



Desarrollo del Sentido del Equilibrio basado en la natación como Factor para el mejoramiento de la condición física en Jóvenes con discapacidad visual del Colegio Instituto Técnico Guaimaral.

Estudiante

María Camila Lozano Gamboa

Universidad de Pamplona

Facultad de Ciencias de la Educación.

Lic. En Educación Básica con Énfasis en Educación Física, Recreación y Deportes

2019

DQS is member of:



Formando líderes para la construcción de un nuevo país en paz



Desarrollo del Sentido del Equilibrio basado en la natación como Factor para el mejoramiento de la condición física en Jóvenes con discapacidad visual del Colegio Instituto Técnico Guaimaral.

Estudiante

María Camila Lozano Gamboa

Asesor

Yehison Barajas Ramón. Ms. C.

Universidad de Pamplona

Facultad de Ciencias de la Educación.

Lic. En Educación Básica con Énfasis en Educación Física, Recreación y Deportes

2019

DQS is member of:





TABLA DE CONTENIDO

CAPITULO I

- 1. INFORME DE OBSERVACIÓN INTITUCIONAL Y DIAGNOSTICO**
 - 1.1. JUSTIFICACIÓN**
 - 1.2. COMPONENTE CONCEPTUAL**
 - 1.2.1. IDENTIFICACIÓN**
 - 1.2.2. RESEÑA HISTORICA**
 - 1.2.3. FILOSOFIA**
 - 1.2.4. PRINCIPIOS ORIENTADOS**
 - 1.2.5. PROYECTO EDUCATIVO INSTITUCIONAL (PEI)**
 - 1.2.6. OBJETIVOS DEL PEI**
 - 1.2.7. SIMBOLOS DE LA INSTITUCIÓN**
 - 1.2.8. MISIÓN**
 - 1.2.9. VISIÓN**
 - 1.3. PERFIL DEL ESTUDIANTE**
 - 1.3.1. PERFIL INSTITUCIONAL**
 - 1.3.2. PROYECTO PEDAGOGICO TRANSVERSALES**
 - 1.4. COMPONENTE ADMINISTRATIVO**
 - 1.4.1. ORGANIGRAMA**
 - 1.4.2. GOBIERNO ESCOLAR**
 - 1.4.3. MANUAL DE CONVIVENCIA**
 - 1.4.4. CALENDARIO ESCOLAR**
 - 1.4.5. PLANTA FISICA, RECURSOS Y CAMPOS DEPORTIVOS**
 - 1.5. COMPONENTE PEDAGOGICO**
 - 1.5.1. PLAN DE ASIGNATURA DE LOS GRADOS 6°**
 - 1.5.2. PLAN DE ASIGNATURA DE LOS GRADOS 8°**

CAPITULO II

PROPUESTA PEDAGOGICA

DQS is member of:





1. TITULO
2. TABLA DE CONTENIDO
3. JUSTIFICACION
- 3.1. INTRODUCCION
4. OBJETIVOS
- 4.1. MARCO TEORICO
5. METODOLOGIA
- 5.1. POBLACIÓN Y MUESTRA
- 5.2. TIPO DE INVESTIGACIÓN
- 5.3. INTERVENCIÓN
- 5.3.1. PRET-TEST
- 5.3.2. ACTIVIDADES
- 5.3.3. POST-TEST
6. RESULTADOS
- 6.1. PREST-TEST
- 6.2. POST-TEST
- 6.3. COMPARACIÓN DE RESULTADOS
7. DISCUSIÓN
8. CONCLUSIONES
9. RECOMENDACIONES
10. CRONOGRAMA DE ACTIVIDADES

CAPITULO III

1. INFORME DE PROCESOS CURRICULARES

CAPITULO IV

1. INFORME DE ACTIVIDADES INTRA-INSTITUCIONALES

CAPITULO V

1. INFORME DE EVALUACIÓN DE LA PRACTICA INTEGRAL DOCENTE



CONCLUSIONES
BIBLIOGRAFIA
ANEXOS

DQS is member of:





CAPITULO I

1. INFORME DE OBSERVACIÓN INSTITUCIONAL Y DIAGNÓSTICO

1.1 JUSTIFICACIÓN

Mediante del diagnóstico podemos observar el estado actual en que se encuentra el Colegio Instituto técnico guaimaral, su planta física y docente, el estado de los implementos deportivos útiles para trabajar en el ámbito pedagógico deportivo y social, esto nos facilitara elementos importantes para el desarrollo de la propuesta pedagógica y la práctica integral.

1.2 COMPONENTE CONCEPTUAL

1.2.1 IDENTIFICACION

Nombre de la institución educativa: INSTITUTO TÉCNICO GUAIMARAL

Dirección: Calle 10AN # 7E-134 Guaimaral Teléfonos: 5773807-5770145 - 5771980

E-mail : colguaimaral@yahoo.es Fax: (7) 5772567 Tel : (7) 5773807

Código DANE: 154001002977



Ubicación Física: Departamento Norte de Santander, Municipio San José de Cúcuta Comuna 05 Barrio Guaimaral

Propiedad Jurídica: Institución Educativa Oficial, Secretaría de Educación Municipio de San José de Cúcuta.

Jornadas: Mañana y Tarde

Calendario Escolar: A

Ámbito: Educación Formal

Niveles de educación: Preescolar, Básica Ciclo Primaria, Básica Ciclo Secundaria, Media Técnica y Académica **Especialidades:**

Bachillerato Académico y Bachillerato Técnico en:

Diseño Gráfico y Programación de Computadores, Comercio Internacional, Procesos Agroindustriales, Instrumentación de Maquinaria y Equipos Industriales.

La institución incluye a la población con necesidades educativas especiales (NEE), en particular con limitación auditiva, visual, cognitiva y motora, en los diferentes niveles de educación formal y, además, formación en competencias laborales con acompañamiento del SENA.

Rectora: Gloria Ligia Valencia Gómez

Acto administrativo de nombramiento: Decreto 000127 de 2002

NIT: 890504999-5

DANE: 154001002877

1.2.2 RESEÑA HISTÓRICA

DQS is member of:





El Instituto Técnico Guaimaral fue creado como un Instituto Nocturno de Bachillerato Comercial mediante ordenanza N° 64 de noviembre 26 de 1962, con el fin de responder a las necesidades de capacitación para jóvenes y adultos del Barrio Guaimaral. En el año 1998 fue nombrada la actual rectora, Esp. Gloria Ligia Valencia Gómez quien presenta un proyecto a la Secretaría de Educación para la ampliación de la jornada y obtiene el Visto Bueno del Secretario de Educación Departamental mediante Oficio fechado noviembre 12 de 1999.

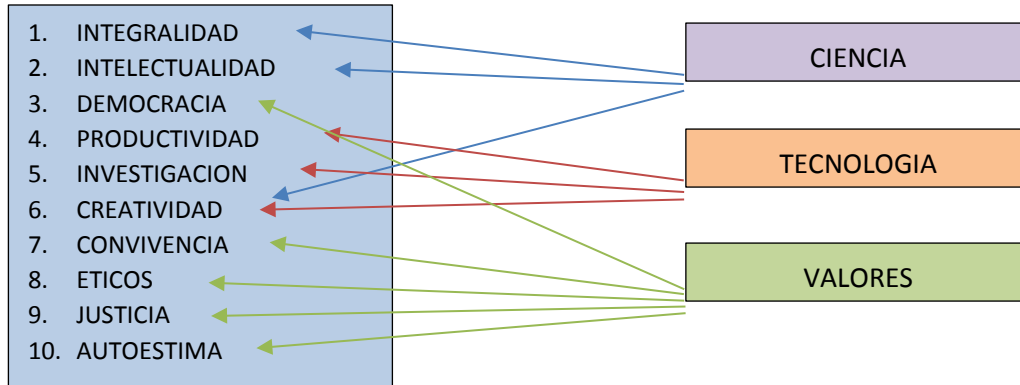
En noviembre 12 de 2002, a partir de la reorganización educativa se fusionó con las instituciones educativas: Colegio Hermógenes Maza, Centro docente Alma Luz Vega, Escuela Guaimaral 21 y Escuela Julián Pinzón. El 16 de mayo de 2006 se adscribe el Instituto de Educación Especial La esperanza, quedando como única razón social, Instituto Técnico Guaimaral.

1.2.3 FILISOFIA

El instituto técnico guaimaral fundamenta los principios epistemológicos en proceso de construcción constante del ser humano del desarrollo físico y psíquico para interactuar en su entorno aplicando la inteligencia en competencias básicas ciudadanas y laborales preparados para las exigencias del mundo globalizado.

Por ello propone una formación basada en los siguientes principios:





1.2.4 PRINCIPIOS ORIENTADOS

Es fundamental educar en la humanización de la sociedad, preservando nuestros valores y principios morales, generando conciencia colectiva, que proponga la ética y la libertad, por ello, nuestro reto es:

- APRENDER A SER
- APRENDER A CONVIVIR
- APRENDER A CONOCER
- APRENDER A HACER
- APRENDER A APRENDER

PRINCIPIOS DE CONVIVENCIA

Son actitudes fundamentales de la conducta de nuestros niños, jóvenes y adultos. La institución a través de la prestación del servicio educativo se compromete a rescatar y enfatizar en los siguientes principios:

- EDUCAR EN EL RESPETO Y BUEN TRATO
- EDUCAR EN EL COMPARTIR

- EDUCAR EN EL DIALOGO
- EDUCAR EN LA RESPONSABILIDAD

1.2.5 PROYECTO EDUCATIVO INSTITUCIONAL (PEI)

El Proyecto Educativo Institucional (PEI) es un documento creado mediante construcción colectiva para orientar los lineamientos institucionales que conllevan a direccionar el quehacer pedagógico ordenado por la Ley General de Educación, sus decretos reglamentarios y demás normas vigentes que rigen la educación en Colombia. Por supuesto, consolidando las bases jurídicas de la educación colombiana, el enfoque pedagógico y la necesidad regional y local. Por tanto, se ha creado una Institución educativa que ofrece educación preescolar, básica, media académica y media técnica, mediante la fusión de las Instituciones Educativas, Hermógenes Maza, Centro Docente Alma Luz Vega Rangel, Escuela Guaimaral 21, Escuela Julián Pinzón e Instituto La Esperanza.

La institución educativa abre los espacios para la atención a población convencional y además para población con necesidades educativas especiales (NEE), tales como, limitación auditiva, visual, cognitiva, y motora.

El proyecto pretende el progreso o escalamiento de competencias cognitivas, laborales y actitudinales, de tal manera que desarrolle de forma significativa el potencial humano, optimice recursos y oportunidades, en procura de una formación integral y mejora de la calidad de vida de los estudiantes.

El plan de estudios, la planeación de área, asignatura y clase, el sistema institucional de evaluación (SIE), las estrategias de evaluación, la rúbrica para medir el desempeño, los planes de mejoramiento, son entre otros, los medios para viabilizar la

propuesta pedagógica. Así mismo, tendrá dimensiones de transversalidad, a través de proyectos pedagógicos como: Proyecto Ambiental Escolar (PRAE), Proyecto Lector, los cuales parten de problemas o necesidades que involucran en su desarrollo los aprendizajes de las ciencias básicas, ciencias sociales, ciencias humanas y tecnología.

Dicho proyecto se justifica dado que constituye una herramienta de construcción colectiva que permite a la institución educativa tener un norte en el proceso educativo desarrollado en la institución educativa y en el reto por mejorar la calidad de la misma y por supuesto, la posibilidad de plantear alternativas dinámicas que busquen la formación integral de los estudiantes, adoptando continuamente y a la par con los avances científicos y tecnológicos nuevas estrategias para la construcción de conocimiento y la búsqueda constante de alternativas para una mejor calidad de vida, que responda a las características y necesidades de los estudiantes, sus familias y su entorno (Ley 115 de 1994, artículo 73).

El propósito que tiene el Proyecto Educativo Institucional hace referencia a la formación integral de la persona, a su mejoramiento de la calidad de vida y a la búsqueda de la excelencia académica y laboral. Así mismo, busca el desarrollo de la capacidad crítica y científica mediante la adquisición de conocimientos y métodos en cada una de las disciplinas (asignaturas) para participar de forma activa en la búsqueda de alternativas de solución a los problemas locales, regionales y nacionales.

Maneja una estrategia pedagógica, con la cual se hace uso de un modelo definido para el Instituto Técnico Guaimaral como lo es el Aprendizaje Significativo, el cual se entiende como el proceso a través del cual un nuevo conocimiento se relaciona o parte de una forma, no al azar e intrínseca, con el conocimiento previo que tiene

el individuo o aprendiz, sobre lo nuevo que aprende. Según Ausubel (1963), es el mecanismo que tenemos los seres humanos preferentemente para adquirir y almacenar nuevos saberes y por supuesto ideas y deducciones en cualquier disciplina del conocimiento.

El hecho de que el nuevo conocimiento se relacione de manera no arbitraria (no al azar) con el conocimiento ya existente en el sujeto que aprende, quiere decir, que esta relación no se da con cualquier aspecto dentro la organización cognitiva, sino con saberes o conocimientos específicos y relevantes, a los que Ausubel les dio el nombre de “subsumidores”. Por tal razón, el conocimiento previo sirve de soporte para incorporar, comprender y por supuesto incrustar los nuevos conocimientos; de tal manera, que cuando estos se alojan y se transforman en conocimientos relevantes, van a servir de “subsumidores” de otras nuevas ideas, conceptos, proposiciones e hipótesis.

Es así, como el conocimiento del individuo va creciendo y el intelecto del mismo, estará en capacidad de hacer relaciones con: conceptos, términos, interrogantes, surgidos o adquiridos, en la misma disciplina y con los alcanzados en otras disciplinas del saber. Así mismo, el aprendizaje significativo es sustancial, lo cual significa que lo que realmente se incorpora del nuevo conocimiento no son las palabras para expresar por ejemplo el concepto, sino la sustancia del mismo, es decir, el dominio del saber. Tal que, un mismo concepto puede expresarse de diferentes maneras con grupos de palabras o grupos de signos, los cuales serán equivalentes en cuanto a su significado. Así, un aprendizaje significativo no puede depender del uso exclusivo de determinados signos o palabras en particular.

Con base en lo descrito hasta ahora, se puede afirmar que la esencia de cualquier proceso de aprendizaje dentro de éste modelo, se encuentra en la relación no al azar o arbitraria y

sustantiva entre lo que el individuo sabe y domina y lo nuevo que aprende. Producto de esta interacción, el conocimiento previo puede ser objeto de modificación, por la aprehensión de ese nuevo conocimiento. Cuando en el proceso de aprendizaje, lo anterior no ocurre, es decir, la adquisición del conocimiento se realiza de manera arbitraria y literal, el aprendizaje se denomina mecánico o automático, y, por consiguiente, solo le pertenece a la memoria.

Así mismo, Ausubel sostiene que, cuando la estructura cognitiva se organiza de forma jerárquica en cuanto al nivel de abstracción, generalidad e exclusividad de los contenidos, y, por consiguiente, se presenta una subordinación de conceptos cuando surgen o se adquieren otros más abstractos, generales e inclusivos, estaríamos frente a un aprendizaje significativo subordinado.

Ahora bien, si el nuevo conocimiento solamente corrobora o se deriva de algún concepto o proposición ya existente, con estabilidad e exclusividad, en la estructura cognitiva, el aprendizaje subordinado se conoce como derivativo. También, Cuando el nuevo conocimiento es una prolongación, elaboración, modificación o cuantificación de conceptos o proposiciones previamente aprendidos de manera significativa, el aprendizaje subordinado se considera correlativo.

Además, se denomina aprendizaje superordenador, cuando se desarrolla material de aprendizaje y este guarda una relación de supe ordenación con la estructura cognitiva del sujeto, es decir, el nuevo concepto es más abarcador y por tanto subordina al concepto ya existente. No obstante, Ausubel referencia casos de aprendizaje de conceptos que no pertenecen ni a los subordinados ni superordinados con algún tipo de concepto existente en la estructura cognitiva del individuo que aprende. A este tipo de aprendizaje lo denomina aprendizaje significativo combinatorio y que, según el mismo autor, generalizaciones inclusivas y ampliamente explicativas tales como las relaciones entre masa y

energía, calor y volumen, estructura genética y variabilidad, oferta y demanda, requieren este tipo de aprendizaje.

Hasta este punto, el aprendizaje significativo se ha presentado con un enfoque fundamentalmente cognitivo. De hecho, todos sabemos que el ser humano no es únicamente cognición. Todo ser humano conoce, siente y actúa (ser, deber ser y hacer). Por tal motivo, se hace necesario presentar la teoría de Joseph Novak, quien le dio un enfoque humanista al aprendizaje significativo. Para Novak, el aprendizaje significativo subyace a la integración constructiva entre pensamiento, sentimiento y acción lo que conduce al engrandecimiento humano.

Novak en su teoría de educación, considera que los seres humanos piensan, sienten y actúan, por tanto, cualquier evento educativo es, una acción para cambiar significados (el pensar) y sentimientos entre el que aprende y el que enseña (estudiante – profesor). En tal razón, en el Instituto Técnico Guaimaral se consideró la teoría de Ausubel, incrementada por la de Novak, la que brinda explícitamente mayores y mejores directrices instruccionales, principios y estrategias para ponerlas más fácilmente en práctica y que están más cerca de aterrizarlas en el aula de clase, y en concordancia con la política de calidad, la misión, visión y principios institucionales que la rigen.

Lo que propone Ausubel para facilitar el aprendizaje significativo en el aula, insta al profesor a prestar atención al contenido y a la estructura cognitiva del aprendiz, procurando maniobrar los dos de manera simultánea. Es igual de importante, realizar un análisis conceptual del contenido programático, para identificar conceptos, ideas, procedimientos y concentrar en estos el esfuerzo instruccional; como también, no recargar al estudiante de informaciones innecesarias, dificultando la organización cognitiva. Es imperioso buscar la mejor manera de relacionar, explícitamente, los aspectos más importantes del contenido de la

disciplina de enseñanza con los aspectos específicamente relevantes de la estructura cognitiva del aprendiz. Esta razonabilidad es imprescindible para lograr el aprendizaje significativo.

En resumen, es preciso realizar un análisis previo de todo lo que se va a enseñar, dado que, no todo lo que se encuentra en los programas y en los libros de texto y demás materiales del currículo es realmente importante. Por otra parte, el orden en que conceptos e ideas principales de las asignaturas aparecen en los materiales educativos y en los programas en bastantes ocasiones, no es el más adecuado, para facilitar la relación e interacción con el conocimiento previo del estudiante. El análisis crítico de la asignatura debe hacerse pensando en el sujeto. De nada sirve que el contenido tenga una buena organización lógica, cronológica o epistemológica, si no es psicológicamente posible su aprendizaje por parte de los aprendices.

El plan de estudios, la planeación de área, asignatura y clase, el sistema institucional de evaluación (SIE), las estrategias de evaluación, la rúbrica para medir el desempeño, los planes de mejoramiento, son entre otros, los medios para viabilizar la propuesta pedagógica. Así mismo, tendrá dimensiones de transversalidad, a través de proyectos pedagógicos como: Proyecto Ambiental Escolar (PRAE), Proyecto Lector, los cuales parten de problemas o necesidades que involucran en su desarrollo los aprendizajes de las ciencias básicas, ciencias sociales, ciencias humanas y tecnología.

De acuerdo con el decreto 1290 del 2009 el Instituto Técnico Guaimaral adopta la siguiente escala de valoración de los desempeños de los estudiantes de la básica primaria secundaria y media técnica.

Para facilitar la movilidad de los estudiantes entre los establecimientos educativos se compara la valoración cuantitativa utilizada en Instituto Técnico Guaimaral y se registra su equivalencia en la escala de valoración cualitativa nacional.

Escala numérica	Escala de valoración Nacional
5.0 – 4.6	Desempeño Superior
4.5 – 4.0	Desempeño Alto
3.9 – 3.0	Desempeño Básico
2.9 – 1.0	Desempeño Bajo

Desempeño superior (S): Es cuando el educando ha alcanzado satisfactoriamente la totalidad de Los indicadores desempeñados con la valoración numérica entre 4.6 y 5.0.

Mantiene la regularidad en la asistencia al colegio, sólo se ausenta con causa justificada sin que esto incida en su proceso de aprendizaje.

Son capaces de asumir una posición crítica - reflexiva frente al conocimiento, interesándose por la consulta y la profundización de los temas relacionados con el área.

Participa activamente en el desarrollo de las diferentes actividades en el aula y en la institución.

Desempeño Alto (A): cuando el educando ha alcanzado la totalidad de los indicadores de desempeños con valoración numérica entre 4.0 a 4.5.

El estudiante demuestra un buen nivel de desarrollo en todos los procesos de interpretación, comprensión y análisis; es capaz de

argumentar y proponer alternativas de solución a los problemas planteados y cumple a cabalidad de los compromisos y deberes con la institución.

Desempeño Básico (B): Cuando el educando ha alcanzado una valoración numérica entre 3.0 y 3.9. Cumpliendo los requisitos mínimos para alcanzar los desempeños necesarios en el área de asignatura.

Desempeño Bajo (DB): El estudiante presenta bajo interés por su desarrollo personal, de responsabilidad, cumplimiento y puntualidad en sus compromisos académicos

1.2.6 OBJETIVOS DEL PROYECTO EDUCATIVO INSTITUCIONAL (PEI)

OBJETIVO GENERAL

Constituirse en propuesta educativa que privilegie el desarrollo humano integral de los estudiantes, de tal manera que apunte al mejoramiento de la sociedad y el contexto. Lo anterior, a partir de la consolidación de competencias, actitudes y valores que cimienten la sana convivencia, la calidad educativa y la inserción al mundo laboral y social.

OBJETIVOS ESPECIFICOS

- Establecer las directrices, orientaciones, planes, proyectos, recursos y estrategias que propendan por el mejoramiento continuo de la calidad educativa, el fortalecimiento de la formación integral de los estudiantes y la configuración de una comunidad educativa en búsqueda permanente de la excelencia.



- Diseñar planes de estudios pertinentes, flexibles y en correspondencia con los estándares del Ministerio de Educación Nacional y las necesidades del contexto, para una oferta educativa actualizada, novedosa, integral y agradable que desarrolle las diferentes competencias.
- Afianzar una propuesta pedagógica con base en la puesta en práctica del aprendizaje significativo que oriente las prácticas pedagógicas, los procesos de investigación, construcción del conocimiento y el uso de las nuevas tecnologías.
- Consolidar la cultura institucional de sana convivencia, enfoque de derecho, participación, articulación, ejercicio democrático, sentido de pertenencia, inclusión educativa y el respeto por sí mismo, los demás y el medio ambiente

1.2.7 SIMBOLOS DE LA INSTITUCION EDUCATIVA

LEMA: “EDUCACION CON CALIDAD PARA TODOS” **HIMNO:**

CORO

Estudiar, estudiar, estudiar
Practicar el deporte también
Si la mente está sana y alegre
Viviremos en dulce vaivén



ESTROFAS

I

Los colores de nuestra bandera
Son emblema de amor y lealtad
Al igual que una raza valiosa
Un legado del indio Guimaral (bis)

II

Compañeros cantemos alegres
Este himno que invita a estudiar
Son vibrantes las notas que salen
De estudiantes que quieren triunfar
No perdamos la huella que deja
Toda herencia de amos y de paz.

III

Compañeros que aplican la ciencia
Forjadores de un nuevo país
Importante encontrar un camino De constancia
civismo y valor
Que le trasmita amor por la vida Por la cultura y la
formación.

UNIFORMES

El uniforme del colegio refleja identidad y pertenencia. Se debe portar con respeto por todos los estudiantes en cada una de las sedes, según lo estipulado en el momento de matrículas.

UNIFORME DE DIARIO

Femenino: camibuso blanco con el escudo del colegio (según el modelo acordado), falda en la cintura, a cuadros a la altura de la rodilla, plisada, zapatos negros, medias blancas a mitad de pierna y correa negra.

Masculino: Guayabera según modelo acordado, pantalón gris bota recta, correa negra, zapatos negros y medias blancas a media pierna.



UNIFORME DE EDUCACION FISICA

Según el modelo institucional, sudadera verde bota recta, camibuso con orillos blancos, verdes y amarillos (proceso de cambio de uniforme).

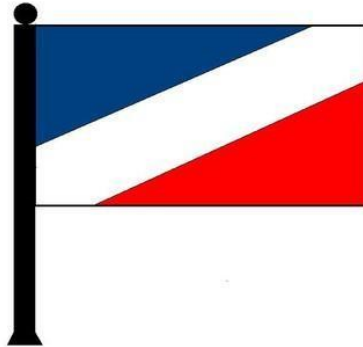


UNIFORME DE GALA

Femenino: camisa blanca de manga larga, con el escudo del colegio bordado en la derecha y cinta color gris anudada al cuello.

Masculino: camisa blanca de manga larga, con el escudo del colegio bordado en la derecha y corbata de color gris.

BANDERA



El 18 de Junio de 2003 se adoptó la propuesta ganadora presentada por la Docentes Ruth Trinidad Gómez Mendoza e Isabel Teresa Folíaco Gamboa.

Azul: simboliza los valores de armonía, sabiduría y fortaleza que existen en nuestra institución.

Blanco: simboliza la transparencia con la que el instituto forma a sus estudiantes y la paz por la cual luchamos día a día.

Rojo: simboliza la alegría que reina en cada una de las personas de esta institución y el fundamento actuar bien y en su debido momento.

ESCUDO



Diseñado en Junio 18 de 2003 en reunión de Coordinadores con base en las propuestas presentadas por cada sede. La primera



franja de la izquierda en la parte de arriba representa el indio Guaimaral que identifica a la Escuela Guaimaral 21, el computador, representa al Instituto Técnico Guaimaral haciendo alusión a los avances tecnológicos, el libro y la antorcha del centro identifican al Colegio Hermógenes Maza, en el deporte y el saber y la mano que señala la letra C, es la identificación del Centro Alma Luz Vega Rangel con su lenguaje de Seña

1.2.8 MISIÓN

El Instituto Técnico Guaimaral ofrece educación de calidad en ciencia, tecnología y valores; desarrollando competencias laborales, específicas y ciudadanas a niñas, niños y jóvenes con o sin necesidades educativas especiales, haciendo de ellos personas autónomas, visionarias, emprendedoras, generadoras de su proyecto de vida, enmarcados dentro de un ambiente pacífico, ecológico y cultural, con miras al fortalecimiento de una sociedad más justa y tolerante.

1.2.9 VISIÓN

El Instituto Técnico Guaimaral mantendrá su reconocimiento como una institución educativa de calidad y seguirá trabajando en procura de la excelencia académica, técnica y en valores, dentro de un ambiente de convivencia pacífica y solidaria, fundamentado en la aplicación de una cultura de mejoramiento continuo.

1.3 PERFIL DEL ESTUDIANTE

El instituto técnico guimaral en su proceso de formación desarrolla los saberes y experiencias para formar estudiantes:



- 2 Generadores de procedimientos para desarrollar sus capacidades
- 3 Competencias intelectuales
- 4 Tolerante, generador de relaciones democráticas
- 5 Espiritual
- 6 Promotor de espíritu crítico constructivo e investigativo generador de nuevos conocimientos
- 7 Autónomo, responsable y con capacidad para resolver problemas y dar soluciones dentro del campo científico, político, social religioso y cultural.
- 8 Respetuoso consigo mismo, con el otro y con el entorno.
- 9 Solidario con los demás
- 10 Honesto, sincero
- 11 Líder y promotor de la convivencia pacífica
- 12 Consciente de sus deberes y derechos dentro y fuera de la institución

En el caso de estudiantes en situación de limitaciones cognitivas, el instituto técnico guimaral en su propuesta educativa pretende formar estudiantes.

- 13 Autónomos en la medida de sus posibilidades
- 14 Con capacidad de autorregulación, de acuerdo con sus particularidades
- 15 Participativos en los diferentes espacios del ámbito escolar y comunitario.
- 16 Responsable en el cumplimiento de sus rutinas escolares, ocupacionales, laborales y cotidianas.
- 17 Respetuosos de las normas básicas de comportamiento social.
- 18 Con habilidad de seguir instrucciones, secuencias de acciones y procedimientos sencillos en el contexto familiar, laboral y social.
- 19 Con habilidad para seguir instrucciones, secuencias de acciones y procedimientos sencillos en el contexto familiar, laboral y social.

20 Con habilidades y destrezas para el desempeño de actividades ocupacionales independientes o protegidas.

1.3.1 PERFIL INSTITUCIONAL

El instituto técnico guaimaral funciona y desarrolla todas sus actividades teniendo presente los siguientes principios:

Justicia, responsabilidad, altruismo, transparencia, equidad, eficacia, eficiencia, efectividad, idoneidad, pertenencia, democracia, conducentes al fortalecimiento en la formación de excelentes ciudadanos.

1.3.2 PROYECTOS PEDAGOGICOS TRANSVERSALES

El Instituto Técnico Guaimaral, mediante los objetivos que se ha trazado el PEI, pretende el progreso o escalamiento de las competencias cognitivas, laborales y actitudinales de sus estudiantes, de tal manera que desarrolle de forma significativa el potencial humano, optimice recursos y oportunidades, en procura de una formación integral y mejora de su calidad de vida por medio de dimensiones de transversalidad, a través de proyectos pedagógicos tales como: Proyecto Ambiental Escolar (PRAE), Proyecto de Educación para la Sexualidad y la Construcción de Ciudadanía (PESCC), Proyecto Gestión del Riesgo y Proyecto Lector; los cuales parten de problemas o necesidades que involucran en su desarrollo los aprendizajes de las ciencias básicas, ciencias sociales, ciencias humanas y tecnología.



PROYECTO DE EDUCACION PARA LA SEXUALIDAD Y LA CONSTRUCCIÓN DE LA CIUDADANIA (PESCC)

El Programa de Educación para la Sexualidad y Construcción de Ciudadanía es una iniciativa del Ministerio de Educación Nacional y el Fondo de Población de las Naciones Unidas (UNFPA), cuyo propósito es contribuir al fortalecimiento del sector educativo en la implementación y la sostenibilidad de una política de educación para la sexualidad, con un enfoque de ejercicio de los derechos humanos, sexuales y reproductivos.

El Programa busca que las instituciones educativas desarrollen Proyectos Pedagógicos de Educación para la Sexualidad que propendan al desarrollo de competencias básicas para la toma de decisiones responsables, informadas y autónomas sobre el propio cuerpo; basadas en el respeto a la dignidad de todo ser humano de manera que se valore la pluralidad de identidades y formas de vida, y se promuevan la vivencia y la construcción de relaciones de pareja, familiares y sociales pacíficas, equitativas y democráticas.

La propuesta del Programa de Educación para la Sexualidad y Construcción de Ciudadanía se diferencia de la que había sido, tradicionalmente, la educación sexual en el país, que en muchos casos se limitaba a los aspectos biológicos y a los riesgos asociados a lo sexual; la nueva propuesta concibe la sexualidad como una dimensión humana, con diversas funciones, componentes y contextos y su tratamiento en la escuela bajo el marco del desarrollo de competencias ciudadanas que apunten a la formación de los niños, niñas y jóvenes como sujetos activos de derechos.

Entre 2004 y 2005 se realizaron una serie de encuentros entre personas y organizaciones que trabajaban en educación para la sexualidad en Colombia y otros países, que llevaron al diseño de una propuesta pedagógica, conceptual y operativa que se validó y

DQS is member of:





ajustó entre 2006 y 2007, con el desarrollo del Proyecto Piloto de Educación para la Sexualidad y Construcción de Ciudadanía en 53 instituciones educativas que reúnen a 235 sedes y centros educativos de 5 regiones del país. Dicha propuesta, validada y ajustada, se presenta hoy al país en una serie de módulos que publica el Ministerio de Educación Nacional y que son la herramienta guía para que la educación para la sexualidad sea una realidad efectiva en todas las instituciones de Colombia de acuerdo con los fines y los objetivos de la educación que presenta la ley 115 de 1994 y que reglamenta el decreto 1860 del mismo año.

Los módulos que componen esta serie constituyen una ruta para la implementación de los Proyectos Pedagógicos de Educación para la Sexualidad en las instituciones educativas y un elemento de trabajo para otros actores estratégicos. Los tres primeros módulos, introductorios, explican de manera general la propuesta pedagógica, conceptual y operativa del programa y serán complementados, más adelante, con otros módulos de profundización en temáticas específicas sobre sexualidad, en la relación entre competencias ciudadanas y sexualidad, entre otros.

Los Proyectos Pedagógicos deben enseñar a comprender las diversas formas de vivir la sexualidad, educar para apreciar lo mejor de los otros y ayudar a que esto aflore en las relaciones y en la convivencia. Por lo tanto, deben permitir que las personas de una comunidad educativa se vayan transformando y consolidando como sujetos activos sociales de derecho y, de esta manera, se conviertan en promotores y defensores de los derechos humanos, sexuales y reproductivos.

Una educación para el desarrollo de competencias implica el desarrollo de capacidades para la toma de decisiones a lo largo de

la vida. Por esto, los Proyectos Pedagógicos requieren una educación que:

- Propicie la argumentación y el diálogo, a partir de dilemas cotidianos, que promuevan la toma de decisiones con autonomía.
- Fomente la reflexión sobre preconcepciones y prejuicios y facilite formas de cotejarlos con información empírica y científica.
- Genere ambientes de confianza, basados en relaciones de afecto, horizontales, en las que se valoren y tengan en cuenta todas las experiencias, las preguntas, los aportes y las necesidades.
- Desarrolle habilidades, a partir de una educación activa que propicie que las y los estudiantes construyan nuevos conocimientos, significados y posibilidades de vida.

COMPONENTES Y FUNCIONES DE LA SEXUALIDAD

Un Proyecto Pedagógico de Educación para la Sexualidad es el conjunto de acciones deliberadas que ejecuta una comunidad educativa; incluye actividades precisas dentro del plan de estudio que desarrollen competencias para la vivencia de la sexualidad. La idea es relacionar conocimientos, habilidades y actitudes de diversas áreas e incorporar los puntos de vista de los niños, las niñas, adolescentes y los jóvenes, y articularlos en la solución de cuestiones de la vida cotidiana que tengan que ver con su contexto. Lo anterior pretende lograr que todos los miembros de la comunidad educativa puedan tomar decisiones autónomas, informadas y responsables frente a la vivencia de su sexualidad, aún en contextos difíciles, puesto que las incertidumbres y los azares, antes que ser anomalías constituyen parte de nuestras vidas cotidianas¹. Por esto, los Proyectos Pedagógicos son el espacio privilegiado con el que cuenta la escuela para generar

conocimiento con sentido en las y los estudiantes (saber para saber hacer).

COMPONENTES, FUNCIONES, HILOS Y COMPETENCIAS

Cada componente y función de la sexualidad tienen una serie de hilos conductores, que reunidos comprenden los principales aspectos que debe abordar el sistema de educación preescolar, básica y media con respecto a la sexualidad. A cada hilo le corresponde, a su vez, una competencia general, que condensa las habilidades, las actitudes y los conocimientos que todas las personas deben haber alcanzado al completar su educación media. □ **Componentes de la sexualidad:** identidad de género, comportamientos culturales de género y orientación sexual;

- **Funciones de la sexualidad:** comunicativa-relacional, erótica, afectiva y reproductiva.

Ambas dimensiones, en cada uno de los hilos, deben ser trabajadas en los diferentes contextos, distribuidos de la siguiente forma:

- ✓ **Grupo N°1:** --- Preescolar, 1° □ □ **Grupo N°2:** --- 2° y 3°.
- ✓ **Grupo N°3:** --- 4° y 5°.
- ✓ **Grupo N°4:** --- 6° y 7°.
- ✓ **Grupo N°5:** --- 8° y 9°
- ✓ **Grupo N°6:** --- 10° y 11°



La lectura es una de las destrezas básicas para desarrollar una adecuada competencia comunicativa, es una herramienta en el aprendizaje y en la formación integral de nuestros estudiantes, así como principal vía de acceso al conocimiento y a la cultura.

Sin ella no es posible comprender la información contenida en los textos y asimilarla de un modo crítico. La lectura estimula la imaginación y ayuda al desarrollo del pensamiento abstracto. En la actual sociedad de la comunicación, caracterizada por la sobreabundancia de datos, la lectura comprensiva tiene un papel clave para convertir la información en conocimiento.

Dada la trascendencia de la lectura en la conformación del individuo y, por tanto, de la sociedad, la adquisición y consolidación del hábito lector es un objetivo prioritario de nuestra institución en su Plan lector, aumentando así la calidad de la enseñanza y encaminando al alumnado al fin de su escolaridad, desarrollando en ellos el crecimiento personal tanto en el plano espiritual como intelectual.

Es así como este proyecto pretende plantear algunas estrategias útiles en el afianzamiento del proceso lecto-escritor atendiendo a las necesidades de los estudiantes y sus expectativas, tomando como referencia el estudio diagnóstico y las falencias detectadas, el uso de la lúdica y la creatividad a fin de dinamizar el proceso y mejoramiento académico

JUSTIFICACIÓN





El desarrollo de las habilidades comunicativas, en especial el proceso lecto- escritor tiene vital importancia en la evolución escolar, por cuanto refuerza la expresión de ideas y sentimientos al mismo tiempo que le permite culturizarse y adquirir nuevo vocabulario para enriquecer su proceso académico y social.

A través de este proyecto se busca idear algunas estrategias lúdicas pedagógicas que susciten en los estudiantes el gusto y disfrute por la lectura y la escritura, poder dinamizar los encuentros de la lengua materna y de este modo permear las demás áreas del conocimiento dado el aporte que ofrece la literatura en el estudiante.

Al mismo tiempo se da la oportunidad de llevar a la práctica los conocimientos y herramientas adquiridas durante estos últimos años, en el cual se destacó la importancia de la Literatura Infantil dentro del desarrollo cognitivo del niño y los beneficios a nivel emocional e intelectual del estudiante; siendo herramientas que más allá de fortalecer el proceso académico, refuerza aspectos emocionales y motivaciones dentro del aula de clase llevados a la práctica mediante el aporte pedagógico y lúdico.

Se espera que las herramientas y estrategias aportadas a través de este Proyecto sienten las bases para la invención de ideas y aportes metodológicos al modelo educativo de la institución a fin de mejorar los niveles académicos y comportamentales de los

educandos a través del aprovechamiento de la lectura y escritura dinámica, vinculando activamente las áreas del saber.

OBJETIVO

- Fortalecer las habilidades comunicativas vinculando las áreas del saber.

OBJETIVOS ESPECÍFICOS

- Promover el interés, el gusto y la necesidad por la lectura.
- Utilizar la lectura como medio para ampliar el vocabulario y fijar la ortografía.
- Desarrollar la capacidad de leer con una velocidad y comprensión adecuadas.
- . Desarrollar el lenguaje, la expresión oral y escrita, y altas competencias lecto-escritoras.
- Despertar el interés por los libros.
- Incentivar la capacidad de expresarse por escrito como consecuencia del desarrollo de la habilidad de leer en forma rápida y comprensiva.



- Estimular el entusiasmo por el saber y el conocer.
- Incrementar la capacidad de investigar y aprender con autonomía.

DESTINATARIO

Este Proyecto tiene como receptores a los estudiantes de primero a quinto grado del Instituto Técnico Guaimaral.

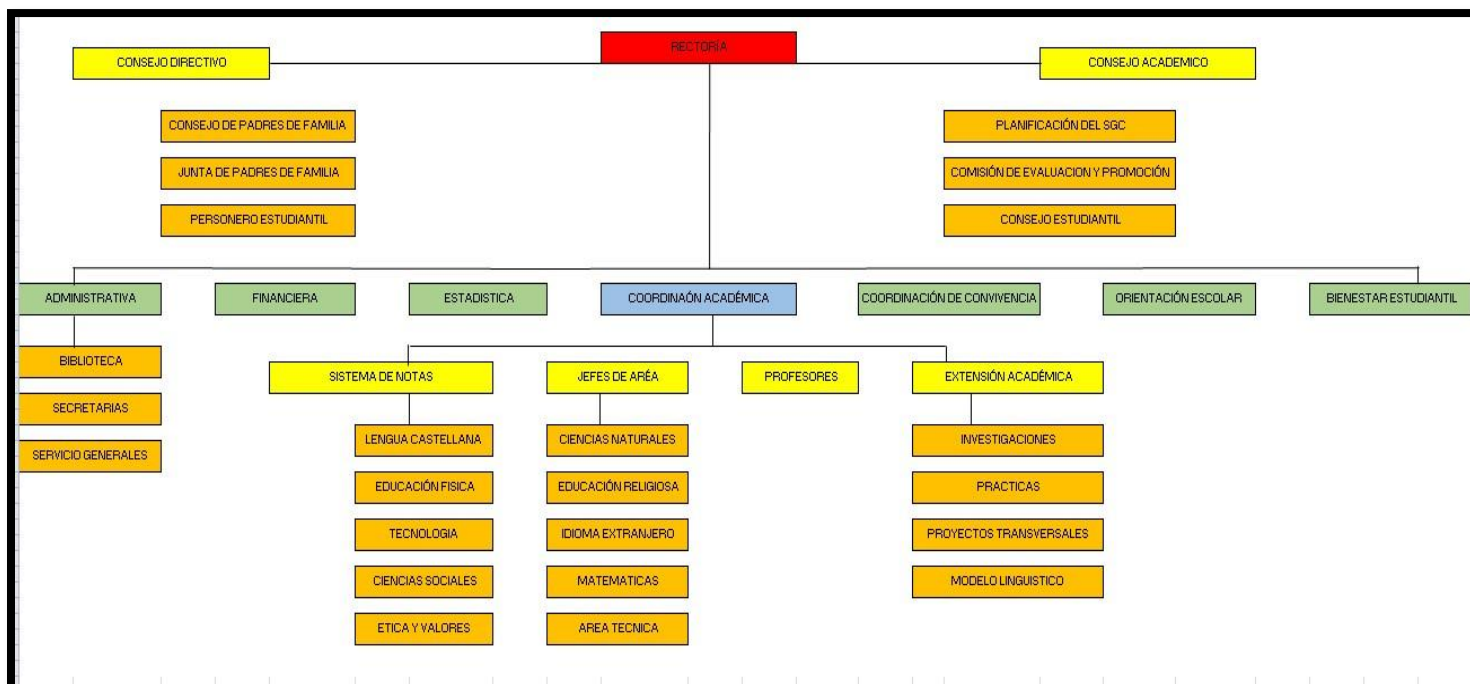
RECURSOS

- * **RECURSOS HUMANOS:** Coordinador, docentes y estudiantes.
- * **RECURSOS MATERIALES:** Fotocopia, internet y carpeta de trabajo de los estudiantes.
- * **RECURSOS DE TIEMPO:** Cada quince días se encarga un área del saber en el fortalecimiento de las habilidades comunicativas y a su vez abrir un horario especial de clase para trabajarlo en una hora.

ACTIVIDADES



Cada docente de grado es responsable en reforzar el proceso de comprensión de lectura a partir de la transversalidad de los proyectos PRAE - PESCC



1.4 COMPONENTE ADMINISTRATIVO

1.4.1 ORGANIGRAMA

1.4.2 GOBIERNO ESCOLAR

Es una forma de organización que facilita y promueve la participación activa y democrática de los estudiantes y padres de familia, directivos, docentes, personal administrativo, exalumnos y representantes del sector productivo en la dinámica de la institución.

Es una herramienta democrática, cívica, pacífica y eficaz en la formación de los futuros ciudadanos. Según lo establece en el decreto de 1860:

OBJETIVOS DEL GOBIERNO ESCOLAR:

- Garantizar la participación democrática de todos los estamentos de la comunidad educativa, según lo dispone el Art. 142 de la ley 115 de 1991.
- Desarrollar y ejercitar el verdadero sentido de la democracia participativa.
- Vivenciar practicas del pluralismo ideológico, tolerancia, diálogo y concertación para fortalecer una cultura de participación en torno a propósitos comunes.

CONFORMACION DEL GOBIERNO ESCOLAR

- 1- Rectora
- 2- El consejo directivo
- 3- El consejo académico

Decreto 1860 cap. iv art 20

FUNCIONES DEL GOBIERNO ESCOLAR

- Participar en la organización del plantel, dinamizando el PEI
- Promover y fortalecer la participación democrática de todos los estudiantes

- Hacer pública la capacidad de liderazgo, voluntad de servicio y cooperación en función del bienestar institucional
- Apoyar la labor formativa de directivos y docentes
- Presentar a la comunidad “proyectos de gobierno “concretos y realizables acordes con la filosofía y el presente manual de convivencia.
- Utilizar el diálogo y concertación , ante cualquier tipo de problema individual , grupal e institucional
- Cumplir y hacer cumplir en todos los aspectos del manual de convivencia.
- Promover el proyecto de formación de líderes en las diversas instancias de participación.

1.4.3 MANUAL DE CONVIVENCIA

El manual de convivencia escolar, Es una herramienta pedagógica que sintetiza los lineamientos fundamentales, que en una institución educativa posee, para guiar el proceso formativo de sus estudiantes.

Es una estrategia que fortalece los valores como principios normativos que determinan el componente de cada de uno de los miembros de la comunidad educativa y hace parte del proyecto educativo institucional.

El Ministerio de Educación, al hacer alusión al manual de convivencia, establece que en este documento “deben definirse los derechos y obligaciones de los estudiantes” así como también todos aquellos aspectos que regulan y hacen posible la convivencia de los miembros de la institución educativa.

En las instituciones se necesitan normas de comportamiento y de convivencia que se conviertan en criterios de regulación de las relaciones interpersonales, es así como para posibilitar el respeto



mutuo por parte de todos los integrantes de la comunidad educativa del instituto técnico guaimaral, dejando como consecuencia un total entendimiento entre sus miembros se ha elaborado el presente manual de convivencia.

Este manual expresa el ideal de toda la comunidad educativa, fortaleciendo, asegurando y garantizando una convivencia social armoniosa en todas las actividades que se desarrollan en la institución, en forma democrática y participativa, respetando la igualdad en la diferencia.

Dentro del proceso de mejora continua este manual de convivencia social fue elaborado con la participación los diferentes estamentos de la comunidad educativa, haciendo uso del principio de participación, correspondiente al proceso de formación que ofrece la institución.

Los contenidos y disposiciones del presente manual de convivencia tienen aplicación para toda la comunidad educativa del instituto técnico guaimaral de San José de Cúcuta.

1.4.4 CALENDARIO ESCOLAR / CRONOGRAMA

MES DE ABRIL



CAPITULO II

Propuesta Pedagógica

Desarrollo del Sentido del Equilibrio basado en la natación como Factor para el mejoramiento de la condición física en Jóvenes con discapacidad visual del Colegio Instituto Técnico Guaimaral.

TABLA DE CONTENIDO

- 1. INTRODUCCION**
- 2. DESCRIPCION DEL PROBLEMA**
 - 2.1 FORMULACION DEL PROBLEMA**
- 3. OBJETIVOS**
 - 3.1 OBJETIVO GENERAL.**
 - 3.2 OBJETIVOS ESPECIFICOS**
- 4. MARCO TEORICO.**
 - 4.1 MARCO CONCEPTUAL.**
 - 4.1.1 Concepto de Ceguera.**
 - 4.1.2 Discapacidad**
 - 4.1.3 Características Motrices de los Ciegos.**
 - 4.1.4. El Esquema Corporal en ciegos y deficientes visuales**
 - 4.1.5. Equilibrio**
 - 4.1.5.1 Tipos de Equilibrio.**
 - 4.1.5.2. Medios y métodos para el desarrollo del equilibrio.**
 - 4.2 ANTECEDENTES.**
- 5. METODOLOGIA.**
 - 5.1 POBLACION Y MUESTRA.**
 - 5.2 TIPO DE INVESTIGACION**
 - 5.3 INTERVENCION.**
 - 5.3.1 TEST INICIAL.**
 - 5.3.2 ACTIVIDADES**
- 6. RESULTADOS.**



- 6.1 TEST INICIAL.**
- 6.2 TEST FINAL**
- 6.3 ANALISIS DE RESULTADOS.**
- 7. DISCUSION.**
- 8. CONCLUSIONES**
- 9. RECOMENSACIONES**
- 10. REFERENCIAS**

DQS is member of:





1. INTRODUCCION

La actividad física, los deportes y la recreación ofrecen a la humanidad una serie de beneficios tanto físicos como psicológicos, además de que permiten el desarrollo integral de todos los seres humanos, asimismo es necesario recordar que en la área de Cultura Física no existe ningún tipo de discriminación, de hecho ésta es una área que ayuda a las personas a integrarse a la sociedad y de igual manera permite la socialización, aunque todas las actividades por lo general son planificadas para las personas supuestamente normales dejando a un lado a las personas con capacidades especiales. (AYALA, A. M & Cols. 2012).

En el presente estudio busca justificar que el equilibrio es un factor fundamental para el desarrollo y mejoramiento de la condición física de los jóvenes con discapacidad visual del Colegio Instituto Técnico Guaimaral. Partiendo de la premisa de que el equilibrio es un factor fundamental en todos los deportes y que éste conjuntamente con la coordinación juegan un papel importante en el proceso de enseñanza - aprendizaje, desarrollo y perfeccionamiento de las cualidades deportivas.

Se indica que aplicaremos los medios y métodos pertinentes para mejorar el desarrollo deportivo de los no videntes, además de mejorar su autoestima y encaminarlos hacia una vida menos dependiente e iniciarlos en las actividades deportivas.

2. DESCRIPCION DEL PROBLEMA

Es necesario precisar que sin el equilibrio las cualidades coordinativas no funcionan, esto conlleva a la degeneración muscular y por ende a las malformaciones, al desarrollo de hábitos perjudiciales como el sedentarismo, por lo que la Cultura Física no debe detenerse en la aplicación de textos, sino en una acción conjunta entre la práctica educativa que parta de la experiencia individual y aplicación teórica existente.

La idea de iniciar este proyecto surgió a partir del acercamiento a la Discapacidad Visual (DV) por medio de la Practica Integral Docente donde se afianzó el interés por la población ya que se tuvo contacto con personas de diferentes edades y se evidenció que los estudiantes con DV llegan a la escolaridad con muy pocos repertorios y aprestamiento en todas las dimensiones del desarrollo, teniendo los maestros que empezar con la estimulación cuando es más pertinente realizarla antes de su vinculación a la escolaridad.

En la práctica se pudo percibir que el desarrollo de las dimensiones: cognitiva, comunicativa, psicomotriz, socio-afectiva y de lenguaje, no están siendo estimuladas en este tipo de población por lo que se desaprovecha la oportunidad de potencializar al máximo las capacidades de los niños y niñas con DV,



2.1 FORMULACION DEL PROBLEMA

¿Cómo influye la Natación en el desarrollo del Sentido del Equilibrio como Factor para el mejoramiento de la condición física en Jóvenes con discapacidad visual del Colegio Instituto Técnico Guaimaral?

3. OBJETIVOS

3.1 OBJETIVO GENERAL.

Diseñar e implementar una estrategia pedagógica basada en la natación como estímulo adecuado para el Equilibrio en jóvenes con discapacidad visual, en las dimensiones cognitiva y comunicativa.

3.2 OBJETIVOS ESPECIFICOS.

- Caracterizar los programas de estimulación adecuada ya existente, en las dimensiones cognitiva y comunicativa.
- Mejorar la calidad de vida en el ámbito deportivo de las personas con discapacidad visual, procurando que éstos se desarrollen en una vida menos dependiente mediante el desarrollo de su motricidad y particularmente el equilibrio como elemento fundamental para su movilidad.
- Fomentar la práctica deportiva de la natación en la población con discapacidad visual para que a su vez puedan participar como formadores de la gestión deportiva.

4. MARCO TEORICO.

4.1 MARCO CONCEPTUAL.

Según la Organización Mundial de la Salud (OMS 2016) “Discapacidad es un término general que abarca las deficiencias, las limitaciones de la actividad y las restricciones de la participación” es decir se refiere a toda restricción o ausencia para realizar una actividad dentro del margen que se considera normal para un ser humano. De igual manera en cuanto a discapacidad visual esta entidad determina que existen 314 millones de personas con D.V. donde 45 millones son ciegas y 269 millones cuentan con baja visión (noviembre 01 de 2013). Por otro lado se encuentra a la Organización nacional de ciegos Españoles (ONCE 2016) define que la discapacidad visual comprende “condiciones caracterizadas por una limitación total o muy seria de la función visual.”

A nivel nacional se ubica el Comité Paralímpico Colombiano y el Instituto Nacional para Ciegos (INCI 2016); este instituto define la limitación visual como “la pérdida total o parcial de la visión de ambos ojos, como consecuencia de un accidente, de una enfermedad congénita (adquirida en el vientres de la madre o al nacer) o de una enfermedad que se presenta en el transcurso de la vida.” quienes establecen que estadísticamente existen 1,14 millones de personas con D.V.

Los anteriores institutos y la Nación Colombiana se encuentran regidas bajo la ley estatutaria N° 1618 del 27 de febrero del 2013 del Congreso Nacional, que decreta: “garantizar y asegurar el ejercicio efectivo de los derechos de las personas con discapacidad, mediante la adopción de medidas de inclusión, acción afirmativa y de ajustes razonables y eliminando toda forma de discriminación por razón de discapacidad, en concordancia con la Ley 1346 de 2009” (TITULO I). Por lo cual se hace evidente que la problemática de la cual se enfatiza el proyecto es una necesidad presente en la actualidad que requiere de su atención.

4.1.1 Concepto de Ceguera.

Se dice que una persona es ciega cuando sólo tiene percepción de la luz, sin proyección, o aquélla que carece totalmente de visión independientemente de si esta carencia es debida a lesiones del ojo o del sistema nervioso que une el ojo con el cerebro o problemas de cerebro González, L. (1990).

Según el Consejo Europeo de Optometría y Óptica (ECOO, 2011), citado por el Ministerio de Salud de Colombia (2016) “la baja visión describe una anomalía visual que restringe la capacidad de realizar tareas visuales en el día a día. Este impedimento, no puede corregirse con gafas normales, entes de contacto o intervención médica. Tipos obvios de anomalía visual son la pérdida de agudeza visual y la pérdida de campo visual. Otros ejemplos son la pérdida de sensibilidad al contraste, anomalías en visión del color visión nocturna, así como un aumento de la sensibilidad a la luz (como deficiencia al deslumbramiento o fotofobia).

Por otra parte, en el Código Internacional de Enfermedades (CIE-10), “la baja visión se define como agudeza visual menor de 0.3 (20/60, 6/18, 0.5 logMAR) pero igual que o mejor que 0.05 (20/400, 3/60, 1.3 logMAR), o una correspondiente pérdida de campo visual de menos de 20 grados en el mejor ojo con la mejor corrección posible.”

Adicionalmente, el CIE-10 define la ceguera “como una agudeza visual menor de 0.05 (20/400, 3/60, 1.3 logMAR), o una correspondiente pérdida del campo visual menor de 10 grados en el mejor ojo con la mejor corrección posible”. Por discapacidad visual grave se entiende una agudeza visual inferior a 20/200, 6/60 e igual o superior a 3/60 o 20/400, y por discapacidad visual moderada, una agudeza visual de entre menos de 6/18 (20/60) y 6/60 (20/200) (OMS, Definitions of blindness and visual impairment. Ginebra, Organización Mundial de la Salud, 2012.

En 2002, el Consejo Internacional de Oftalmología genera una resolución en la que se incluyen varias definiciones relacionadas con las alteraciones

visuales como baja visión, discapacidad, minusvalía, visión funcional, entre otras. En relación a la baja visión estableció que el término “Baja Visión” debía utilizarse “cuando la pérdida de visión se caracteriza por una pérdida de funciones visuales (tales como agudeza y campo visual) a nivel orgánico. Muchas de estas funciones pueden medirse de manera cuantitativa, por ejemplo, la pérdida de agudeza visual” (ECOO, 2011).4.1.2 Causas que Provocan Ceguera.

La deficiencia visual puede aparecer por distintos motivos, en función de la parte del proceso u órgano de la visión que se ve afectado, aunque, normalmente, las más frecuentes son las que afectan al globo ocular, destacando como más importantes las que a continuación se citan:

Hereditarias:

- Albinismo (carencia de pigmento)
- Aniridia (ausencia o atrofia del iris)
- Atrofia del nervio óptico (degeneración nerviosa)
- Cataratas congénitas (cristalino opaco)
- Coloboma (deformaciones del ojo)
- Glaucoma congénito (lesiones por presión ocular alta)
- Miopía degenerativa (pérdida de agudeza visual)
- Queratocono (Córnea en forma de cono)
- Retinitis Pigmentaria (pérdida pigmentaria retinal)

Congénitas (Que existen desde el nacimiento o antes):

- Anoftalmia (carencia del globo ocular)

- Atrofia del nervio óptico (degeneración nerviosa)
- Cataratas congénitas (Cristalino opaco)
- Microftalmia (escaso desarrollo del globo ocular)
- Rubeola (infección vírica-todo el ojo)
- Toxoplasmosis (infección vírica –retina/mácula).

Adquiridas/ Accidentales:

- Avitaminosis (insuficiencia de vitaminas)
- Cataratas traumáticas (cristalino opaco)
- Desprendimiento de retina (lesión retinal)
- Diabetes (dificultad para metabolizar la glucosa)
- Estasis papilar (estrangulamiento del nervio óptico)
- Fibroplasia retrolental (afecciones en retina)
- Glaucoma adulto (lesiones por presión ocular elevada)
- Hidrocefalia (acumulación de líquido en el encéfalo)
- Infecciones diversas del sistema circulatorio
- traumatismos en el lóbulo occipital.

Víricas/ Tóxicas/ Tumorales:

- Histoplasmosis (infección por hongos de heces)
- Infecciones diversas del sistema circulatorio
- Meningitis (infección de las meninges cerebrales)
- Neuritis óptica (infección nervio óptico)

- Rubeola (infección vírica- todo el ojo)
- Toxoplasmosis (infección vírica –retina/mácula).

4.1.2 Discapacidad

Según la OMS (2016) (Organización mundial de la Salud) “es toda restricción o ausencia (debido a una deficiencia) de la capacidad de realizar una actividad de la forma, o dentro del margen, que se considera normal para un ser humano”. Teniendo en cuenta la definición de la OMS encontramos que las condiciones que tienen las personas con discapacidad por cuenta de una serie de restricciones generan dificultades en la capacidad para realizar una serie de actividades o movimientos, lo anterior sucede por cuenta de alguna deficiencia

Dichas restricciones se clasifican en físicas, sensoriales y psíquicas. La discapacidad física genera afectación en personas que hayan tenido enfermedades crónicas, pérdidas de movilidad, parálisis, malformaciones y/o amputaciones.

En cuanto a la discapacidad sensorial afecta a personas con problemas de visión, audición o lenguaje. Por último la discapacidad Psíquicas afecta a personas con enfermedades o trastornos mentales los cuales pueden ser Síndrome de Down y retardo mental.

Según Villegas, A. (1997) define discapacidad como “la restricción, carencia, limitación o desventaja, resultado de una deficiencia. Disminución de la capacidad para realizar una actividad en la misma forma o grado que se considera normal para un ser humano. (P. 11) con lo anterior se puede evidenciar que existe una similitud con el concepto de la OMS recalando que la discapacidad es en resumen una disminución en la capacidad para realizar una actividad o movimiento en los grados que se consideran normales para un ser humano.

La CIF (clasificación internacional del funcionamiento, de la discapacidad y de la salud) OMS (2001) afirma: “Discapacidad es un término genérico que

incluye déficits, limitaciones en la actividad y restricciones en la participación. Indica los aspectos negativos de la interacción entre un individuo (con una “condición de salud”) y sus factores contextuales (factores ambientales y personales) ” (P.206) (OMS 2001) interpretando lo anterior la discapacidad está relacionada con factores, en los cuales el individuo tendría muy poca interacción por su condición, por lo tanto si influye en la calidad de vida.

4.1.3 Características Motrices de los Ciegos.

Es necesario reconocer que cualquier deficiencia en los seres vivos, ya sea de origen síquico o motriz, provoca alteraciones en la locomoción, lo que se manifiesta en la disminución de las diferentes acciones motrices básicas como por ejemplo caminar. Además dichas deficiencias en su mayoría provocan la atrofia de los diferentes órganos.

Según Quirós y Schragr. (1979) la motricidad es la capacidad de generar movimiento, entendiendo éste como la acción que permite el desplazamiento desde un lugar del espacio a otro y los efectos que de ello resulten.

Oña. A. (1987 22-23) Distingue tres tipos de motricidad:

1. *Motricidad Básica*, supone los aspectos más elementales y convencionales de las conductas motrices, (carrera, salto, lanzamiento...)
2. *Motricidad Analítica*, indica el factor que permite realizar conductas motrices donde los distintos segmentos sean capaces de actuar diferencialmente sin perder la capacidad de integración para la eficacia del gesto y la consecución del objetivo de éste. Los aprendizajes técnicos, así como las disociaciones o las coordinaciones segmentarias, necesitan del desarrollo de esta capacidad.
3. *Motricidad Cognitiva*, se aplica a toda conducta motora que sirva como instrumento de forma regular a los procesos implicados en la cognición.

La Educación Física y el Deporte son elementos importantísimos en el desarrollo global del individuo, y mucho más en personas ciegas y

deficientes visuales, ya que poseen unas características motrices diferentes, las cuales trataremos de exponer a continuación:

- a) A mayor deficiencia visual, mayor dificultad en el aprendizaje y desarrollo motor.
- b) El desarrollo motor sigue las mismas fases pero a una velocidad más lenta que en los niños videntes.
- c) Los reflejos secundarios (para caídas, y los diferentes apoyos) pueden tener un retraso en su aparición y está en general debe ser estimulada.
- d) Un lactante ciego ignora la continuidad de superficies; si se le inclina hacia un lado el niño ciego que no percibe atención específica, aprieta un brazo o se agarra al adulto, sin realizar un apoyo lateral o posterior, ignorando que lo puede hacer para evitar caerse, no anticiparía su brazo para evitar protegerse. De ahí la importancia que los niños ciegos reciban atención para poder corregir estas situaciones.
- e) El niño ciego tiene tendencia a ladear la cabeza o bajarla para prestar más atención a la información sonora que le está llegando, conforme va creciendo va comprobando que el estado inmóvil le hará prestar más atención.
- f) Cuando el niño empieza a desplazarse, va comprendiendo que debe ir despacio, debe controlar el espacio y los posibles objetos que se va encontrando a su alrededor. En algunos casos, adquiere ciertas posturas para poder estar más atento, las cuales les crearán problemas en la columna, éstas deben ser también corregidas.
- g) El niño ciego aunque juega y se mueve, tiene menos motivación para desplazarse y siente inseguridad cuando lo hace, por ello debe ser estimulado en gran medida.
- h) Desde los 6 años hasta la adolescencia, la experiencia motriz sigue siendo menor que en la del niño vidente, no equiparándose a éstos hasta los 12-14 años.

i) Dificultades en la manifestación de los factores motores básicos y las cualidades coordinativas.

4.1.4. El Esquema Corporal en ciegos y deficientes visuales

El núcleo de la motricidad es el Esquema Corporal que se define, como la imagen mental del propio cuerpo, en reposo o en movimiento, gracias al que nos podemos situar en el mundo (Urzanqui 1993, 249).

Para captar ésta información son necesarias dos nociones:

A. La propiocektividad: Se refiere a la información que sobre los movimientos o la posición del cuerpo poseen los órganos nerviosos o sensoriales.

B. La imagen corporal: Se refiere al registro y almacenamiento de las informaciones del cuerpo, propias y por influencia o presiones ambientales.

En torno a estos dos conceptos se articulan: la postura, el tono, la posición, la actitud, el equilibrio y la coordinación.

El Esquema Corporal: Es el conjunto de informaciones posturales, movimientos e impresiones visuales. En el niño ciego estas últimas fallan. Para Martínez y Núñez (1980), es la representación mental del propio cuerpo, de sus segmentos, de sus posibilidades de movimiento y de sus limitaciones espaciales.

Para autores como Picq y Vayer (1977) y Linares (1987), el esquema corporal está integrado por varios subconceptos psicomotores que tienen su propia identidad. Estos son:

a) Conocimiento Corporal: es comprender que los distintos miembros del cuerpo pertenecen a un todo. Este se adquiere de forma evolutiva sobre los 3-5 años de edad.

b) Conducta Respiratoria: según Martínez y Núñez (1980), la respiración está sometida a influencias corticales.

c) Control Segmentario: concepto que permite evidenciar las posibilidades de independencia de los brazos en relación con el tronco, el control de los distintos segmentos y, además, el control emocional. Otros autores hablan de control tónico o tonicidad, pensando en que el músculo debe tener un tono necesario y adecuado para cada acción.

4.1.5. Equilibrio

Debemos considerar que el sentido del equilibrio es importante para todos los seres vivos, ya que mediante este sentido recibimos información sobre la posición del cuerpo en diferentes circunstancias (estático y dinámico), además de dicha cualidad coordinativa es importante durante la locomoción o desplazamiento del cuerpo humano en diferentes medios (tierra y agua), por tal motivo es importante conocer con claridad el concepto del equilibrio, para dicho fin se ha seleccionado el criterio de diferentes autores.

“Es la capacidad para asumir y sostener cualquier parte del cuerpo, contra la ley de la gravedad” Mosston (1972).

Contreras (1998): mantenimiento de la postura mediante correcciones que anulen las variaciones de carácter exógeno o endógeno.

García y Fernández (2002): el equilibrio corporal consiste en las modificaciones tónicas que los músculos y articulaciones elaboran a fin de garantizar la relación estable entre el eje corporal y eje de gravedad.

Editorial MAD manifiesta en su libro “Educación Física en la Primaria” que El cuerpo regula el equilibrio a través de la información que llega al cerebelo que coordina a partir de esa información la actuación de diferentes grupos musculares para realizar una acción coordinada y eficaz.

La información llega al cerebelo por tres caminos diferentes:

Articulaciones: Proporcionan sensaciones cenestésicas que informan sobre la posición de cada una de las partes del cuerpo.

Sensaciones visuales: Recogen información del, exterior.

Sensaciones del laberinto: Situado en el oído interno nos informa sobre la posición de la cabeza en cada momento.

4.1.5.1 Tipos de Equilibrio.

García y Fernández (2002), Contreras (1998), Escobar (2004) y otros autores, afirman que existen dos tipos de equilibrio: *Estático* y *Dinámico*

Equilibrio Estático: Alvares de Villar lo define como “la habilidad o facultad del individuo para mantener el cuerpo en posición erguida sin desplazarse”. El equilibrio estático se puede subdividir en:

Equilibrio estático postural: es en el que nos mantenemos al estar de pies o sentados.

Equilibrio estático deportivo: en la mayoría de los deportes no tiene mucha trascendencia, sin embargo hay deportes como la gimnasia artística deportiva, en los que el equilibrio estático constituye un aspecto técnico muy importante.

Equilibrio Dinámico: supone mantener la posición correcta durante la ejecución de un movimiento determinado normalmente la carrera.

Además Muska Mosston (1968) habla sobre la recuperación del equilibrio en una posición después de haber estado en el aire (*Post-Vuelo*)

Equilibrio Post-Vuelo: se refiere a todas las posiciones o acciones posteriores a un vuelo. Las paradas en uno o dos tiempos (baloncesto), salidas de aparatos (gimnasia) son ejemplos de equilibrios estáticos tras una fase aérea. El pase de una valla (atletismo) es un ejemplo de equilibrio dinámico tras una fase de vuelo.

4.1.5.2. Medios y métodos para el desarrollo del equilibrio.

Lapierre, en su libro “Educación Psicomotriz”, considera conveniente para el desarrollo del equilibrio la utilización de los siguientes medios:

Educación de las sensaciones plantares.

Enderezamiento del tronco y posición de la cabeza.

Habitación a la altura.

Educación de la marcha.

Equilibrio en elevación.

Llevar objetos sobre la cabeza.

Equilibrios estáticos.

4.2 ANTECEDENTES.

Ayala Morales, Ana Lucia & Quito León, Luis Andrés, en el año 2012, en su investigación titulada “Desarrollo del sentido del equilibrio como factor para el mejoramiento de la condición física de los no videntes de la sociedad de no videntes del Azuay (sonva)”, se basó en una percepción previa de la actividad física que realizaba este grupo de personas, el mismo que tenía un tratamiento empírico y mal llevado, dicha premisa llevó a plantearles el actual tema de investigación el mismo que se enfoca en mejorar la movilidad a partir del desarrollo y mejoramiento del equilibrio, ya que dicha capacidad se deteriora en las personas que han perdido la vista o padecen de deficiencia visual y en el peor de los casos como en las personas que han nacido con ceguera o deficiencia visual. Partieron de conceptos básicos sobre la ceguera, deficiencia visual, el equilibrio y los medios para su desarrollo, hasta la propuesta de actividades para mejorar y desarrollar el equilibrio tanto estático como dinámico ya que dichas actividades están vinculadas con el desarrollo de la técnica deportiva. La tarea se facilitó por la experiencia personal anticipada (sentir la falta de percepción visual), la seguridad que se debía aplicar en la realización del movimiento inicial, luego el ejercicio y adaptación a la práctica deportiva la cual se realizó tres días a la semana y con dos horas días, el reconocimiento en diferentes terrenos como por ejemplo: canchas, césped, granito, asfalto, subidas, bajadas y terrenos

pedregosos, que generan un mejor desarrollo motriz, psicológico y sobretodo el dominio de sus segmentos corporales particularmente de las piernas, donde fue el eje de aplicación del tema de nuestra tesis como es el desarrollo del equilibrio.

Caraballo, Yate Anderson, en el año 2017, en su investigación titulada “Educación física para el mejoramiento corporal y corpóreo en la discapacidad visual” propone el desarrollo corporal y corpóreo del estudiante con discapacidad visual por medio de la disciplina de la educación física, entendiéndolo al ser desde sus dimensiones corporales y corpóreas; entiende la discapacidad como un fenómeno multifactorial que se ve trazado por lo físico, familiar, social y psicológico, el cual modifica su comportamiento según la construcción cultural y social en la que se vea envuelto, es así, que por medio de temáticas planteadas en la relación de la tendencia psicomotriz de la educación y los procesos de emocionales de la psicología, se apunta a la construcción de un ser participativo, generando procesos de inclusión en ámbitos educativos. Se enriquece abordando teorías como, desarrollo humano, modelo pedagógico, didáctico y evaluativo, dando paso a la prueba piloto, en donde se evidencia la práctica del contenido en el colegio José feliz Restrepo. Por medio de las diferentes experiencias vividas en el proyecto se puede evidenciar en primera instancia, la falta de apoyo educativo que se presta a la población con discapacidad visual, es notable falta de material y espacios para el desarrollo de la clase de educación física, además no inclusiva en su totalidad. Las personas en condición de discapacidad visual, deben conocer su cuerpo, por medio de la disciplina que se encarga de ello, la educación física es la base de desarrollo corporal y a su vez corpóreo del ser, es por esto, quien debe ser la encargada de prestar espacios de integración social, con todo tipo de población, también la educación debe presentarse igualitaria e inclusiva en espacios académicos formales, a lo cual este proyecto propuso y evidenció en el desarrollo de temáticas. Por medio de lo vivido y a través de las prácticas del presente PCP, se denota el aporte de forma positiva en el desarrollo corporal de las personas con discapacidad

visual, por medio de espacios de vivencias y experiencias que enriquecieron a los participantes. Este proyecto puede y debe ser analizado para rescatar lo mejor de él, así la educación tenga un pequeño aporte para una construcción de un currículo educativo adecuado para la sociedad, donde la igualdad sea un pilar fundamental. Para poder en realidad aportar en esta población, queda analizar y aprender de las vivencias para contribuir en un trabajo que no acaba y quedan muchas preguntas por resolver, es la hora de creer en la educación y trabajar por ella.

Viasus Sora, Diego Fernando y Cols, en el año 2016, en su investigación titulada “Programas deportivos dirigidos a personas en condición de discapacidad visual asociados a calidad de vida”, presenta la revisión y análisis de información de artículos y tesis acerca de programas para personas con discapacidad visual iniciando con la descripción del problema del cual se realiza la investigación en relación con la problemática encontrada, los objetivos planteados, los antecedentes encontrados que se relacionan con los objetivos de la monografía, su respectiva búsqueda de conceptos claves como lo son discapacidad, discapacidad visual, calidad de vida y deporte. Así mismo, la conceptualización de la metodología y el diseño metodológico implementado, interpretación de los resultados obtenidos, y por último se puede encontrar las conclusiones del proyecto. El diseño metodológico del documento se realizó a partir de una de investigación de tipo mixto con un método de investigación documental a partir del enfoque hermenéutico-interpretativo. Al terminar el proceso de recolección de datos encontraron un total de 97 documentos en donde 88 son artículos y 9 son tesis, codificados y clasificados en la rejilla de búsqueda. Teniendo en cuenta los criterios de inclusión se realizó el primer filtro en donde fueron aprobados 42 artículos para ser caracterizados. A través de la revisión caracterizaron los documentos de acuerdo a su metodología, su población, la actividad, el instrumento y su tipo de valoración; así como también se realizó un filtro en donde se analizaba en que aspectos las dimensiones de calidad de vida se encontraban aplicadas en cada una de las investigaciones. En análisis

cuantitativo encontraron que dentro de los 42 artículos aprobados se encuentra un 38% en donde la actividad que se realizó en las investigaciones fueron los programas educativos siendo la mayor estrategia asociados a calidad de vida. Así mismo, como resultados se obtuvo que España es el país en donde más se realizaron investigaciones con un 63% evidenciando que tienen mayor cobertura de estudio, mientras el segundo país con mayor porcentaje es Colombia con un 24% demostrando que a nivel nacional hay un índice ascendente de publicaciones con respecto a esta temática. En el análisis cualitativo determinaron que el artículo “Inclusión educativa de una niña sordo ciega: de la identidad al grupo, de la intención comunicativa al lenguaje” es el más completo en cuanto a las dimensiones de calidad mejorando 6(seis) de las 8 (ocho).

Alegria Barrientos, Alexandra, en el año 2016, en su investigación titulada “Estimulación adecuada para niños con discapacidad visual entre los 0 y 5 años de edad, en las dimensiones cognitiva y comunicativa”, indagan y analizan aspectos sobre la estimulación adecuada y la Discapacidad Visual (DV) en población de los 0 a los 5 años de edad; se recopila en sus páginas datos sobre las características de la población, las dificultades y habilidades a potenciar y la importancia de la estimulación desde las dimensiones cognitiva y comunicativa; de igual forma se retoman referentes como los inicios de la estimulación en Colombia y la legislación que lo hizo posible, así como los procesos que se llevan a cabo en la ciudad de Medellín en cuanto a la atención que se le brinda a esta población. El propósito de este trabajo consistió en diseñar e implementar una estrategia de estimulación adecuada para niños y niñas con DV entre los 0 y 5 años de edad, en las dimensiones cognitiva y comunicativa. Para ello fue necesario el rastreo y caracterización de los programas de estimulación adecuada ya existentes, luego se identificaron en el contexto de los jardines infantiles los procesos de estimulación adecuada en la ciudad de Medellín y finalmente se incentivó a la familia a conocer las estrategias de estimulación adecuada que potencian las habilidades de sus hijos con DV por medio de talleres. El estudio se

desarrolló bajo el paradigma cualitativo de investigación con un enfoque de investigación - acción; las técnicas utilizadas fueron el análisis documental, la observación participante, los diarios de campo y la entrevista. A partir del análisis de la información se pudo evidenciar que el conocimiento de las habilidades y particularidades de los niños y niñas es la base primordial para el diseño de programas que potencien al máximo su desarrollo, que es necesaria la capacitación de los docentes para la atención de esta población al igual que las familias son el soporte fundamental para que se lleve a cabo un proceso de estimulación como primeros educadores y primer ente de socialización

5. METODOLOGIA.

5.1 POBLACION Y MUESTRA.

La población está conformada por 7 estudiantes con Discapacidad Visual (DV), con un promedio talla de 1,58 m., y un peso de 50 kg. Para la muestra objeto de estudio se trabajó con el 100% de la población.

5.2 TIPO DE INVESTIGACION.

Esta investigación se desarrolló en el Instituto Técnico Guaimaral, sede principal, con un tiempo de ejecución de 12 semanas, con la participación de estudiantes con DV

El estudio se enmarcó en el enfoque cuantitativo e intergrupar, pues fue imprescindible la utilización de análisis estadísticos para la consecución de los objetivos propuestos. En cuanto al tipo de investigación, de acuerdo con Segura Cardona (2003) la propuesta es de tipo cuasi experimental por tratarse de la aplicación de un programa de intervención, además, es útil para estudiar problemas en los cuales no se puede tener control absoluto de las situaciones, pero se pretende tener el mayor control posible, aun cuando se estén usando grupos cuya asignación no es aleatoria.

5.3 INTERVENCION.

A 7 estudiantes DV, con un promedio talla de 1,58 m., y un peso de 50 kg. Como se observa en la tabla 1. Se aplicó el siguiente test en las mismas condiciones iniciales como finales.

Tabla 1. Tabla Macroantropometrica.

ESTUDIANTE	PESO	TALLA
1	59	1,65
2	42	1,63
3	55	1,53
4	45	1,55
5	63	1,58
6	57	1,60
7	29	1,50
PX	50	1,58
SD	11,9	0,1

Se diseñó y aplico una intervención de 7 semanas con una frecuencia de 2 veces por semana.

Teniendo en cuenta la estabilidad corporal en posición de pie que tienen los estudiantes con DV, se empezó el reto de lograr que el no vidente se pueda desplazar y flotar en un medio acuático, para lo cual el trabajo empieza desde un punto básico que es la adaptación al nuevo medio en este caso la piscina. Iniciamos con:

1. Adaptación al agua.
2. Ejercicios de respiración.
3. Movimientos de brazos piernas.

4. Coordinación de los movimientos individuales de los brazos con apoyo en el borde de la piscina más el movimiento de los pies.
5. Inmersiones de la cabeza en el agua de acuerdo al movimiento exigido.

5.3.1 TEST INICIAL.

La valoración efectuada está dada de acuerdo al grado de movilidad y del grado de visión, se partió sobre la premisa de aquellas personas que pueden observar imágenes borrosas por lo tanto pueden observar en mínimo grado la línea blanca, pero cuando se realiza el movimiento de retroceso o de caminar hacia atrás dichos participantes tienen dificultad para moverse, ya que esta actividad es poco practicada o realizada en la vida cotidiana, además de que esta actividad comprende ejercicios que no se han trabajado y por ello el trabajo nuestro se inicia de cero.

Para evaluar el grado de desarrollo y mejorar el equilibrio se aplicó un test desarrollado por Ayala Morales, Ana Lucia y Quito León, Luis Andrés (2012) conformado por quince pruebas que mide el equilibrio dinámico y estático además la orientación dichas capacidades están valoradas de forma cualitativa, dicha valoración nos permitió diseñar una escala de apreciación tomando en cuenta las aptitudes y capacidades de los participantes para lo cual consideramos las siguientes variables:

- Grado de visión
- Experiencia en movilidad
- Patologías físicas
- Orientación
- Coordinación
- Agudeza auditiva
- Postura
- Estabilidad

El instrumento de valoración está compuesto por los marcadores: Malo, Bueno y Excelente.

Malo: para dar esta calificación se tomó en cuenta fundamentalmente la deficiencia del desplazamiento (movimiento en los pasos) y orientación.

Bueno: aquí se valora la experiencia de movilidad, grado de visión, coordinación y orientación.

Excelente: para dar esta calificación se tomó en cuenta todos los parámetros anteriores, pero se basa fundamentalmente en el grado de visión, experiencia de movilidad y postura.

Para evaluar el equilibrio dinámico se consideró la facilidad de movilidad y orientación en las diferentes pruebas, en cuanto al equilibrio estático se tomó en cuenta fundamentalmente la postura y la estabilidad.

La variable sexo no se la descartó ya que todos los participantes tanto hombres como mujeres partían de las mismas condiciones de movilidad y en la realización de las pruebas la diferencia era escasa entre los sexos.

1. Caminar 5 pasos hacia adelante.
2. Caminar 5 pasos hacia atrás (de espaldas).
3. Desplazarse 5 pasos hacia la derecha.
4. Desplazarse 5 pasos hacia la izquierda.
5. Orientarse mediante la voz y caminar 5 metros.
6. Caminar 3 metros sobre una tabla ubicada en el piso.
7. Subir gradas sin apoyarse en el bastón.
8. Bajar gradas sin apoyarse en el bastón.
9. Pasar obstáculos sencillos en un trayecto de 10 metros.

10. Saltar alternando sobre un pie durante 3 segundos.
11. Elevar la pierna derecha hacia atrás inclinando el cuerpo hacia adelante con los brazos extendidos en sentido horizontal (paloma).
12. Elevar la pierna izquierda hacia atrás inclinando el cuerpo hacia adelante con los brazos extendidos en sentido horizontal (paloma).
13. Elevar una pierna luego la otra, recogiénola lentamente de modo que una de las piernas sea el punto de apoyo (derecha).
14. Elevar una pierna luego la otra, recogiénola lentamente de modo que una de las piernas sea el punto de apoyo (izquierda).

5.3.2 ACTIVIDADES

ORIENTACIONES PREVIAS PARA EL PERSONAL DE LA INSTALACIÓN

ORIENTACIONES DIDÁCTICAS:

Antes de comenzar la actividad, es necesario que el personal de la instalación, que en algún momento vaya a estar en contacto con la persona ciega, tenga una serie de informaciones que, aunque parezcan obvias, son de vital importancia para el desarrollo de la actividad.

En la ficha aparecen unas orientaciones que, pudieran servir, pero que también pudieran ser otras, dependiendo siempre tanto de las personas como del tipo de instalación y sus normas.

En un mundo de información casi exclusivamente visual, en el caso de las personas ciegas, no se puede dar por supuesto un conocimiento sobre una información que no se le haya explicado previa y directamente.

Cuando le demos información de tipo motriz o espacial, debemos tener en cuenta que, para este tipo de información, estas personas tienen un nivel de procesamiento más lento que las videntes, por lo que, en el caso de nuevos



aprendizajes de movimientos o itinerarios, la repetición y la paciencia, son dos estrategias muy apreciadas.

La natación, es una actividad cuyas estrategias de enseñanza aprendizaje, se transmiten fundamentalmente mediante información de tipo visual. El tener una persona ciega como usuario de la piscina, no quiere decir que abandonemos este canal de información, pero sí que lo apoyemos con el auditivo y/o el cinestésico, cuando la ocasión lo requiera.

La persona ciega es la mejor fuente de información sobre ella misma. Está muy acostumbrada a vivir en un mundo de videntes y conoce nuestras deficiencias; en caso de duda, y aunque sean cuestiones que nos pudieran parecer obvias, no temas preguntarle.

DQS is member of:



Prueba de rangos con signo de Wilcoxon

Z	-	-2,530 ^b	-2,460 ^b	-2,428 ^b	-2,070 ^b	-2,271 ^b	-	-2,449 ^b	-2,000 ^b	-2,449 ^b	-2,428 ^b	-2,428 ^b	-2,646 ^b	-2,000 ^b
	2,428 ^b						2,428 ^b							
Sig. asintótica (bilateral)	,015	,011	,014	,015	,038	,023	,015	,014	,046	,014	,015	,015	,008	,046

a. Prueba de rangos con signo de Wilcoxon

b. Se basa en rangos negativos.

7. DISCUSION.

El desarrollo y mejoramiento del equilibrio, han generado la estabilidad corporal del DV y no vidente, se observó que cada movimiento trabajado ha permitido realizar acciones motrices con mayor seguridad y destreza. Con los ejercicios enfocados hacia el desarrollo y mejoramiento del equilibrio el desplazamiento corporal se realiza de manera fluida y eficiente, como lo plantea AYALA, A. (2012) ya que dichos ejercicios permiten mantener el cuerpo con elevación de uno u otro lado de los miembros inferiores en un balanceo más sostenible si se comparara con los del inicio de la investigación.

De acuerdo con lo plantea AYALA, A. (2012), las actividades se facilitaron por la experiencia personal anticipada (sentir la falta de percepción visual), la seguridad que se debía aplicar en la realización del movimiento inicial, luego el ejercicio y adaptación a la práctica deportiva la cual se realizó tres días a la semana y con dos horas días, el reconocimiento en diferentes terrenos, que generan un mejor desarrollo motriz, psicológico y sobretodo el dominio de sus segmentos corporales particularmente de las piernas, donde fue el eje de aplicación del tema de nuestra tesis como es el desarrollo del equilibrio.

Con diferencia al trabajo desarrollado por los autores AYALA, A. (2012), Caraballo, Yate Anderson, (2017) y Viasus Sora, Diego Fernando y Cols,

(2016), los resultados obtenidos en este trabajo de investigación, muestra una evolución altamente significativa en cada una de las variables medidas, justificándose porque la población objeto de estudio, no había tenido ninguna estimulación a priori en las cualidades coordinativas, específicamente en el equilibrio, conllevando la importancia de dicha estimulación a este tipo de población.

8. CONCLUSIONES.

Todos los ejercicios propuestos han contribuido a mejorar la movilidad tanto en los escenarios deportivos como en el medio social habitual, ya que pudimos observar que los no videntes suben y bajan lugares no accesibles como gradas u obstáculos parecidos sin necesidad de apoyo y no demuestran un balanceo desequilibrante.

Al carecer de los estímulos visuales que controlan los músculos erectores de la cabeza y espalda, esto ocasionó que se nos dificulte mucho el proceso de enseñanza y aplicación de los ejercicios sobre el agua (natación), pero se logró el equilibrio y coordinación del cuerpo para mejorar el desplazamiento del no vidente en el agua.

El desarrollar y mejorar el equilibrio con los ejercicios propuestos permitió que los no videntes puedan realizar movimientos hacia adelante, atrás y desplazamientos laterales con mayor facilidad lo cual permitió lograr completar movimientos fluidos y con seguridad.

9. RECOMENDACIONES.

Es recomendable profundizar en el estudio con poblaciones en condiciones especiales particularmente en nuestra carrera, ya que en las diferentes áreas de la educación se cuenta con profesionales capacitados, por lo que es el momento que la oferta educativa de las diferentes universidades sea la

formación de profesionales en educación especial, dejando lado la Educación Física tradicional , además que en el área de Cultura Física no existen personas lo suficientemente capacitadas y tampoco las universidades brindan una formación lo suficientemente solida sobre el área de Cultura Física Especial.

Es necesario entonces, involucrarse en el área especial y conocer la problemática y de esta manera buscar soluciones de acuerdo a las necesidades de los educandos ya sea con material didáctico o con metodología.

10 REFERENCIAS.

Alegría Barrientos, Alexandra, en el año 2016, en su investigación titulada “Estimulación adecuada para niños con discapacidad visual entre los 0 y 5 años de edad, en las dimensiones cognitiva y comunicativa”

Ayala, A. M & Cols. (2012). “Desarrollo del Sentido del Equilibrio como Factor para el Mejoramiento de la Condición Física de los no Videntes de la Sociedad de no Videntes Del Azuay (Sonva).

Caraballo, Yate Anderson, (2017), en su investigación titulada “Educación física para el mejoramiento corporal y corpóreo en la discapacidad visual”

CIF (clasificación internacional del funcionamiento, de la discapacidad y de la salud) OMS (2001)

Comité Paraolímpico Colombiano y el Instituto Nacional para Ciegos (INCI 2016).

Contreras (1998)

García y Fernández (2002)

González, L. (1990).

Martínez y Núñez (1980)



Ministerio de Salud de Colombia, “ANÁLISIS DE SITUACIÓN DE SALUD VISUAL EN COLOMBIA”, (2016). Convenio 519 de 2015.

Mosston (1972).

Muska Mosston (1968)

Organización Mundial de la Salud (OMS 2016)

Organización nacional de ciegos Españoles (ONCE 2016).

Picq y Vayer (1977) y Linares (1987).

Quirós y Schrager. (1979).

Segura Cardona (2003)

Urzanqui 1993.

Viasus Sora, Diego Fernando y Cols, en el año 2016, en su investigación titulada “Programas deportivos dirigidos a personas en condición de discapacidad visual asociados a calidad de vida”.

Villegas, A. (1997)