

Trabajo Final de Grado

La Educación Física, una oportunidad para cambiar las actitudes hacia las personas con discapacidad

Universidad Miguel Hernández de Elche



GRADO EN CIENCIAS DE LA ACTIVIDAD FÍSICA Y EL DEPORTE

ALUMNO: VÍCTOR MARTÍNEZ GÓMEZ

TUTOR ACADÉMICO: MANUEL PELÁEZ PÉREZ

CURSO ACADÉMICO: 2018-2019

CENTRO DE LA PROPUESTA: I.E.S. LA CANAL DE NAVARRÉS
(NAVARRÉS)

ÍNDICE

1.	CONTEXTUALIZACIÓN	3
2.	REVISIÓN BIBLIOGRÁFICA.....	5
3.	INTERVENCIÓN	10
3.1.	OBJETIVOS	10
3.2.	MÉTODO y MUESTRA.....	10
3.3.	INSTRUMENTOS	12
3.4.	RESULTADOS	12
4.	CONCLUSIONES	15
4.1.	CONSIDERACIONES A TENER EN CUENTA	16
5.	REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS	17
6.	ANEXOS	20
6.1.	Anexo 1. Horario instituto.....	20
6.2.	Anexo 2. Cuestionario	21
6.3.	Anexo 3. Sesiones UD.....	22

1. CONTEXTUALIZACIÓN

A menudo las actitudes hacia las personas con discapacidad están cargadas de prejuicios, incluyen falsos pensamientos y efectos negativos y esto provoca que haya una restricción de la participación activa de estas personas en la vida social (Hutzler, Zach, & Gafni, 2005). Además, en el ámbito educativo las actitudes hacia la discapacidad de compañero/as y profesores/as son muy importantes a la hora de llevar a cabo procesos de inclusión en la escuela. (Felipe y Garoz, 2014).

Actualmente, se considera que las actitudes son una de las variables más importantes a la hora de facilitar o dificultar el proceso de integración e inclusión de los alumnos con discapacidad en el ámbito educativo (Coates y Vickerman, 2013). Por tanto, es conveniente examinar las actitudes hacia los estudiantes con discapacidad en sus diferentes etapas educativas para poder realizar una intervención para modificarlas o mejorarlas en la medida que sea posible (Araya-Cortés, González-Arias, y Cerpa-Reyes, 2014).

En los últimos años se están llevando a cabo diferentes programas de sensibilización y cambio de actitudes hacia este colectivo en numerosos centros educativos. Dentro de estos estudios muchos investigadores realizan análisis en función del género al que pertenecen, de si ha habido contacto previo con personas con discapacidad, de si son competitivos y de su propia percepción de habilidad con respecto al deporte. Otros autores diferencian programas entre contacto directo, simulación o contacto directo y simulación. Por último, también se llevan a cabo jornadas paralímpicas en los centros educativos o en centros especiales para las personas con discapacidad donde el alumnado participa en diferentes deportes adaptados junto con estas personas. En todos los programas, el objetivo es analizar las actitudes de los alumnos y buscar cual es la mejor forma para crear una actitud positiva hacia la inclusión y las personas con discapacidad.

Particularmente me interesa este tema debido a que durante mi estancia en el centro observé que no había ninguna intervención con este colectivo y, por ende, me pareció una forma novedosa para el centro el llevar a cabo una unidad didáctica de este tipo. Además, me parece interesante hacer una intervención de este tipo ya que hay un desconocimiento generalizado y es posible que estos alumnos no tengan experiencia previa respecto a estos deportes y es una buena forma de dárselo a conocer y sensibilizarles con las diferentes discapacidades, porque puede ser muy beneficiosa para adquirir ciertos valores y cambiar las actitudes hacia las personas con discapacidad.

La propuesta se ha desarrollado en el IES La Canal de Navarrés, el cual se encuentra en la localidad de Navarrés con una población de aproximadamente 3000 habitantes, cuya provincia es Valencia. Este centro reúne principalmente a alumnos de las poblaciones de la Comarca La Canal de Navarrés, excepto las poblaciones de Anna y Enguera.

El IES La Canal de Navarrés se nutre de estudiantes de dicha comarca, sobre todo de las poblaciones de Quesa, Bicorp, Bolbaie, Chella y Navarrés, aunque un 15% del alumnado es extranjero, procedente de países europeos, árabes y sudamericanos. Viven en un entorno rural en el que predominan sus montañas y parajes naturales.

Este porcentaje tan elevado de estudiantes pertenecientes a la comarca se debe a que la mayoría procede de los siguientes colegios de primaria que tienen adscritos:

-  CEIP “Los Pinos” de Bicorp.
-  CEIP “Albait” de Bolbaite.
-  CEIP “Juan Lacomba Guillot” de Chella.
-  CEIP “San José de Calasanz” de Navarrés.
-  CEIP “Luis Vives” de Quesa.

No existe una heterogeneidad muy elevada, por lo que a nivel socioeconómico y lugar de procedencia se refiere, siempre teniendo en cuenta que generalizamos ya que existen excepciones y más sabiendo la procedencia de centros públicos que nos encontraremos perfiles de todo tipo, aunque en este caso las diferencias no serán abismales.

Por lo regular, casi la totalidad de las familias están compuestas por cuatro miembros (padres y dos hijos), siendo el perfil laboral de las familias el siguiente:

- Padre con trabajo de baja-media cualificación.
- Madre ama de casa (40%).
- Madre que trabaja fuera de casa (60%, en muchas ocasiones trabajo sumergido).
- El número de parados es muy alto.

Centrándonos en el nivel cultural de los alumnos, éste refleja que:

- Tienen escasos hábitos de lectura.
- Poca participación en asociaciones de tipo cultural ya que la oferta se reduce casi exclusivamente a las Bandas de Música y Conservatorio.
- Emplean mayoritariamente su tiempo de ocio con los amigos, la televisión, el ordenador, el móvil y la música.
- El 30% reconoce no colaborar en las tareas domésticas.
- La lengua de comunicación familiar es el castellano.

Por lo que respecta al nivel general del alumnado, se situaría en una clase media, siempre existiendo excepciones. Pero tanto a nivel económico como cultural, el nivel correspondería al medio-bajo, ya que la mayoría de las familias se sustentan por padres de familias con trabajos de baja-media cualificación, la mayoría sin estudios previos y los alumnos no tienen hábitos culturales adecuados.

Además de un centro de Educación Secundaria Obligatoria también oferta Bachillerato, Ciclo formativo (grado medio en Aprovechamiento y Conservación del Medio Natural) y Formación Profesional Básica (Aprovechamientos Forestales).

Además, el centro cuenta con programas educativos de atención a la diversidad como:

- PAM 1º ESO (Plan de Actuación para la Mejora)
- PMAR (2º-3º ESO)
- PR4 (Programa de Refuerzo 4º ESO)
- Formación Profesional Básica (1º-2º FPB de Aprovechamientos Forestales)
- Ciclo Formativo de Grado Medio (1º y 2º CFGM de Aprovechamiento y Conservación del Medio Natural)

En cuanto a las instalaciones y materiales disponibles, El centro dispone de un edificio diferenciado en una planta baja y dos pisos, destinadas a los cursos de la ESO y a las asignaturas que requieren de un aula especial (plástica, tecnología, etc.). En la planta baja se sitúan tanto la sala de profesores como la secretaría y conserjería del centro. Anexo a este edificio existen barracones que están diseñados para impartir las clases de Bachillerato, FPB y el CFGM.

El edificio principal dispone de un ascensor para los alumnos de movilidad reducida que necesiten utilizarlo para desplazarse a plantas superiores. Además, encontramos las siguientes instalaciones:

- ❖ Departamentos: 19.
- ❖ Trinquetes: 2
- ❖ Frontón: 1
- ❖ Pista polideportiva: 1
- ❖ Gimnasio: 1
- ❖ Vestuarios: 2
- ❖ Patio: 1
- ❖ Laboratorios: 2
- ❖ Talleres: 1
- ❖ Biblioteca: 1
- ❖ Baños: 5
- ❖ Aulas generales: 20
- ❖ Aulas específicas: 5
- ❖ Sala multiusos: 1
- ❖ Futbolines: 2
- ❖ Máquinas de comida: 2

Además de estos materiales y recursos, utilizaré balones de goalball, antifaces, cuerdas, balones de voleibol, quitamiedos, colchonetas y todo lo que sea necesario mientras dispongan de ello en el centro.

Como conclusión, hay que destacar que el alumnado comúnmente tiende a tener una muy buena predisposición hacia la actividad y la educación física, esforzándose la mayoría en las clases y esto también ayudará a incentivar su voluntad de aprendizaje y descubrimiento de nuevos conceptos y valores a través de la propuesta.

2. REVISIÓN BIBLIOGRÁFICA

Este trabajo parte con la inquietud de analizar, si las actitudes o creencias de los alumnos hacia las personas con discapacidad pueden ser modificadas mediante la realización de una Unidad Didáctica de Deporte Inclusivo basada en deportes específicos y adaptados. En consecuencia, me propongo indagar en revisión bibliográfica relacionada con la inclusión, la discapacidad y la educación inclusiva.

La inclusión social según la Unión Europea es un proceso que asegura que personas en riesgo de pobreza y exclusión social aumenten las oportunidades y los recursos necesarios para participar activamente en la vida económica, social y cultural, y de que, a su vez, gocen de unas condiciones de vida y de bienestar que se consideran normales en la sociedad en la que viven (Ríos et al. 2009). Por lo tanto, podríamos considerar la inclusión como aquel proceso en el que personas con diferentes capacidades comparten el mismo espacio, materiales y actividades que sus compañeros (Rouse, 2009).

A nivel estatal, el Real Decreto Legislativo 1/2013, de derechos de las personas con discapacidad y de su inclusión social, que tiene por objeto garantizar el derecho a la igualdad de oportunidades y de trato, así como el ejercicio real y efectivo de derechos por parte de las personas con discapacidad en igualdad de condiciones respecto del resto de ciudadanos y ciudadanas, a través de la autonomía personal, de la accesibilidad universal, del acceso al empleo, de la inclusión en la comunidad y la vida independiente y de la erradicación de toda forma de discriminación.

En concreto, la Ley 51/2003 al BOE, de igualdad de oportunidades, no discriminación y accesibilidad universal de las personas con discapacidad, supuso un renovado impulso a las políticas de equiparación centrándose en la lucha contra la discriminación y la accesibilidad universal.

Se entiende por discapacidad a la situación que resulta de la interacción entre las personas con deficiencias previsiblemente permanentes y cualquier tipo de barreras que limiten o impidan su participación plena y efectiva en la sociedad, en igualdad de condiciones con los demás. (Real Decreto Legislativo 1/2013). Además, algunos autores señalan, que se entiende como toda restricción o ausencia de la incapacidad de realizar una actividad dentro de lo que se considera “normal” para el ser humano (Cologon, 2013).

La educación inclusiva formará parte del proceso de atención integral de las personas con discapacidad y será impartida mediante los apoyos y ajustes que se reconocen en el capítulo IV del Real Decreto Legislativo 1/2013 del BOE:

- Las personas con discapacidad tienen derecho a una educación inclusiva, de calidad y gratuita, en igualdad de condiciones con las demás.

- Corresponde a las administraciones educativas asegurar un sistema educativo inclusivo en todos los niveles educativos, así como la enseñanza a lo largo de la vida y garantizar un puesto escolar a los alumnos con discapacidad en la educación básica, prestando atención a la diversidad de necesidades educativas del alumnado con discapacidad, mediante la regulación de apoyos y ajustes razonables para la atención de quienes precisen una atención especial de aprendizaje o de inclusión.

Así pues, todas las personas deben de realizar una educación básica y pública siempre y cuando sus necesidades no puedan ser atendidas en cualquier centro ordinario como ocurre en España que los estudiantes con necesidades especiales son educados en escuelas regulares. Es por esto, que obtenemos estos datos:

- En las escuelas generales, se incluyeron 149.618 alumnos con discapacidad, lo que representaba el 1,9% de la población escolar total. Dentro de estos, más de la mitad tienen una discapacidad intelectual, el 36,07% tienen trastornos graves de conducta, el 10,94% una limitación de la actividad física, el 6,71% deficiencias auditivas, el 3,63% una discapacidad múltiple, el 2,89% deficiencias visuales y el 1,17% otras afecciones diferentes a estas. (MECD, 2014)

- Según el Informe 2016 sobre el estado del sistema educativo, durante el curso escolar 2014-2015 el alumnado con necesidades educativas especiales en España suponía un total de 173.805 personas, de las cuales 139.456(80,2%) estaban integradas en centros ordinarios (MECD, 2017).

A consecuencia de estos datos, se establece en el currículo básico de la Educación Secundaria Obligatoria y Bachillerato del Real Decreto 87/2015 de la Conselleria, un apartado refiriéndose a la educación inclusiva y a promover programas y unidades didácticas referidas a la inclusión y a los deportes adaptados.

Como conclusión a estos datos, observamos que todos tenemos los mismos derechos a ser formados en centros ordinarios, aunque tengamos “diferentes capacidades”. Por tanto, nos vamos a encontrar con alumnos con discapacidad en nuestros centros y lamentablemente con unas ideas hacia estas personas muy negativas.

La presencia de actitudes negativas en la sociedad conduce a una restricción en los comportamientos y oportunidades de las personas con discapacidad, consolidándose como un verdadero obstáculo en el camino a la inclusión social (Shannon, Schoen & Tansey, 2009). Y centrándose en la educación, las actitudes de los alumnos sin discapacidad hacia sus pares con discapacidad se erigen como el principal obstáculo para la inclusión de estos últimos en la escuela. (Flórez, Aguado & Alcedo, 2009).

En consecuencia, se están llevando a cabo programas con el objetivo de cambiar las actitudes dentro y fuera de nuestro país obteniendo resultados que nos sugieren que las actitudes hacia las personas con discapacidad no son todo lo positivas que cabría desear como hemos nombrado anteriormente y que gracias a un programa de intervención convenientemente planificado se pueden mejorar (Reina, López, Jiménez, García-Calvo & Hutzler, 2011).

Además, la Educación Física en particular y la actividad físico-deportiva en general son unos de los contextos que más contribuyen a la inclusión social, fomentando la amistad, la cooperación y la ayuda entre grupos de iguales y desiguales. (Grandisson, Tétreault & Freeman, 2012). Luego, los alumnos con discapacidad prefieren la inclusión en las clases de Educación Física, dado que les proporciona la oportunidad de beneficiarse de la realización de mayor número y diversidad de actividades y de compartir en su mayor medida con sus compañeros sin discapacidad (An y Meaney, 2015).

Por esta razón, las clases de Educación Física son un contexto adecuado para llevar a cabo programas de intervención para intentar cambiar las actitudes de los alumnos hacia las personas con discapacidad, aprovechando el Decreto 104/2018, de 27 de Julio, del Consell, por el que se desarrollan los principios de equidad y de inclusión en el sistema educativo valenciano que incentiva a realizar adaptaciones y programas específicos en las clases de Educación Física, tal y como se observa en el Currículo de la asignatura.

La Educación Física, una oportunidad para cambiar las actitudes hacia las personas con discapacidad

AUTOR	INSTRUMENTO	N	EDAD (media)	ACTIVIDAD	NIVEL EXPERIENCIA	CONCLUSIÓN
Abellán, J., Sáez-Gallego, N.M. y Reina, R., .2017	AISDPE EAADEF	136 (H) 158 (M)	14,54	Deporte inclusivo	Educación Secundaria	- Diferencias significativas: mejor en mujeres, mejor en mayor edad, mejor en menor competitividad y habilidad y entre diferentes tipos de contacto previo (mejor con contacto previo).
Abellán, J., Sáez-Gallego, N.M. y Reina, R., .2018	AISDPE EAADEF	40 (H) 43 (M)	15,18	Deporte inclusivo Visitas instalaciones	Educación Secundaria	- Realizar deporte inclusivo y visitas a las instalaciones de estas personas provoca una mejora en la dimensión cognitiva mayor que solo hacer deporte inclusivo.
González J. y Cortés, R., 2016	EAPD ECAF	71	14,57	Deporte inclusivo	Educación Secundaria	- Las chicas muestran mejores actitudes hacia personas con discapacidad.
Felipe C., Garoz I. y Tejero C., 2018	CATCH	204 (H) 170 (M)	13,12	Deporte inclusivo Contacto directo e indirecto	Educación Secundaria	- Contacto + simulación = más efectivo que estos por separado. - Diseñar programas con más de ocho sesiones para conseguir efectos significativos y estables.
Orlic A., Pejčić B., Lazarević D., Milanović I., 2016	HEXACO PI-R	128 (H) 93(M)	23,43	Deporte inclusivo	Profesores	- Durante la formación del profesorado es necesario desarrollar las capacidades para el trabajo de la educación inclusiva, así como el ambiente para aumentar la creatividad y curiosidad.
Schwab S., 2016	CATCH	218 (H) 218(M)	14,42	Deporte inclusivo	Educación Secundaria	- Actitudes positivas los que eligen a un compañero para hacer actividades mientras que solo asistir con ellos a clase puede no tener ningún efecto o incluso negativo.

Reina, R., Hutzler Y., Iniguez-Santiago M., Moreno-Murcia J.A., 2019	CNAAQ-2 AISDPE	485 (H) 491 (M)	13,5	Deporte inclusivo	Educación Secundaria	- Mayor habilidad menor actitud favorable, al contrario que las chicas que superaban a los chicos, también cuando han tenido contacto previo las actitudes son más favorables.
McKay C., Yeon Park J., Block M., 2018	CAIPE-R	72 (H) 71(M)	14 y 15	Deporte inclusivo	Educación Secundaria	- La actitud es considerada una de las claves para cambiar los comportamientos hacia las personas con discapacidad.
Pérez Torralba A., Reina R., Pastor-Vicedo J.C., González-Víllora S., 2018	CAIPE	20(H) 23(M)	11,51	Deporte inclusivo	Educación Secundaria	- El grupo de intervención demostró mejores actitudes en todas las variables tales como la aceptación de las adaptaciones en la práctica deportiva.
Alnahdi G.H., 2019	CATCH	357 (H)	10	Deporte inclusivo	Educación Primaria	- Los alumnos de las escuelas que incluían a alumnos con discapacidad intelectual tenían actitudes más positivas que los demás alumnos.
Magnusson D.M., Cal F., Boissonault J.S., 2017	Encuesta en papel	247	11-14	Deporte inclusivo	Educación Secundaria	- Se observaron mejoras significativas en el conocimiento y las actitudes hacia las personas con discapacidad.
*Megan Armstrong Ph. D., Christopher Morris D.P., Charles Abraham Ph.D., Mark Tarrant Ph. D., 2017 *						- Las intervenciones de contacto directo, extendido y guiado son efectivas para mejorar las actitudes de los niños hacia la discapacidad.

AISDPE = Attitudes towards Inclusion of Students with Disabilities in Physical Education; EAADEF = Escala de Actitudes del Alumnado hacia la Discapacidad en Educación Física; CATCH = Chedoke-McMaster Attitudes Toward Children with Handicaps; CAIPE-R= Actitudes de los Alumnos hacia la Integración en Educación Física; HEXACO PI-R = HEXACO Personality Inventory- Revised; H= hombre; M= mujer; *metanálisis

3. INTERVENCIÓN

Durante el periodo de estancias obligatorias del Grado, mi tutor del trabajo final de grado me propuso realizar una intervención sobre deporte inclusivo y adaptado, porque yo le comenté que quería un tema relacionado con la inclusión en la Educación Física. Así pues, hablé con mi tutor de prácticas y surgió la oportunidad de realizar una Unidad Didáctica supervisada por él, pero totalmente propia, para el curso de 1º ESO.

Decidimos escoger este curso debido a que no tenían experiencias previas bien sea, por su temprana edad o porque en el colegio no habían realizado ninguna clase destinada a la inclusión. Además, mi disponibilidad horaria coincidía con estos grupos en los que había de 22 a 23 personas por cada uno de ellos, lo que hacía que la propuesta tuviera un mayor número de integrantes.

La propuesta trataba de que los alumnos cumplimentaran un cuestionario validado para las actitudes hacia las personas con discapacidad, que tenían que rellenar previamente a la UD y después de realizar ésta, para comprobar si había tenido efecto o si se habían producido cambios en sus actitudes y, por consiguiente, analizar los datos obtenidos.

La intervención la comencé el día 26 de marzo de 2019 y la finalicé en 16 de abril de 2019 con una muestra total de alumnos de 61, todos ellos de 1º ESO. El horario del departamento de Educación Física es el siguiente. [\(Anexo 1\)](#)

3.1. OBJETIVOS

El objetivo principal de este trabajo es evaluar si las actitudes hacia las personas con discapacidad sobre los componentes conductuales y cognitivos cambian y de qué forma lo hacen, si negativamente, positivamente o no tiene efecto la intervención llevada a cabo mediante una Unidad Didáctica sobre la inclusión y el deporte que a esto respecta. Me he basado en el PROYECTO INCLUYE-T para intentar sensibilizar al alumnado en estas sesiones para conseguir un efecto positivo y que comprueben la dificultad que conlleva practicar estos deportes y reflexionen sobre sus vidas.

3.2. MÉTODO y MUESTRA

El centro donde se llevó a cabo la propuesta es el IES La Canal de Navarrés. Concretamente en el curso de 1º ESO con un total de 61 alumnos que realizaron tanto pre-test como post-test como todas las sesiones de la UD, de los cuales eran 27 chicas y 34 chicos con edades comprendidas entre los 12 y 14 años. El nivel competitivo y de habilidad de los alumnos variaba mucho, siendo generalmente mayor en los chicos, quizá porque se sienten más competentes y esto ayude a que probablemente los resultados de los cuestionarios de las chicas sean positivamente mejores. Además, la mayoría de ellos practicaba una actividad extraescolar como fútbol o baloncesto, aunque el nivel de experiencia del curso era muy heterogéneo en general, ya que también había mucha gente que no practicaba nada.

La Unidad Didáctica llamada “Deporte Inclusivo” constaba de 6 sesiones, que se llevaban a cabo en el horario de Educación Física, con un tiempo aproximado de 50 minutos por sesión. Las 3 primeras sesiones trataban sobre la discapacidad visual, habiendo una primera de sesión de pérdida del miedo, una segunda de introducción al goalball y una tercera con un examen práctico de goalball mediante una hoja de control diseñada por mí, para evaluar durante el periodo de estancias. Las siguientes dos sesiones las basé en el deporte adaptado del voleibol sentado, sensibilizándoles hacia las personas que sufren alguna limitación en sus extremidades inferiores. Por último, una sesión sobre Special Olympics donde realizaron varios deportes referidos al atletismo para personas con discapacidad. ([Anexo 3](#))

Además, cabe destacar que no tenía ningún grupo control para comparar los resultados, ni tampoco pude acceder a ninguna persona ni ningún colectivo con discapacidad para concienciar aún más a los participantes.

Día 1: Pre-test + pérdida de miedo a la discapacidad visual.

Día 2: 1ª sesión Goalball.

Día 3: Examen práctico de Goalball.

Día 4: 1º sesión voleibol sentados.

Día 5: Campeonato voleibol sentado.

Día 6: Special Olympics + post-test.

Biblioteca UNIVERSIDAD MIGUEL HERNÁNDEZ						
Marzo 2019						
LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES	SÁBADO	DOMINGO
				1	2	3
4	5	6	7	8	9	10
11	12	13	14	15	16	17
18	19	20	21	22	23	24
25	26 DÍA 1	27	28	29 DÍA 2	30	31

Abril 2019						
LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES	SÁBADO	DOMINGO
1	2 DÍA 3	3	4	5 NO CLASE (DÍA DEL DEPORTE)	6	7
8	9 DÍA 4	10	11	12 DÍA 5	13	14
15	16 DÍA 6	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28

3.3. INSTRUMENTOS

El Cuestionario utilizado fue el validado y modificado por Raúl Reina “Actitudes hacia la Inclusión de Estudiantes con Discapacidad en Educación Física: Una escala de dos componentes en español” (AISDPE) (Reina, Hutzler, Iniguez-Santiago y Moreno-Murcia, 2016). Dicho cuestionario consta de 17 ítems divididos en dos componentes. El de preparación conductual para interactuar con niños con discapacidad (ítems: 2,10,17,18,19,20,21,22,29,32) y el de la percepción cognitiva de los niños con discapacidad (ítems: 1,7,9,16,24,25,26). Todos los ítems están redactados en negativo a modo de escala Likert haciendo referencia el 1 a “totalmente en desacuerdo” y el 5 a “totalmente de acuerdo”. Además, marcando previamente a las preguntas el género, si tenían experiencias previas con estas personas y sus niveles de habilidad y competitividad. Por último, antes de cada frase tenían que pensar “En las siguientes situaciones con personas con discapacidad...”. ([Anexo 2](#))

Además, para el análisis de los datos utilicé el Microsoft Excel 2016 16.0.6741.2048 para Windows 10 en el cual podía realizar análisis estadísticos y comparativa mediante gráficos.

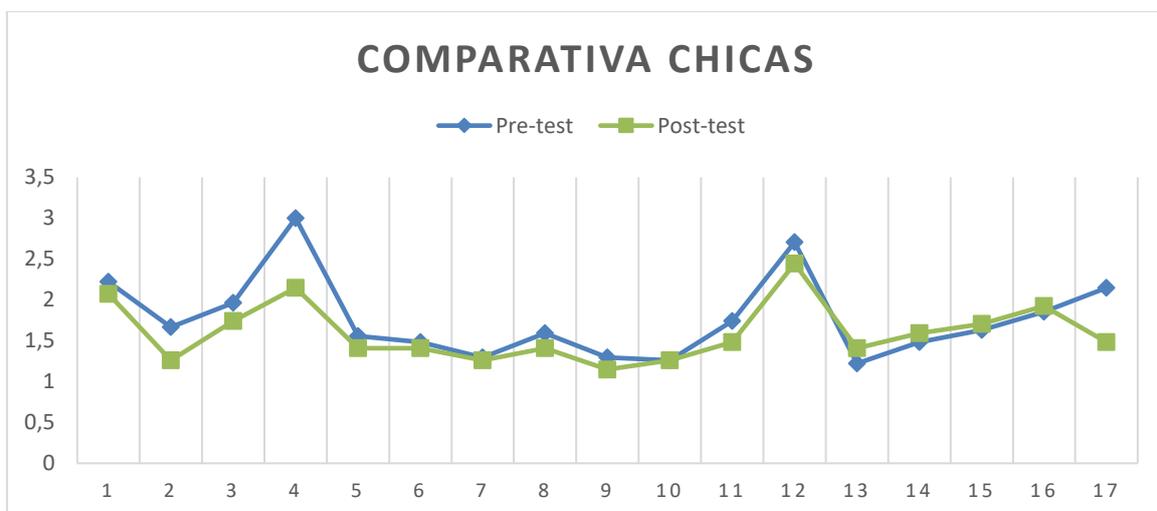
3.4. RESULTADOS

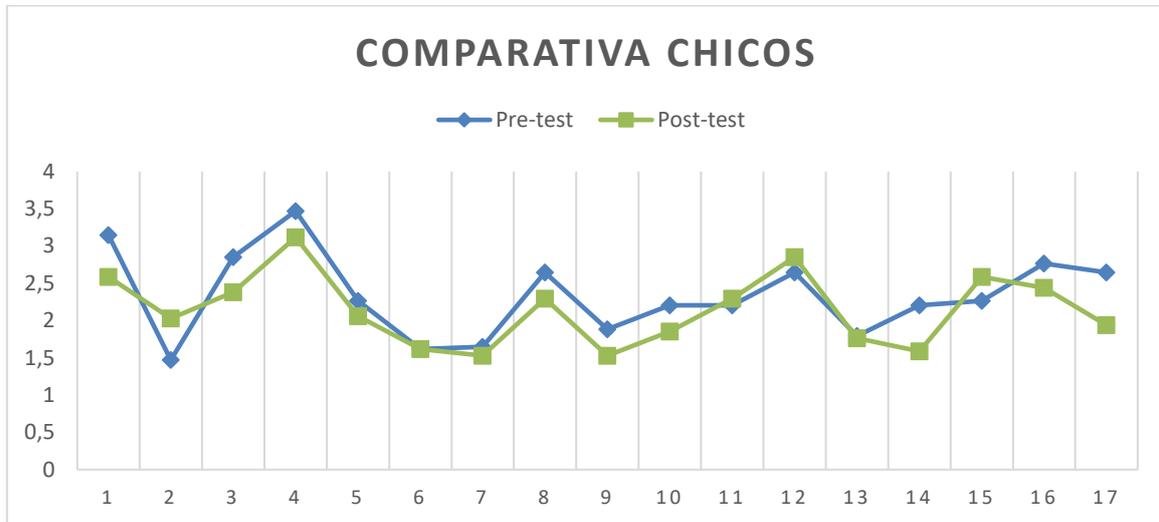
Para la recogida de los resultados se introdujeron todas las respuestas de cada uno de los ítems en el Excel, obteniéndose la media para cada uno de ellos y comparando en todo momento los resultados del pre-test con el post-test. Se realizó un análisis estadístico para comprobar si se había conseguido una mejora general tras llevar a cabo la Unidad Didáctica. Además, se analizó concretamente en chicas y chicos para comparar en cuál de ellos había una mayor mejora. Por último, se comprobaron las variables “cognitivas” y “conductuales” con un análisis general de estas y específico en chicos y chicas. Tras la obtención de las notas medias de cada ítem y de cada variable se realizó una prueba “T” para medias de dos poblaciones emparejadas para analizar el nivel de significación de los resultados.

Respecto a la comparativa general por ítem, podemos observar una tendencia a la mejoría tras el post-test ya que, debido a la negatividad de los ítems, una menor nota media supone una actitud más favorable hacia las personas con discapacidad. Además, encontramos en esta mejoría un nivel de significación (0,002822594) que reconforta dicha mejora tras la intervención llevada a cabo.

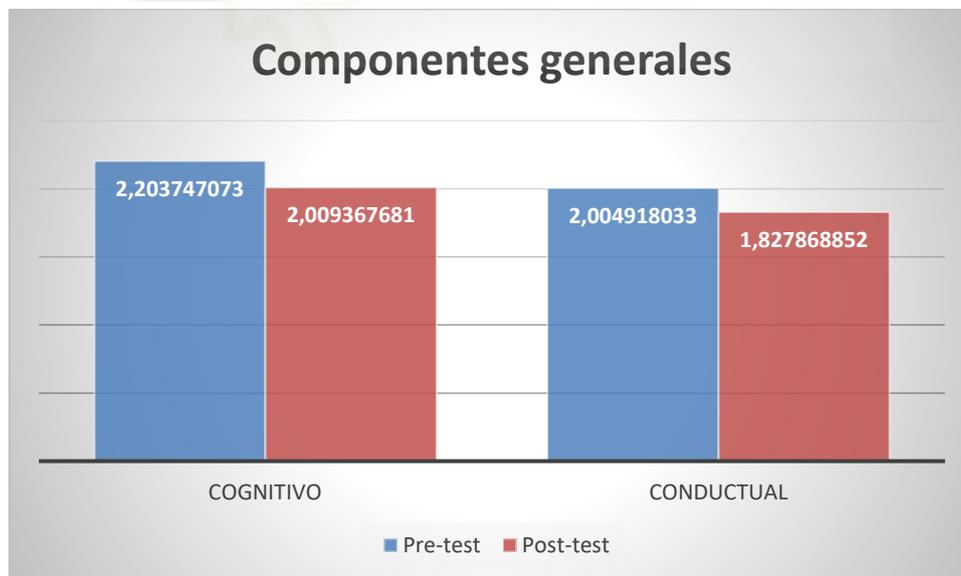


Analizando tanto a chicas como a chicos, podemos comprobar en los gráficos que las medias por ítems de ambos géneros, en general, producen una mejora importante en el post-test. Aunque, contemplamos que las medias de las chicas son menores a la de los chicos, exceptuando algún ítem, por lo que esto corrobora también a que las actitudes de las chicas sean más favorables. Además, examinando en que grupo de los dos se produce una mejora más significativa. En el caso de las chicas encontramos lo siguiente (0,00856414) mientras que en los chicos (0,017989654). Observando estos datos se corrobora la hipótesis de que las chicas tienen actitudes más positivas hacia la discapacidad.

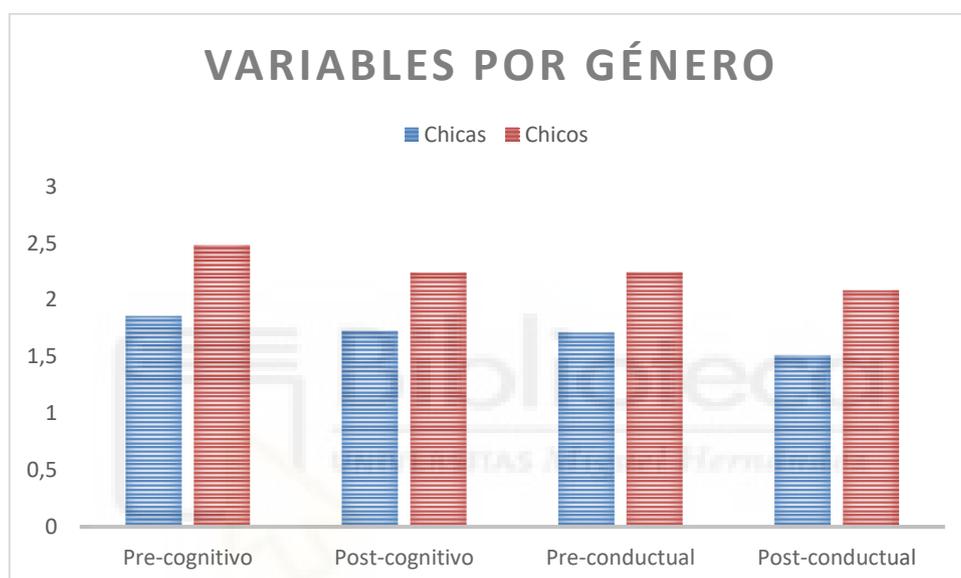




Examinando los componentes cognitivos y conductual por separado, sin diferenciar entre chicos y chicas, encontramos los siguientes resultados. Para la variable cognitiva, la media de los ítems es superior a la conductual tanto en el pre-test como en el post-test, aunque ambos componentes mejoran prácticamente la misma cantidad solamente advertimos diferencias significativas en el componente conductual (0,015178742) ya que es menor a 0.05. Sin embargo, el componente cognitivo (0,058646887) se encuentra en el límite superior al 0.05.



En la gráfica se reafirma que las actitudes hacia las personas con discapacidad son mejores en las chicas, ya que como se puede observar en todas las variables sean del pretest o postest las chicas tienen una media más baja que los chicos, por tanto, tienen unas actitudes más positivas hacia las personas con discapacidad que los chicos. Aunque, en ambos casos, tanto en chicos como en chicas, se produce una mejora tras la intervención. Si analizamos datos más concretos respecto al género, existen diferencias significativas tanto en la variable conductual de las chicas (0,007478182) como en la variable cognitiva de los chicos (0,046976147) ya que su p-valor es menor a 0.05. Sin embargo, no se extrae una diferencia significativa ni en la variable cognitiva en las chicas ni en la variable conductual en los chicos. Estos dos últimos datos difieren de lo que esperaba encontrar, ya que solamente con la mejora en el post-test no resulta válido, sino que debería de existir una diferencia significativa.



4. CONCLUSIONES

Tras los resultados obtenidos, en cuanto a la mejora actitudinal general del alumnado se encuentran diferencias significativas mejorando las actitudes tal y como describen ciertos artículos, donde dicen que es mejor realizar una simulación que un programa solamente de contacto directo con personas con discapacidad (Rello, C. F., Puerta, I. G., & González, C. M. T., 2018). Llegamos a la conclusión, de que estas mejoras generales pueden ser debidas a la inexperiencia en actividades de este estilo y la buena predisposición del alumnado por aprender acerca de estos deportes y de este colectivo.

En cuanto a las diferencias entre chicos y chicas se cumplen las hipótesis que vienen investigándose en los últimos años, siendo las chicas las que muestran actitudes más positivas (Abellán, J., Sáez-Gallego, N. M., & Reina, R., 2018). Una razón de ello, puede ser la empatía al considerar que las mujeres tienden a imaginarse en la situación de la otra persona con mayor facilidad que los hombres. (Miller, 2009). Otra posible conclusión es que por lo general las chicas se consideran menos competitivas y no buscan tanto el conseguir ganar y sí buscan más el objetivo hacia el cual nos centramos nosotros, es decir, la sensibilización.

Por otro lado, en cada uno de los componentes, se sigue diferenciando entre género, apoyando la información dada anteriormente. Pero, en el ámbito general de la variable cognitiva se observan mejoras, aunque no diferencias significativas. Totalmente contrarios a estos datos, observamos el componente conductual donde sí se encuentran diferencias significativas. La única explicación a esta reflexión es que por lo general no se sienten tan sensibilizados en sus pensamientos y sí más en lo que respecta a sus conductas hacia las personas con discapacidad.

Por lo tanto, hoy en día se considera necesario la inclusión de unidades didácticas donde se practiquen deportes para personas con discapacidad en la Educación Secundaria Obligatoria, incluso en Educación Primaria para modificar y mejorar las actitudes hacia las personas con discapacidad del alumnado.

Además, es muy importante realizar jornadas donde se aprecie la fuerza voluntad de estas personas para superar los obstáculos que la vida les pone a diario, ya sea realizando jornadas de inclusión en los centros donde practican deporte o convivencia con estas personas donde fuesen capaces de ayudarles y concienciarse de las dificultades reales a las que se enfrentan como se ha estudiado anteriormente. (Felipe C., Garoz I. y Tejero C., 2018; Abellán, J., Sáez-Gallego, N.M. y Reina, R., 2018).

A modo de conclusión general, es necesario aplicar este tipo de programas a nivel educativo para conseguir unas actitudes más positivas hacia las personas con discapacidad y concienciar a todo el mundo de lo que experimentan estas personas, mostrando respeto y admiración hacia ellas.

4.1. CONSIDERACIONES A TENER EN CUENTA

Las consideraciones a tener en cuenta durante esta propuesta básicamente son:

- Escaso número de participantes, debido a mi particular horario y que lo hice durante el periodo de estancias, no pude hacerlo a más personas, aunque me hubiese gustado realizarlo a otros cursos para poder comparar en diferentes edades como muestra algún estudio (Abellán, J., Sáez-Gallego, N.M. y Reina, R., 2017).
- El número de las sesiones ha venido limitado por las características del período de Estancias. Hubiese sido interesante aplicar otro tipo de programas, como puede ser visionado de vídeos, contacto directo con personas o centros de personas con discapacidad, etc.
- Añadir más deportes adaptados para las UD del departamento de Educación Física pudiendo realizar una secuenciación progresiva por cursos, es decir, que en cada curso se trabajasen diferentes deportes para personas con discapacidad, así todo el alumnado del centro vivenciaría curso por curso los respectivos deportes.
- Posibilidad de poner en práctica diversos tipos de programas para analizar y comparar cuál de ellos tiene un efecto mayor para mejorar las actitudes de los alumnos de EF.
- Realizar una medición después de haber pasado un tiempo prolongado para observar si las actitudes se retienen en el tiempo y durante cuánto tiempo.

- Profundizar en variables como el contacto previo con familiares, con compañeros en clases de EF, el nivel de habilidad y competencia que tiene el alumnado y como a través de estos datos, se obtienen unos resultados u otros como muestra Abellán, J. et al (2018).
- Sería interesante analizar las actitudes hacia las personas con discapacidad del profesorado tanto de EF como del restante de asignaturas para futuras investigaciones, recalando durante su formación desarrollar las capacidades para el trabajo de la educación inclusiva, así como el ambiente para aumentar la creatividad y curiosidad de cada especialidad y no solamente centrarnos en los profesores de EF. (Orlic A., Pejčić B., Lazarević D. & Milanović I., 2016)
- Llevar a cabo a nivel del centro educativo programas hacia la inclusión y la mejora de actitudes mediante un proyecto promovido por la dirección del centro y no solo desde el área de EF.

5. REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

Abellán, J., Sáez-Gallego, N., & Reina, R. (2017). Explorando el efecto del contacto y el deporte inclusivo en Educación Física en las actitudes hacia la discapacidad intelectual en estudiantes de secundaria. [Exploring the effect of contact and inclusive sport on Physical Education in the attitudes toward intellectual disability of high school students]. *RICYDE. Revista Internacional de Ciencias del Deporte*, 14(53), 233-242.

Abellán, J., Sáez-Gallego, N. M., & Reina, R. (2018). Evaluación de las actitudes hacia la discapacidad en educación física: Efecto diferencial del sexo, contacto previo y la percepción de habilidad y competencia. *Cuadernos de Psicología del Deporte*, 18(1), 133-140.

Alnahdi, G. H. (2019). The positive impact of including students with intellectual disabilities in schools: Children's attitudes towards peers with disabilities in Saudi Arabia. *Research in developmental disabilities*, 85, 1-7.

An, J., & Meaney, K. S. (2015). Inclusion practices in elementary physical education: A social-cognitive perspective. *International Journal of Disability, Development and Education*, 62(2), 143-157.

Araya-Cortés, A., González-Arias, M., & Cerpa-Reyes, C. (2014). Attitude of University Students Towards the Disabled. *Educación y Educadores*, 17(2), 289-305.

Armstrong, M., Morris, C., Abraham, C., & Tarrant, M. (2017). Interventions utilising contact with people with disabilities to improve children's attitudes towards disability: A systematic review and meta-analysis. *Disability and Health Journal*, 10(1), 11-22.

Coates, J., & Vickerman, P. (2013). A review of methodological strategies for consulting children with special educational needs in physical education. *European Journal of Special Needs Education*, 28(3), 333-347.

Cologon, K. (2013). Inclusion in education. Towards equality for students with disability. *Children and disability Australia*. Australia.

Decreto 104/2018, de 27 de julio, del Consell, por el que se desarrollan los principios de equidad y de inclusión en el sistema educativo valenciano.

Felipe, C. y Garoz, I. (2014). Actividad Físico-deportiva en programas de cambio de actitudes hacia la discapacidad en edad escolar: Una revisión de la literatura. *Cultura, Ciencia y Deporte*, 27(9), 199-210.

Felipe Rello, C., Garoz Puerta, I., & Tejero González, C. M. (2018). Análisis comparativo del efecto de tres programas de sensibilización hacia la discapacidad en Educación Física (Comparative analysis of the effect of three Physical Education programs on awareness toward disability). *Retos*, 34, 258-262.

Florez, G. M. A., Aguado, D. A. L., & Alcedo, R. M. A. (2009). A review and analysis of programmes promoting changes in attitudes towards people with intellectual disability. *Annuary of Clinical and Health Psychology*, 5, 81-94.

González, J., & Cortés, R. (2016). Attitudes and beliefs towards disability in physical education classes. an educational question. [Actitudes y creencias hacia la discapacidad en clases de educación física. Una cuestión educativa] *Psychology, Society and Education*, 8(2), 105-120.

Grandisson, M., Tétreault, S., & Freeman, A. R. (2012). Enabling integration in sports for adolescents with intellectual disabilities. *Journal of Applied Research in Intellectual Disabilities*, 25(3), 217-230.

Hernández, J. G., & Arboleda, M. R. C. (2016). Actitudes y creencias hacia la discapacidad en clases de educación física. Una cuestión educativa. *Psychology, Society & Education*, 8(2), 105-120.

Hutzler, Y. (Shayke), Zach, S., & Gafni, O. (2005). Physical education students' attitudes and self-efficacy towards the participation of children with special needs in regular classes. *European Journal of Special Needs Education*, 20(3), 309-327.

Ley 51/2003, de 2 de diciembre, de igualdad de oportunidades, no discriminación y accesibilidad universal de las personas con discapacidad.

Magnusson, D. M., Cal, F., & Boissonnault, J. S. (2017). Influence of a Short-Term Disability Awareness Program on Knowledge and Attitudes of School-Aged Children in Southern Belize: Results of a Community-University Partnership. *Physical therapy*, 97(4), 408-416.

McKay, C., Park, J. and Block, M. (2018). Exploring the variables associated with student attitudes toward inclusion in physical education after taking part in the Paralympic School Day programme. *International Journal of Inclusive Education*, pp.1-19.

MECD, Ministerio de Educación, Cultura y Deporte. 2017. Las cifras de la educación en España. Curso 2014-2015. Madrid, Spain: Author. <http://www.mecd.gob.es/servicios-al-ciudadano-mecd/estadisticas/educacion/indicadores-publicaciones-sintesis/cifras-educacion-espana/2014-15.html>.

Miller, C. B. (2009). Empathy, social psychology, and global helping traits. *Philosophical Studies*, 142(2), 247-275.

Orlić, A., Pejčić, B., Lazarević, D., & Milanović, I. (2016). The predictors of students' attitude towards inclusion of children with disabilities in physical education classes. *Fizička kultura*, 70(2), 126-134.

Pérez-Torralba, A., Reina, R., Pastor-Vicedo, J. C., & González-Víllora, S. (2018). Education intervention using para-sports for athletes with high support needs to improve attitudes towards students with disabilities in Physical Education. *European Journal of Special Needs Education*, 1-14.

Real Decreto Legislativo 1/2013, de 29 de noviembre, por el que se aprueba el Texto Refundido de la Ley General de derechos de las personas con discapacidad y de su inclusión social.

Reina, R., Healy, S., Roldán, A., Hemmelmayr, I., & Klavina, A. (2019). Incluye-T: a professional development program to increase the self-efficacy of physical educators towards inclusion. *Physical Education And Sport Pedagogy*, 24(4), 319-331.

Reina, R.; Hutzler, Y.; Iñiguez-Santiago, M. C., & Moreno-Murcia, J. A. (2016). Attitudes towards inclusion of students with disabilities in Physical Education Questionnaire (AISDPE): A two-component scale in Spanish. *European Journal of Human Movement*, 36, 75-87.

Reina, R., Hutzler, Y., Iniguez-Santiago, M. C., & Moreno-Murcia, J. A. (2019). Student Attitudes Toward Inclusion in Physical Education: The Impact of Ability Beliefs, Gender, and Previous Experiences. *Adapted Physical Activity Quarterly*, 36(1), 132-149.

Reina, R., López, V., Jiménez, M., García-Calvo, T., & Hutzler, Y. (2011). Effects of awareness interventions on children's attitudes toward peers with a visual impairment. *International Journal of Rehabilitation Research*, 34(3), 243-248.

Rello, C. F., Puerta, I. G., & González, C. M. T. (2018). Análisis comparativo del efecto de tres programas de sensibilización hacia la discapacidad en Educación Física. *Retos: nuevas tendencias en educación física, deporte y recreación*, (34), 258-262.

Ríos, M. et al. (2009). *Plan integral para la actividad Física y el Deporte: Personas con Discapacidad*. Extraído desde <http://www.csd.gob.es/csd/estaticos/plan-integral/discapacidad.pdf>.

Rouse, P. (2009). Inclusion in physical education : fitness, motor, and social skills for students of all abilities. Retrieved from https://books.google.es/books/about/Inclusion_in_Physical_Education.html?id=ITEOnwEACAAJ&redir_esc=y

Schwab, S. (2017). The impact of contact on students' attitudes towards peers with disabilities. *Research in developmental disabilities*, 62, 160-165.

Shannon, C. D., Schoen, B., & Tansey, T. N. (2009). The effect of contact, context, and social power on undergraduate attitudes toward persons with disabilities. *Journal of Rehabilitation*, 75(4).

6. ANEXOS

6.1. Anexo 1. Horario instituto

GIMNASIO					
	Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
8:00 8:55	EFLOMCE-3-1949 539212 CUC 2ESOB 2ESOPMAR				EFLOMCE-3-1949 539212 CUC 2ESOA 2ESOPMAR
8:55 9:50	EFLOMQE-4-1949 540389 JGG 1BAH	EFLOMCE-3-1949 539199 JGG 1ESOC 1ESOPAM	ADOSRODES-3 JGG 3ESOA 3ESOPMAR 3ESOC 3ESOB		PONTEFORMA-4 CUC 4ESOA 4ESOPR4 4ESOB
9:50 10:45	EFLOMCE-3-1949 539185 VGA 3ESOA 3ESOPMAR	EFLOMCE-3-1949 539212 JGG 2ESOC 2ESOPMAR	EFLOMQE-4-1949 540389 JGG 1BAH	EFLOMCE-3-1949 539199 JGG 1ESOB 1ESOPAM	EFLOMCE-3-1949 539212 JGG 2ESOC 2ESOPMAR
recreo					
11:05 12:00	EFLOMCE-3-1949 539224 VGA 4ESOB 4ESOPR4		EFLOMCE-3-1949 539212 CUC 2ESOB 2ESOPMAR	EFLOMCE-3-1949 539185 VGA 3ESOB 3ESOPMAR	EFLOMCE-3-1949 539199 JGG 1ESOA 1ESOPAM
12:00 12:55	EFLOMCE-3-1949 539224 VGA 4ESOA	EFLOMCE-3-1949 539199 JGG 1ESOB 1ESOPAM	EFLOMCE-3-1949 539224 VGA 4ESOB 4ESOPR4	EFLOMCE-3-1949 539185 VGA 3ESOC 3ESOPMAR	EFLOMCE-3-1949 539199 JGG 1ESOC 1ESOPAM
recreo					
13:15 14:10	EFLOMCE-3-1949 539185 VGA 3ESOB 3ESOPMAR	EFLOMCE-3-1949 539199 JGG 1ESOA 1ESOPAM	EFLOMCE-3-1949 539212 CUC 2ESOA 2ESOPMAR	EFLOMCE-3-1949 539185 VGA 3ESOA 3ESOPMAR	EFLOMQE-4-1949 540389 JGG 1BAC
14:10 15:05	EFLOMCE-3-1949 539185 VGA 3ESOC 3ESOPMAR	EFLOMQE-4-19 49540513 JGG 2BAT	EFLOMCE-3-1949 539224 VGA 4ESOA	EFLOMQE-4-19 49540513 JGG 2BAT	

6.2. Anexo 2. Cuestionario

Alumno/a:

Fecha Nacimiento: ___/___/___ Edad: _____ Género: MUJER HOMBRE

¿Tienes un familiar o amigo/a cercano con discapacidad? SI NO

¿Has tenido alguna vez un compañero/a con discapacidad en tu clase? SI NO

¿Has tenido alguna vez un compañero/a con discapacidad en tu clase de EF? SI NO

¿Has participado en alguna actividad deportiva con personas con discapacidad? SI NO

¿Cómo te consideras de competitivo/a?	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
¿Cuál crees que es tú nivel de habilidad en deporte?	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10

Las informaciones que vas a encontrar a continuación manifiestan ideas, opiniones y creencias acerca de las personas con discapacidad.

No hay respuestas correctas ni incorrectas, buenas o malas, sino que debes valorar tu opinión sobre las mismas.

En las siguientes situaciones con personas con discapacidad....

1 = Totalmente en desacuerdo -----> 5 = Totalmente de Acuerdo

1	Pienso que las personas con discapacidad tienen mayores dificultades que el resto de personas para conseguir los mismos logros personales y/o profesionales.	1	2	3	4	5
2	Las personas con discapacidad no pueden adaptar a un entorno o actividad competitiva.	1	2	3	4	5
7	Pienso que destacaría en una actividad física o deportiva si participo con personas con discapacidad.	1	2	3	4	5
9	Las personas con ceguera siempre han de llevar un guía que los acompañe de un lado para otro.	1	2	3	4	5
10	Un alumno/a con discapacidad entorpece el ritmo de los demás compañeros/as en clase de Educación Física.	1	2	3	4	5
16	No me gustaría que el profesor me dijera que tengo que ayudar a un compañero con discapacidad.	1	2	3	4	5
17	Prefiero no relacionarme con personas con discapacidad.	1	2	3	4	5
18	Si tuviera un familiar con discapacidad no lo comentaría con otras personas.	1	2	3	4	5
19	Evitaría sentarme en clase con un compañero/a con discapacidad.	1	2	3	4	5
20	Evitaría para mi equipo a una persona con discapacidad.	1	2	3	4	5
21	No iría como voluntario/a en un campamento para personas con discapacidad, donde tuviera que estar asistiendo en las duchas, comidas, etc.	1	2	3	4	5
22	Si llegara a tener una discapacidad, mi estilo de vida cambiaría por completo.	1	2	3	4	5
24	Las personas con discapacidad son menos inteligentes que las demás personas.	1	2	3	4	5
25	En general, las personas con discapacidad son menos sociables.	1	2	3	4	5
26	La mayoría de las personas con discapacidad no pueden cuidar de sí mismas.	1	2	3	4	5
29	Las personas con discapacidad deben practicar un deporte específico e independiente.	1	2	3	4	5
32	Me sentiría sin ganas de vivir si me quedara en una silla de ruedas por accidente o enfermedad.	1	2	3	4	5

6.3. Anexo 3. Sesiones UD

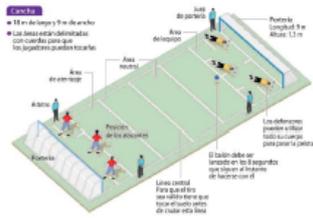
SESIÓN 1: día 26/03/2019

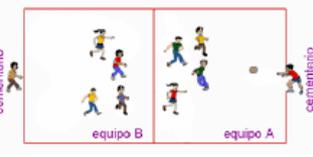
FASE INICIAL – Tiempo total: 5'				
Material	Organización	T	Descripción tareas	Representación gráfica
- Antifaces	- Parejas o trios	8'	Uno de los dos de la pareja hará la función de guía al que lleve el antifaz puesto. Iremos pasando de situaciones más sencillas a más complicadas. La información será a través del canal cinestésico-visual. 1º Con los brazos sobre la persona que lleva antifaz. 2º Cogidos de una mano o de una cuerda. 3º Hablar al compañero (por ejemplo por el nombre).	
- Antifaces	- Parejas	6'	Cada pareja elige un animal (perro o pato) y se distribuyen por el espacio disponible en la clase debiéndose alejar un poco de sus compañeros. Deberán intentar encontrar a su compañero mediante el sonido que hayan acordado intentando	

FASE PRINCIPAL – Tiempo total: 30'				
Material	Organización	T	Descripción tareas	Representación gráfica
- Chinos	Parejas	10'	Circuito que realizarán por parejas (con antifaz o con los ojos cerrados) con las siguientes postas: 1- Un zig-zag por los conos. 2- Ir pasando por los diferentes aros. 3- Subir a un banco y pasarlo. 4- En colchoneta esquivar objetos que hayan.	
- Proyector	Gran grupo	6'	https://www.youtube.com/watch?v=PebhJZapCTM Enseñaré este video con una breve explicación del goalball, que será el deporte que practicaremos en lo que quede de clase y en la siguiente.	
- Balón de goalball	3 grupos	8'	Sentados en círculos, se van pasando el balón, primero el que lo tenga tiene que decir el nombre, luego no dicen el nombre y no tiene que salirse el balón del círculo, después amplían el círculo e igual tienen que estar atentos.	
- Balón de goalball	3 grupos	6'	En este caso, un alumno lanzará el balón y sus compañeros tendrán que esquivar el balón sin que les golpee en ninguna zona. Luego, hacen lo contrario, tienen que parar el balón sin que llegue a la pared (el que lance no llevará antifaz)	

FASE FINAL – Tiempo total: 5'				
Material	Organización	T	Descripción tareas	Representación gráfica
- Pañuelo, antifaz	3 grupos	3'	Realizan estiramientos guiados por algún alumno de la clase y les hago reflexionar sobre las dificultades que tienen las personas con discapacidades en sus vidas.	

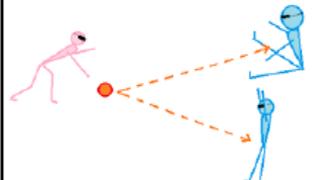
SESIÓN 2: Día 29/03/2019

FASE INICIAL – Tiempo total: 5'				
Material	Organización	T	Descripción tareas	Representación gráfica
- Proyector	- Gran grupo	8'	https://www.fedc.es/deportes/goalball ver vídeo de la web de la Federación donde explica todo a la perfección con respecto al deporte del goalball. Ir comentándoles como lanzan, que tipos de personas lo practican, que tienen que estar en silencio constante hasta que hay un gol, etc.	 <p>El balón debe ser lanzado en los espacios que indican el profesor de enseñanza.</p> <p>Para que otros jugadores estén en la zona de cada una de las zonas.</p> <p>Los jugadores pueden ceder todo su cuerpo para que el balón pase.</p> <p>El balón debe ser lanzado en los espacios que indican el profesor de enseñanza.</p> <p>Para que otros jugadores estén en la zona de cada una de las zonas.</p> <p>Los jugadores pueden ceder todo su cuerpo para que el balón pase.</p>

FASE PRINCIPAL – Tiempo total: 30'				
Material	Organización	T	Descripción tareas	Representación gráfica
- Antifaces, balón de goalball	3 grupos	6'	Dividir el gimnasio en tres espacios para que cada grupo juegue en uno. Cementerio con balón de goalball, se colocan todos los jugadores en el mini-campo de goalball con antifaz, exceptuando dos compañeros que se colocan fuera sin antifaz intentando "derribar a ellos". Cuando den a alguien cambian los roles. IMPORTANTE QUE SE DEJEN ESPACIOS ENTRE ELLOS PARA QUE NO SE CHOQUEN	 <p>equipo B</p> <p>equipo A</p> <p>comentario</p>
- Antifaces, balón de goalball	3 grupos	10'	Aprovechar que el gimnasio está dividido en 3 campos para hacer lanzamientos siempre por el suelo. Dividimos al grupo en 6 equipos para que hagan lanzamientos enfrentados por los diferentes campos. 1 equipo vs otro en cada mini-campo. Solo uno de cada equipo estará sin antifaz para guiar al resto. El que lanza se quitará el antifaz y dirá si va a la izquierda o a la derecha. Después avisará cuando va a lanzar pero no a que zona. Tienen que intentar que no les metan gol. COLOCADOS A UNA DISTANCIA QUE NO SE PUEDAN CHOCAR.	
- Balón de goalball	3 grupos	10'	"Fuera de aquí el balón": Un equipo enfrentado contra otro en los mini-campos pero en este caso todos los participantes llevan antifaz. Puede haber una persona fuera del equipo guiándoles un poco.	
- Balón de goalball	3 grupos	5'	Hacemos un mini-partido aunque sea con alguna persona más por equipo o con alguna sin antifaz guiando a sus compañeros ya contando los goles que mete cada equipo previo al campeonato del día siguiente.	

FASE FINAL – Tiempo total: 5'				
Material	Organización	T	Descripción tareas	Representación gráfica
	Gran grupo	5'	Estiramientos y reflexiones sobre las reglas del goalball para la siguiente clase donde realizaremos competición con partidos desde el comienzo.	

SESIÓN 3: Día 02/04/2019

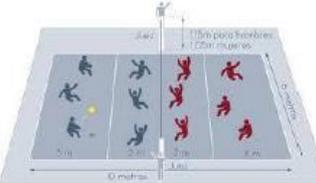
FASE INICIAL – Tiempo total: 5'				
Material	Organización	T	Descripción tareas	Representación gráfica
	- Gran grupo	10'	Calentamiento dirigido por un alumno en el que le recordaré que vamos a hacer partidos de goalball para que la parte específica esté relacionada con estos.	

FASE PRINCIPAL – Tiempo total: 30'				
Material	Organización	T	Descripción tareas	Representación gráfica
- Balones de goalball	Equipos de 4	35'	Competición con partidos entre los alumnos, la idea es hacer equipos de 4 jugadores repartidos en tres campos, en los que siempre uno de cada equipo actuará de juez (sabiendo ya las reglas y pudiendo preguntarme cualquier duda). Los campos estarán marcados por cinta de carroceros y a ser posible con relieve con ayuda de cuerdas. Hago 3 campos porque dispongo de 3 balones. Tendrán que ponerse un nombre de equipo y en cada partido que durará 5 minutos tendrán que poner el resultado en una hoja. Todos jugarán contra todos.	

FASE FINAL – Tiempo total: 5'				
Material	Organización	T	Descripción tareas	Representación gráfica
	Gran grupo	3'	Realizarán estiramientos y les preguntaré que les ha parecido el goalball, que dificultades han encontrado para las personas que tienen discapacidad visual, si creen que hay impedimentos constantes en sus vidas.	

SESIÓN 4: día 05/04/2019

FASE INICIAL – Tiempo total: 5'				
Material	Organización	T	Descripción tareas	Representación gráfica
- Balones de voleibol	- Parejas o trios	6'	Por parejas o trios tendrán que hacerse pases mediante toque de dedos al sitio solamente, sin moverse. Si tienen mucha dificultad con bote intermedio e incluso cogiéndolo antes de realizarlo. Uno de ellos coge el balón y lo lanza a sus compañeros.	
- Balones de voleibol y conos.	- Dos o tres grupos	8'	Hacen un cuadrado con 4 conos, realizando el pase siempre al compañero que está en la derecha y una vez realizado el pase se desplazan al siguiente cono (siempre a la derecha) para acostumbrarse a los desplazamientos y a los dos apoyos que existen.	

FASE PRINCIPAL – Tiempo total: 30'				
Material	Organización	T	Descripción tareas	Representación gráfica
- Balones de voleibol	Gran grupo	5'	Breve explicación de los dos apoyos existentes en voleibol sentados para desplazarse: - Apoyo con las palmas de la mano, apuntando los dedos hacia delante o hacia fuera. - Apoyo con los nudillos de los dedos (es más rápido pero puede ser doloroso)	
- Balón de voleibol.	4 equipos.	6'	Juego de los diez pases entre dos equipos. No se pueden desplazar con el balón cogido entre las manos, ni tampoco quitar de las manos, pero sí cuando lo pasan. Además, tampoco pueden devolverle a quien le ha pasado el balón.	
- Balón y campo de voleibol.	Grupos de 4	10'	Cada uno a una parte de la red, comenzamos dando pases con uno levantado y otro sentado. El que está sentado hace pase de antebrazos y el que está levantado toque de dedos. Luego pasan los dos sentados variando los pases que hacen.	
- Balón de voleibol	3 grupos	10'	Por grupos de 4, 2 vs 2 lo que tienen que hacer es que un grupo saca de la línea de fondo y el otro equipo tiene que intentar devolver el balón al campo contrario. Comienzan a recepcionar levantados y luego pasamos a sentados todos.	

FASE FINAL – Tiempo total: 5'				
Material	Organización	T	Descripción tareas	Representación gráfica
- Balón de voleibol	Gran grupo	5'	Se pasan el balón y el que lo recibe manda un estiramiento, mientras les hago preguntas sobre cómo ha ido la clase, si les ha presentado alguna dificultad, etc.	

SESIÓN 5: día 09/04/2019

FASE INICIAL – Tiempo total: 5'				
Material	Organización	T	Descripción tareas	Representación gráfica
-	- Gran grupo	8'	Uno de los alumnos dirige el calentamiento previo a la competición de voleibol sentado que vamos a hacer durante la clase. Les pido que en la parte específica hagan algún ejercicio relacionado con el deporte que vamos a practicar (pases, recepciones, etc.)	

FASE PRINCIPAL – Tiempo total: 30'				
Material	Organización	T	Descripción tareas	Representación gráfica
-Balones de voleibol y campo marcado.	Parejas	35'	Competición de partidos de voleibol sentado donde divido al grupo en 4-5 equipos de 6 jugadores (el equipo que no esté jugando que haga de árbitro) habiendo en todo momento al menos dos partidos en juego. Se jugarán partidos de 7 minutos, jugando todos contra todos y viendo quien queda en primer lugar en la clasificación. Haciendo una final y un 3-4º puesto.	

FASE FINAL – Tiempo total: 5'				
Material	Organización	T	Descripción tareas	Representación gráfica
	Gran grupo	3'	Realizan estiramientos guiados por algún alumno de la clase y les hago reflexionar sobre las dificultades que tienen las personas con estas discapacidades en sus vidas (silla de ruedas, obstáculos por la calle).	

SESIÓN 6: día 12/04/2019

FASE INICIAL – Tiempo total: 5'				
Material	Organización	T	Descripción tareas	Representación gráfica
- Proyector	-Gran grupo	5'	Enseño video ilustrativo de diferentes formas de hacer atletismo para personas con discapacidad en el siguiente enlace: http://www.paralimpicos.es/deportes-paralimpicos/atletismo	
		5'	Calentamiento dirigido por un alumno rápidamente incidiendo en que hagan movimientos como saltos, ir a la pata coja, etc.	

FASE PRINCIPAL – Tiempo total: 30'				
Material	Organización	T	Descripción tareas	Representación gráfica
- Bolas de jabalina, cuerdas, picas, colchonetas, balones medicinales.	Grupos de 4	35'	<p><i>Circuito de para-atletismo con las siguientes postas:</i></p> <ol style="list-style-type: none"> 1- Lanzamiento de bola de jabalina con el brazo cogido al tronco para limitar la flexo-extensión de éste. Se puede hacer o sentados en un banco o de pie. (Parálisis cerebral) 2- Salto de altura con una pierna amputada (es decir que vayan a la pata coja en todo momento). 3- Carrera de velocidad de personas ciegas (por parejas irán cogidos uno con antifaz y otro sin) 4- Lanzamiento de balón medicinal sentados como las personas que tienen parálisis cerebral CP2. Se les limitará la extensión de la pierna. 5- Salto de longitud para personas ciegas, desde el sitio tendrán que saltar lo máximo posible llevando un antifaz. 6- Carrera de velocidad para personas con parálisis cerebral atándose los pies sin que en ningún momento el talón supere la punta del pie contrario. 7- Salto de longitud para personas con amputaciones, tendrían que ir corriendo a la pata coja para llegar finalmente a la zona de salto (colchoneta). <p><i>Hacer grupos aleatorios para fomentar que se junten todos, sin discriminar por razas ni sexos fomentando la cooperación y la buena armonía del grupo.</i></p>	
FASE FINAL – Tiempo total: 5'				
Material	Organización	T	Descripción tareas	Representación gráfica
- Cuestionarios	3 grupos	10'	Realizar el cuestionario que me tienen que pasar después de la UD de Deporte inclusivo.	

