIES Atahualpa, de Quito, teniendo como objeto de estudios a los usuarios no vidente que forman parte del centro, enfocado por la importancia de las capacidades coordinativas como componente esencial para desarrollar la motricidad mediante el trabajo de equilibrio, coordinación y orientación.

El diagnóstico permitió desde el punto de vista científico, detectar las deficiencias y potencialidades de entrenadores y deportistas en relación al desarrollo de las capacidades coordinativas; esto, ha permitido tener una nueva perspectiva de identificación, análisis y solución a la problemática

formativa-competitiva que presentan particularmente los deportistas no videntes

6.3 Fundamentación

Plan nacional del buen vivir y calidad de vida

Los beneficios de un estilo de vida activo son bien conocidos hoy día. De hecho, la inactividad física ha sido asociada con importantes factores de riesgo para la salud, así como con consecuencias económicas y sociales negativas. En vista de estas evidencias en las últimas décadas ha existido un esfuerzo por comprender las razones que podría llevar a la gente a comprometerse de forma regular en la actividad física.

Velarde & Ávila, (2010) señalan que:

La calidad de vida, debe reconocerse en su concepto multidimensional que incluye estilo de vida, vivienda, satisfacción en la escuela y en el empleo, así como situación económica. Es por ello que la calidad de vida se conceptualiza de acuerdo con un sistema de valores, estándares o perspectivas que varían de persona a persona, de grupo a grupo y de lugar a lugar; así, la calidad de vida consiste en la sensación de bienestar que puede ser experimentada por las personas y que representa la suma de sensaciones subjetivas y personales del "sentirse bien. (p.59).

Es importante reconocer que un elemento de la calidad de vida se refiere a la posibilidad de utilizar el tiempo libre en la práctica de actividades físico deportivas. La práctica de la actividad en forma sistemática, debe tomarse como un elemento significativo en la prevención, desarrollo y rehabilitación de la salud, tal como lo plantea el plan Nacional del Buen Vivir PNBV (2013). En general, los efectos benéficos de la actividad física se pueden ver en los siguientes aspectos:

A.- Orgánicos: Aumento de la elasticidad y movilidad articular, mayor coordinación, habilidad y capacidad de reacción, ganancia muscular la cual se traduce en aumento del metabolismo, que a su vez produce una disminución de la grasa corporal (Prevención de la obesidad y sus consecuencias). Aumento de la resistencia a la fatiga corporal (cansancio).

A nivel cardíaco, se aprecia un aumento de la resistencia orgánica, mejoría de la circulación, regulación del pulso y disminución de la presión arterial. A nivel pulmonar, se aprecia mejoría de la capacidad pulmonar y consiguiente oxigenación. Desarrollo de la fuerza muscular que a su vez condiciona un aumento de la fuerza ósea con lo cual se previene la Osteoporosis. Mejoría de la posición corporal por el fortalecimiento de los músculos lumbares. Prevención de enfermedades como la Diabetes, la Hipertensión Arterial, la Osteoporosis, Cáncer de Colon, lumbalgias, etc.

B.- Psicológicos y afectivos: La actividad física regular al producir una mejoría en las funciones orgánicas, parece producir una sensación de bienestar psíquico y una actitud positiva ante la vida, al desarrollar un mejor dominio del cuerpo, una mayor seguridad y confianza en su desenvolvimiento ante las tareas cotidianas.

Se ha determinado que quienes practican en forma regular cualquier ejercicio o actividad física, tienen una mejor respuesta ante la depresión, angustia, miedo y decepciones, y, por otro lado, se fortalecen ante el aburrimiento, tedio y cansancio.

C.- Sociales: El deporte permite que las personas como entes individuales tengan la vitalidad, el vigor, la fuerza, la energía fundamental para cumplir con su deber en el ámbito social en que se desenvuelven. En las competencias quien practica un deporte en forma organizada es una persona optimista, persistente en la lucha por el logro de sus metas, que muestra respeto mutuo, honradez y sentido de responsabilidad.

Las prácticas de actividad física para la población este tipo de pacientes se han convertido en prácticas comunes y necesarias, Se quiere destacar la posibilidad de tener en cuenta algunos criterios metodológicos claves, que nos ayuden a mejorar las posibilidades de vida de éstas personas, llevándolos al disfrute de la actividad y convirtiéndola en parte de sus vidas cotidianas. Con la práctica sistemática de ejercicios físicos recreativos bien dosificados, se consiguen altos niveles de condiciones físicas y de salud.

Con esa estrategia, inicial, también perseguimos la reducción de tejido adiposo, presente en exceso en las personas sedentarias y lograr así que los atletas ciegos se aproximen a los parámetros biotipológicos de los atletas videntes y que la relación tejido graso / tejido magro, este dentro de los parámetros de los atletas de cada especialidad atlética. Con ello conseguiremos elevar el consumo relativo de oxígeno y las posibilidades de entrenamiento.

Capacidades coordinativas

Un mejor rendimiento y resultados medibles dependen de un cuidadoso tratamiento y desarrollo de las capacidades coordinativas especiales. Particularmente se deben observar en los procesos de preparación y entrenamiento de los deportistas con discapacidad.

Weineck, Jurgen (2011) señala:

Las capacidades coordinativas (sinónimo: agilidad), son capacidades determinadas sobre todo por la coordinación, esto es, por los procesos de regulación y conducción del movimiento. Habilitan al deportista para dominar de forma segura y económica acciones motoras en situaciones previstas (estereotipos) e imprevistas (adaptación), y para aprender los movimientos deportivos con relativa velocidad. Las capacidades coordinativas den distinguirse de las destrezas: estas últimas se refieren a acciones motoras concretas y consolidadas, en parte automatizadas,

mientras que las capacidades coordinativas son condiciones del rendimiento humano consolidado. (479).

Las capacidades coordinativas se caracterizan, en primer orden, por el proceso de regulación y dirección de los movimientos. Ellas se interaccionan con las habilidades motrices y solo se hacen efectivas en el rendimiento deportivo por medio de su unidad con las capacidades condicionales.

Estas capacidades coordinativas son una condición fundamental para realizar todo un grupo de acciones motrices. Como todas las capacidades humanas, ellas no son innatas, sino que se desarrollan sobre la base de propiedades fundamentales que tiene el organismo del hombre, en el enfrentamiento diario con el medio.

Perera, (2012):

“Son capacidades sensomotrices consolidadas del rendimiento de la personalidad, que se aplican conscientemente en la dirección de movimientos componentes de una acción motriz con una finalidad determinada.” (p.22).

Ellas tienen de común con las habilidades, de que son premisas coordinativas del rendimiento las que se desarrollan en la actividad, especialmente en la actividad deportiva. En el caso de la coordinación motriz, se hace referencia a la capacidad de los músculos esqueléticos del cuerpo de lograr una sincronización para lograr un determinado movimiento.

Korobkov (1970) citado por Weineck, J. (2011):

“De forma muy general, las capacidades coordinativas se necesitan para dominar situaciones que requieren una actuación rápida y orientada a un objetivo. La habilidad tiene también un gran valor en el sentido de una profilaxis de los accidentes (permite evitar colisiones, caídas, etc.).” (p.479).

Las capacidades coordinativas deben distinguirse de las destrezas: estas últimas se refieren a acciones motoras concretas y consolidadas, en parte automatizadas, mientras que las capacidades coordinativas son condiciones del rendimiento humano consolidadas, aunque generalizadas, esto es, básicas para toda una serie de acciones motoras.

Frey, (1977) citado por Weinek, Jurgén (2005):

Las capacidades coordinativas son capacidades determinadas sobre todo por la coordinación, esto es por los procesos de regulación y conducción del movimiento. Habilitan al deportista para dominar de forma segura y económica acciones motoras en situaciones previstas (estereotipos) e imprevistas (adaptación), y para aprender los movimientos deportivos con relativa velocidad. (p.479).

Las capacidades coordinativas son el fundamento de una buena capacidad de aprendizaje sensoriomotor, esto es, cuanto mayor es su nivel, mayor es la velocidad y eficacia con que se aprenden movimientos nuevos o difíciles. Se refiere al entrenamiento de la habilidad como un “entrenamiento de la entrenabilidad”.

Muñoz, J. (2011) dice:

El alto grado de economía propio de una habilidad bien desarrollada se debe a la precisión de la regulación motora y permite ejecutar movimientos idénticos con un gasto escaso, con el consiguiente ahorro de energía. De esta forma la habilidad determina el grado de aprovechamiento de las capacidades de condición física. Sobre la base de una capacidad de rendimiento coordinativo bien desarrollada se puede aprender y reaprender destrezas deportivo-técnicas incluso en años de entrenamiento tardíos. (p.124).

Se debe considerar entonces que un alto nivel de capacidades coordinativas permite adquirir de forma racional destrezas deportivo-técnicas procedentes de otras modalidades, que se pueden aprovechar, por ejemplo, para la condición física general y para el entrenamiento

compensatorio. Aunque los diferentes componentes de las capacidades coordinativas alcanzan su grado de desarrollo óptimo en momentos a veces muy distantes, se puede decir de forma general que las habilidades experimentan su mayor empujón de desarrollo entre el séptimo año de vida y la aparición de la pubertad.

En esta época se observa, según Bringmann (1973): Citado por Weineck, J. (2005):

Una maduración más rápida del SNC. Paralelamente se produce un aumento de la función de los analizadores acústico y óptico, con una mejora simultánea de la elaboración informativa, de modo que se facilita el entrenamiento de las destrezas motoras complicadas. (p.40).

Por tanto, el trabajo a su debido tiempo de las capacidades coordinativas reviste una importancia decisiva para la capacidad de desarrollo que se alcanzará en momentos posteriores. En el transcurso de la vida las capacidades coordinativas declinan con mayor o menor velocidad en función del entrenamiento, y en una relación de dependencia y paralelismo con el descenso de los factores de rendimiento físico.

Dantas, E. (2012) señala:

La habilidad del niño deportista se basa en gestos coordinados y precisos, ajustados en su organización en relación con una referencia o cuadro de referencias exteriores, asociados a una capacidad de coordinación motora. Esto implica una elevada participación de los factores asociados al Sistema Nervios Central (p. 400).

Como componentes de las capacidades coordinativas se consideran como la capacidad de adaptación motora y de adaptación a las variaciones, la capacidad de diferenciación y de regulación, la capacidad de reacción, la capacidad de orientación, la capacidad de equilibrio, la

capacidad de ritmo y la capacidad de combinación y de acoplamiento de los movimientos.

Weinek, J (2005):

“Distinguimos las capacidades coordinativas generales de las específicas. Las capacidades coordinativas generales son el resultado de un trabajo motor múltiple en diferentes modalidades” (p.479).

Ambos sexos presentan prestaciones del mismo nivel y sus capacidades coordinativas evolucionan hasta los 11 años; después se produce una diferenciación significativa: en el sexo femenino, se estabiliza el nivel de prestaciones, y en el masculino mantiene un ritmo de evolución constante hasta cerca de los 18 años.

Capacidades coordinativas especiales

La mayor autonomía en un deportista infantil, así como en un deportista con discapacidad o deficiencia visual, radica en el desarrollo y mejoramiento de las capacidades coordinativas especiales, como la coordinación, el equilibrio, la diferenciación, la agilidad, entre otras.

Gómez, C., Jiménez, R., Ramírez, J., Rojas, A. (2009):

“Las capacidades coordinativas de rendimiento de un deportista son determinadas tanto a través de su repertorio de habilidades técnico-deportivas, como también por su nivel logrado en las capacidades coordinativas” (p.114).

Así, las capacidades coordinativas difieren de las habilidades técnico-deportivas, en que las primeras son necesarias para varias acciones de movimiento, mientras las segundas siempre representan sólo la solución única de una tarea de movimiento.

Weineck, J. (2011):

Las capacidades coordinativas específicas se desarrollan más en el marco de la disciplina de competición

correspondiente y se caracterizan según Osolin (1952), por la capacidad para variar la técnica propia de la modalidad. Una característica de las capacidades coordinativas específicas es la aparición de constelaciones complejas típicas: dependiendo de la modalidad, se otorgan una relevancia especial a determinadas combinaciones de componentes, con relaciones jerárquicas e infraestructurales específicas. (p.479).

Pueden distinguirse siete capacidades coordinativas a partir de las características de cada deporte. Son fundamentales para todos los tipos de deporte, por supuesto también con diferente importancia. Sin embargo, cada una de estas capacidades pone aspectos específicos para cada disciplina o deporte.

Capacidad de equilibrio

Capacidad de gran repercusión en el mejoramiento de la actividad física en deportistas con discapacidad visual y que orienta la investigación.

Weineck, J. (2011) señala que:

“La capacidad para mantener el conjunto del cuerpo en estado de equilibrio, y de conservar o restaurar dicho estado durante y después de los desplazamientos amplios del cuerpo.” (p.481).

Se entiende entonces la importancia para la práctica deportiva y se puede hablar de dos tipos de equilibrios: Dinámico. Equilibrio durante el movimiento. Se trata de un tipo de equilibrio propio para cada tipo de movimiento (Ej.: en la carrera). Una variante suya es la reequilibración o búsqueda del equilibrio perdido; se puede buscar por sí misma o trabajando coordinadamente en combinación (Ej.: salto).

Estático. Consiste en asumir una postura (Ej.: hacer el pino, yoga, etc.) y mantenerla durante cierto tiempo.

La regulación del equilibrio viene establecida por tres tipos de mecanismos:

- Cinestésico. Relacionado con los propios receptores del músculo. Ayuda en la regulación del tono y percepción de la fuerza, presión, etc.
- Laberíntico. Relacionado con el oído medio. Da información de nuestra posición en el espacio.
- Visual. Información recibida a través de la vista.

En relación a las capacidades coordinativas especiales (Cidoncha & Díaz, 2015) señalan como:

“Factor de la motricidad infantil estrechamente ligado al sistema nervioso central y que evoluciona con la edad, cuya maduración precisa la integración de la información proveniente del oído, vista y sistema Cinestésico (propioceptivo).” (p.3).

Su desarrollo está relacionado, por un lado, con factores de tipo psicomotor tales como la coordinación, fuerza, flexibilidad, etc.; y por otro, con aspectos funcionales tales como la base, la altura del centro de gravedad, el número de apoyos, la elevación sobre el suelo, dinamismo del ejercicio, etc., presentes a la hora de la de las tareas físicas. En Educación Física para personas con discapacidad, en casos de problemas de equilibrio del alumno, el profesor ha de intentar ver cuál de los tres mecanismos es el que está funcionando mal para poder abordar su trabajo recuperador.

Capacidad de reacción

El entrenador de individuo con deficiencia en su capacidad visual, debería orientar la conciencia y percepción a través de los mecanismos

de información sobre el entorno y los procesos del cuerpo a través de los sentidos.

(Perera, 2012):

“Es la capacidad que tiene el sujeto de dar respuesta en el menor tiempo posible a determinado estímulo o señal de carácter auditivo, visual o táctil, proveniente de un objeto animado o inanimado.” (p.22).

En el área de la Educación Física y el entrenamiento deportivo estas acciones se presentan de manera permanente, ya sea en situaciones de juego colectivo o en actividades atléticas, gimnásticas y acuáticas. La capacidad de reacción se manifiesta en forma simple y compleja.

- Simple. Cuando se da respuesta a una señal prevenida con anterioridad, como es el caso de las salidas en carreras de atletismo y natación.
- Compleja. Cuando se responde a un estímulo no esperado o esperado con variantes, en dependencia de la rapidez con que se ha elaborado la solución y esta se ejecuta, requiere de un proceso de elaboración y análisis para emitir finalmente una respuesta motriz, como ocurre generalmente en los juegos deportivos de conjunto.

Capacidad de coordinación

Determinadas formas de energía influyen de forma general en nuestros sentidos y en nuestro cuerpo, la sensación de coordinación en el deporte adaptado debe ser implementada bajo la consigna de los diferentes mecanismos propioceptivos.

(Cidoncha & Díaz, 2015):

La coordinación y el equilibrio como capacidades perceptivas motrices; si analizamos todas las habilidades y destrezas motrices vemos que en todas ellas están

presentes la Coordinación, en sus diferentes aspectos, así como el Equilibrio; por lo que podemos establecer la siguiente clasificación de habilidades motrices básicas. (p.5).

- **Coordinación Dinámica General:** sirve de base a todos los movimientos. Se manifiesta sobre todo en desplazamientos, giros y salto.
- **Coordinación Óculo-manual.** Interviene el mecanismo perceptivo. Presente en los lanzamientos y recepciones fundamentalmente.
- **Coordinación Segmentaria.** Intervienen ciertas partes del cuerpo, trabajándose fundamentalmente las conexiones nerviosas. Se manifiesta principalmente en la motricidad fina y el afianzamiento de la lateralidad.
- **Control Postural y Equilibrios.** Mantenimiento de una determinada postura, ya sea en posición estática o dinámica.

Todos ellos constituyen aspectos a ser desarrollados entre los 6 y los 12 años, período comprendido entre la adquisición y desarrollo en el alumnado de las habilidades perceptivo-motoras y el desarrollo pleno del esquema corporal. Será labor del profesor ir introduciendo dichas habilidades y sus combinaciones (modalidades de desplazamientos con saltos o giros, etc.)

(Cidoncha & Díaz, 2015):

“Como hemos visto la coordinación se nos presenta como un concepto complejo, multifactorial, implicado de manera constante en el movimiento humano, puesto que, por sencillo que funcionalmente y estructuralmente éste sea, siempre entramos en el dominio de las coordinaciones.” (p.4).

Podemos definir la coordinación como la capacidad de regular de forma precisa la intervención del propio cuerpo en la ejecución de la acción justa y necesaria según la idea motriz prefijada.

Niks y Fleisman (1960) citado por (Cidoncha & Díaz, 2015):

“Sugieren que la esencia de la coordinación es la capacidad de integrar capacidades separadas en una más compleja. Estos mismos autores opinan que la buena coordinación depende del buen funcionamiento del sistema nervioso principalmente de la corteza encefálica.” (p.5).

Es importante reconocer que la capacidad de coordinación es muy compleja y presenta varias características relacionadas con:

- La precisión en la ejecución.
- Su realización con el mínimo gasto.
- La facilidad y seguridad de ejecución.
- Grado o nivel de automatismo.

Se habla de la coordinación por ser la capacidad que orienta a los diferentes sentidos y órganos sensoriales. La imagen del entorno se sitúa alrededor del cuerpo. Por lo tanto, es importante relacionarlos con los desplazamientos, saltos, giros, lanzamientos y recepciones constituyen las habilidades motrices básicas en el área de la Coordinación Dinámica (general y específica).

Habilidades motrices

Son movimientos intencionales, voluntarios que nos permiten adaptarnos a los cambios del medio y variar nuestro medio a voluntad. Se clasifican según sea de locomoción, manipulación y equilibrio. Las habilidades motoras de locomoción nos permiten desplazarnos en el medio en el cual nos desenvolvemos.

Dávila, M. (2011) señala que:

Otro componente de importancia en el estudio del aspecto físico motriz, está asociado en la literatura al “desarrollo psicomotriz”. Hace referencia a la relación interdependiente entre las esferas psíquicas y el comportamiento motor. Una

de las corrientes de tratamiento de éste componente del desarrollo, considera que se estructura y reestructura en tres elementos básicos: el esquema corporal, las nociones espaciales y temporales y la coordinación. (p.123).

La motricidad (formación motora) representa un fundamento y una condición importante, no sólo para el desarrollo físico, sino también para el desarrollo intelectual y socio afectivo. Todas estas habilidades requieren del desarrollo de las capacidades físicas, y entre ellas encontramos la capacidad física de coordinación.

Es una acción corporal a través del movimiento que, de manera general, puede tener una cierta intencionalidad o no; en el primer caso, la acción corporal se utiliza con una finalidad educativa, deportiva, recreativa, terapéutica, utilitaria, etc., en el segundo caso, simplemente puede ser una actividad cotidiana del individuo.

El movimiento es humano, y el hombre es una unidad dinámica Bio-psico-social, que produce cambios constantes devenido de los avances sociales, tecnológicos y científicos, sobre todo aplicado en la motricidad del hombre para obtener mayores rendimientos, deportivos, laborales, culturales.

(GI & Hernández, 2010):

Capacidades adquiridas por aprendizaje que pueden expresarse en conductas determinadas en cualquier momento en que son requeridas con un mayor o menor grado de destreza. Por tanto, para ser hábil en alguna acción motriz es necesario contar previamente con la capacidad potencial necesaria y con el dominio de algunos procedimientos que permitan tener éxito de manera habitual en la realización de dicha habilidad (1999:54). (p.17).

En el esquema corporal, a la vez, varios elementos son motivo de estudio: la estructuración de la imagen y el concepto del cuerpo. Todos

estos elementos deberán tener una adecuada estructuración con variaciones subsiguientes producto de aprendizajes más complejos.

Zapata, O. y Aquino, F. (2007) y en concordancia con Sánchez Bañuelos (2008):

La habilidad es la tarea que incluye la necesidad, por parte del sujeto, de moverse con precisión y fuerza y/o potencia en diferentes combinaciones, es la facultad de poder hacer algo eficientemente y concretamente en el campo de la educación física y el entrenamiento deportivo es aquello que mediante nuestra enseñanza pretendemos desarrollar en el alumno para alcanzar resultados fijados previamente con un máximo éxito, y a menudo con mínimo tiempo, energía o ambas conjuntamente. (p.54).

Las habilidades básicas encuentran un soporte para su desarrollo en las habilidades perceptivas, las cuales están presentes desde el momento del nacimiento, al mismo tiempo que evolucionan conjuntamente.

El concepto de habilidades motrices en el entrenamiento, hace referencia a la necesidad de construir todo un programa sobre una firme base de preparación general, en la que se tratan de desarrollar los distintos contenidos de desplazamientos, giros, saltos y manipulaciones como sustento para el mejoramiento y desarrollo de las habilidades deportivas atléticas. Representa una competencia adquirida por un sujeto para realizar una tarea concreta.

Habilidades motrices básicas

Las habilidades motrices son acciones concebidas conscientemente y aprendidas, que conducen a resultados predeterminados con un máximo de acierto y un gasto mínimo de energía, tiempo o de ambos. Una habilidad motriz alcanza un nivel de desarrollo óptimo cuando puede perfeccionarse mediante su práctica continuada.

Ureña, F. (2010):

No se trata de lograr un alto nivel de rendimiento en las pruebas atléticas practicadas, sino de que tomen contacto con un deporte individual en el que el propio esfuerzo y la superación de uno mismo es fundamental. Medirse con otros es una manera de estimular la participación y el interés de los alumnos. El nivel de dificultad de las tareas se adapta individualmente a las capacidades y posibilidades de cada alumno, y para ello se organizarán estaciones y grupos de trabajo distintos, de forma que se puedan regular y adaptar por ejemplo la altura de los obstáculos, el peso del móvil, la distancia en las carreras, los tiempos de recuperación, etc. (p.154).

Por lo tanto, las habilidades motrices sensibilizadoras se rigen como un recurso pedagógico que facilitará la comprensión de la diversidad. En el área de Educación Física y el entrenamiento de iniciación se le conoce a la capacidad de actuar y ejecutar de forma básica general movimientos naturales asociados a un patrón de movimiento, que se desarrolla gracias al aprendizaje, al ejercicio y a la experiencia.

- Locomotrices: movimientos que implican el manejo del propio cuerpo (desplazamientos, saltos y giros).
- Manipulativas: movimientos en los que la acción fundamental se centra en el manejo de objetos (lanzamientos y recepciones).

Fusté., X. (2009):

El aspecto socio motor es también básico en el juego, ya que este se celebra en grupo entre los participantes se establecen una serie de relaciones y lazos afectivos, que, fundamentalmente, vienen determinados por el desarrollo de la actividad. Los componentes de este aspecto de las habilidades motrices, se refieren a la emotividad y a las relaciones con el otro". (p. 8).

Mediante la práctica del juego se pueden trabajar una gran cantidad de valores y de conductas orientadas a las personas con discapacidad que están implicadas en la práctica de actividad física y los deportes.

Desplazamientos

Se considera como la habilidad básica más importante por ser la base y el sustento de la mayoría de las habilidades.

(Batalla, 2010):

“Se trata de aquellas habilidades cuya función es la traslación del sujeto de un punto a otro del espacio. Distinguimos los desplazamientos habituales (marcha y carrera) de los desplazamientos no habituales activos (horizontales y verticales) y desplazamientos pasivos.” (p.12).

A través de los desplazamientos el niño toma contacto, explora y aprende en el medio que le rodea, desarrollando sus capacidades perceptivo-motrices (percepción corporal, estructuración espacio-temporal, equilibrio y coordinación) al tiempo que se mejoran y perfeccionan los patrones de movimiento. Los desplazamientos según el grado de participación se dividen en:

- **Activos:** son los responsables absolutos y directos de los cambios de nuestro cuerpo en el espacio aquellos en los que el individuo, es el máximo responsable de sus cambios de posición en el espacio y de las condiciones de desplazamiento. Los desplazamientos activos, atendiendo a su eficacia mecánica se dividen en:
- **Eficaces:** aquellos en los que, durante su realización, el sujeto es más apto para el desarrollo de cualquier otro tipo de tarea motriz. Incluyen: la marcha, la carrera y el salto. Son los desplazamientos que tienen mayor interés educativo en la Educación Física.
- **Menos eficaces:** aquellos en los que el individuo se encuentra menos apto o dispuesto, para realizar otras tareas motrices simultáneas o posteriores. Esta ineficacia viene definida por: la utilización de segmentos no especializados, la baja velocidad de los desplazamientos y el centro de gravedad más bajo que los anteriores

origina una mala puesta en movimiento. Se incluyen dentro de ellos: las cuadrúpedas, las reptaciones, las trepas y las propulsiones en medio acuático.

- Pasivos: aquellos en los que el sujeto no es mayoritariamente responsable de su cambio de posición en el espacio, ni de las condiciones de desplazamiento. Se incluyen en este grupo: los transportes, los arrastres y los deslizamientos.

La forma general los contenidos de las habilidades motrices básicas y específicas.

Andar: Es una acción alternativa y progresiva de las piernas y el contacto continuo con la superficie de apoyo.

Ejemplo:

- Carreras a diferentes ritmos.
- Correr saltando obstáculos.
- Transportando a compañeros.
- Laterales y en equilibrio.

Fernández Emilia, Gardoqui María Luisa, Sánchez Bañuelos Fernando. (2007) indican “El desplazamiento es la acción de cambiar de lugar en el espacio, se realiza de distintas formas (gatear, marchar, andar, reptar)” (p.16).

Salto: Es una habilidad básica propia de la especie humana que implica el despegue del cuerpo del suelo, quedando suspendido momentáneamente en el aire. La mayoría de los autores consideran en el salto las siguientes fases:

- Fase previa: Aceleración con o sin desplazamiento.

- Impulso: Con dos piernas, con una pierna o con otras partes del cuerpo.
- Vuelo: Dirección, altura, profundidad y tiempo de suspensión.
- Recepción: con continuidad en la acción, finalizando la acción, observando superficie de contacto.

Los saltos se clasifican en 3 tipos:

- Salto horizontal o profundidad.
- Salto en vertical.
- Salto sobre un pie.

Ejemplos.

- Saltos en carrera: verticales y horizontales.
- Salto de vallas y de longitud.

Giros

Los giros: desde el punto de vista funcional constituyen una de las habilidades de utilidad en la orientación y situación del individuo, favoreciendo el desarrollo de las habilidades perceptivo espacial y temporal, capacidad de orientación espacial (orientar el cuerpo en la dirección deseada, por ejemplo), coordinación dinámica general y control postural (maduración neuromuscular y equilibrio dinámico), así como del esquema corporal (el niño, a través de las sensaciones que le producen los giros, se percibe mejor a sí mismo).

Blázquez, Domingo (2013) considera que: “Entendemos por giro todo aquel movimiento corporal que implica una rotación a través de los ejes ideales que atraviesan el ser humano, vertical, transversal y sagital” (p. 12).

Podemos establecer varios tipos de giros según los tres ejes corporales: rotaciones, volteretas, ruedas.

- Giros en contacto con el suelo.
- Giros en suspensión.
- Giros con agarre constante de manos (barra fija).
- Giros con apoyos y suspensión múltiples y sucesivos.

Manipulaciones

El desarrollo de habilidades motrices es la base para el entrenamiento deportivo temprano, por lo tanto, resulta tan importante como imprescindible, ya que esto ayudará a que las personas no videntes desarrollen cualidades y destrezas superiores.

Además, compartimos con Blázquez Domingo (2013) considera que:

A través del trabajo y desarrollo de las habilidades motrices y específicas en los niños-deportistas se brinda la capacidad de resolver problemas complejos en diversas circunstancias que presenta la práctica deportiva; quienes no hayan trabajado adecuadamente y de manera continua estos factores no lograrán obtener mayores resultados y tendrán menos oportunidades de llegar al alto rendimiento. Por lo tanto, importa poco que el niño aprenda lo antes posible (técnicas deportivas); mucho más importante es que amplíe las múltiples posibilidades de movimiento mediante juegos o tareas variadas. (p.235).

Finalmente consideramos que el contenido del conocimiento científico en la práctica deportiva sufre un proceso de modificaciones didácticas, para que conforme avance en la práctica y considerando los logros alcanzados.

Lanzamientos

La mano que presenta la mayor actividad espontánea es también la que el niño utiliza para alcanzar los objetos, a pesar de que no tenga aún

preferencia muy marcada en el curso del período, además, descompone el gesto de agarre en cuatro etapas; la localización visual del objeto, la aproximación de la mano o puntería, la presión y la explotación del objeto.

El lanzamiento es toda secuencia de movimientos que impliquen arrojar un objeto al espacio con uno o ambos brazos.

El lanzamiento interesante es unidireccional, por encima del hombro con una mano. La mayoría de los autores coinciden en que la habilidad básica de lanzar tiene las siguientes fases:

- Aprensión del móvil.
- Armado o preparación.
- Impulso segmentario.
- Desprendimiento o suelta del móvil.

Clasificación. Se clasifican atendiendo a los componentes que intervienen en su ejecución y realización:

- Al ejecutor: estáticos o dinámicos.
- Al objeto: estáticos o dinámicos.
- En cuanto a su forma: se dividen en diferentes tipos, de distancia, de precisión, de fuerza, de apoyo, en suspensión.

Habilidades específicas

Las habilidades motrices específicas, son en definitiva aquellas habilidades orientadas a la propia actividad o disciplina deportiva, a estas se las conocen como habilidades deportivas. Tenemos entre estas a las habilidades atléticas, gimnásticas, de lucha, acuáticas entre otras.

(Batalla, 2010): "Llamaremos tarea motriz específica a toda actividad de carácter físico que busca el alcanzar un objetivo concreto y que

necesita de unos conocimientos precisos y bien definidos en su realización” (p.20). Encuadrar las habilidades específicas en 4 grupos:

- Habilidades atléticas.
- Habilidades gimnásticas.
- Habilidades de lucha.
- Habilidades de deportes colectivos.

La tarea motriz específica en el resultado de las infinitas combinaciones de habilidades y destrezas motrices básicas. Las habilidades específicas son la capacidad de conseguir un objetivo concreto, es decir, la realización de una tarea motriz definida con precisión.

Rivera, Gomez, Nuñez, Armas, & Bárbaro. (2014):

“Existe un vínculo inseparable entre los elementos técnicos y tácticos individuales que se pueden presentar por ejemplo en las competencias de grupo, variando el grado de dificultad entre pista y circuito”. (p.28).

Entendemos que el término destreza tiene también numerosas acepciones, aunque la mayoría la entiendan como disponibilidad corporal relacionada con la actividad física especializada, sea esta deportiva o no, ejecución de los movimientos y la intencionalidad de la misma corriente integradora.

Métodos, de capacidades coordinativas especiales

En paralelo a la subdivisión planteada al inicio de este capítulo entre capacidades coordinativas generales y específicas, distinguimos entre métodos y contenidos de entrenamiento generales y específicos.

Blume, (1978) citado por Weineck, (2005):

En el primer plano de entrenamiento de las capacidades coordinativas se encuentra el aprendizaje y el dominio de

destrezas motoras nuevas y multilaterales, y de los componentes de estas. Al elegir los contenidos y herramientas de entrenamiento, hemos de tener en cuenta que los síntomas de adaptación solo se producen cuando se aplican estímulos nuevos de forma constante, esto es, cuando el ejercicio se practica de forma variada, teniendo en cuenta las diferentes medidas de tipo metodológico. (p.488).

Los métodos y contenidos de entrenamiento generales se utilizan para mejorar el grado de asentamiento general de las capacidades coordinativas.

Método auditivo: Es un método de enseñanza que se dirige a los estudiantes cuyo estilo de aprendizaje se orienta más hacia la asimilación de la información a través del oído y no por la vista. Si bien la gran mayoría de la gente tiende a ser principalmente visuales en la forma de relacionarse con el mundo alrededor de ellos, la estimulación de audio se emplea a menudo como un medio secundario de encontrar y absorber conocimientos. Para un pequeño porcentaje de las personas, el aprendizaje auditivo supera los estímulos visuales y sirve como el método de aprendizaje de primaria.

Método kinestésico: Cuando se procesa la información asociándola a las sensaciones y movimientos, al cuerpo, se está utilizando el sistema de representación kinestésico. Se utiliza este sistema de forma natural cuando se aprende un deporte, pero también para muchas otras actividades.

Aprender utilizando el sistema kinestésico es lento, mucho más lento que con cualquiera de los otros dos sistemas, el visual y el auditivo. El aprendizaje kinestésico también es profundo, se puede aprender una lista de palabras y olvidarlas al día siguiente, pero cuando se aprende a montar en bicicleta, no se olvida nunca. Una vez que se aprende algo con el cuerpo, es decir, con la memoria muscular, es muy difícil que se olvide.

Características personas no videntes discapacidad.

Discapacidad visual

La discapacidad visual presenta un sistema visual alterado, debido a que una o varias partes del mismo no tienen un funcionamiento adecuado o las vías que transmiten los estímulos son deficientes.

Estas alteraciones producen en la persona imágenes visuales distorsionadas, confusas e incompletas que dificultan el desenvolvimiento en varios aspectos de la vida diaria. La deficiencia visual se puede definir como pérdida visual del sujeto, la cual admite gradaciones, es decir, puede ser una pérdida total o parcial. Concretamente la ceguera implica la paridad total de la visión, que consiste en la ausencia de percepción y proyección de luz.

Sanz, David. Reina, Raúl. (2012):

El proceso de integración e inclusión de las personas con discapacidad como un proceso que aglutina diferentes factores y que, sin lugar a dudas, es de gran transcendencia la formación en éste ámbito para actuar de manera eficaz y oportuna y en este sentido, perseguir el objetivo que tanto las personas con discapacidad y los organismos relacionados con este ámbito pretenden, que no es otro que romper las barreras que obstaculizan el proceso de inclusión en la sociedad y reclamar lo que en la carta de la ONU promulga entre sus miembros; “igualdad para todos”. (p.2).

Es por esto que el desarrollo global de las personas con Discapacidad visual se ve también comprometido, marcando así, algunas características y particularidades en algunas áreas; principalmente la cognitiva, de lenguaje, motriz y sobre todo el área social y emocional. Es conocido por la sociedad la importancia que tiene el deporte, ya que este produce grandes beneficios a nivel integral (físico, psíquico y social), para los no videntes, puesto que para ellos los beneficios que produce el deporte no

radica en la mejora de la condición física, sino en cómo el deporte adaptado sirve de vehículo para la integración e inclusión a la sociedad.

Estas dificultades son causadas principalmente por la escasa comprensión y asociación entre el objeto y la definición del mismo. Las personas con Discapacidad Visual tienen más dificultades para definir el significado de las palabras del vocabulario que las personas videntes, posiblemente por la ausencia de una imagen mental del objeto.

Codina, M. (2004):

En el lenguaje cabe destacar que la mayor dificultad que tienen las personas con discapacidad visual es en la comunicación pre verbal, es decir, la construcción de las primeras palabras y en la relación palabra-objeto. Posteriormente, estas dificultades de integración van siendo superadas cuando aparecen gestos alternativos de comunicación que el individuo establece con las personas que lo rodean. En la cognición, estudios demuestran que la mayor dificultad que presentan las personas con discapacidad visual es en el período de las operaciones concretas y abstractas. Sin embargo, estas dificultades también son superadas con éxito, pues la persona encuentra fácilmente rutas y caminos distintos para resolver tareas propias de estos períodos y conseguir, de esta forma, aprendizajes exitosos. (p. 231).

El desarrollo motor de la persona con discapacidad visual, es un aspecto fundamental que debe ser tomado en cuenta, pues si bien no afecta el desarrollo intelectual ni el lenguaje, este afecta sin duda a la orientación espacio-temporal del individuo con relación al medio en el que se desenvuelve. Cabe destacar que la actividad física y corporal permite a la persona relacionarse adecuadamente con el entorno.

Martínez, Lourdes (2008):

En el caso de la persona con discapacidad visual, esta actividad psicomotriz se encuentra afectada por la falta de experiencias motrices que presenta, debido a la pasividad

motora y a la escasa motivación del individuo para moverse. La psicomotricidad de la persona con Discapacidad visual evoluciona conforme a la maduración neurológica, sin embargo, la ausencia o escasa visión impide el procesamiento de información del mundo que lo rodea. Es por esto, que la estimulación de la persona con discapacidad visual es fundamental y oportuna para que se consigan por medio de estas las experiencias y el contacto del individuo con el entorno. (p.23)

Es importante considerar lo que señala al respecto la Federación Internacional del Deporte para personas ciegas la IBSA "el deporte (es) el mejor medio de promoción de la imagen integradora de las personas con discapacidad y ciegas en particular, ayudando a superar su minusvalía potenciando su autoestima, capacidad de superación y normalización en su entorno, y, en definitiva, su plena realización". En la socialización, la persona con discapacidad visual presenta algunos rasgos especiales como la excesiva dependencia al adulto, dificultad para relacionarse con el resto de personas, en especial con sus compañeros videntes.

Deporte adaptado concepto

El deporte adaptado es un tipo de actividad física reglamentada que intenta hacer posible la práctica deportiva a personas que tienen alguna discapacidad o disminución.

Sanz, D. Reina, R. (2012):

El término deporte adaptado engloba aquellas modalidades deportivas que se adaptan al colectivo de personas con algún tipo de discapacidad o condición especial, bien porque se han realizado una serie de adaptaciones y /o modificaciones para facilitar la práctica de este colectivo, o porque la propia estructura del deporte permite su práctica sin adaptaciones. (p.35).

No cabe duda que la sociedad empieza a enfrentarse al reto que supone la integración, o mejor, la no exclusión de la persona con

discapacidad. En unas ocasiones con fines políticos, en otras, humanitarios, pero en el fondo, constituye un deber que el colectivo humano tiene para consigo mismo, y que muy bien reflejan la Carta de Derechos Humanos de la O.N.U. y las Cartas Constitucionales de cualquier Estado democrático: la igualdad entre sus miembros. La propia O.N.U. nos señala parte de estos objetivos en su Resolución 37/52, de 3 de diciembre de 1982.

Sanz y Reina, (2012) citado por Cangas, A. Gallego. J. Navarro, N. (2013):

Extrapolando el movimiento inclusivo al ámbito del deporte, partiremos de la concepción de Deporte Adaptado que englobaría a todas aquellas modalidades deportivas que se adecúan a personas con diferentes capacidades, bien porque se han realizado una serie de adaptaciones y/o modificaciones para facilitar la práctica de ese colectivo, o porque la propia estructura del deporte permite su práctica sin adaptaciones relevantes. Pero el deporte adaptado tiene muchas acepciones, que van desde el deporte salud (Tweedy y Vanlandewijck, 2011). (p.27).

Definir el Deporte Adaptado es una tarea difícil, debido a la poca documentación existente, pero podemos hacerlo con un lenguaje sencillo siguiendo la definición del Dr. Conrado Rodríguez (1993): “Especialidad deportiva que utiliza medios diferentes a los habituales para poder ser practicada por deportistas diferentes a los habituales”.

Importancia del deporte adaptado

Es conocido por la sociedad la importancia que tiene el deporte, ya que este produce grandes beneficios a nivel integral (físico, psíquico y social), para los no videntes, puesto que para ellos los beneficios que produce el deporte no radica en la mejora de la condición física, sino en cómo el

deporte adaptado sirve de vehículo para la integración e inclusión a la sociedad.

6.4 Objetivos

6.4.1 Objetivo general

Elaborar una guía de “orientaciones metodológicas para el desarrollo de capacidades coordinativas especiales en la práctica físico deportiva de personas no videntes.

6.4.2 Objetivos específicos

- Facilitar a los entrenadores normas y orientaciones metodológicas para el desarrollo de las capacidades coordinativas en personas no videntes que cumplen con actividades físico deportivas y deportes adaptados y que eleven su calidad de vida.
- Enriquecer las experiencias pedagógicas y didácticas de entrenadores, guías y padres de familia para contribuir en el mejoramiento de la calidad y el Buen Vivir de las personas con capacidades especiales.
- Socializar la guía de Orientaciones metodológicas a las Autoridades, entrenadores, padres de familia para tratar aspectos relacionados con el desarrollo de las capacidades coordinativas

6.5 Ubicación sectorial y física

País: Ecuador, **provincias:** Pichincha, **ciudad:** Quito, **periodo de aplicación:** 2015-2016, **instituciones:** Clubes de I MIES

6.6 Desarrollo de la propuesta

Presentación

Es conocido por la sociedad la importancia que tiene el deporte, ya que este produce grandes beneficios a nivel integral (físico, psíquico y social), para los no videntes, puesto que para ellos los beneficios que produce el deporte no radica en la mejora de la condición física, sino en cómo el deporte adaptado sirve de vehículo para la integración e inclusión a la sociedad.

En este sentido el deporte ha pasado a constituirse como un auténtico recurso terapéutico, un medio rehabilitador que evita, al menos en parte, con su empleo y sus resultados, la utilización de otro tipo de tratamientos médico-farmacológicos de mayor coste económico. Teniendo en cuenta estos condicionantes y para poder corregir estas deficiencias derivadas de los hábitos de vida, es necesario que cuando recibamos un atleta ciego que no ha entrenado, se establezca como objetivo prioritario inicial, el realizar un volumen de entrenamiento mínimo.

En esos momentos iniciales, el entrenador debería programar un entrenamiento cuyos objetivos generales secundaran una estrategia amplia, que tuviera como resultado final la modificación de los hábitos de vida sedentarios y la apetencia de normas y actitudes de conducta más activas y saludables.

Se entiende al deporte como parte del proceso de rehabilitación. Entendiendo a la rehabilitación como los procedimientos médicos, psicológicos, pedagógicos y sociales que sirven para el mejor desarrollo de las capacidades de la persona con necesidades especiales. El deporte no debe ser nunca un cúmulo de movimientos, ya que el mismo tiene sus fundamentos pedagógicos a raíz de los cuales se establecen los objetivos propios de la actividad.

TALLER N° 1

TEMA: DESARROLLO GENERAL DE LA CAPACIDAD DE ORIENTACIÓN.

OBJETIVO:	METODO:	
Establecer estrategias metodológicas para el desarrollo de la capacidad de orientación.	Directo y asignación de tareas.	
JUGADORES:	TIEMPO:	DÍA:
De 15 a 20 Participantes. Formar grupos.	45 min	Lunes
MATERIALES	LUGAR:	
Espacios verdes delimitado, pelotas, conos.	Centro MIES Atahualpa	

Conceptualización. - Para desarrollarla es importante captar y procesar correctamente informaciones sobre: La ubicación y el movimiento del cuerpo en el espacio. Los movimientos de jugadores compañeros y rivales, así como la trayectoria de los implementos de juego o deporte.

DESARROLLO:

- Caminatas y desplazamientos con ayuda del guía, al realizar durante un desplazamiento hacia atrás.
- Juegos en espacios reducidos.
- Vencer corriendo o saltando obstáculos de altura diferente y objetos móviles.
- Juegos predeportivos incluyendo especialmente: demarcaciones, ver y pasar al compañero libre. Juego posicional correcto en relación al oponente personal.



Autor: Tatiana Vargas

EVALUACIÓN: Para entrenar la capacidad de orientación sirve especialmente las siguientes medidas metodológicas: Practicar después de haber realizado cargas previas. Practicar bajo presión temporal.

TALLER N° 2

TEMA: DESARROLLO GENERAL DE LA CAPACIDAD DE EQUILIBRIO.

OBJETIVO:	METODO:	
Establecer estrategias metodológicas para el desarrollo de la capacidad de equilibrio.	Directo y asignación de tareas.	
JUGADORES:	TIEMPO:	DÍA:
De 15 a 20 Participantes. Formar grupos.	45 min	Martes
MATERIALES	LUGAR:	
Espacios verdes delimitado, pelotas, conos.	Centro MIES Atahualpa	

CONCEPTUALIZACIÓN. Para desarrollarla es necesario: Mantener todo el cuerpo en una posición determinada. Recuperar la posición después de disturbios. Solo de este modo se puede desarrollar multifacéticamente las interrelaciones nerviosas entre los receptores estáticos-dinámicos.

DESARROLLO

- Carrera con cambios de dirección e intercalando rotaciones.
- Saltos en los cuales el deportista debe realizar una tarea adicional durante la fase de vuelo del salto como, por ejemplo: rotar, dar palmadas, tomar un objeto.



Autor: Tatiana Vargas

EVALUACIÓN: Para entrenar la capacidad de orientación sirve especialmente las siguientes medidas metodológicas: Ejercicios de malabares. Bailar. Saltos en profundidad (saltar desde un aparato hacia el piso). Balancear sobre áreas estrechas después de giros o rolamientos múltiples.

TALLER N° 3

TEMA: DESARROLLO GENERAL DE LA CAPACIDAD DE RITMO.

OBJETIVO:	METODO:	
Establecer estrategias metodológicas para el desarrollo de la capacidad de ritmo.	Directo y asignación de tareas.	
JUGADORES:	TIEMPO:	DÍA:
De 15 a 20 Participantes. Formar grupos.	45 min	Miércoles
MATERIALES	LUGAR:	
Espacios verdes delimitado, pelotas, conos.	Centro MIES Atahualpa	

CONCEPTUALIZACIÓN. Encontrar la dinámica individual al realizar el gesto motor. Solo de este modo se puede desarrollar multifacéticamente la sensación de velocidad y ritmo, así como de su realización muscular.

DESARROLLO.

- Bailar.
- Correr venciendo obstáculos según ritmo predictado (ritmo de 2, de 3, de 4, de 5.)
- Salidas variando las pausas entre voces de comando.
- Juegos: con pelotas pequeñas. Con la pelota de rugby
- Acompañado del guía



Autor: Tatiana Vargas

EVALUACION: Efectuar los ejercicios en diferentes superficies y proponemos el siguiente orden: a) pasto b) pista con ayuda de colchonetas c) finalmente en la pista usando el mayor número de materiales didácticos para posteriormente quitarlos con el propósito de reforzar el aprendizaje y la motivación.

TALLER: N° 4

TEMA: DESARROLLO GENERAL DE LA CAPACIDAD DE REACCIÓN.

OBJETIVO:	METODO:	
Establecer estrategias metodológicas para el desarrollo de la capacidad de reacción.	Directo y asignación de tareas.	
JUGADORES:	TIEMPO:	DÍA:
De 15 a 20 Participantes. Formar grupos.	45 min	Jueves
MATERIALES	LUGAR:	
Espacios verdes delimitado, pelotas, conos.	Centro MIES Atahualpa	

CONCEPTUALIZACIÓN. Para desarrollarla es necesario: Es necesario realizar acciones rápidas, concretas respondiendo. A una señal exteriopropioceptiva, a un cambio súbito de la situación. Solo de este modo se puede desarrollar multifacéticamente respuestas reflectoras adecuadas

DESARROLLO

- Juegos pre deportivos y relevos. Con acompañamiento de los guías.
- con reglas especiales (por ejemplo. sin dribling).
- en campo reducido.
- en forma de mini torneos (2 tiempos de 3 min).
- iniciando con ventaja de puntos y limitando el tiempo de juego.
- con varias pelotas y con varios arcos.



Autor: Tatiana Vargas

EVALUACIÓN: Para entrenar la capacidad de ritmización se recomienda especialmente las siguientes medidas metodológicas: Ejercicio bajo presión de tiempo. Variación de la recepción de estímulos. Ejercicio después de una carga previa. La ayuda del guía es importante para precautelar la seguridad y confianza del deportista no vidente.

TALLER N° 5

TEMA: DESARROLLO GENERAL DE LA CAPACIDAD DE ANTICIPACIÓN.

OBJETIVO:	METODO:	
Establecer estrategias metodológicas para el desarrollo de la capacidad de anticipación.	Directo y asignación de tareas.	
JUGADORES:	TIEMPO:	DÍA:
De 15 a 20 Participantes. Formar grupos.	45 min	Viernes.
MATERIALES	LUGAR:	
Espacios verdes delimitado, pelotas, conos.	Centro MIES Atahualpa	

CONCEPTUALIZACIÓN. Para desarrollarla es necesario: Realizar informaciones sobre el transcurso espacial, temporal y dinámico de una acción conforme el programa motor de esta acción. Solo de este modo se puede desarrollar multifacéticamente la percepción espacial, la sensación temporal y la percepción consciente de la tensión muscular.

DESARROLLO.

- Con el fin de mejorar la percepción espacial:
- Lanzamientos de precisión variando la distancia.
- Saltos hacia diferentes zonas marcadas de aterrizajes.
- Con el fin de mejorar la sensación temporal:
- Cambio de ritmo durante el movimiento.
- Cumplimientos de instrucciones de tiempo y de marcas intermediarias.
- Con el fin de mejorar la sensación muscular:
- Utilización de implementos deportivos de tamaño y pesos diferentes.
- Pases directos e indirectos precisos o desde la posición parada o corriendo.
- Empleo acentuado de la fuerza en lucha.



Autor: Tatiana Vargas

EVALUACION: Para entrenar la capacidad de reacción es necesario: Variación de la ejecución del motor. Variación de las condiciones externas. La ayuda del guía es importante para precautelar la seguridad y confianza del deportista no vidente.

TEMA N° 6

TEMA: DESARROLLO GENERAL DE LA CAPACIDAD DE COORDINACIÓN.

OBJETIVO:	METODO:	
Establecer estrategias metodológicas para el desarrollo de la capacidad de coordinación.	Directo y asignación de tareas.	
JUGADORES:	TIEMPO:	DÍA:
De 15 a 20 Participantes. Formar grupos.	60 min	Lunes
MATERIALES	LUGAR:	
Espacios verdes delimitado, pelotas, conos.	Centro MIES Atahualpa	

CONCEPTUALIZACIÓN. Realizar informaciones sobre el transcurso espacial, temporal y dinámico de una acción. Solo de este modo se puede desarrollar multifacético la coordinación entre los diferentes centros cerebrales solicitados y entrenar los procesos de desinhibición (apertura de contactos nerviosos), también en las uniones neuro-musculares.

DESARROLLO.

- Coordinar destrezas motoras.
- Correr en zig- zag con cronometraje.
- Coordinar diferentes elementos gimnásticos como, por ejemplo. caminar, correr, saltar.
- Coordinar elementos de gimnasia artística en forma de series acrobáticas y coordinación de saltos.
- Coordinar elementos de juego en forma de
- ejercicios complejos y coordinar varias técnicas deportivas en forma de acciones complejas de juego.



Autor: Tatiana Vargas

EVALUACION: Realizar dicha coordinación enfrentándose a un oponente o a un implemento respectivamente. Encadenar varias destrezas técnicas para realizar una acción más compleja.

TALLER N° 7

TEMA: CAPACIDADES ESPECIALES Y HABILIDAD DEPORTIVAS.

OBJETIVO:	METODO:		
: Valorar la ejecución del gesto motor y las habilidades físico deportivas.	Juego y Resolución de problemas		
JUGADORES:	TIEMPO:	DÍA:	
De 15 a 20 Participantes. Formar grupos.	45 min	Martes	
MATERIALES	LUGAR:		
Espacios verdes, canchas	Centro MIES Atahualpa		

CONCEPTUALIZACIÓN: Relacionar la metodología para el desarrollo de las capacidades coordinativas y las habilidades coordinativas especiales y deportivas.

DESARROLLO: Variación de la ejecución del gesto motor. Coordinación-Anticipación.

- Desplazamientos hacia todas las direcciones.
- Salto y dos aplausos en el aire antes de aterrizar.
- Movimientos de esquivar.
- Movimientos del tronco.
- Desplazamiento con y sin implementos hacia un blanco fijado.
- Juego con restricciones: con una mano, con una pierna, en el área limitada.



Autor: Tatiana Vargas

EVALUACIÓN: Relacionar la metodología para el desarrollo de las capacidades coordinativas y las habilidades coordinativas especiales y deportivas.

TALLER N° 8

TEMA: CAPACIDADES ESPECIALES Y HABILIDAD DEPORTIVAS.

OBJETIVO:	METODO:	
Valorar la ejecución del gesto motor y las habilidades físico deportivas.	Mando Directo, repeticiones.	
JUGADORES:	TIEMPO:	DÍA:
De 15 a 20 Participantes. Formar grupos.	45 min	Miércoles
MATERIALES	LUGAR:	
Espacios verdes, canchas	Centro MIES Atahualpa	

CONCEPTUALIZACIÓN: Relacionar la metodología para el desarrollo de las capacidades coordinativas y las habilidades coordinativas especiales y deportivas.

DESARROLLO:

- Desplazamientos hacia todas las direcciones.
- Salto y dos aplausos en el aire antes de aterrizar.
- Juegos de reacción y movimientos de esquivar.
- Movimientos del tronco.
- Desplazamiento con y sin implementos (globos, balones) hacia un blanco fijado.
- Juego con restricciones: con una mano, con una pierna, en el área limitada.



Autor: Tatiana Vargas

EVALUACIÓN: valorar la reacción, participación y equilibrio de cada usuario.

TALLER N° 9

TEMA: CAPACIDADES ESPECIALES Y HABILIDAD DEPORTIVAS.

OBJETIVO:	METODO:	
Valorar la ejecución del gesto motor y las habilidades físico deportivas.	El juego, repeticiones.	
JUGADORES:	TIEMPO:	DÍA:
De 15 a 20 Participantes. Formar grupos.	45 min	jueves
MATERIALES	LUGAR:	
Espacios verdes, canchas, pista atlética.	Centro MIES Atahualpa	

CONCEPTUALIZACIÓN: Combinación de destrezas motoras, modificación de las condiciones externas

DESARROLLO: Orientaciones metodológicas. Coordinación – reacción

- Percepción de estímulos visuales, auditivos, propioceptivos, gestuales, para reaccionar frente a un compañero
- Saltos en los cuales el deportista debe realizar una tarea adicional durante la fase de vuelo del salto como, por ejemplo: rotar, dar palmadas, tomar un objeto.
- Juegos con pelotas pequeñas y formar grupos para hacer goles con las manos.



Autor: Tatiana Vargas

EVALUACION: Tomar en cuenta como llevarían a realizar un número elevado de movimientos o repeticiones de los juegos y ejercicios, lo cual sería útil para la mejora de la base motora y por ende aceleraría el aprendizaje de la salida y otros gestos técnicos que hacen parte de la carrera.

TALLER N° 10

TEMA: CAPACIDADES ESPECIALES Y HABILIDAD DEPORTIVAS.

OBJETIVO:	METODO:	
Valorar la ejecución del gesto motor y las habilidades físico deportivas.	El juego, repeticiones.	
JUGADORES:	TIEMPO:	DÍA:
De 15 a 20 Participantes. Formar grupos.	45 min	Viernes
MATERIALES	LUGAR:	
Espacios verdes, canchas, pista atlética.	Centro MIES Atahualpa	

CONCEPTUALIZACIÓN: Combinación de destrezas motoras, modificación de las condiciones externas. Coordinación-Reacción – Agilidad

DESARROLLO: Percepción de estímulos visuales, auditivos, propioceptivos, gestuales, para reaccionar frente a un compañero

- Ejercicios gimnásticos debe realizar una tarea adicional durante la fase de vuelo del salto como, por ejemplo: rolar, dar palmadas, entre las piernas.
- En una sesión de entrenamiento se programa:
 - 1º entrenamiento anaeróbico aláctico
 - 2º entrenamiento anaeróbico
 - 3º potencia aeróbica



Autor: Tatiana Vargas

EVALUACION: Como relacionar a la metodología para el desarrollo de las capacidades coordinativas y las habilidades coordinativas especiales y deportivas.

TALLER N° 11

TEMA: CAPACIDADES ESPECIALES Y HABILIDAD DEPORTIVAS.

OBJETIVO:	METODO:	
Ejecutar el gesto motor y habilidades físico deportivas, varios deportes.	El juego, repeticiones.	
JUGADORES:	TIEMPO:	DÍA:
De 15 a 20 Participantes. Formar grupos.	45 min	Viernes
MATERIALES	LUGAR:	
Espacios verdes, canchas, pista atlética.	Centro MIES Atahualpa	

CONCEPTUALIZACIÓN: Es la variación de destrezas motoras, modificación de las condiciones externas. Orientación- Ritmización.

DESARROLLO: Orientaciones metodológicas

- Variación de la combinación de habilidades motrices básicas específicas y deportivas.
- Ejecución de los gestos motores con mano y pie menos hábiles.
- Desplazamientos hacia zonas marcadas.
- Técnicas de desplazamiento, giros y frenado a diferentes distancias, y materiales. (zig-zag) con implementos o sin implementos



Autor: Tatiana Vargas

EVALUACION: Cuando un usuario con deficiencia visual comienza a entrenar, se debe tener en cuenta que probablemente los hábitos de vida cotidiana en los que ha estado inmerso, pueden estar marcados por un fuerte sedentarismo

TALLER N° 12

TEMA: CAPACIDADES COORDINATIVAS

OBJETIVO:	METODO:	
Relacionar la metodología para el desarrollo de las capacidades coordinativas y las acciones técnicas especiales para deportes adaptados	El juego, repeticiones.	
JUGADORES:	TIEMPO:	DÍA:
De 15 a 20 Participantes. Formar grupos.	45 min	Lunes
MATERIALES	LUGAR:	
Espacios verdes, canchas, pista atlética.	Centro MIES Atahualpa	

CONCEPTUALIZACIÓN: Esta capacidad permite conectar habilidades motoras automatizadas, por ejemplo, arranque y empuje. La coordinación segmentaria forma parte de esta actividad. El propio entrenamiento bilateral, o la formación ambidiestra, es un componente de este tipo de coordinación.

DESARROLLO:

- Cambios de mano y pie al momento de desplazarse con balones o globos.
- Técnica de desplazamientos y cambios de posición.
- Depende del nivel del deportista no vidente.



Autor: Tatiana Vargas

EVALUACION: Cuando un atleta con deficiencia visual comienza a entrenar, se debe tener en cuenta que probablemente los hábitos de vida cotidiana en los que ha estado inmerso, pueden estar marcados por un fuerte sedentarismo

TALLER N° 13

OBJETIVO:	METODO:	
Desarrollar Capacidad de combinación y apareamiento de los movimientos	Mando directo, repeticiones.	
JUGADORES:	TIEMPO	DÍA:
De 15 a 20 Participantes. Formar grupos.	:	
	45 min	Martes
MATERIALES	LUGAR:	
Espacios verdes, canchas, pista atlética.	Centro MIES Atahualpa	

CONCEPTUALIZACIÓN: Cuando un atleta con deficiencia visual comienza a entrenar, se deber tener en cuenta que probablemente los hábitos de vida cotidiana en los que ha estado inmerso, pueden estar marcados por un fuerte sedentarismo.

DESARROLLO:

- Cambios de dirección y ritmo en el espacio de calentamiento, en la pista y en la competencia.
- Noción de sus compañeros y otros competidores en el campo de juego.



Autor: Tatiana Vargas

EVALUACION: Ejecución de las capacidades de orientación espacio-temporal

TALLER N° 14

OBJETIVO:	METODO:	
Desarrollar Capacidad de combinación y aparejamiento de los movimientos	Mando directo, repeticiones.	
JUGADORES:	TIEMPO:	DÍA:
De 15 a 20 Participantes. Formar grupos.	45 min	Miércoles
MATERIALES	LUGAR:	
Espacios verdes, canchas, pista atlética.	Centro MIES Atahualpa	

CONCEPTUALIZACIÓN: Permite controlar de manera sutilmente diferenciada los parámetros, dinámicos, temporales y espaciales del movimiento, dando lugar a un movimiento eficaz y eficiente.

DESARROLLO:

- Arranques y salidas, empujes.
- Desplazamientos en recta y en curva
- Saltos en suspensión en el aire. Salida, en recta y en curva en la pista de atletismo.
- Acciones después de una caída, recuperación con ayuda del entrenador o del guía.



Autor: Tatiana Vargas

EVALUACION La capacidad de mantener el cuerpo en una postura de equilibrio, y de recuperarlo después de amplios movimientos o sollicitaciones.

TALLER N° 15

OBJETIVO:	METODO:	
Es la capacidad de organizar cronológicamente las prestaciones musculares en	Mando directo, repeticiones.	
JUGADORES:	TIEMPO:	DÍA:
De 15 a 20 Participantes. Formar grupos.	45 min	Jueves
MATERIALES	LUGAR:	
Espacios verdes, canchas, pista atlética.	Centro MIES Atahualpa	

CONCEPTUALIZACIÓN: Es la capacidad de organizar cronológicamente las prestaciones musculares en relación al espacio y al tiempo,

DESARROLLO: Trabajo de reacción (desde que se da la señal de salida. Movimientos de flexión y extensión de rodillas en conjunto con los movimientos de brazos, cadera.



Autor: Tatiana Vargas

EVALUACION: Permite responder a estímulos, ejecutando acciones motoras adecuadas como respuesta a una señal.

TALLER N° 16

OBJETIVO:	METODO:	
Hace posible adaptar o transformar el programa motor sobre la base de variaciones repentinas e inesperadas.	Mando directo, repeticiones.	
JUGADORES:	TIEMPO :	DÍA:
De 15 a 20 Participantes. Formar grupos.	45 min	Viernes
MATERIALES	LUGAR:	
Espacios verdes, canchas, pista atlética.	Centro MIES Atahualpa	

CONCEPTUALIZACIÓN: es la Capacidad de transformación de los movimientos

DESARROLLO Trabajo del deportista no vidente (salida, carrera en línea recta y en curvas). Saltos y reacciones ante estímulos sensorceptivos



Autor: Tatiana Vargas

EVALUACION: Comprobar que, en atletas deficientes visuales, el umbral aeróbico y el anaeróbico están muy próximos. En algunos casos, ambos parámetros están separados tan sólo por 10 pulsaciones por minuto.

TALLER N° 17

TEMA: ELEMENTOS PEDAGÓGICOS

OBJETIVO:	METODO:	
Conocer los elementos pedagógicos (entrenadores y guías) que intervienen en el deporte adaptado	Análítico- sintético.	
ENTRENADORES:	TIEMPO:	DÍA:
Participantes. Formar grupos.	60 min	Lunes
MATERIALES	LUGAR:	
Espacio delimitado. Salas	Centro MIES Atahualpa	

CONCEPTUALIZACIÓN. Las actividades que normalmente desarrolla un vidente, y que implican favorecer las condiciones físicas que inciden en el rendimiento deportivo, se presentan muy a menudo disminuidas en la vida cotidiana de una persona ciega. Ello incide sobre los aspectos relacionados con la salud y la riqueza motriz e influyen en la práctica deportiva.

DESARROLLO.

Los entrenadores.

- El entrenador debería procurar mejorar los parámetros que se refieren a la salud y por lo tanto rechazar, con la consideración de error metodológico, el diseño de un plan de entrenamiento específico para una prueba concreta, aunque está fuera de velocidad



Autor: Tatiana Vargas

EVALUACION: Metodológicas. Lo ideal sería que, tanto las características antropométricas como el carácter del atleta ciego, fueran lo más parecidas posible a las de su guía. Se debe buscar que el atleta ciego y el guía se adapten perfectamente, siendo deseable que tanto sus características sociales como su perfil psicológico sean compatibles.

TALLER N° 18

TEMA: DEPORTE ADAPTADO: EL ATLETISMO

OBJETIVO:	METODO:	
Reconocer los aspectos generales y la metodología para el desarrollo las acciones técnicas especiales del atletismo como deporte adaptado.	Análítico- sintético.	
ENTRENADORES:	TIEMPO:	DÍA:
Participantes. Formar grupos.	40 min	Martes
MATERIALES	LUGAR:	
Espacio delimitado. Salas	Centro MIES Atahualpa	

CONCEPTUALIZACIÓN. Cuando un atleta con deficiencia visual comienza a entrenar, se deber tener en cuenta que probablemente los hábitos de vida cotidiana en los que ha estado inmerso, pueden estar marcados por un fuerte sedentarismo

DESARROLLO.

- Aplicación de carrera como mutisaltos
- Y diferentes tipos de skipping.



Autor: Tatiana Vargas

EVALUACION. el entrenador deberá cuidar esa programación con distintos objetivos ya sean de formación o para atender una competición internacional importante.

TALLER N° 19

TEMA: ESPECIALIDAD: LA CARRERA

OBJETIVO:	METODO:	
Reconocer los aspectos generales y la metodología para el desarrollo las acciones técnicas especiales de la carrera en el atletismo como deporte adaptado.	Análítico- sintético.	
ENTRENADORES:	TIEMPO:	DÍA:
Participantes. Formar grupos.	40 min	Miércoles
MATERIALES	LUGAR:	
Espacio delimitado. Salas	Centro MIES Atahualpa	

CONCEPTUALIZACIÓN: Cuando al caminar vamos acelerando, llega un momento que a determinada velocidad los pies pierden contacto con el suelo. En ese momento estamos corriendo. Aunque correr es una actividad natural que el ser humano ha utilizado desde siempre para desplazarse, el correr correctamente desde el punto de vista de la biomecánica no es lo habitual. Poseer una correcta técnica de carrera, debería ser común para todos los atletas sin distinción, pero el estilo de unos y otros varía. Los ciegos, como mecanismo de defensa, generalmente buscan mucho el suelo para su sustentación y como consecuencia, en carrera elevan menos el muslo, lo que produce una zancada de menor longitud.

DESARROLLO

Análisis técnico de la carrera deportistas no videntes. La carrera, analizada bajo los criterios de la biomecánica, está constituida por ciclos cada uno de los cuales se llama zancada. Ésta comprende desde que un pie toma contacto con el suelo hasta que lo hace de nuevo, por lo tanto, consta de dos pasos. Si analizamos el paso, diremos que las partes que lo componen son, en primer lugar, la impulsión o fase de extensión de la pierna necesaria para impulsar la cadera hacia delante. Esta fase

constituye la parte activa de la carrera. La siguiente fase es la suspensión. Consiste en la elevación del centro de gravedad y la consiguiente pérdida de contacto con el suelo. Como consecuencia se presenta una pérdida de velocidad.

Finalmente, el pie vuelve a tomar contacto con el suelo en la fase de recepción o apoyo, que constituye también una fase negativa para la velocidad. Por lo tanto, la velocidad de carrera la determinan la longitud de la zancada y la frecuencia con que se producen las mismas. Con frecuencia observamos que muchas personas corren mal, sobre todo si son autodidactas y no han sido corregidas adecuadamente, o bien debido a que sus esquemas motrices sean pobres.

Por ello comparando dos atletas de las mismas características físicas y antropométricas, siendo uno ciego y el otro vidente, ocurre que para desarrollar la misma velocidad en la carrera, el ciego deberá incrementar más que el vidente su frecuencia de zancada. Precisamente por ello, la persona ciega se enfrenta a un inconveniente que limita sus posibilidades de incrementar la velocidad.

Esto se debe a que la frecuencia de zancada depende del sistema neuromuscular, que es poco entrenable y limitado temporalmente, ya que se puede modificar poco por el entrenamiento de resistencia. Sin embargo, la longitud de zancada depende de la fuerza siendo esta cualidad muy entrenable, por tanto, si además existe resistencia, se podrá mantener durante mucho tiempo una gran longitud de zancada.



Autor: Tatiana Vargas

EVALUACION:

La mejor forma de aprendizaje de la técnica es la observación e imitación de los gestos de los que corren. Por ello cuando no se puede ver, es necesario recurrir a métodos de enseñanza diferentes. Además de la explicación mediante el lenguaje, el dejar que el atleta ciego toque con sus manos a su entrenador o a otro atleta en las posiciones que debería realizar en la carrera. Con ello se intenta que logre captar la representación espacial del gesto técnico, para que posteriormente lo repita. Con paciencia y repeticiones, se logra enseñar todo el esquema dinámico de la correcta zancada.

Correr acompañado por otro atleta se ha revelado como un sistema adecuado, porque produce transferencia de información sobre ritmos, frecuencias en la respiración y movimientos...desde el guía al atleta ciego. Pero este último deberá racionalizar los tiempos de vuelo, longitud de zancada y tiempos de contacto, para lograr su correcta ejecución.

Las carreras pueden ser: de velocidad, de medio fondo, de fondo y de gran fondo.

TALLER N° 20

TEMA: ESPECIALIDAD: SALTOS

OBJETIVO:	METODO:	
Reconocer los aspectos generales y la metodología para el desarrollo las acciones técnicas especiales de los saltos en el atletismo como deporte adaptado.	Análítico- sintético.	
ENTRENADORES:	TIEMPO:	DÍA:
Participantes. Formar grupos.	40 min	Jueves
MATERIALES	LUGAR:	
Espacio delimitado. Salas	Centro MIES Atahualpa	

CONCEPTUALIZACIÓN.

Los saltos como deporte se componen de una cadena de acciones que, en parte, se suceden a gran rapidez, donde apenas queda tiempo para pensar. Las decisiones correctas deben tomarse de forma automática. Por ello tienen una gran influencia en el rendimiento aquellas habilidades del deportista que representan su destreza, su coordinación. Por lo tanto, serán llamadas habilidades coordinativas. Por supuesto que una buena coordinación requiere como base una condición física igual de buena. Ambas deben mejorarse conjunta y paralelamente mediante el programa. Para una persona ciega o deficiente visual, los gestos que impliquen la pérdida de contacto con el suelo, constituyen situaciones que le desconciertan, por el hecho de no saber cuál es su localización espacial, qué se va a encontrar en el aterrizaje o cómo será el mismo.

DESARROLLO

Estos miedos implican que el aprendizaje de la técnica en el atletismo sea laborioso y lento para los ciegos, con tendencia a distorsionar la técnica que exige el gesto deportivo. Dicha variación de la técnica es la resultante que se produce como mecanismo de defensa, debido al miedo incontrolable que experimentan en el momento de realizar el gesto

deportivo. Por este motivo se observa una pérdida de rendimiento deportivo muy importante en todas las disciplinas.



Autor: Tatiana Vargas

EVALUACION

Para evitar riesgos, situamos un anunciador al final del foso, para que dirija al saltador desde el momento del aviso que se le da, al paso por la segunda referencia. Otra peculiaridad a la que nos enfrentamos cuando se entrena a atletas ciegos, es la forma con la que toman contacto con el pavimento. Generalmente los ciegos en el momento de contacto sitúan el pie con tendencia a caer de talón. Esto influye negativamente, en primer lugar, porque favorece la aparición de más lesiones y en segundo lugar, frena el movimiento. El triple salto, debido a la posibilidad de desplazamientos laterales, resulta peligroso.

TALLER N° 21

TEMA: ESPECIALIDAD: LANZAMIENTOS.

OBJETIVO:	METODO:	
Reconocer los aspectos generales y la metodología para el desarrollo las acciones técnicas especiales de los lanzamientos en el atletismo como deporte adaptado.	Inductivo-deductivo. Resolución de problemas	
ENTRENADORES:	TIEMPO:	DÍA:
Participantes. Formar grupos.	40 min	Viernes
MATERIALES	LUGAR:	
Espacio delimitado. Salas	Centro MIES Atahualpa	

CONCEPTUALIZACIÓN.

Existen lanzamientos de translación y lanzamientos de rotación, todos ellos tratan de buscar la intervención de cadenas cinéticas muy largas, procuran aumentar al máximo el recorrido posible del artefacto, comenzando el lanzamiento en los pies y terminando en los brazos aprovechando la máxima amplitud de movimiento que se realiza de forma explosiva. Todo ello con objeto de obtener la máxima aceleración posible del artefacto, mediante la aplicación de la máxima fuerza en el menor tiempo posible.

DESARROLLO

Análisis técnico de los lanzamientos personas no videntes. En un lanzamiento hay que distinguir cuatro fases: la de preparación, la de involución, principal o lanzamiento y la final o recuperación. Debemos tener presente que en cada lanzamiento estas fases son denominadas con diferentes palabras, pero responden al modelo establecido anteriormente.

Para cada lanzador en concreto, la distancia del lanzamiento la determinará la velocidad de descarga en el momento del lanzamiento, el

ángulo de proyección, la altura de partida, la resistencia del aire y la gravedad.



Autor: Tatiana Vargas

EVALUACION:

- Variación de la ejecución motora.
- Modificación de las condiciones externas.
- Variación de la recepción de estímulos.
- Combinación de destrezas motoras.
- Establecer algoritmos para cada una de las técnicas del patinaje en línea

TALLER N° 22

TEMA: DESARROLLO DE LA CAPACIDAD COORDINATIVA ESPECÍFICA DE ORIENTACIÓN

OBJETIVO:	METODO:	
Determinar un recurso metodológico que permita desarrollar la orientación	Asignación de Tareas	
ENTRENADORES:	TIEMPO:	DÍA:
15 – 20 determinados en grupos de 3 o 4	40 min	Lunes
MATERIALES	LUGAR:	
Canchas o espacios abiertos	Centro MIES Atahualpa	

CONCEPTUALIZACIÓN. La ubicación de su entorno y de su cuerpo es fundamental, así como determinar su trayectoria de movimiento en base a juegos y dinámicas grupales.

DESARROLLO

- Caminar formando círculos pequeños, medianos, grandes
- Caminar en grupos formando números, letras
- Caminar y jugar moviendo objetos pequeños
- Caminar formando hileras en los dos sentidos



Autor: Tatiana Vargas

EVALUACION: Los alumnos están en la capacidad de dirigirse de manera individual y grupal en las diferentes direcciones

TALLER N° 23

TEMA: DESARROLLO DE LA CAPACIDAD COORDINATIVA ESPECÍFICA DE EQUILIBRIO

OBJETIVO:	METODO:	
Desarrollar un recurso metodológico que permita desarrollar el equilibrio	Asignación de Tareas	
ENTRENADORES:	TIEMPO:	DÍA:
Participantes. Formar grupos.	40 min	Martes
MATERIALES	LUGAR:	
Espacio delimitado. Salas	Centro MIES Atahualpa	

CONCEPTUALIZACIÓN: El equilibrio en los movimientos permite la seguridad en la continuidad del movimiento, de esta manera los espacios cubiertos por los alumnos son alcanzados sin comportamientos dubitativos.

DESARROLLO:

- Caminar con objetos sobre sus manos
- Caminar con objetos pequeños sobre su cabeza
- Caminar y jugar moviendo objetos pequeños entre parejas
- Caminar con en cruz formando hileras en los dos sentidos



Autor: Tatiana Vargas

EVALUACIÓN: Los alumnos están en la capacidad de mantener el equilibrio por determinado tiempo y dirigirse de manera individual y grupal en las diferentes direcciones.

TALLER N° 24

TEMA: DESARROLLO DE LA CAPACIDAD COORDINATIVA ESPECÍFICA DEL RITMO

OBJETIVO:	METODO:	
Desarrollar un recurso metodológico que permita desarrollar el ritmo con asistencias de señales acústicas	Asignación de tareas	
ENTRENADORES:	TIEMPO:	DÍA:
15 – 20 determinados en grupos de 3 o 4	40 min	Miércoles
MATERIALES	LUGAR:	
Canchas o espacios verdes abiertos	Centro MIES Atahualpa	

CONCEPTUALIZACIÓN. El gesto motor en combinación con la velocidad desarrolla de manera multifacética el ritmo tomando muy en cuenta desde luego los aspectos temporales y dinámicos.

DESARROLLO

- Caminar en posición marcial (marchas)
- Marcar ritmos auditivos al momento de correr
- Caminar y jugar al escuchar el silbato
- Caminar y jugar al escuchar un aplauso
- Caminar y levantarse al escuchar la señal de voz



Autor: Tatiana Vargas

EVALUACION: Los alumnos están en la capacidad de desarrollar ritmos auditivos y manifestarlos durante la ejecución de un ejercicio, de esta manera está preparados en el aspecto sensomotriz

TALLER N° 25

TEMA: DESARROLLO DE LA CAPACIDAD COORDINATIVA ESPECÍFICA DE REACCIÓN

OBJETIVO:	METODO:	
Desarrollar un recurso metodológico que permita desarrollar la reacción con asistencias de señales acústicas	Asignación de Tareas	
ENTRENADORES:	TIEMPO:	DÍA:
15 – 20 determinados en grupos de 3 o 4	40 min	Jueves
MATERIALES	LUGAR:	
Espacio delimitado. Salas	Centro MIES Atahualpa	

CONCEPTUALIZACIÓN: La ejecución de guías motoras rápidas y de alta intensidad permite el desarrollo de respuestas reflejas adecuadas según la necesidad de la actividad física.

DESARROLLO:

- Salida con variación de pausas y sonidos
- Marcar ritmos auditivos al momento de correr
- Juegos en relevos con inicio de señal auditiva
- Juegos de relevos variando de súbito las normas y sonidos
- Caminar y detenerse al escuchar la señal de voz
- Saltar y sentarse al escuchar el silbato



Autor: Tatiana Vargas

EVALUACIÓN: Los alumnos están en la capacidad de desarrollar una reacción propia o anticipada mediante la acción de ritmos auditivos y manifestarlos durante la ejecución de un ejercicio.

TALLER N° 26

TEMA: DESARROLLO DE LA CAPACIDAD COORDINATIVA ESPECÍFICA DE LA COORDINACIÓN

OBJETIVO:	METODO:	
Desarrollar un recurso metodológico que permita desarrollar la reacción con asistencias de señales acústicas	Asignación de tareas	
ENTRENADORES:	TIEMPO:	DÍA:
Participantes. 15 – 20 determinados en grupos de 3 o 4	40 min	Viernes
MATERIALES	LUGAR:	
Espacio delimitado. Salas	Centro MIES Atahualpa	

CONCEPTUALIZACIÓN: Las uniones neurológicas, musculares desarrolladas de manera óptima permiten alcanzar un grado coordinativo superior, en unión de la información espacial, temporal y dinámica.

DESARROLLO:

- Marcar ritmos auditivos al momento de correr
- Coordinar movimientos intercalados en secuencia: correr, detenerse, saltar, sentarse.
- Realizar posiciones acrobáticas en tiempos determinados y extensión progresiva de duración



Autor: Tatiana Vargas

EVALUACIÓN: Los alumnos están en la capacidad de desarrollar aspectos coordinativos luego de una serie repetitiva hasta lograr el automatismo en cada una de las acciones motoras.

TALLER N° 27

TEMA: DESARROLLO DE LA CAPACIDAD COORDINATIVA DE RITMO EN EL DESPLAZAMIENTO.

OBJETIVO:	METODO:	
Mejorar el desplazamiento del participante mediante el movimiento y la musicalización	Mando directo	
JUGADORES:	TIEMPO:	DÍA:
De 15 a 20 Participantes. Formar grupos.	45 min	lunes
MATERIALES	LUGAR:	
Canchas o espacios abiertos, parlantes, música	Centro MIES Atahualpa	

DESARROLLO:

- Realizar movimientos de coordinación con diferente tipo de música
- Hacer movimientos de izquierda a derecha.
- Desplazarse por diferentes lugares utilizando movimientos coordinados.



Autor: Tatiana Vargas

EVALUACIÓN: Los usuarios están en la capacidad de desplazarse libremente con mayor agilidad.

TALLER N° 28

TEMA: DESARROLLO DE LA CAPACIDAD COORDINATIVA DE ACOPLAMIENTO PARA EL DESPLAZAMIENTO.

OBJETIVO:	METODO:	
Establecer estrategias metodológicas para el desarrollo de la capacidad de ritmo.	Directo y asignación de tareas.	
JUGADORES:	TIEMPO:	DÍA:
De 15 a 20 Participantes. Formar grupos.	45 min	Martes
MATERIALES	LUGAR:	
Espacios verdes delimitado, pelotas, conos.	Centro MIES Atahualpa	

DESARROLLO:

Desplazarse de un punto a otro esquivando alternadamente arcos de mediana altura, por debajo en posición de gateo y por arriba con elevación de una extremidad, repitiendo por cinco veces la misma acción.



Autor: Tatiana Vargas

EVALUACIÓN: Los usuarios están en la capacidad de desplazarse acoplando sus movimientos por arriba y debajo de un obstáculo manteniendo conciencia corporal.

TALLER N° 29

TEMA: DESARROLLO DE LA CAPACIDAD COORDINATIVA DE DIFERENCIACIÓN EN EL DESPLAZAMIENTO

OBJETIVO:	METODO:	
Mejorar el desplazamiento del participante en diferentes superficies y niveles mediante el efecto de contraste.	Asignación de Tareas	
JUGADORES:	TIEMPO:	DÍA:
De 15 a 20 Participantes. Formar grupos.	45 min	Miércoles
MATERIALES	LUGAR:	
Canchas o espacios abiertos, ulas y llantas.	Centro MIES Atahualpa	

DESARROLLO:

- Caminar hacia un grupo de ulas encolumnadas en donde deben pisar dentro de ella con el pie derecho y regresar haciendo lo mismo con el pie izquierdo.
- Caminar hacia un grupo de ulas encolumnadas y separadas en donde deben avanzar entre ellas rodeándolas.



Autor: Tatiana Vargas

EVALUACIÓN: Los usuarios están en la capacidad de desplazarse acoplándose a las diferentes características del suelo y objetos que se encuentren.

TALLER N° 30

TEMA: DESARROLLO DE LA CAPACIDAD COORDINATIVA DE ORIENTACIÓN EN EL DESPLAZAMIENTO.

OBJETIVO:	METODO:	
Mejorar el desplazamiento del participante mediante el recorrido de un punto a otro con movimiento lateral derecho e izquierdo.	Asignación de Tareas	
JUGADORES:	TIEMPO:	DÍA:
De 15 a 20 Participantes. Formar grupos.	45 min	Jueves
MATERIALES	LUGAR:	
Canchas o espacios abiertos y conos altos	Centro MIES Atahualpa	

DESARROLLO:

- Desplazarse lateralmente de un punto a otro esquivando por delante y detrás a la columna de conos, regresar repitiendo la misma acción del lado que falta.
- Realizar el mismo desplazamiento lateral mejorando su traslado.



Autor: Tatiana Vargas

EVALUACIÓN: Los participantes están en la capacidad de desplazarse lateralmente con evasión de obstáculos con mayor agilidad.

6.7 Impacto

6.7.1 Educativo y social. Las personas no videntes que practican actividades físicas y deportivas, entrenadores, monitores y orientadores deportivos estarán siendo parte de un nuevo proceso educativo-deportivo; esto a la vez, tendrá una proyección social positiva por la serie de aspectos innovadores que son pedagógicamente planteados en la propuesta.

Podrán mejorar socialmente las personas con discapacidad visual que en futuro inmediato tendrá la oportunidad de constituirse en seres humanos saludables y practicantes activos de deportes. La propuesta nace en el MIES Atahualpa, por lo tanto, se incrementa los niveles de credibilidad de la institución en la sociedad. Contribuye a la formación integral del deportista no vidente con el respaldo de los padres de familia, como beneficiarios de la propuesta.

6.7.2 Personal: La propuesta de los deportes adaptados tendrá un impacto en el nivel de autoestima y autonomía de los deportistas; además, fortalecerá aspectos de salud y ocupación del tiempo libre, tal como se señala en el Plan Nacional del Buen Vivir.

6.7.3 Sobre el conocimiento e intelecto: La propuesta establece una nueva visión sobre las tendencias actuales en la práctica deportiva de las personas no vidente o con deficiencia visual. La solución surge de la iniciativa, el pensamiento innovador y creativo de los propios deportistas que pertenecen a los clubes deportivos del MIES.

Se entiende que la práctica de actividades físicas y deportivas contribuyen al desarrollo físico y mental, por lo tanto, la propuesta fortalece la capacidad intelectual en todas sus manifestaciones (inteligencia emocional, inteligencia kinestésica, entre otras).

6.8 Difusión

La difusión será a través de la socialización de la propuesta en los clubes deportivos del MIES en la provincia de Pichincha.

Particularmente se orientará una charla sobre la problemática que ha sido objeto de investigación y estudio, a los entrenadores, monitores deportivos y padres de familia de los deportistas con capacidades especiales.

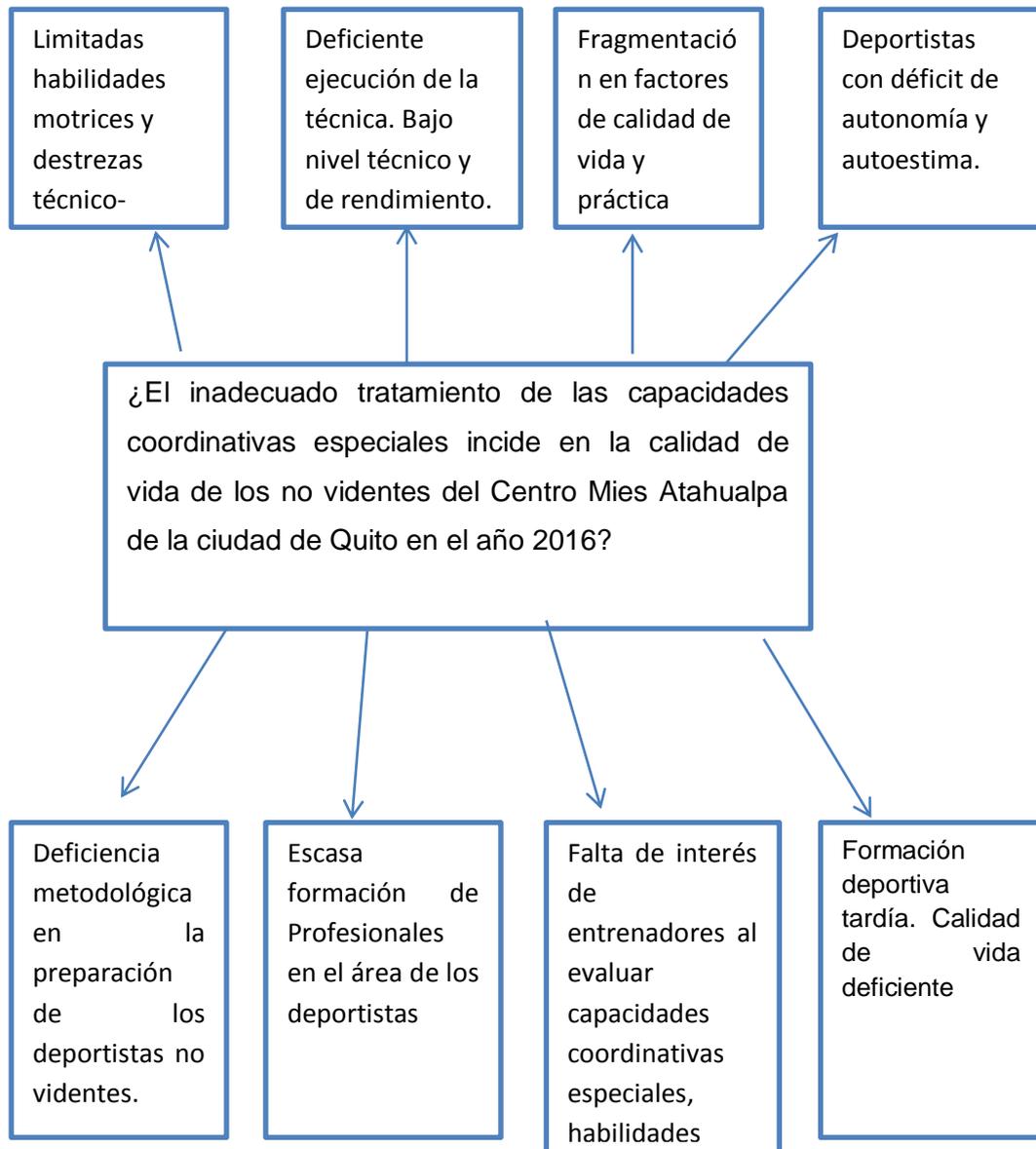
6.9 Bibliografía

- Albertí Margarita (2010) Alumnado con discapacidad visual Barcelona España GRAO de IRIF S.L
- Badia Antoni (2004) La práctica psicopedagógica en educación formal Barcelona España Editorial UDC.Com
- Blázquez Domingo (2006) Evaluación de las capacidades coordinativas España Inde.com
- Buendía Velázquez (2004) La evaluación de la educación física Barcelona España GRAO de IRIF S.L
- Carrera Josept (2013) Actividad física con personas discapacitadas Sevilla España Wanceulen Editorial Deportiva
- Castejón Juan (2000) Unas bases psicológicas de la educación especial Vicente de Alicante Club Universitario
- Curiel Alonso (2004) La evaluación de la Educación Física Barcelona España GRAO de IRIF S.L
- Díaz Nayeli (2005) fantasía en movimiento, México Noriega editores
- Fernández Emilia (2007) Evaluación de habilidades motrices básicas Barcelona España Inde publicaciones
- García Víctor (2000) Tratado de Educación Personalizada en la Educación Física Madrid España Gráficas Roger S.A
- Gonzáles Carlos (2010) Didáctica de la Educación Física Barcelona España GRAO de IRIF S.L
- Ley del deporte (2013)
- Martínez J (2000) Deporte y calidad de vida España AEISAD
- Moral José (2014) Actividad física en la adolescencia Sevilla España Wanceulen Editorial deportiva
- Oblitas L (2010) Psicología de la salud Mexico Cenage Learning
- Peregot Anna (2002) 1000 ejercicios y juegos de gimnasia rítmica deportiva Barcelona España Paidotribo
- Platanov Vladimir (2001) La preparación física Barcelona España Paidotribo

- Reina R (2010) La actividad física y deporte adaptado ante el espacio europeo de enseñanza España Wanceulen Editorial deportiva
- Santana José (2000) La Educación del individuo excepcional de América Latina Puerto Rico Universidad de Puerto Rico
- Vargas René (2007) Diccionario de Teoría y metodología del entrenamiento deportivo Universidad Autónoma de México

ANEXOS

ANEXO N° 1 Árbol de problemas



ANEXO N° 2 Matriz de coherencia

FORMULACIÓN DEL PROBLEMA	OBJETIVO GENERAL
<p>¿El inadecuado tratamiento de las capacidades coordinativas especiales incide en la calidad de vida de los no videntes del Centro Mies Atahualpa de la ciudad de Quito en el año 2016?</p>	<p>Determinar las capacidades coordinativas especiales y su incidencia en la calidad de vida de los no videntes del Centro Mies Atahualpa de la ciudad de Quito en el año 2016</p>
PREGUNTAS DE INVESTIGACIÓN	OBJETIVOS ESPECIFICOS
<ul style="list-style-type: none"> • ¿Cómo determinar el nivel de conocimientos que tienen los entrenadores y monitores sobre capacidades coordinativas especiales habilidades motrices básicas y específicas? • ¿Cómo indagar el criterio de padres de familia sobre la práctica y la enseñanza de las actividades físico deportivo que reciben los deportistas no videntes? • ¿Cuál es el nivel de las capacidades coordinativas reacción equilibrio, en los deportistas no videntes? • ¿Cuáles son los elementos de una propuesta alternativa e innovadora metodológica para el desarrollo de las capacidades coordinativas especiales orientada a la práctica de actividad físico deportiva en los no videntes? 	<ul style="list-style-type: none"> • Diagnosticar el nivel de conocimiento que poseen los docentes, entrenadores deportivos acerca del trabajo de las capacidades coordinativas especiales. • Investigar la opinión de los padres de familia acerca del tipo de actividades físicas que practican los deportistas que concurren al Centro MIES • Valorar las capacidades coordinativas especiales en los deportistas no videntes que asisten al Centro MIES • Elaborar una propuesta alternativa de ejercicios didácticos para mejorar las capacidades coordinativas especiales en los no videntes que asisten al Centro MIES

ANEXO N° 3 Matriz categorial

CONCEPTO	CATEGORÍAS	DIMENSIONES	INDICADOR
Están integradas por el grupo más grande de capacidades. De la forma cómo interactúan durante la realización de los movimientos y su eficacia en el rendimiento deportivo dependerá su enlace con las capacidades condicionales.	Capacidades Coordinativas Especiales.	Equilibrio Coordinación Reacción Habilidades motrices	Test de equilibrio (flamenco) Test de litwin Básicas. Específicas. Deportivas: Saltos, lanzamientos, carreras, Fútbol
La calidad de vida se conceptualiza de acuerdo con un sistema de valores, estándares o perspectivas que varían de persona a persona, de grupo a grupo y de lugar a lugar; así, la calidad de vida consiste en la sensación de bienestar que puede ser experimentada por las personas y que representa la suma de sensaciones subjetivas y personales del "sentirse bien."	Calidad de vida deportistas No videntes	Práctica de Actividades físicas y deportivas	Deporte adaptado. Beneficios

ANEXO N° 4 Encuesta dirigida al entrenador



Universidad Técnica Del Norte Facultad de Educación Ciencia y Tecnología Licenciatura en Entrenamiento Deportivo

Estimado entrenador: La presente encuesta tiene como objetivo: Analizar los conocimientos teórico-prácticos que poseen los entrenadores de los deportistas no videntes del centro MIES Atahualpa, sobre capacidades coordinativas especiales y su incidencia en la calidad de vida de los no videntes. Sus respuestas serán de mucho valor para alcanzar los objetivos propuestos. Le encarecemos responda con absoluta sinceridad y precisión.

1. ¿Su grado de conocimiento sobre capacidades coordinativas especiales es?

Alternativa	Respuesta
Alto	
Muy bueno	
Bueno	
Regular	

2. ¿Cuáles son las edades claves para el desarrollo de capacidades coordinativas especiales?

Alternativa	Respuesta
5-6-7 años	
8-9-10 años	
10-11-12 años	
+ de 15 años	

3. Señale cual es el objetivo principal del desarrollo de capacidades coordinativas especiales.

Alternativa	Respuesta
Desarrollo neuropropioceptivo	
Condición física	
Tonificación muscular	
Capacidad de Velocidad.	
La técnica deportiva	

4. ¿Con que frecuencia evalúa usted capacidades coordinativas?

Alternativa	Respuesta
Frecuentemente	
Regularmente	
A veces	
Casi nunca	

5. Señale con una X, capacidades coordinativas especiales que usted desarrolla en los deportistas no videntes.

Alternativa	Respuesta
Desplazamiento	
Coordinación	
Equilibrio	

6. De los siguientes test. Señale uno de los que Usted, utiliza para evaluar la capacidad coordinativa de equilibrio:

Alternativa	Respuesta
Test de Conconi	
Test de Avalakov	
Test del Flamenco	
Otros test	

7. De los siguientes test. Señale uno de los que usted, utiliza para evaluar la capacidad de reacción:

Alternativa	Respuesta
Test de Litwin	
Test de velocidad	
Test de flexibilidad	
Otros test	

8. Un estudio sobre métodos perceptivos en los deportistas no videntes, es

Alternativa	Respuesta
Muy Importante	
Importante	
Poco Importante	
Nada Importante	

9. Considera usted que las capacidades coordinativas especiales es base para una buena calidad de vida en los deportistas no videntes:

Alternativa	Respuesta
Si	
No	
Tal vez	
Total	

10. Considera Usted que un estudio sobre capacidades coordinativas en los deportistas no videntes, es:

Alternativa	Respuesta
Muy Importante	
Importante	
Poco Importante	
Nada Importante	
Total	

11. Aplicación del test de reacción, tomando el mejor tiempo entre los dos mejores intentos.

Alternativa	Respuesta
Insuficiente	
Regular	
Buena	
Muy buena	
Excelente	

12. Aplicación del test de equilibrio, tomando la mejor calificación respectiva de los dos mejores intentos

Alternativa	Respuesta
Insuficiente	
Regular	
Buena	
Muy buena	
Excelente	
Total	

GRACIAS POR SU COLABORACIÓN

ANEXO N° 5 Encuesta dirigida a los padres de familia



Universidad Técnica Del Norte
Facultad de Educación Ciencia y Tecnología
Licenciatura en Entrenamiento Deportivo.

Estimado padre de familia: La encuesta tiene como objetivo: establecer su criterio sobre la práctica que cumple su hijo y como implementan los entrenadores las capacidades coordinativas especiales en los deportistas no videntes.

1.- ¿Considera importante que su hijo (a) trabaje las capacidades coordinativas para mejorar su calidad de vida en el centro MIES Atahualpa?

Alternativa	Respuesta
Mucha Importancia	
Poca Importancia	
Ninguna Importancia	
Total	

2.- Según su criterio, el entrenador da importancia al desarrollo de capacidades coordinativas especiales.

Alternativa	Respuesta
Mucha Importancia	
Poca Importancia	
Ninguna Importancia	
Total	

3.- ¿Cree usted que la práctica de las capacidades coordinativas, ayudarán a su hijo e hija a mejorar sus habilidades motrices y deportivas?

Alternativa	Respuesta
Si	
No	
Tal vez	
Total	

4.- Sabe usted si el entrenador evalúa a través de test el desarrollo de las capacidades coordinativas especiales de su hijo

Alternativa	Respuesta
Siempre	
Casi Siempre	
A veces	
Nunca	
Total	

5.- ¿Cree usted, que es importante dar mayor énfasis al entrenamiento de varios deportes adaptados?

Alternativa	Respuesta
Mucha Importancia	
Poca Importancia	
Ninguna Importancia	
Total	

GRACIAS POR SU COLABORACIÓN

ANEXO N° 6 Test

Test de Equilibrio Flamenco (Eurofit).

- **Objetivo:** Medir el equilibrio estático del sujeto.
- **Material:** Tabla de 3cm de ancho, cronómetro.
- **Descripción:** El ejecutante se coloca en posición erguida, con un pie en el suelo y el otro apoyado sobre una tabla de 3 cm. de ancho. A la señal del controlador, el ejecutante pasará el peso del cuerpo a la pierna elevada sobre la tabla, flexionando la pierna libre hasta poder ser agarrada por la mano del mismo lado del cuerpo.

El test se basa en contabilizar el número de ensayos que he necesitado el ejecutante para lograr mantener el equilibrio durante 1 minuto. Si el ejecutante cae más de quince veces en los primeros 30 segundo se finaliza la prueba. Se realizarán varios intentos previos antes de cronometrar al sujeto o a la prueba definitiva.



Fuente: Blázquez, D. (2013)

Intentos	Puntuación	Valoración
1	10	Excelente
2	8	Bueno
3	6	Regular
4-14	4	Deficiente
15	0	Malo

Fuente: Blázquez, D. (2006) en su obra "Evaluación en Educación física"

Test de Reacción

Dantas, E. (2012): menciona este test para evaluar la velocidad de reacción.

El niño se coloca en un punto del que salen dos líneas que forman una V (ángulo de 45 °). Cada lado de este ángulo mide 5 m, que es donde debe llegar el testado. Este se coloca inmóvil en el punto señalado y a la voz y con la numeración simultánea de 1 o 2, se desplaza lo más rápidamente por el lado derecho o por el izquierdo del ángulo, al lugar indicado por el entrenador.

Calificación	Tiempo
Excelente	0,2"
Muy bueno	0,4"
Bueno	0,6"
Regular	0,8"
Insuficiente	+de 0,8"

Fuente: Dantas, E. (2012)

ANEXO N° 7 Fotografías



Autor: Tatiana Vargas



Autor: Tatiana Vargas



Autor: Tatiana Vargas



Autor: Tatiana Vargas



Autor: Tatiana Vargas

ANEXO N° 8 Certificaciones



CENTRO DIURNO DE DESARROLLO INTEGRAL PARA PERSONAS CON DISCAPACIDAD ATAHUALPA

CERTIFICACION

Quito, 24 de enero del 2017

El Centro Diurno de Desarrollo Integral para Personas con Discapacidad Atahualpa del MIES, certifica que la Sra. **TATIANA YOLANDA VARGAS IZA** con Cedula de Ciudadanía Nro. 1715587737, estudiante de la Universidad Técnica del Norte de la Facultad de Entrenamiento Deportivo, socializando con nuestros usuarios/as y funcionarios de dicho Centro desde el 23 de marzo del 2015 hasta el 21 de abril del 2016. Además, aplicó tests y encuestas a los usuarios/as y funcionarios.

Es todo cuanto puedo certificar en honor a la verdad.

Atentamente,

Dra. Ximena Abarca Durán
Coordinadora



MIES / CZ9 / DISTRITO QUITO SUR
Centro diurno de atención para personas con Discapacidad -
ATAHUALPA
Av. Tnte. Hugo Ortiz S 11 – 89 y Av. Alonso de Angulo
(Redondel Ciudadela Atahualpa)
Teléfono: 2661 - 367 / Telefax: 2668 - 569
Quito-Ecuador
www.mies.gob.ec

“Juntos por el Buen vivir”

Urkund Analysis Result

Analysed Document: URKUM.docx (D25267529)
Submitted: 2017-01-25 18:05:00
Submitted By: karengemara78@gmail.com
Significance: 8 %

Sources included in the report:

TESIS-COMPLETA.-alex terapia ocupacional.docx (D21375463)
PERFIL DE INVESTIGACION DE TATIANA.docx (D15045861)
<http://es.slideshare.net/pennypalma/12-eljuegoylasneaes120518120450phpapp01>
<http://www.efdeportes.com/efd166/deporte-para-discapitados-en-cuba.htm>

Instances where selected sources appear:

27



**UNIVERSIDAD TÉCNICA DEL NORTE
BIBLIOTECA UNIVERSITARIA**

**AUTORIZACIÓN DE USO Y PUBLICACIÓN
A FAVOR DE LA UNIVERSIDAD TÉCNICA DEL NORTE**

1. IDENTIFICACIÓN DE LA OBRA

La Universidad Técnica del Norte dentro del proyecto Repositorio Digital Institucional, determinó la necesidad de disponer de textos completos en formato digital con la finalidad de apoyar los procesos de investigación, docencia y extensión de la Universidad.

Por medio del presente documento dejo sentada mi voluntad de participar en este proyecto, para lo cual pongo a disposición la siguiente información:

DATOS DE CONTACTO			
CÉDULA DE IDENTIDAD:	1715587737		
APELLIDOS Y NOMBRES:	Yolanda Tatiana Varga Iza		
DIRECCIÓN:	Quito, Turubamba Alto calle J y Rumichaca OE3316		
EMAIL:	karengomara@live.com		
TELÉFONO FIJO:	5115497	TELÉFONO MÓVIL	0995273689

DATOS DE LA OBRA	
TÍTULO:	"LAS CAPACIDADES COORDINATIVAS ESPECIALES Y SU INCIDENCIA EN LA CALIDAD DE VIDA DE LOS NO VIDENTES DEL CENTRO MIES ATAHUALPA DE LA CIUDAD DE QUITO EN EL AÑO 2015"
AUTOR (ES):	Yolanda Tatiana Varga Iza
FECHA: AAAAMDD	2017/02/10
SOLO PARA TRABAJOS DE GRADO	
PROGRAMA:	<input checked="" type="checkbox"/> PREGRADO <input type="checkbox"/> POSGRADO
TITULO POR EL QUE OPTA:	Licenciada en Entrenamiento Deportivo
ASESOR /DIRECTOR:	MSc. Vicente Yandún

2. AUTORIZACIÓN DE USO A FAVOR DE LA UNIVERSIDAD

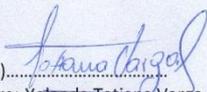
Yo, Yolanda Tatiana Varga Iza, con cédula de identidad Nro. 1715587737, en calidad de autor (es) y titular (es) de los derechos patrimoniales de la obra o trabajo de grado descrito anteriormente, hago entrega del ejemplar respectivo en formato digital y autorizo a la Universidad Técnica del Norte, la publicación de la obra en el Repositorio Digital Institucional y uso del archivo digital en la Biblioteca de la Universidad con fines académicos, para ampliar la disponibilidad del material y como apoyo a la educación, investigación y extensión; en concordancia con la Ley de Educación Superior Artículo 144.

3. CONSTANCIAS

El autor (es) manifiesta (n) que la obra objeto de la presente autorización es original y se la desarrolló, sin violar derechos de autor de terceros, por lo tanto la obra es original y que es (son) el (los) titular (es) de los derechos patrimoniales, por lo que asume (n) la responsabilidad sobre el contenido de la misma y saldrá (n) en defensa de la Universidad en caso de reclamación por parte de terceros.

Ibarra, a los 10 días del mes de febrero de 2017

EL AUTOR:


(Firma).....
Nombre: Yolanda Tatiana Varga Iza
C.C. 1715587737

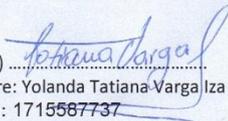


UNIVERSIDAD TÉCNICA DEL NORTE

CESIÓN DE DERECHOS DE AUTOR DEL TRABAJO DE GRADO A FAVOR DE LA UNIVERSIDAD TÉCNICA DEL NORTE

Yo, Yolanda Tatiana Varga Iza, con cédula de identidad Nro. 1715587737 manifiesto mi voluntad de ceder a la Universidad Técnica del Norte los derechos patrimoniales consagrados en la Ley de Propiedad Intelectual del Ecuador, artículos 4, 5 y 6, en calidad de autor (es) de la obra o trabajo de grado titulado: **"LAS CAPACIDADES COORDINATIVAS ESPECIALES Y SU INCIDENCIA EN LA CALIDAD DE VIDA DE LOS NO VIDENTES DEL CENTRO MIES ATAHUALPA DE LA CIUDAD DE QUITO EN EL AÑO 2015"** que ha sido desarrollada para optar por el Título de Licenciada en Entrenamiento Deportivo en la Universidad Técnica del Norte, quedando la Universidad facultada para ejercer plenamente los derechos cedidos anteriormente. En mi condición de autor me reservo los derechos morales de la obra antes citada. En concordancia suscribo este documento en el momento que hago entrega del trabajo final en formato impreso y digital a la Biblioteca de la Universidad Técnica del Norte.

Ibarra, a los 10 días del mes de febrero de 2017

(Firma) 
Nombre: Yolanda Tatiana Varga Iza
Cédula: 1715587737