

Prácticas

La Carpeta de sensibilización, un recurso para la inclusión de alumnos con discapacidad visual en el área de Educación Física

The Sensitisation Folder, a resource for including pupils with visual disability in Physical Education

A. Blanco Rodríguez, D. Huguet Mora¹

Resumen

Se presenta la *Carpeta de sensibilización*, una herramienta que facilita la inclusión de los alumnos con discapacidad en el área de Educación Física mediante una propuesta de vivenciación de diversas actividades físicas, con la ayuda de antifaces para simular diferentes tipos de visión. Se describen los objetivos y el contenido de la carpeta, así como la técnica de confección de los antifaces. Se proponen cuatro actividades de juego. Desde el curso 2009-2010, la carpeta se ha difundido y llevado a la práctica con gran éxito en unos 50 centros educativos de Cataluña. Puede obtenerse también a través de la web de la ONCE y la del Centro de Recursos Educativos en Barcelona. La práctica muestra que se trata de un instrumento válido para los objetivos propuestos, y que seguirá aplicándose con las modificaciones oportunas.

Palabras clave

Educación. Inclusión educativa. Actividades de sensibilización. Educación Física. Actividad física inclusiva. Carpeta de sensibilización.

¹ **Antonio Blanco Rodríguez** (abr@once.es), **David Huguet Mora** (dhm@once.es). Dibujos: **Teresa A. Sabariego** (tas@once.es). Centro de Recursos Educativos de la ONCE en Barcelona. Avda. Gran Vía de Les Corts Catalanes, 394; 08015 Barcelona (España).

Abstract

The article introduces the *Sensitisation Folder (Carpeta de sensibilización)*, a tool that facilitates the inclusion of pupils with disabilities in Physical Education, via experience sharing in a number of physical activities. This involved the use of blindfolds to simulate different types of vision. The folder objectives and content are described, as well as the technique for making the blindfolds. Four games are proposed. The successful introduction and implementation of the folder in around 50 schools in Catalonia since school year 2009-2010 stand as a proof of its suitability for the objectives sought. It will continue to be used in the future, with any modifications deemed suitable in light of experience. The folder can be downloaded from both the ONCE and the Barcelona Educational Resource Centre websites.

Key words

Education. Educational inclusion. Sensitisation activities. Physical Education. Inclusive physical activity. *Carpeta de sensibilización (Sensitisation folder)*.

Introducción

Los Centros de Recursos Educativos de la ONCE ofrecen a los maestros y profesores de la escuela ordinaria diversas herramientas para facilitar la inclusión de alumnado con discapacidad visual en todas las áreas. Concretamente, en el área de educación física, al inicio de cada curso, se organizan cursos de formación dirigidos a los especialistas de esta área y asesoramientos individuales para concretar y ajustar la respuesta adecuada a las posibles necesidades de cada alumno. En general, los alumnos con discapacidad visual suelen necesitar de la colaboración de sus compañeros de clase para llevar a cabo algunas actividades de educación física, bien sea para guiarles, para darles indicaciones, para avisar antes de pasarles una pelota... etc.

Para potenciar la colaboración es necesario que los compañeros del grupo clase conozcan las necesidades del alumno con discapacidad visual. Esta es la razón por la cual hemos creado una *Carpeta de Sensibilización* que se basa en la vivenciación de diversas actividades físicas, utilizando antifaces para simular las diferentes tipos de visión.

Esta carpeta se ha difundido en muchas escuelas desde el curso 2009-2010 para fomentar la sensibilización hacia la discapacidad visual, con gran aceptación por parte

BLANCO, A., y HUGUET, D. (2011). *La Carpeta de sensibilización, un recurso para la inclusión de alumnos con discapacidad visual en el área de Educación Física. Integración: Revista sobre discapacidad visual, 59, 38-49.*

de profesores y alumnos. También, a través de Internet, hemos puesto al alcance de todos este material, para que cada vez mayor número de profesores puedan utilizarlo y aplicar así sus contenidos de forma autónoma sin la necesidad de que los profesores de educación física del CRE de la ONCE en Barcelona estén presentes. La carpeta de sensibilización puede utilizarse haya o no alumnado con discapacidad visual en el centro educativo.

Las actividades de sensibilización facilitan la comprensión de la diversidad y desarrollan las capacidades de empatía y cooperación, inicio del camino hacia la inclusión educativa.

La Carpeta de sensibilización

Las actividades de sensibilización quieren fomentar actitudes positivas y solidarias basadas en el respeto a la diversidad, para evitar la aparición de barreras para la participación y el aprendizaje, experimentando las limitaciones perceptivas de las personas con discapacidad visual mediante actividades lúdicas y participativas, con el fin de que después puedan valorar sus capacidades.

Foto 1



BLANCO, A., y HUGUET, D. (2011). *La Carpeta de sensibilización, un recurso para la inclusión de alumnos con discapacidad visual en el área de Educación Física. Integración: Revista sobre discapacidad visual, 59, 38-49.*

Esta carpeta tiene como objetivo ser un recurso para llevar a cabo actividades de sensibilización hacia la discapacidad visual en forma de propuestas relacionadas con la educación física.

También estas actividades sirven para experimentar posibilidades motrices, sensoriales y expresivas del propio cuerpo.

Objetivos

- Facilitar la inclusión de los alumnos con discapacidad visual.
- Aportar una herramienta a los maestros de apoyo.
- Dar recursos a los profesores de Educación Física para facilitar la inclusión en esta área.
- Dar recursos a los centros educativos para hacer actividades de sensibilización, aunque no tengan alumnos con discapacidad visual.

Contenidos de la carpeta

- 6 fichas plastificadas:
 - Recursos para confeccionar unas gafas de simulación.
 - Actividad 1: Circuito de sensibilización a la baja visión.
 - Actividad 2: El juego del submarino (para la sensibilización a la ceguera total).
 - Actividad 3: El juego del pulpo (para la sensibilización a la ceguera total).
 - Actividad 4: El juego de tiro en el pie (para la sensibilización a la ceguera total).
 - Conclusiones de las actividades de sensibilización.

BLANCO, A., y HUGUET, D. (2011). *La Carpeta de sensibilización, un recurso para la inclusión de alumnos con discapacidad visual en el área de Educación Física. Integración: Revista sobre discapacidad visual, 59, 38-49.*

- 25 antifaces de cartón.
- Un modelo de gafa de simulación de visión borrosa.

Recursos para confeccionar unas gafas de simulación

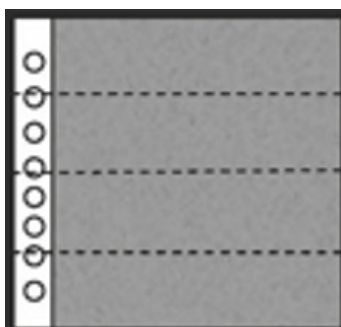
Confección de gafas de visión borrosa

Materiales

- Una hoja de plástico de ordenar hojas (fundas de plástico agujereadas).
- Unas tijeras.
- Cinta adhesiva.

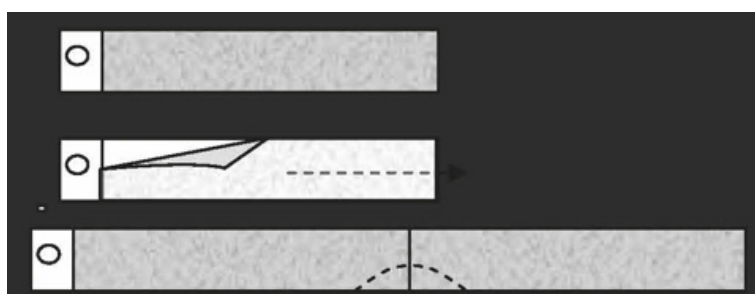
1.- Se recorta cada hoja en cuatro partes.

Figura 1



2.- Se separa una lámina de la hoja y se recorta un círculo para el espacio de la nariz.

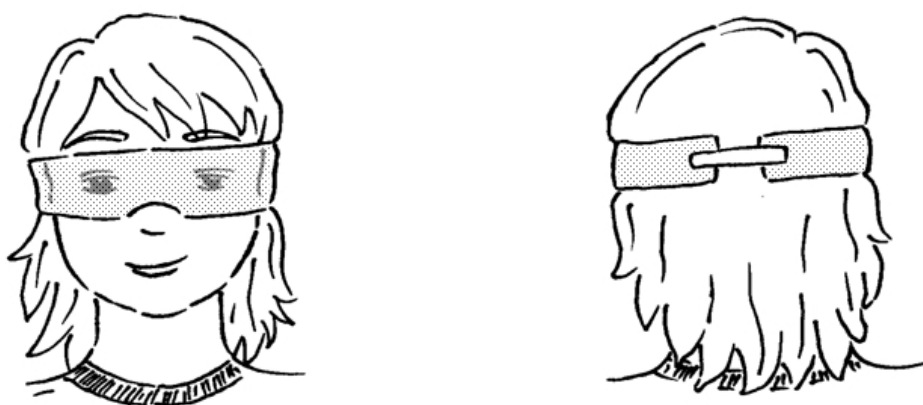
Figura 2



3.- Se pone en la cara y se cierra por la nuca con cinta adhesiva, adecuándolo al tamaño de cada niño. Se puede volver a poner cinta adhesiva por la parte interior para evitar que se enganche el pelo.

Cierre con cinta adhesiva:

Figura 3



Confección de unas gafas de simulación de ceguera total

La propuesta consistiría en confeccionar un antifaz como el de la fotografía.

Foto 2



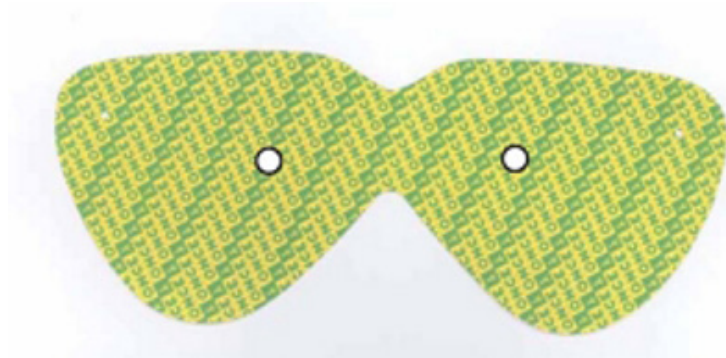
BLANCO, A., y HUGUET, D. (2011). *La Carpeta de sensibilización, un recurso para la inclusión de alumnos con discapacidad visual en el área de Educación Física. Integración: Revista sobre discapacidad visual, 59, 38-49.*

Confección de unas gafas de simulación de visión de cañón

La propuesta sería hacer dos agujeros en el modelo del antifaz.

Estos agujeros tendrían que estar a la misma distancia que las pupilas de los niños. Poniendo una regla delante de la cara se puede medir esta distancia. Después, se trasladan los puntos al antifaz y con un lápiz se hacen los agujeros.

Foto 3



Actividad 1. Circuito de habilidades

Formar parejas. Un miembro de la pareja lleva puestas las gafas de simulación y el otro, a su lado, lo acompaña y lo protege. Después, cambian las gafas y hacen la actividad de nuevo. Este circuito se puede hacer con gafas de simulación de visión borrosa y de visión de cañón.

Figura 4



BLANCO, A., y HUGUET, D. (2011). *La Carpeta de sensibilización, un recurso para la inclusión de alumnos con discapacidad visual en el área de Educación Física. Integración: Revista sobre discapacidad visual, 59, 38-49.*

1. Equilibrio: pasar por encima del banco.
2. Vamos caminando o corriendo entre los conos haciendo zigzag.
3. Hacemos una voltereta en la colchoneta.
4. Hacemos una croqueta en la colchoneta.
5. Hacemos una conducción de pelota con los pies haciendo zigzag entre los conos.
6. Botamos la pelota de baloncesto entre los conos.

Actividad 2. El submarino

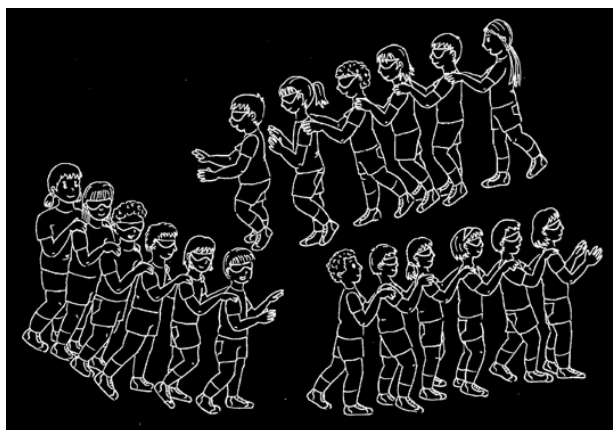
Normas del juego

Se hacen grupos de 6. Todos los jugadores cogidos por los hombros y con los ojos tapados, excepto el último, que es el capitán y dirige el submarino. Se crea un código:

- Un toque en el hombro derecho: ir hacia la derecha.
- Un golpe en el hombro izquierdo: ir hacia la izquierda.
- Tirar de los dos hombros hacia atrás: frenar.
- Dos toques en los dos hombros: hace que el primer miembro del submarino se desenganche y camine en línea recta como un torpedo.

El objetivo del capitán es que este torpedo toque otro submarino: si lo consigue, el equipo suma 1 punto. Cuando un torpedo es disparado, deja de jugar, y cuando un submarino deja de tener torpedos, también deja de jugar. Gana el equipo que hace más puntos.

Figura 5. Dibujo del submarino



BLANCO, A., y HUGUET, D. (2011). *La Carpeta de sensibilización, un recurso para la inclusión de alumnos con discapacidad visual en el área de Educación Física. Integración: Revista sobre discapacidad visual, 59, 38-49.*

Actividad 3. El pulpo

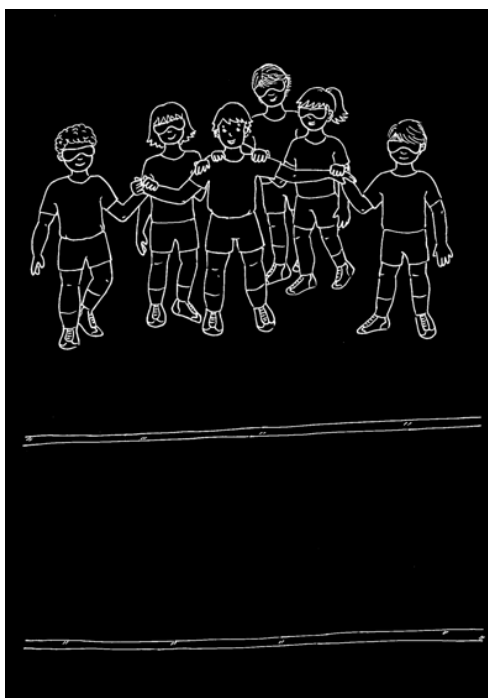
Normas del juego

Cada pulpo trasladará sus «tentáculos» (5 compañeros) sin tocar las líneas del suelo que nos parezcan adecuadas según nuestra sala de juegos. Podrá caminar y, al mismo tiempo, tendrá que dar instrucciones orales a sus compañeros a fin de que no toquen las líneas.

Se forman grupos de 6. Un miembro de cada grupo hace de cabeza del pulpo y los cinco compañeros hacen de tentáculos y llevan antifaces. Siempre tienen que estar en contacto con la cabeza (el jefe) del pulpo. Si algún compañero no toca su pulpo, tienen que volver a la línea de salida. Si algún «tentáculo» toca una línea del suelo, tienen que volver al punto de salida.

Variantes: también se puede hacer poniendo una serie de obstáculos con el material de que dispongamos y que ningún jugador podría tocar, o hacer un circuito con conos.

Figura 6. Dibujo del pulpo



BLANCO, A., y HUGUET, D. (2011). *La Carpeta de sensibilización, un recurso para la inclusión de alumnos con discapacidad visual en el área de Educación Física. Integración: Revista sobre discapacidad visual, 59, 38-49.*

Actividad 4. Tiro al pie

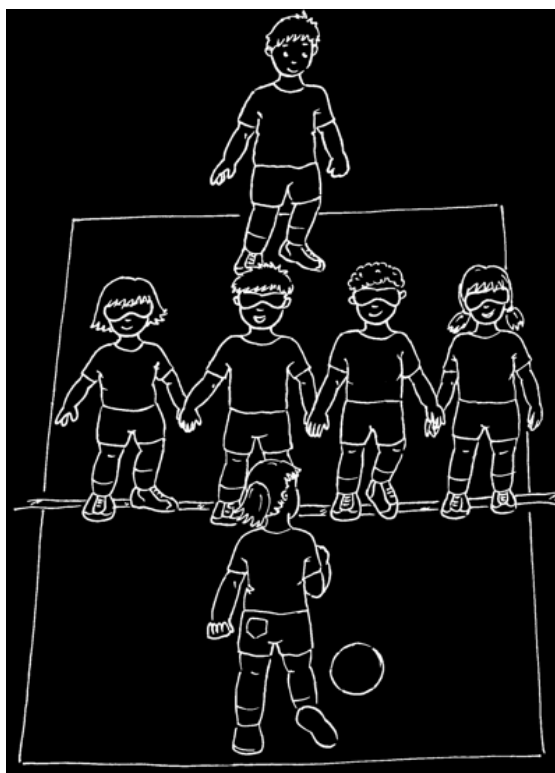
Normas del juego

Dos jugadores son los que paran, el resto se colocan en la línea de medio campo de un campo de voleibol (o similar) cogidos de la mano, mirando hacia la misma dirección y con los antifaces de ceguera puestos.

Los jugadores que paran se colocan uno a cada lado de la fila y tiran la pelota sonora intentando tocar los pies de los compañeros que están en el centro. Si tocan a alguien, se cambian por él. Los jugadores que están en el centro tienen que esquivar la pelota con cascabeles y, cuando pasa de un lado al otro, todos giran en dirección a la pelota.

Variante: Se pueden acumular y jugar los tocados en un campo; se puede poner una cuerda en el suelo para situarse y tocarla a menudo con los pies...

Figura 7. Dibujo de tiro al pie



BLANCO, A., y HUGUET, D. (2011). *La Carpeta de sensibilización, un recurso para la inclusión de alumnos con discapacidad visual en el área de Educación Física. Integración: Revista sobre discapacidad visual, 59, 38-49.*

Conclusiones del alumnado

Toda actividad de sensibilización tiene que acabar con una reflexión de las vivencias experimentadas, con el fin de reconducir todas las opiniones de los alumnos a fin de que la experiencia sea realmente educativa. Podemos plantear que los alumnos opinen libremente o formular una serie de preguntas, como:

- ¿Te lo has pasado bien haciendo las actividades con los ojos tapados?
- ¿Has necesitado que alguien te ayudara cuando llevabas las gafas de simulación?
- ¿Cómo te has sentido percibiendo la realidad de manera diferente a la habitual?
- ¿Los alumnos con discapacidad visual pueden hacer Educación Física?

Cada maestro tiene que llegar a conclusiones con sus alumnos, como:

- Las personas con discapacidad visual pueden hacer Educación Física con normalidad.
- Las personas con discapacidad visual tienen otras capacidades para compensar la falta de visión.
- El hecho de no ver hace que, en determinadas actividades de Educación Física, los alumnos con discapacidad visual necesiten de alguna ayuda.

Conclusiones y valoración de la experiencia

La carpeta sensibilizadora ha sido difundida y llevada a la práctica con gran éxito en aproximadamente 50 centros educativos de Cataluña. Se han llevado a la práctica tanto en el horario propio de la Educación Física, como en horario de patio, y las referencias que nos devuelven los maestros de apoyo de la ONCE son muy positivas en todos los casos.

BLANCO, A., y HUGUET, D. (2011). *La Carpeta de sensibilización, un recurso para la inclusión de alumnos con discapacidad visual en el área de Educación Física. Integración: Revista sobre discapacidad visual, 59, 38-49.*

También ha sido difundida a través de la web de la ONCE y de la web interna del Centro de Recursos Educativos de la ONCE en Barcelona, aunque en este caso no podemos conocer su impacto real.

Las carpetas sensibilizadoras han demostrado ser un instrumento válido para favorecer la inclusión educativa de nuestro alumnado. Continuaremos con su aplicación, con las modificaciones que vayan surgiendo, los próximos años.

Para bajarse la carpeta de sensibilización en PDF, utilice los siguientes enlaces:

- <<http://blocs.xtec.cat/creoncebarcelona/2010/03/01/111/>>
- <<http://educacion.once.es/home.cfm?id=63&nivel=2&orden=2>>

Bibliografía

RÍOS, M., y BLANCO, A. (1998). *El juego y los alumnos con discapacidad: actividad física adaptada*. Barcelona: Paidotribo.

GONZÁLEZ, C., y LLEIXÀ, T. (coords.) (2010). *Didáctica de la Educación Física*. Número 4, volumen II. Barcelona: Graó.

BLANCO, A., y HUGUET, D. (2011). *La Carpeta de sensibilización, un recurso para la inclusión de alumnos con discapacidad visual en el área de Educación Física*. *Integración: Revista sobre discapacidad visual*, 59, 38-49.