

# Prácticas innovadoras inclusivas

retos y oportunidades



Alejandro Rodríguez-Martín  
(*Compilador*)



Universidad de Oviedo  
*Universidá d'Uviéu*  
University of Oviedo



Organización  
de las Naciones Unidas  
para la Educación,  
la Ciencia y la Cultura

Centro  
**UNESCO**  
Principado  
de Asturias

# Prácticas innovadoras inclusivas retos y oportunidades

*Alejandro Rodríguez-Martín*

(Comp.)



Universidad de Oviedo  
*Universidá d'Uviéu*  
*University of Oviedo*



Organización  
de las Naciones Unidas  
para la Educación,  
la Ciencia y la Cultura

Centro  
**UNESCO**  
Principado  
de Asturias

© 2017 Universidad de Oviedo

© Los/as autores/as

Edita:

Servicio de Publicaciones de la Universidad de Oviedo

Campus de Humanidades. Edificio de Servicios. 33011 Oviedo (Asturias)

Tel. 985 10 95 03 Fax 985 10 95 07

Http: [www.uniovi.es/publicaciones](http://www.uniovi.es/publicaciones)

[servipub@uniovi.es](mailto:servipub@uniovi.es)

I.S.B.N.: 978-84-16664-50-4

D. Legal: AS 682-2017

Imprime: Servicio de Publicaciones. Universidad de Oviedo

Todos los derechos reservados. De conformidad con lo dispuesto en la legislación vigente, podrán ser castigados con penas de multa y privación de libertad quienes reproduzcan o plagien, en todo o en parte, una obra literaria, artística o científica, fijada en cualquier tipo y soporte, sin la preceptiva autorización.

¿Cómo citar esta obra?

Rodríguez-Martín, A. (Comp.) (2017). *Prácticas Innovadoras inclusivas: retos y oportunidades*. Oviedo: Universidad de Oviedo.



## ÍNDICE

---

Presentación .....	9
<i><b>Eje Temático 1.</b></i>	
<hr/>	
Políticas socioeducativas inclusivas y formación del profesorado .....	13
<i><b>Eje Temático 2.</b></i>	
<hr/>	
Prácticas innovadoras inclusivas en Educación Infantil y Primaria .....	503
<i><b>Eje Temático 3.</b></i>	
<hr/>	
Prácticas innovadoras inclusivas en E.S.O., Bachillerato, Formación Profesional y otras enseñanzas .....	1399
<i><b>Eje Temático 4.</b></i>	
<hr/>	
Prácticas innovadoras inclusivas en la universidad .....	1807
<i><b>Eje Temático 5</b></i>	
<hr/>	
Prácticas innovadoras inclusivas en el ámbito social .....	2325
<i><b>Eje Temático 6.</b></i>	
<hr/>	
Prácticas innovadoras inclusivas en el ámbito laboral .....	2611

## **MESA REDONDA, UNA EXPERIENCIA DE EDUCACIÓN INCLUSIVA.**

**Ruiz Álvarez, Jorge Juan<sup>1</sup>.**

Consejería de Educación, España.

<sup>1</sup>e-mail: jorgediabetes@yahoo.es,

**Resumen.** Este artículo recoge la experiencia de varios años en la realización de una actividad titulada “Mesa Redonda Mujer y Deporte” en la cual desde un punto de vista holístico traté de utilizar el ejemplo de varias decenas de deportistas como modelo de adhesión a la práctica deportiva desde un punto de vista inclusivo. Desde una base teórica se expone la organización paso a paso de la misma, teniendo en cuenta la dificultad de ser una actividad innovadora.

**Palabras clave:** mujer, deporte, escuela, inclusión.



## **INTRODUCCIÓN/MARCO TEÓRICO**

Una de las conclusiones hacia las que van la mayoría de las investigaciones actuales en sanidad es que las formas de vida y los hábitos adquiridos son una de las principales causas que originan la muerte prematura a través de las enfermedades que causan. Todo ello hace que exista un creciente interés hacia la educación para la salud y los factores condicionantes de la misma.

El concepto de educación para la salud, a pesar de su aparente sencillez, conlleva la implicación de una serie de factores más o menos complejos y diversos según la sociedad en la cual estemos inmersos. La Organización Mundial de la Salud en su Carta Magna (1946) la define de la siguiente forma:

“Completo estado de bienestar físico, psíquico y social”. Con el paso de los años se ha ido comprobando que los principales factores de riesgo en la actualidad no son de carácter biológico, sino psicosocial. Prueba de ello es que la Oficina Regional para Europa (1986) entiende la salud como la “capacidad de relizar el propio potencial personal y de responder positivamente a los retos del ambiente”.

De acuerdo con ello podemos entender que la salud tiene un plano integrador de la sociedad y el hombre, dentro del cual el sistema educativo juega un papel absolutamente primordial, como mostraré más adelante.

En este sentido la OMS partió de la definición de “Educación para la salud” como “Acción ejercida sobre el educando para un cambio de comportamiento” para acabar entendiéndola como “Conjunto de actividades de información y de educación que mueve a la persona a querer estar en salud, saber cómo conseguirlo e intervenir en la propia salud, en la de su familia y en la salud colectiva.

## **OBJETIVOS**

### **“CONJUNTO DE ACTIVIDADES...”**

Según el estudio “Los hábitos deportivos de la población escolar en España” coordinado por el Consejo Superior de Deportes y publicado en 2011:

“La comunidad educativa coincide en afirmar que la actividad física y el deporte han de disponer de un espacio fundamental en la formación integral del individuo, siendo decisivos en la edad escolar para la creación de estilos de vida activa. El proceso educativo tiene la misión de construir unas bases sólidas para el conocimiento y la realización personal y profesional, y la práctica de actividad física y deportiva forma parte fundamental, con todo su potencial indiscutible de valores y beneficios, de esta etapa de la vida.

La relación entre la actividad física y la salud está plenamente demostrada por numerosos estudios científicos que, entre otras conclusiones, revelan la incidencia positiva del ejercicio físico en la prevención de la obesidad, y los efectos negativos del sedentarismo en la salud. Son cada vez más las personas expertas y las evidencias

científicas que apuntan a la inactividad física como una de las principales causas de incidencia global de la obesidad, especialmente en determinados segmentos de población.

La presencia de la educación física en el currículum académico escolar ha sido uno de los pocos indicadores disponibles en nuestro país para conocer el nivel de práctica deportiva de las nuevas generaciones. Sin embargo, los estudios demuestran que esta práctica no alcanza los niveles óptimos...”

“Los datos de las últimas Encuestas Nacionales de Salud muestran que cerca del 80% de la población no realiza la actividad física aconsejada para mantener la salud.

En la infancia y en la juventud, las personas son más activas, sin embargo hay un porcentaje elevado de ellas que no alcanza los niveles adecuados.

La escasa actividad física en estas etapas no sólo es peligrosa para la salud sino que conlleva una baja forma física, una menor autoestima y una pobre imagen corporal.”

En este sentido me propuse, dada mi vinculación con el mundo del deporte, crear una actividad para promover la práctica deportiva desde un punto de vista de la motivación, del tratamiento de la actividad física desde un punto de vista que no fuera la clase de E.F., cuya orientación lleva años dedicada casi en exclusividad en la etapa de Educación Primaria a la práctica deportiva exclusivamente, y con una escasa dedicación a la motivación y conocimiento de sus fundamentos. En la etapa de Educación Secundaria Obligatoria se observa un incremento de la carga teórica, pero fundamentado exclusivamente a sus fundamentos biológicos y fisiológicos.

Me propuse por tanto crear una actividad que fomentara adhesión a la práctica deportiva.

### ...DE INFORMACIÓN Y DE EDUCACIÓN...

A lo largo del estudio anteriormente mencionado sobre “Los hábitos deportivos de la población escolar en España”, se ha podido observar un fenómeno que se repite:

-“El descenso de la práctica de actividad físico-deportiva, ya sea continua o puntual, a partir de los 12 años de edad. Parece ser que la transición de la etapa educativa de primaria a secundaria se presenta como un punto de inflexión.” Este dato me llevó a pensar en que la edad de los discentes a los que se dirigiera la actividad debería de ser entre los 10- 12 años, actuando así como factor de prevención de la práctica deportiva.

- “A pesar de que en diversos estudios la escuela se presenta como un elemento que tiene cierto influjo en la práctica de actividad físico-deportiva fuera del horario lectivo de los/as escolares, la percepción del alumnado es que ésta no tiene



una gran influencia. Según los/as escolares, entre los agentes que les animaron a iniciarse en la práctica deportiva, el profesorado únicamente representa un 2%.” En este sentido me pareció interesante incluir a docentes que fueran modelos de adhesión a la práctica deportiva para que el alumnado viera la implicación directa del profesorado de varias especialidades en el ámbito del ejercicio físico. En este sentido creo que a diferencia de otros temas, como la atención a la diversidad, la alta capacidad...que están perfectamente integrados dentro de la dinámica escolar del profesorado en el aula; la promoción de la actividad física resulta un tema que por la edad, sexo o formación del profesorado, parece fuera del contexto de los centros educativos. Si bien es cierto que en las programaciones de Educación Física aparecen intervenciones realizadas por componentes de equipos federados para realizar una explicación de sus disciplinas, el porcentaje del alumnado que se integra en ellas acaba siendo escaso por su valor excesivamente competitivo.

En el estudio “Los valores en el deporte” ((Ruiz Llamas y Cabrera Suárez, 2004) se dice que “son numerosos los autores que ponen de manifiesto la posibilidad de abordar desde la educación física y el deporte el desarrollo de valores, bien desde una perspectiva general, bien relacionándolo con temas transversales del currículo o bien desde una perspectiva particular y pormenorizada que incluye la catalogación de estos valores. Siendo el contexto de la práctica deportiva un excelente lugar para el desarrollo de valores sociales y personales de alumnos y deportistas, es necesario poner una intención precisa en la educación de estos valores; si lo que queremos es una adquisición de los mismos, no sólo la práctica lo garantiza; debe existir una intencionalidad y organización a tal efecto.” Esto me llevó a pensar en que debía planificar qué tipo de valores y a través de qué recursos podía conseguir una amplitud de objetivos sin provocar una dispersión excesiva que desviara la atención sobre el objetivo principal, el fomento de la práctica deportiva.

–“En relación a las actividades organizadas más practicadas, se observa una concentración en determinadas modalidades; el fútbol, el baloncesto, las danzas, la natación y el fútbol sala representan el 56% de la práctica de actividad físico-deportiva.

Asimismo, también se ha detectado la permanencia de estereotipos de género asociados al deporte. Las tres actividades más practicadas por los chicos son el fútbol (33%), el fútbol sala (11%) y el baloncesto (9%), y por las chicas las danzas (22%), la natación (12%) y el baloncesto (9%). Sorprende que actividades tradicionalmente consideradas como de chicos, en este caso el fútbol, ocupe el quinto lugar entre las más practicadas por las chicas. Esta situación no se reproduce en los hombres con las actividades consideradas de chicas.

La mayoría de los/as escolares está de acuerdo en aumentar el número de horas de clase de Educación Física semanales. Esta posición se mantiene a lo largo de la edad escolar en los chicos, mientras que la población escolar femenina de los 14 a los 18 años simpatiza menos con la posibilidad de la ampliación de horas, aunque aún en esas edades hay una mayoría que apoya ese aumento.” En este caso el estudio sobre “Los hábitos deportivos de la población escolar en España” del Consejo

Superior de Deportes me aportaron una importante pista, la necesidad de que fuera una actividad que fomentara la práctica deportiva entre las mujeres y de que se incluyeran actividades deportivas en la medida diferentes a las habituales.

...QUE MUEVE A LA PERSONA A QUERER ESTAR EN SALUD...

¿Cuáles son los factores que mueven a la persona a querer estar en salud? Desde luego hay múltiples estudios que los pueden detallar con exactitud, pero en este caso acudí a mi experiencia personal como enfermo de Diabetes tipo I para diseñar la actividad y conseguir esa motivación.

En primer lugar creo que el factor más importante es la motivación basada en una toma de decisiones por el cerebro emocional. Normalmente vemos un montón de anuncios en televisión que nos intentan vender sus productos...mediante las emociones. Nos intentan transmitir a través de la vista y el oído las sensaciones de un producto al tocarlo, al olerlo, al tenerlo en nuestras manos, en una pantalla plana que no posee ninguna de dichas propiedades. Pues bien, creí que de la misma forma en que el marketing actúa sobre nuestros sentimientos y emociones para anular las “contraindicaciones” de nuestro cerebro racional, una actividad como la que quería diseñar debería tomar ejemplo del mismo.

¿Cómo conseguirlo? En primer lugar contar con el mundo de la imagen, ya que los menores se sienten atraídos de una forma u otra por todo aquello que sale en la TV. En segundo lugar debería incluirse la música, el espectáculo y por supuesto la interacción con personas más o menos conocidas del mundo del deporte, así como de personas cercanas a su entorno que transmitieran cercanía y posibilidad de acceder a su modo de practicar ejercicio físico y deporte. En tercer lugar debería haber algo que les recordara al alumnado la participación en dicha actividad, de cara a mantener su disposición o predisposición para la práctica deportiva.

## **DESARROLLO DE LA PRÁCTICA/EXPERIENCIA**

...SABER CÓMO CONSEGUIRLO...

Como resultado del proceso de diseño, y siguiendo algunas de las recomendaciones de la Guía PAFiC(Guía para Promoción de la Actividad Física en Chicas) concreté las anteriores cuestiones en la actividad MESA REDONDA MUJER Y DEPORTE, en la cual incluí tres grandes bloques:

- Bloque de información y formación: En este bloque se incluyen personalidades relevantes en el mundo institucional relacionado con el deporte y su práctica con respecto al alumnado femenino. En este sentido se aconsejaba a los ponentes que partieran de un aspecto general acerca de las bondades de la actividad física y el deporte. Se incluyeron perfiles de mujeres que ocupaban cargos en equipos directivos (Directoras generales, Presidentas de equipos, Políticas...)



El objetivo de estas intervenciones era mostrar el apoyo de las instituciones educativas y sanitarias a la práctica deportiva, a su gestión y la implicación de las mujeres en dicho campo.

En este sentido la importancia de enseñar al alumnado el que aunque no sean deportistas de élite pueden llegar a formar parte de instituciones que sirvan para ayudar a chicos y chicas a practicar cualquier disciplina deportiva cobra una gran relevancia. El tiempo de las intervenciones es corto (una media de 5 minutos), pero concentrando mensajes claros y concisos que se puedan percibir en un tiempo razonablemente corto, y que no resulten aburridos.

- Bloque de intervención de las deportistas: en este bloque buscaba varios objetivos:

1) Fomentar la co-educación y la admiración del alumnado masculino por las deportistas, admirándolas primero por su habilidad, constancia y tenacidad en sus respectivas disciplinas; teniendo el valor añadido de ser mujeres. No se trataba de bajar el listón... sino de enseñar a los chicos que las mujeres tenían otras habilidades compatibles con las de ellos que les permitían superarlo de formas diferentes. Se creaban de esta forma modelos de adhesión a la práctica deportiva. Para ello solicitaba fotografías espectaculares de todas las participantes y realizaba una presentación audiovisual con imágenes, música y un pequeño C.V. deportivo de cada participante. En este sentido he buscado perfiles de deportistas de un abanico muy amplio (profesionales, aficionadas, amas de casa, profesoras, personas con discapacidad, minorías étnicas...).

El efecto era muy positivo, porque al hecho de introducir las imágenes de las deportistas sumado al de que todas ellas llevaban el equipamiento deportivo de su respectiva disciplina provocaba al encenderse las luces un efecto de admiración que se plasmaba al final del acto con el numerosísimo público (chicos incluidos ...) que les pedían autógrafos a las deportistas.

Los perfiles de las deportistas han sido variados, desde Campeonas Olímpicas, del Mundo, de Europa y de España, pasando por deportistas aficionadas, con profesiones vinculadas de una forma u otra a la educación desde niveles de Catedrática Universitaria a estudiante de instituto. Así mismo ha habido deportistas con discapacidad, de minorías étnicas procedentes de tres continentes y con un estatus socioeconómico muy diverso. El número total de ponentes en estos años de actividad han sido de 73 de 23 disciplinas deportivas diferentes.

La colaboración de las deportistas, absolutamente desinteresada, fue excelente en todos los sentidos, y gracias a la aportación de las mismas la mesa redonda se ha ido consolidando hasta alcanzar los 575 asistentes el año con mayor asistencia.

Las preguntas realizadas a las deportistas versaban sobre aspectos deportivos, de género, culturales, educativas... y a pesar del nerviosismo, el hecho de que yo fuera el presentador, y el vínculo que se generaba en las reuniones previas, hacían que la

confianza necesaria para implicar a las deportistas en la transmisión de todos los valores anteriormente expuestos, fuera excelente.

2) Atender a los aspectos que la Guía PAFiC marca como propósitos generales, es decir:

- Incrementar la participación de las chicas en la Educación Física escolar y en la práctica de actividad físico-deportiva.

- Promover la igualdad de oportunidades en la práctica de actividades físico-deportivas.

- Promover la transmisión de valores y actitudes de equidad.

3) Trabajar la atención a la diversidad a través del deporte y la actividad física. El hecho de introducir perfiles tan variados me permitía preparar preguntas para trabajar estos temas con las distintas deportistas. Como vimos en las sesiones dedicadas al ejercicio físico del curso, la motivación del alumnado es importantísima, y el hecho de que pudieran hacer preguntas a las deportistas que ya en este momento de la mesa redonda admiran es significativo, ya que además a muchas de ellas se las van a encontrar físicamente en las instalaciones deportivas de la zona.

4) Exhibición de obras artísticas realizadas por el alumnado de los centros participantes. Una vez había confirmación de las ponentes que iban a asistir a la actividad, enviaba a los centros una propuesta para trabajar a través de la plástica el tema de la mujer y el deporte. La calidad de los dibujos, esculturas con plastilina, esculturas de alambre...ha sido excepcional todos los años, permitiendo integrar esta área en el mundo del deporte, y haciendo partícipe al alumnado de detalles que posteriormente serían entregados a las ponentes por los mismos.

5) Trabajo en equipo. Después de la rueda de preguntas a las deportistas se realizan intervenciones por parte de mujeres que se integran en actividades deportivas tan variadas como capoeira, hip-hop, funky, kihatsu, kárate, aerobio... Se vivieron momentos de verdadera emoción durante las actuaciones, siendo un medidor muy importante del clima y la atención que mostraba el público asistente.

6) Detalles y memoria colectiva: aunque nunca he contado con una financiación institucional, he conseguido el apoyo de una empresa de refrescos que ha donado cordones para las zapatillas, gorras, pirámides de la nutrición, bebidas saludables. - Promover la transmisión de valores y actitudes de equidad.

## **CONCLUSIONES**

...INTERVENIR EN LA PROPIA SALUD, EN LA DE SU FAMILIA Y EN LA SALUD COLECTIVA.



Como resultado de la actividad, y realizando una evaluación a través de una observación participante, se puede decir que los tres puntos de este apartado se han cumplido en un porcentaje importante.

La intervención sobre la salud se ha constatado en las numerosas preguntas realizadas por los estudiantes, en el boca a boca de los centros participantes, en los numerosos trabajos escolares surgidos en los mismos, así como en el interés por parte del alumnado femenino en practicar nuevas disciplinas deportivas.

En la de su familia se ha podido constatar por las numerosas felicitaciones recibidas por las mismas a través de mails, conversaciones informales.. y el recuerdo que guarda el alumnado y que trasmite n a sus respectivas familias.

En la salud colectiva. El hecho de organizar una actividad de este tipo da una idea que el deporte no es sólo una actividad individual, sino que de diversas formas se puede contribuir a su práctica y a su difusión. Démonos cuenta de que el alumnado participante, perteneciente a los niveles de 6º de primaria y primer ciclo de la E.S.O. en muchos casos no tienen todavía poder de decisión real sobre su práctica deportiva, pero este tipo de actividades promoverán que sigan practicando algún tipo de ejercicio físico o actividad deportiva cuando sean adultos y más allá. En este sentido uno de los aprendizajes que para mí más importancia ha tenido en el curso ha sido que la salud es una cuestión colectiva, no sólo un problema individual. Por eso ha de ser incluida en una Educación Inclusiva.

## **REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS**

Consejo Superior de Deportes, Fundación Alimentum, Fundación Deporte Joven . Los hábitos deportivos de la población escolar en España.(2011).

Consejerías de Educación y Salud del Principado de Asturias. ESO por la Salud. Informe del curso escolar 2013-2014.

Fernández García, E. (2010). Guía PAFiC para la promoción de actividad física en chicas. Ministerio de Igualdad .

Ministerio de Educación y Cultura.(1999)Actividad física y salud: guía para padres y madres.

Ruiz Llamas, G. y Cabrera Suárez,D.(2004) Los valores en el deporte. Revista de Educación, núm. 335 , pp. 9-19.