

07

Recibido: 16 de mayo del 2024

Aceptado: 17 de mayo del 2024

Publicado: 03 de junio del 2024

DOI: <https://doi.org/10.57175/evsos.v2i4.167>

Propuesta de la asignatura “Actividad Física para la Diversidad” en la carrera de Ciencias de la Educación en la Universidad Salesiana de Bolivia.

Proposal of the course 'Physical Activity for Diversity' in the Education Sciences career at the Universidad Salesiana de Bolivia.

Jorge Silva Pintado ¹

¹ Universidad Salesiana de Bolivia, Bolivia.

Correo institucional: jorge.silva.124@servicios.usalesiana.edu.bo

Resumen

La Actividad Física para la Diversidad se centra en diseñar y adaptar programas de actividad física accesibles y significativos para personas con diversas capacidades y condiciones. Este campo ha sido explorado por varios autores en educación física y salud, destacando la importancia de la inclusión para promover el bienestar y la participación social. A pesar de los avances, persisten desafíos en la implementación efectiva de programas inclusivos, como la falta de recursos y capacitación. La investigación realizada en la Universidad Salesiana de Bolivia busca explorar prácticas actuales y barreras percibidas en la implementación de programas de actividad física para la diversidad. Se emplearon métodos participativos y técnicas como grupo focal y entrevista semiestructurada. Tanto docentes como estudiantes expresaron la necesidad y relevancia de la asignatura, destacando su potencial para promover un ambiente educativo más inclusivo y respetuoso. Las recomendaciones de los docentes subrayan la importancia de la colaboración con expertos en inclusión y diversidad para garantizar un diseño curricular efectivo. En conclusión, la inclusión de esta asignatura es crucial y respaldada, sin embargo, se requiere una atención especial a las recomendaciones para abordar los desafíos identificados y promover la inclusión de manera óptima.

Palabras claves: Actividad Física, Diversidad, Inclusión, Educación, Programa.

Abstract

Physical Activity for Diversity focuses on designing and adapting physical activity programs that are accessible and meaningful for individuals with diverse abilities and conditions. This area of study has been addressed by various authors in the fields of physical education and health, highlighting the importance of inclusion in promoting well-being and social participation. Despite advancements, significant challenges remain in the effective implementation of inclusive programs, such as the lack of resources and training. The research conducted at the Universidad Salesiana de Bolivia seeks to explore current practices and perceived barriers in implementing physical activity programs for diversity. Participatory methods and techniques such as focus groups and semi-structured interviews were employed. Both teachers and students expressed the need and relevance of the subject, emphasizing its potential to foster a more inclusive and respectful

educational environment. Teacher recommendations underscore the importance of collaboration with experts in inclusion and diversity to ensure effective curriculum design. In conclusion, the inclusion of this subject is crucial and supported, however, special attention is needed to address identified challenges and promote optimal inclusion.

Keywords: Physical activity, Diversity, Inclusion, Education, Programs.

1. Introducción

La actividad física y el deporte son componentes esenciales en el desarrollo integral de los individuos, sin embargo, durante mucho tiempo, ciertos grupos de la población han enfrentado barreras para participar plenamente en estas actividades debido a diversas limitaciones físicas, mentales o sociales. En respuesta a esta necesidad de inclusión y equidad, surge la propuesta de una nueva asignatura referida a la Actividad Física para la Diversidad.

Esta asignatura se centra en diseñar y adaptar programas de actividad física que sean accesibles y significativos para personas con diversas capacidades y condiciones. Esta área de estudio ha sido abordada por varios autores en el campo de la educación física y la salud, según Jones y Lavalée (2009), la inclusión en el ámbito deportivo y de la actividad física es esencial para promover el bienestar y la participación social de todas las personas. Además, Smith et al. (2015) destacan la importancia de adaptar las actividades físicas para satisfacer las necesidades individuales de los participantes, promoviendo así una mayor inclusión y participación.

A pesar de los avances en la promoción de la actividad física inclusiva, aún existen desafíos significativos en la implementación efectiva de programas para la diversidad. Estudios previos, como el de Brown y Smith (2018), han señalado la falta de recursos y capacitación adecuada para los profesionales de la educación en la adaptación de actividades para personas con discapacidad. Además, la falta de conciencia y comprensión sobre la importancia de la inclusión en el ámbito deportivo sigue siendo un obstáculo importante. (García et al. 2020).

Al respecto, en realizar un análisis en la malla curricular de la carrera de Ciencias de la Educación se imparten las asignaturas Educación Alternativa y Especial en sexto y Educación para la Diversidad en séptimo semestre, sin embargo, se observan falencias referidas a los contenidos, los cuales están direccionados al trabajo de aula y no así fuera de esta, lo que trae consigo un limitado conocimiento

sobre las necesidades específicas de adaptaciones que desde la actividad física y el deporte pueden realizarse para contribuir a la diversidad.

En este contexto, la investigación tiene como objetivo proponer la asignatura “Actividad Física para la Diversidad” en la carrera de Ciencias de la Educación en la Universidad Salesiana de Bolivia, lo que permite explorar las prácticas actuales y las barreras percibidas en la implementación de programas de actividad física para la diversidad en que pueden ser abordadas desde el contexto educativo universitario.

2. Desarrollo

Esta investigación se sustenta en la dialéctica, para la misma se emplearon el método investigación-acción participativa y las técnicas e instrumentos que se relacionan a continuación.

2.1. Investigación-Acción Participativa:

Involucra a los participantes en el proceso de investigación, permitiendo la construcción de soluciones y la implementación de cambios significativos en la práctica explorando en profundidad la propuesta del programa de actividad física para la diversidad en diferentes contextos educativos y sociales, identificando factores clave para el éxito.

2.2. Técnicas

Grupo Focal: Facilita la recopilación de datos cualitativos al permitir discusiones grupales entre participantes con experiencias diversas, lo que puede revelar percepciones y necesidades importantes.

Entrevista Semiestructurada: Proporciona la oportunidad de explorar en profundidad las perspectivas y experiencias de los participantes, permitiendo una comprensión más completa de sus necesidades y desafíos.

2.3. Instrumentos

Guía de Entrevista: Documento que contiene una serie de preguntas abiertas y temas a explorar durante la entrevista. Para su aplicación se tuvo en cuenta la opinión de docentes con la finalidad de indagar acerca de la nueva propuesta referida a la asignatura Actividad Física para la Diversidad en la carrera de Ciencias de la Educación.

Guía de Discusión: Se diseñó para conocer las opiniones de un grupo de estudiantes de noveno semestre acerca de la nueva propuesta referida a la asignatura Actividad Física para la Diversidad en la carrera de Ciencias de la Educación.

En cuanto al método estadístico: Se utilizó en el procesamiento o cuantificación de los instrumentos aplicados, para tabular los datos arrojados en la investigación y de esta forma comparar los resultados iniciales con los finales.

En la investigación se considera la muestra no probabilista según Hernández (2014) “refiere a subgrupos de la población en la que la elección de elementos no depende de la probabilidad, sino de las características de la investigación” (p. 176). De las cuales se ha seleccionado personas tipo para Hernández (2010) “El objetivo principal es conseguir la riqueza, profundidad, y calidad de la información y no así la cantidad y estandarización.” (p. 394)

Al respecto, la muestra es de 15 estudiantes de noveno semestre y tres docentes, todos de la carrera de Ciencias de la Educación, pertenecientes a la Universidad Salesiana de Bolivia.

2.4. Metodología

La asignatura Actividad Física para la Diversidad garantizará a los estudiantes a través de este programa, una adecuada preparación, tanto teórica como práctica, dada por la cuidadosa selección y ordenamiento lógico de los contenidos con las invariantes del conocimiento, concebidas para ser tratados de manera

interdisciplinaria de acuerdo con las condiciones y características del contexto en que se desarrolle.

Los contenidos se orientarán de modo que se propicie su aplicación, profundización y generalización a través de tareas; cuidando de que exista en dicha orientación, coherencia y lógica.

Para que el proceso de enseñanza - aprendizaje se desarrolle de forma dinámica, es imprescindible hacer una buena selección de métodos y procedimientos que incluyan técnicas participativas capaces de favorecer el desarrollo de un proceso interactivo y creativo, para lo que sugerimos la introducción de situaciones problemáticas que los estudiantes deberán solucionar y por tanto, se propiciará la actividad consciente del educando y con ello se facilitará el proceso de apropiación de los significados y el carácter desarrollador del contenido.

La metodología y evaluación se sustentan en los criterios del aprendizaje desarrollador y sus dimensiones: activación, regulación, significatividad y motivación. Desde este prisma, en cada clase se debe reconstruir de manera colectiva los contenidos esenciales de la clase anterior.

2.5. Unidades y contenidos analíticos del Plan de Estudio

El Plan de Estudio se estructura basado en seis unidades con sus contenidos analíticos:

Unidad 1: Fundamentos de la Diversidad en la Actividad Física

- Contenidos analíticos
- Concepto de diversidad en el contexto de la actividad física.
- Importancia de la inclusión en el ámbito deportivo y de la actividad física.
- Principios éticos y valores relacionados con la práctica de actividad física para la diversidad.

Unidad 2: Adaptación de Actividades Físicas para Personas con Discapacidad

Contenidos analíticos

- Evaluación de las necesidades y capacidades de las personas con discapacidad.
- Estrategias para adaptar actividades físicas según diferentes tipos de discapacidad.
- Uso de ayudas técnicas y tecnológicas en la práctica de actividad física adaptada.

Unidad 3: Actividad Física para Personas Mayores

Contenidos analíticos

- Aspectos fisiológicos y psicológicos del envejecimiento y su impacto en la actividad física.
- Diseño de programas de actividad física adaptada para personas mayores.
- Prevención de lesiones y promoción del bienestar en la población adulta mayor a través de la actividad física.

Unidad 4: Inclusión en el Entorno Escolar

Contenidos analíticos

- Rol de la actividad física adaptada en el contexto escolar.
- Diseño de programas inclusivos de educación física para niños y adolescentes.
- Estrategias para fomentar la participación y el aprendizaje en un ambiente diverso.

Unidad 5: Actividad Física y Salud Mental

Contenidos analíticos

- Beneficios de la actividad física en la salud mental.
- Rol de la actividad física en la prevención y el tratamiento de trastornos mentales.
- Estrategias para promover la inclusión y la participación de personas con problemas de salud mental en actividades físicas.

Unidad 6: Desarrollo de Proyectos de Actividad Física Inclusiva

Contenidos analíticos

- Planificación y diseño de proyectos de actividad física para la diversidad.
- Identificación de recursos y colaboradores en la comunidad para la implementación de programas inclusivos.
- Evaluación y seguimiento de proyectos de actividad física adaptada para garantizar su efectividad y sostenibilidad.

2.6. Resultados

Para la recolección de la información se aplicaron una entrevista semiestructurada a los docentes (guía de entrevista) y un grupo focal a los estudiantes (guía de discusión), donde se obtuvieron los siguientes resultados.

En la entrevista se diseñaron siete preguntas para constatar las opiniones y criterios de los docentes, las que se exponen de manera concreta a continuación.

Los docentes consideran que es fundamental incluir una asignatura sobre Actividad Física para la Diversidad en el plan de estudios. La diversidad es una realidad en nuestras aulas y es crucial que los futuros egresados estén preparados para abordarla de manera efectiva.

En cuanto a la necesidad de abordar la diversidad en la actividad física, los docentes coinciden que la actividad física es un derecho de todos los individuos, independientemente de sus capacidades o condiciones. Es esencial que los futuros científicos de la educación estén capacitados para adaptar las actividades físicas según las necesidades de cada grupo poblacional, ya sean en el ámbito escolar o social.

Otros de los aspectos significativos expresados por los docentes durante la entrevista van referido a que la inclusión en la actividad física promueve el

respeto, la empatía y la equidad entre los estudiantes. Además, ayuda a crear un ambiente de aprendizaje más inclusivo y enriquecedor para todos.

Con respecto a los aspectos relevantes que pueden ser incluidos en la asignatura los docentes manifestaron que es importante abordar temas como la adaptación de actividades físicas, la sensibilización sobre la diversidad, la promoción de la inclusión y la gestión de la diversidad en el aula y fuera de ella, es decir que los contenidos analíticos estén relacionados al ámbito escolar y la tercera edad.

En la interrogante referida al desarrollo de competencias inclusivas los docentes consideran que esta asignatura puede ayudar a los egresados de la carrera de Ciencias de la Educación a desarrollar habilidades para adaptar las actividades físicas según las necesidades individuales de cada estudiante, así como promover un ambiente de respeto y aceptación de la diversidad.

Como aspecto negativo los docentes expresaron que podrían surgir desafíos relacionados con la falta de recursos, la resistencia al cambio y la necesidad de capacitación adicional para los docentes.

Finalmente, los docentes recomiendan para el diseño y desarrollo de la asignatura la importancia de contar con la colaboración de expertos en inclusión y diversidad para el diseño del currículo. Además, de considerar la integración de prácticas en entornos reales de enseñanza para una mejor comprensión de los conceptos.

Al aplicar el grupo focal a los estudiantes de noveno semestre se conoció la siguiente información relevante:

- Es una excelente idea incluir una asignatura de este tipo en el plan de estudios.
- Esta asignatura sería relevante y útil para la formación del estudiante que cursa estudios en la carrera de Ciencias de la Educación. Brindaría herramientas y estrategias para adaptar las actividades físicas según las necesidades individuales en el ámbito escolar y en la atención al adulto mayor, promoviendo así la inclusión y la participación de todos.

- Aprender sobre la Actividad Física para la Diversidad ayudaría a comprender mejor la importancia de la inclusión en el ámbito educativo y a desarrollar habilidades para crear un ambiente de aprendizaje más inclusivo y respetuoso.
- Les gustaría que en la asignatura se aborden temas como la adaptación de actividades físicas para diferentes habilidades y necesidades, la sensibilización sobre la diversidad, estrategias para fomentar la participación de todos los estudiantes, entre otras.
- La asignatura sería fundamental para desarrollar competencias inclusivas para el desempeño laboral como futuros científicos de la educación. Ayudaría a comprender mejor las necesidades individuales del grupo poblacional con el que se trabaje y a promover un ambiente de respeto y aceptación en el aula y lo extracurricular.
- Sería importante que la asignatura incluya actividades prácticas y experiencias reales en entornos educativos inclusivos.

Luego de aplicar las técnicas e instrumentos para la recolección de la información se presenta a continuación una Propuesta de Programa para la Asignatura Actividad Física para la Diversidad.

Para analizar y comparar los resultados obtenidos al aplicar los instrumentos de investigación (entrevistas con docentes y grupo focal con estudiantes), es importante resaltar las similitudes y diferencias entre las respuestas de ambos grupos.

2.6.1. Similitudes

Los docentes y estudiantes concuerdan que es fundamental incluir una asignatura sobre Actividad Física para la Diversidad en el plan de estudios, también reconocen la importancia de abordar la diversidad en el ámbito educativo y consideran que esta asignatura sería relevante y útil para la formación de los egresados de la carrera de Ciencia de la Educación.

Por otra parte, expresan que aprender sobre esta temática ayudaría a comprender mejor la importancia de la inclusión en el ámbito educativo y desarrollar habilidades para crear un ambiente de aprendizaje más inclusivo y respetuoso.

Ambos grupos coinciden en la importancia de abordar temas como la adaptación de actividades físicas, la sensibilización sobre la diversidad, estrategias para fomentar la participación de todos los estudiantes y otros conjuntos poblacionales. Consideran que esta asignatura sería fundamental para desarrollar competencias inclusivas en el desempeño laboral como futuros científicos de la educación.

2.6.2. Diferencias

Mientras que los docentes mencionan desafíos y barreras que hay que atender, tales como: la falta de recursos, la resistencia al cambio y la necesidad de capacitación adicional. Además, de la importancia de contar con la colaboración de expertos en inclusión y diversidad, así como la integración de prácticas en entornos reales de enseñanza los docentes emitieron una respuesta positiva en este sentido. Por su parte los estudiantes no hacen referencia a estos aspectos.

Como autor, es importante considerar que existe un consenso generalizado sobre la importancia y relevancia de incluir una asignatura de Actividad Física para la Diversidad en el plan de estudios de la carrera de Ciencias de la Educación, al tener en cuenta que los docentes y estudiantes muestreados reconocen los beneficios que esta asignatura puede aportar tanto para la formación de los futuros docentes como para la creación de un ambiente educativo más inclusivo y respetuoso.

Las similitudes en las respuestas indican una alineación entre docentes y estudiantes en términos de la necesidad y la pertinencia de la asignatura. Ambos reconocen la importancia de abordar la diversidad en el ámbito educativo y están de acuerdo en los contenidos y competencias que deberían ser incluidos en la asignatura. Sin embargo, las diferencias en las respuestas resaltan que los docentes tienen una perspectiva más amplia y consciente de los posibles desafíos

y recomendaciones para el diseño y desarrollo de la asignatura. Mientras que los estudiantes, aunque muestran entusiasmo y reconocen la relevancia de la asignatura, pueden carecer de la misma experiencia y conocimiento sobre estos aspectos específicos.

3. Conclusión

La inclusión de una asignatura de Actividad Física para la Diversidad en el plan de estudios de la carrera de Ciencias de la Educación es fundamental y está respaldada por la mayoría de los docentes y estudiantes. Sin embargo, es importante tener en cuenta las recomendaciones y consideraciones de los docentes para garantizar un diseño y desarrollo efectivo de la asignatura, que aborde adecuadamente los desafíos y promueva la inclusión de manera óptima.

Esto destaca la importancia de involucrar a expertos en inclusión y diversidad en el proceso de diseño curricular y de proporcionar la capacitación necesaria para abordar los desafíos identificados, como la falta de recursos y la resistencia al cambio.

Referencias

Bell, R; et.al. (1997). Educación Especial: razones, visión actual y desafíos. Ciudad

de la Habana, Editorial Pueblo y Educación.

Betancourt, J. & González A, (2003). Dificultades del aprendizaje y trastornos emocionales y de la conducta. La Habana, Ed. Pueblo y Educación.

Bell, R y Musibay, I, (2001). Pedagogía y Diversidad. Ciudad de la Habana, Editorial Abril.

Berruezo & Adelantado, P. (2007). Psicomotricidad y Educación Inclusiva. www.iberopsicomot.net

Brown, K., & Smith, J. (2018). Desafíos en la implementación de programas de actividad física inclusiva: Un estudio cualitativo. *Revista Trimestral de Actividad Física Adaptada*, 35(2), 153-168.

Fernández, Y. (2007). Prevención de las Necesidades Educativas Especiales (NEE). Ciudad Habana, Editorial Pueblo y Educación.

García, M., Pérez, L., & Martínez, S. (2020). Conciencia y comprensión de la inclusión en el deporte: Una barrera para la implementación efectiva. *Revista Internacional de Psicología del Deporte y Ejercicio*, 18(4), 489-504.

Gass, G. C., Aromataris, E. C., & Dugmore, L. S. (2019). La efectividad de intervenciones de ejercicio para niños con síndrome de Down: una revisión sistemática y metaanálisis. *Journal of Intellectual Disability Research*, 63(10), 1243-1261. DOI: 10.1111/jir.12645

Jones, R., & Lavalley, D. (2009). Inclusión en el deporte y la actividad física: Esencial para promover el bienestar y la participación social. En D. Lavalley & P. Wylleman (Eds.), *Transiciones de carrera en el deporte: Perspectivas internacionales* (pp. 21-35).

Paulson, S., & Loprinzi, P. D. (2019). Efectos del comportamiento sedentario y la actividad física en los síntomas de depresión y ansiedad en adultos mayores. *Mental Health and Physical Activity*, 16, 17-21. DOI: 10.1016/j.mhpa.2018.11.002

Rimmer, J. H., & Marques, A. C. (2020). Actividad física para personas con discapacidad. *The Lancet*, 396(10257), 1783-1784. DOI: 10.1016/S0140-6736(20)32472-9

Sánchez-Lastra, M. A., Rey, E., de las Heras, B., & García-Soidán, J. L. (2020). Actividad física y práctica deportiva en personas con discapacidad intelectual. *Apunts. Educación Física y Deportes*, 141, 99-106. DOI: 10.5672/apunts.2014-0983.es.(2020/3).141.09

Sharma, A., Madaan, V., & Petty, F. D. (2021). Ejercicio para la salud mental. *The Primary Care Companion for CNS Disorders*, 23(3), 20r02786. DOI: 10.4088/PCC.20r02786

Smith, J., Brown, K., & Johnson, L. (2015). Adaptación de actividades físicas para satisfacer necesidades individuales: Promoción de la inclusión y participación. *Revista de Educación Física, Recreación y Danza*, 86(7), 42-49.

Van, H. (2003). Currículo Europeo sobre Actividad Física Adaptada. AFA. www.keleuven.ac.be/pdf.