

# METODOLOGÍA PARA LA ADAPTACIÓN DE LOS JUEGOS EN LAS ACTIVIDADES FÍSICAS PARA ESCOLARES CON RETRASO MENTAL

Irma de las Mercedes Muñoz Aguilar<sup>1</sup> ([irma.munoz@reduc.edu.cu](mailto:irma.munoz@reduc.edu.cu))

Rafael Lázaro Tamarit Medrano<sup>2</sup> ([rafael.tamarit@reduc.edu.cu](mailto:rafael.tamarit@reduc.edu.cu))

Juan Ortiz Rosas<sup>3</sup> ([juan.ortiz@reduc.edu.cu](mailto:juan.ortiz@reduc.edu.cu))

## RESUMEN

El artículo se centra en la metodología para adaptar los juegos que pueden utilizarse en las actividades físicas para escolares con retraso mental, de ahí que se incluyan los pasos metodológicos que deben tener en cuenta los profesores de Cultura Física que laboran en las escuelas especiales y centros asistenciales donde se atiende a este tipo de población especial con discapacidad. Se propone una metodología que se sustenta en un proceso investigativo avalado por cuatro tesis doctorales sobre este tema, ello facilita a los profesores de actividad física adaptar los juegos a los diferentes contextos donde se desempeñan.

**PALABRAS CLAVES:** Poblaciones especiales con discapacidad, escolares con retraso mental, juegos para escolares con retraso mental.

## ABSTRACT

The game is one of the more methods utilized in the physical activity adapted for especial populations with disability, among themselves the students with mental delay, however the professionals of the physical culture that labor at especial schools and helping centers that cater for this population lack a methodological guide that guide them of an accurate form, in order to accomplish the adaptation of the games in the physical activities destined to these students, for this reason is that the following methodological guide for the adaptation of the games in the physical activities for students with mental delay, based in a investigating process guarantee for four doctoral theses accomplished in this theme, contribute to the methodological foundations that allow the professors of physical activity adapting the games to the different contexts where they perform.

**KEY WORDS:** Especial populations with disability, students with mental delay, physical adapted activity, adapted game.

El juego es uno de los métodos más utilizados en la actividad física adaptada para poblaciones especiales con discapacidad, como los escolares con retraso mental, sin embargo, los profesionales de la cultura física que laboran en escuelas especiales y centros asistenciales que atienden a esta población carecen de una metodología con pasos que los orienten de una forma precisa y con carácter interdisciplinar, en cuanto a la adaptación de los juegos en las actividades físicas destinadas a estos escolares.

La actividad física adaptada para escolares que presentan discapacidades es una de las vertientes de investigación que aporta soluciones al respecto, en la Facultad Cultura Física, de Camagüey, esto se materializa en el proyecto *Estrategia de intervención para*

---

<sup>1</sup> Doctora en Ciencias de la Cultura Física. Profesor Titular. Universidad de Camagüey.

<sup>2</sup> Doctor en Ciencias de la Cultura Física. Profesor Titular. Universidad de Camagüey.

<sup>3</sup> Máster en Ciencias de la Educación. Profesor Auxiliar. Universidad de Camagüey.

*potenciar la excelencia de los servicios de los profesionales de la cultura física que laboran en el Centro Provincial de Equinoterapia “Jardín de los Sueños”, de la provincia de Camagüey, que incluye la adaptación de los diferentes métodos que se utilizan en la actividad física de acuerdo con las necesidades, posibilidades y potencialidades de los escolares según la discapacidad que presenten, entre ellos el juego. Al realizar las observaciones a las actividades físicas que se desarrollan en este centro asistencial, se detectaron las siguientes insuficiencias:*

- No se seguía la misma estructura y no se apreciaban adaptaciones en las diferentes partes del juego, en correspondencia con las características de los escolares tratados.
- No se atendían los contenidos de las asignaturas que reciben los escolares en cada grado, por lo que no se cumplía con el carácter sistémico de esta enseñanza.
- No se tenían en cuenta los referentes teóricos y prácticos de los aspectos que tipifican la motricidad en escolares con retraso mental.

Estas manifestaciones evidencian la necesidad de establecer una metodología para la adaptación de los juegos en las actividades físicas destinadas a escolares con retraso mental, a fin de que los profesores de Cultura Física apliquen estos de una forma más efectiva.

### **El juego en la actividad física adaptada para escolares que presentan discapacidades**

El juego, como una de las formas de actividad física, ocupa un lugar preponderante por su gran valor psicológico y pedagógico, lo cual permite que se convierta en un medio necesario para el desarrollo integral de los educandos, en el aspecto físico, social, cognitivo y afectivo (Watson, 2008). De ahí la necesidad de que todo profesional de la cultura física reciba en su formación los conocimientos de la teoría y la práctica de los juegos.

En la esfera de la actividad física adaptada para poblaciones especiales con discapacidad se ha abordado la temática de los juegos, se destacan autores como Moreno (1999), Ríos, Blanco, Bonany y Carol (1998), los últimos no solo ofrecen juegos para las discapacidades más frecuentes, sino que elaboran criterios de adaptación para cada uno de ellos. Estos han constituido referentes teóricos para las propuestas de juegos de autores cubanos como Garcés (2005), Muñoz (2006), Pascual (2009), Espinosa (2014) y Revilla (2016), extranjera formada en Cuba.

Sin embargo, los criterios de adaptación que elaboran Ríos et al. (1998) no se ajustan a la formación del profesional de la cultura física en Cuba, por lo que es necesario su contextualización y en algunos casos su perfeccionamiento, de acuerdo con la teoría y práctica de los juegos que establece Watson (2008), además, posesionarse de la teoría materialista dialéctica que ofrece el enfoque histórico cultural de Vigotski (1989), asumido por la Educación Especial en Cuba, para poder realizar estas adaptaciones.

De acuerdo con estos preceptos, Revilla (2016) propone que para la adaptación de los elementos constituyentes de la estructura del juego según los criterios argumentativos acerca de la actividad física, hay que partir del reconocimiento de la estructura del defecto (Vigotski, 1989), contextualizados al modelo general de adaptación a la participación deportiva (Williamson, 1988, citado en Toro y Zarco, 1998), bajo los conceptos de deficiencia, que engloba el perfil personal, las implicaciones de la deficiencia como la discapacidad y minusvalía relacionadas con la motricidad afectada. Como necesidades

específicas de la actividad se reconoce al juego como principal medio de la actividad física adaptada.

Por otra parte, Revilla (2016) para realizar esta adaptación asume, además, la estructura de los juegos propuestos por Watson (2008), y a cada uno de estos elementos se les realizan modificaciones de acuerdo con los criterios del modelo de adaptación de la LOGSE (1992) y Potter (1988), citados en Toro y Zarco (1998) y Ríos et al. (1998), por lo que para esta autora el juego debe tener los siguientes elementos:

- Nombre del juego: Significado concreto y motivante. Lo primero es decirles a los escolares el nombre del juego y de manera concreta a qué se refiere, para motivarlos a la acción que van a ejecutar durante su realización, es decir, el profesor debe conocer los códigos y sistemas de comunicación de los escolares para aprovechar situaciones espontáneas o de la vida cotidiana para nominar el juego.
- Tipo de juego: Participación. Es importante que se utilicen variantes en la participación, por ejemplo: juegos individuales, en parejas, en tríos, en cuartetos y grupos de varios participantes.
- Objetivo: Flexible y consecutivo. En este caso el juego tiene la intención de estimular los problemas relacionados con la motricidad; se puede conjugar con las asignaturas que el escolar recibe en el grado, tales como Matemática, Español y El mundo en que vivimos. Se relaciona, específicamente, con la habilidad o capacidad que se desarrollará en el juego, basado en la jerarquización de los objetivos y contenidos establecidos en los programas de la Educación Física para los escolares con retraso mental. Hay que tener en cuenta no solo las características individuales derivadas de la deficiencia de cada escolar, sino también las del grupo, es decir, el principio de la atención a la diversidad.
- Materiales a emplear: Creativos y diversos. Aunque existe gran variedad de medios a utilizar, es importante que el profesor explote la multipotencia del medio y no utilice muchos en su clase, a fin de no dispersar la atención de los escolares hacia otros objetos colocados en el área, según recomienda Muñoz (2006). El profesor debe escoger los juegos de una clase y en otra clase utilizar otros distintos. Por ejemplo: Pelotas medianas y de distintos colores, aros, cuerdas, pelotas de goma, palillos de colores, figuras geométricas de cartón de diferentes colores, sillas o bancos, bastón o vara, sonajero o maraca, espaldera, escalera, pelota medicinal, rodillo o botellas de plástico llenas de arena, tizas en colores, silbato, tablero, cajas de cartón de diferentes tamaños, vallas, pizarra.
- Organización del juego: Armónica y estructurada.
- Organización del espacio: Deben ser indefinidos o con delimitaciones muy flexibles, de manera que sea accesible a todos los escolares. Se debe reducir las dimensiones del terreno de juego para disminuir las exigencias de coordinación dinámica general, así como evitar los ruidos y otros elementos que puedan distraer la atención de los escolares.
- Organización de los escolares: Hay que potenciar diferentes modalidades de agrupamientos que propicien la cooperación entre los escolares para equiparar los grupos que se conformen, de esta forma también se mejoran las relaciones personales entre ellos.

- Organización de los materiales: Los profesores prepararán con anterioridad los instrumentos que se van a utilizar en la clase, pero se muestran en el momento de su utilización, a fin de no desviar la atención del escolar.
- Desarrollo: Informativo y atractivo.
- Explicación y demostración: Los profesores deben dominar las diferentes formas de comunicación del escolar, a fin de comprenderlo y utilizar formas para, a su vez, hacerse comprender por él. El profesor realizará la explicación del ejercicio de forma breve y asequible, apoyándose no solo en la palabra, sino también en el gesto, puede utilizar láminas que ilustren la situación que se quiere crear. Debe ejemplificar de manera concreta, con explicaciones sencillas, claras, precisas y desde una posición en que todos puedan escucharlo y verlo perfectamente, por lo que es conveniente sentar a los escolares en la disposición en que va a ser realizado el juego, pero siempre cuidar que queden de espaldas a sol. Debe existir un tiempo adecuado entre la explicación y la demostración.

El profesor demostrará desde diferentes ángulos y asistirá a los escolares en la ejecución del juego hasta que lo domine, para ello debe quedar en un lugar conveniente mientras se realiza el juego para observar bien su desenvolvimiento y poder emitir juicios finales, también es conveniente que participe aunque sea por momentos en el juego, ello permitirá la corrección de errores, asistirá a los escolares mediante apoyos (verbal, visual, manual), los motivará y estimulará en el juego.

Para la demostración del juego es necesario que el profesor estudie el movimiento que se desea en su globalidad para poderlo dividir en secuencias de acuerdo con la complejidad de este y la limitación que tenga el escolar en la organización de las informaciones, por ejemplo: correr, coger la pelota y lanzarla.

Los juegos deben propiciar la socialización y evitar las situaciones de contactos físicos que puedan provocar agresividad entre los escolares. Hay que mantener la alegría durante el juego y evitar el aburrimiento, por ello no se deben hacer variaciones que sean muy complejas y no puedan vencer o que ya sean conocidas.

Teniendo en cuenta la habilidad que se persigue desarrollar en el juego pueden realizarse cambios o adaptaciones de acuerdo con las posibilidades de los escolares, por ejemplo: andar en lugar de correr, modificar la posición de los jugadores de acuerdo con los problemas de equilibrio que manifiesten, pudiéndose utilizar posición de pie, de rodillas o sentado.

Durante toda la realización del juego el profesor debe inspirar confianza y seguridad al escolar para reducir los temores y dificultades en la realización de las tareas del juego.

- Diagrama: Es importante que el profesor esquematice la forma en que se va a realizar el juego.
- Reglas: Sencillas y cumplimentadas. Las reglas del juego se conocerán en la medida que se vaya desarrollando, de esta forma el escolar aprende jugando para facilitarle una mejor cognición.

El juego tendrá que presentar pocas decisiones a tomar y se debe dejar tiempo considerable para pensar la respuesta que debe conllevar una sola decisión para cada situación.

Aunque haya escolares más hábiles que otros, hay que darle el mismo nivel de participación a todos, es decir, que si el juego es dirigido por uno de ellos, todos deben

pasar por ese puesto, de esta forma se contribuye a la autoestima del escolar, sin embargo, de acuerdo con sus aptitudes los escolares con mayor movilidad se sitúan más lejos de la meta y los de menos movilidad más cerca de la meta. Es importante reducir el tiempo y el ritmo de los juegos, se recomienda cambiar a los escolares de puesto, por ejemplo: en la función de jueces, para disminuir la fatiga. Además, reducir la distancia en los desplazamientos para lanzar o recibir.

Se debe permitir la participación de otras personas como la auxiliar pedagógica, padres u otro invitado para estimular y aconsejar a los escolares durante la realización del juego.

Variantes: Ingeniosas y estimuladoras. Este elemento es de valiosa importancia, pues manifiesta una reestructuración en la reglas del juego, ya que permite estrategias nuevas a realizar en este, con manifestaciones diferentes y más complejas, entre las que se pueden nombrar: a la modificación de una trayectoria, a la velocidad de un implemento, al peso y tamaño de implemento, a la altura de un objetivo.

De esta forma se materializa y contextualiza coherentemente lo asumido por los autores consultados.

### **Pasos metodológicos para la adaptación de los juegos destinados a escolares con retraso mental**

Para que los profesores de Cultura Física que laboran en las escuelas especiales y centros asistenciales, donde se atiende a este tipo de población especial, puedan adaptar los juegos se propone los siguientes pasos metodológicos:

1. Análisis de los programas y orientaciones metodológicas de Educación Física para alumnos con retraso mental.

Los profesores de Cultura Física que laboran en las escuelas especiales, así como en los centros asistenciales tienen asignado en su fondo de tiempo la preparación metodológica, por lo que es recomendable realizar esta acción en el contexto de dicha actividad.

2. Determinación de los contenidos de las asignaturas que se imparten en cada grado.

Del mismo modo que se recomienda en la paso anterior, esta acción se puede llevar a cabo en el contexto de la preparación metodológica, mediante el intercambio con el colectivo pedagógico de los maestros de aula de cada grado de los escolares que atienden, a fin de obtener información del contenido que están tratando en las asignaturas que imparten, con el propósito de consolidar en sus clases los conocimientos, de una forma amena y agradable para el escolar.

3. Análisis de los referentes teóricos y prácticos de los aspectos que tipifican la motricidad en escolares con retraso mental.

Esta acción se puede llevar a cabo tanto en la preparación metodológica, como en la autosuperación, ya que se han impartido diferentes formas de superación profesional, para lo cual se confeccionó el material docente *Referentes teóricos y prácticos de los aspectos que tipifican la motricidad en escolares con retraso mental* (Muñoz, Tamarit y Sánchez, 2017), basado en los aportes teóricos de los autores Winnick (1990), Ruiz (1994), Ríos et al. (1998), Toro y Zarco (1998), Pascual (2009), Gómez, López y Núñez (2010).

Además, se tuvieron en cuenta los resultados prácticos de las investigaciones realizadas por Garcés (2005), Espinosa (2014) y Revilla (2016), autores que evalúan la motricidad de los escolares con retraso mental utilizando la batería de pruebas de Arhneim y Sinclair, adaptadas por la Universidad Estatal de California, en Long Beach (1984) y recomendadas por Junco (1998).

#### 4. Estudio de la metodología de la enseñanza, estructura y adaptaciones de los juegos para escolares con retraso mental.

Se asumen las adaptaciones a la metodología de la enseñanza de los juegos para escolares con retraso mental (Revilla, 2016), que cuenta con los siguientes pasos:

- *Preparación de las condiciones del juego:* De acuerdo con la habilidad que se desea estimular, se deberá velar, en primera instancia, por las condiciones del terreno, a fin de que no cause daños a la integridad física del escolar; eliminar las fuentes de distracción que puedan afectar el proceso del juego y, además, se debe tener presente la utilización de materiales creativos e interesantes para los escolares.
- *Enunciación del juego:* Se realiza a partir de la normalización de los códigos y sistemas de comunicación con los escolares, la adaptación pedagógica significativa en este aspecto es verbal, mediante un lenguaje claro, sencillo y concreto, con situaciones conocidas y cotidianas.
- *Motivación y explicación:* Se efectúa desde una posición en la cual todos puedan escuchar y ver perfectamente al profesor, se puede apoyar en la utilización de un ritual para propiciar la motivación. La palabra es un elemento importante en este aspecto, asimismo influye la relación y afinidad que el profesor tiene con sus escolares y el empleo adecuado del lenguaje al nivel de retraso que poseen y efectuarla de lo general a lo particular.
- *Formación:* Se desarrolla al situar al escolar en un puesto concreto, y que su posición suponga un reto alcanzable para él. Además, se debe tener presente el tipo de juego: individuales, en parejas, tríos o cuartetos, de forma tal que la creación de equipos presuponga la colaboración entre ellos. Es importante tener en cuenta no solo las características individuales, sino también las del grupo, el número de escolares no debe exceder de ocho y deben ser todos de un mismo nivel.
- *Demostración:* Se logrará mediante adaptaciones pedagógicas como la división de los diferentes momentos del juego en secuencia para su realización y así lograr la comprensión necesaria que requieren estos escolares. La ejemplificación del juego debe ser demostrada con pocas decisiones a tomar y habilidades sencillas.
- *Práctica del juego:* Se inicia el juego y en caso de ser necesario, el profesor lo detendrá para realizar aclaraciones pertinentes, ya sea de las ubicaciones de los escolares, de los recorridos, distancias o acciones a ejecutar, así como repetir la acción reiteradamente sin variar los componentes de la actividad. El profesor debe propiciar que todos los escolares tengan el mismo nivel de participación.
- *Aplicación de reglas:* Al realizar la práctica del juego se conocerán sus reglas, de este modo el escolar aprenderá jugando y así se le facilita una mejor cognición.
- *Desarrollo:* Se efectúa el juego hasta llegar a su resultado final, en este aspecto el profesor debe velar por la comprensión de todos los integrantes de la clase, al considerar las particularidades de cada uno de ellos, debe propiciar la motivación

constante durante su realización, además es interesante que el profesor participe aunque sea por momentos en el juego.

- *Variantes*: Después que se ha desarrollado el juego, el profesor puede realizar modificaciones y junto con estas la introducción de nuevas reglas, de forma tal que utilizando la misma organización, se puedan cambiar los desplazamientos, aumentar la complejidad, sin evidenciar modificaciones con respecto al objetivo trazado. Insistir en que cada escolar, dentro de sus limitaciones, consiga el mayor grado de independencia y autonomía posible.
- *Evaluación*: Se realiza la valoración del juego, los esfuerzos del grupo y se estimula la participación de aquellos escolares que manifiestan mayores dificultades, de esta forma se propicia la inclusión, además del aumento de la autoestima, el equilibrio psicológico, se potencia la independencia y la autonomía del escolar.

##### 5. *Adaptación de los juegos.*

Por último, el profesor podrá escoger juegos del programa o de otras bibliografías que cumplan con las habilidades o capacidades a desarrollar en el programa y realizar de acuerdo a los pasos las adaptaciones correspondientes según el periodo del curso escolar.

Se considera que la metodología tiene carácter interdisciplinar, ya que propone la integración, en el juego, de los contenidos que recibe el escolar en cada grado. Esto propicia la consolidación de los conocimientos recibidos en el aula, de una forma amena y divertida.

Las adaptaciones a la estructura y metodología de la enseñanza de los juegos, propuestas por Revilla (2016), asumidas en este trabajo, se basan en los conocimientos de pregrado de la asignatura Teoría y Práctica de los Juegos, en la carrera Licenciatura en Cultura Física, por lo que no existen elementos contradictorios en esta.

La metodología para la adaptación de los juegos en las actividades físicas para escolares con retraso mental, así como la biblioteca virtual, han sido utilizadas eficientemente en la provincia de Camagüey, como parte del proyecto de investigación donde se atiende a esta población por medio de la actividad física adaptada, por lo cual tiene la posibilidad de ser generalizada a todo el país.

## REFERENCIAS

- Espinosa, Y. (2014). *Metodología para la atención físico-educativa a niños con diagnóstico de retraso mental leve, que padecen de asma bronquial* (tesis doctoral inédita). Universidad de Ciencias de la Cultura Física y el Deporte "Manuel Fajardo", Ciudad de La Habana.
- Garcés, J. (2005). *Nueva concepción del programa de Educación Física para niños con retraso mental* (tesis doctoral inédita). Universidad de Ciencias de la Cultura Física y el Deporte "Manuel Fajardo", Ciudad de La Habana.
- Gómez, A., López, A. y Núñez, O. (2010). *El problema del retraso mental: reflexiones desde una concepción pedagógica*. Ciudad de La Habana: Pueblo y Educación.
- Junco, N. (1998). *Síndrome de Down y desarrollo motor. Conferencia impartida en el seminario para metodólogos de Educación Física Especial*. Ciudad de La Habana: INDER.

- Moreno, J. A. (1999). *Motricidad infantil. Aprendizaje y desarrollo a través del juego*. Murcia: Diego Marín Librero-Editor.
- Muñoz, I. (2006). *Programa integrador dirigido al tratamiento de la multipresencia simultánea de deformidades ortopédicas en los portadores del síndrome de Down* (tesis doctoral inédita). Instituto Superior de Cultura Física "Manuel Fajardo", Ciudad de La Habana.
- Muñoz, I; Tamarit, R. y Sánchez, S. (2017). *Referentes teóricos y prácticos de los aspectos que tipifican la motricidad en escolares con retraso mental. Material de apoyo a la superación de postgrado*. Facultad de Cultura Física. Universidad de Camagüey. Recuperado de [http:// bibliotecavirtual.fcf.reduc.edu.cu](http://bibliotecavirtual.fcf.reduc.edu.cu)
- Pascual, S. (2009). *Actividad física adaptada. Educación Especial*. Ciudad de La Habana: Deportes.
- Revilla, L. (2016). *Metodología para la estimulación de la motricidad en escolares con retraso mental moderado mediante juegos adaptados* (tesis doctoral inédita). . Universidad de Ciencias de la Cultura Física y el Deporte "Manuel Fajardo", Ciudad de La Habana.
- Ríos, M., Blanco, A., Bonany, T. y Carol, N. (1998). *Actividad física adaptada. El juego y los alumnos con discapacidad*. Barcelona: Paidotribo.
- Ruiz, L. (1994). *Desarrollo motor y actividades físicas*. Madrid: Gymnos.
- Toro, S. y Zarco, J. (1998). *Educación Física para niños y niñas con necesidades educativas especiales*. Málaga: Aljibe.
- Vigotski, L. (1989). *Obras completas*. Ciudad de la Habana: Pueblo y Educación.
- Watson, H. (2008). *Teoría y práctica de los juegos*. Ciudad de La Habana: Deportes.
- Winnick, J. (1990). *Adapted Physical Education and Sport*. Champaign Illinois: Human Kinetics Books.