

2022, Dec

# METODOLOGÍA DEL PROGRAMA DE APRENDIZAJE REPORT



**PHYS**ic**AL**



Cofinanciado por  
la Unión Europea

Ana Paula Carvalho  
Eugenio Sánchez Redondo  
Marta Badía

## Índice

1. Introducción.....	2
2. Creación de Contenidos y Experiencias.....	3
3. Conclusión.....	6

**PhysicAL:** Physical Activity for Inclusive Healthy Lifestyle

## 1. Introducción

El método de enseñanza es de descubrimiento guiado, donde se asigna a los profesionales una serie de tareas que intentan resolver y discutir posteriormente. De esta forma, los educadores pueden desarrollar habilidades y destrezas prácticas, así como adquirir nuevos conocimientos, métodos y estrategias como herramienta para mejorar sus prácticas profesionales para una actividad físico-deportiva inclusiva.

Asimismo, se utilizará como metodología el aprendizaje colaborativo en el que se reunirán participantes con diferentes niveles de destrezas y habilidades para realizar las tareas programadas (por ejemplo, elaboración de videos, material adaptado, etc.). En otras palabras, los participantes en el programa de formación son agentes activos en la construcción del conocimiento, y no meros receptores. En este sentido, este procedimiento permite incentivar a todos los participantes a contribuir activamente al proceso docente desde sus propias experiencias profesionales. En definitiva, estas metodologías participativas utilizan una variedad de técnicas para el proceso de aprendizaje, considerando a cada participante como un agente de este proceso.

Las técnicas utilizadas para lograr estos cambios en la autoeficacia de los docentes son la información, tanto directa como indirecta, la simulación a través de actividades prácticas y experimentadas, el contacto directo con personas con discapacidad y las adaptaciones/modificaciones de las diferentes actividades físicas y deportivas, teniendo en cuenta la diversidad y las necesidades de apoyo de las personas con discapacidad.

Tras la formación de contenidos teóricos y técnicas para el acceso a la actividad físico-deportiva de las personas con discapacidad, el profesorado aplicará lo aprendido a su aplicación práctica. Con esta metodología se pretende fomentar la autonomía e iniciativa del profesor para alcanzar un alto nivel de autoeficacia y competencia para abordar la enseñanza de la actividad físico-deportiva con personas con discapacidad.

La formación se realizará de forma presencial para profesionales que puedan desplazarse a una zona de influencia cercana. Al habilitar también la formación online, se facilitará el acceso a los educadores interesados en la acción formativa. En la primera opción, el facilitador o guía experto orientará personalmente a los distintos grupos de trabajo integrados por una representatividad de distintas perspectivas de enseñanza-aprendizaje; profesionales que están directamente involucrados en el trabajo con personas con discapacidad, personas con discapacidad que también pueden ser deportistas y expertos en el contenido a desarrollar.

## **2. Creación de Contenidos y Experiencias**

La evaluación de línea de base con el correspondiente análisis de las necesidades formativas expresadas por los profesionales en España y Portugal ha permitido una Matriz específica de competencias para la actividad física inclusiva. Una vez identificadas las necesidades formativas, la actividad 2 del proyecto consiste en la puesta en marcha del programa formativo mediante el desarrollo de contenidos formativos y una metodología específica accesible a través de la plataforma online AVIVA.

Con la identificación de estos hallazgos de la evaluación de línea de base, se crearán diferentes contenidos de aprendizaje para cubrir las necesidades y vacíos de conocimiento en relación con la intervención; material teórico de aprendizaje para adquirir las habilidades necesarias para introducir o mejorar la práctica de la actividad física y el deporte en la vida diaria de las

personas con discapacidad, así como contenidos de actividad para llevar a cabo las demostraciones desarrolladas en la siguiente actividad del proyecto.

Los contenidos del programa se basan en seis competencias básicas: (1) conocer conceptos básicos en el campo de la discapacidad; (2) formar profesionales para la actividad físico-deportiva en personas con discapacidad; (3) adquirir conocimientos básicos sobre técnicas y tácticas de los diferentes deportes adaptados; (4) capacitar para planificar y desarrollar actividades físicas inclusivas y adaptadas; (5) crear recursos de apoyo y (6) capacitar para planificar y desarrollar actividades físicas inclusivas y adaptadas. (Cuadro 1, columna 1)

Cada uno de los bloques formativos se centran en los siguientes aspectos centrales relacionados con la discapacidad y la práctica físico-deportiva. La Tabla describe los objetivos y bloques de formación (1) paradigma de discapacidad actual; (2) personas con discapacidades; (3) generalidades sobre la actividad físico-deportiva; (4) deporte para personas con discapacidad; (5) información sobre recursos y elaboración de material. (Cuadro 1, columna 2)

Tabla 1 - Contenidos del programa

<b>Objetivo</b>	<b>Bloques de entrenamiento</b>
1. Conocer los paradigmas actuales que sustentan las prácticas profesionales. 2. Conocer los conceptos básicos de atención a la diversidad, especialmente el paradigma inclusivo. 3. Analizar la terminología relacionada con la discapacidad.	<b>B1.</b> Aspectos introductorios 1. Modelo de Funcionamiento Humano propuesto por la OMS (2001). 2. Modelo de Calidad de Vida y Apoyo/Derechos. 3. Movimiento de Vida Independiente. 4. Educación inclusiva.



<p>4. Conocer y aplicar los principios de inclusión en educación física.</p>	
<p>1. Conocer la etiología y características de las diferentes discapacidades</p>	<p><b>B2.</b> Personas con discapacidades.</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. personas con discapacidad intelectual.</li> <li>2. personas con discapacidad física.</li> <li>3. personas con Trastorno del Espectro Autista.</li> <li>4. Personas con discapacidad visual.</li> <li>5. Personas con discapacidad auditiva.</li> <li>6. personas con altas necesidades de apoyo.</li> </ol>
<p>1. Adquirir conocimientos sobre inclusión en el ámbito de la educación física.</p>	<p><b>B3.</b> Generalidades sobre la actividad físico-deportiva.</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Actividad físico-deportiva inclusiva.</li> <li>2. La educación física en el contexto educativo.</li> <li>3. La actividad físico-deportiva en el contexto del ocio.</li> <li>4. Actividad física deportiva y promoción de la salud.</li> <li>5. Deporte adaptado.</li> </ol>
<p>1. Adquirir conocimientos avanzados sobre el deporte para personas con discapacidad y sus diferentes modalidades.</p> <p>2. Conocer los principios básicos y las pautas metodológicas para la planificación de actividades físico-deportivas.</p>	<p><b>B4.</b> Deporte para personas con discapacidad.</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Práctica deportiva en personas con Parálisis Cerebral.</li> <li>2. Práctica deportiva en personas con discapacidades del desarrollo.</li> <li>3. Práctica deportiva en personas con discapacidad visual.</li> <li>4. Práctica deportiva en personas con discapacidad auditiva.</li> <li>5. Práctica deportiva en personas con discapacidad motora (por</li> </ol>

	ejemplo, lesión medular, amputados, etc.).
<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Elaborar material de actividad físico-deportiva adaptado.</li> <li>2. Conozca los recursos en línea disponibles sobre Actividad física adaptada.</li> <li>3. Lograr mediante el trabajo colaborativo el desarrollo de los recursos.</li> <li>4. Lograr la difusión de los materiales a través del trabajo colaborativo entre profesionales.</li> </ol>	<p><b>B5.</b> Información sobre recursos y elaboración de material.</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Documentación sobre discapacidad y actividad física adaptada.</li> <li>2. Elaboración de material adaptado.</li> <li>3. Elaboración de tutoriales de actividad físico-deportiva adaptada.</li> <li>4. Elaboración de infografías para cada uno de los deportes adaptados.</li> </ol>

### 3. Conclusión

El objetivo de esta tarea es la implementación del programa *Physical Training*, con la metodología y contenidos de aprendizaje desarrollados, en un entorno online a través de la plataforma *Physical Moodle*. La implementación del programa de aprendizaje tiene como agentes destinatarios a los educadores y personal relevante en la formación y asistencia a personas con discapacidad intelectual, física y sensorial. Hay varios perfiles para esta formación; adultos profesionales o estudiantes de actividad física y deporte, terapia ocupacional, educación social, trabajo social, psicología, pedagogía, educación en general, personas con inquietudes que quieran mejorar la calidad de vida de las personas con discapacidad y que tengan actitudes positivas.

Es fundamental contar en estos grupos formativos con los aportes de las personas con discapacidad como agentes causales en comunión con los profesionales destinatarios, de esta manera obtendremos una perspectiva

real de las soluciones propuestas a las demandas formativas. El grupo está formado por personas que pertenecen a organizaciones que atienden las necesidades de las personas con discapacidad en su actividad diaria, incluyendo instituciones públicas y privadas, así como centros específicos para personas con discapacidad, centros educativos, centros ocupacionales, federaciones o clubes deportivos. Con esta actividad se conseguirá el pleno desarrollo del programa de aprendizaje mediante el diseño de una metodología de aprendizaje, la creación de contenidos específicos y la implementación del programa de aprendizaje en un entorno presencial y online. Estos resultados llevarán a cabo la formación práctica y la definición de buenas prácticas en las siguientes actividades.

En particular, como resultado de la creación del programa de aprendizaje, la actividad 2 promoverá un cambio de actitud en las PCD hacia la práctica de actividades físicas y la superación de desafíos de aprendizaje a través de la práctica deportiva. También promoverá la autodeterminación y la motivación a través de una formación adaptada individualmente, debido a la experiencia adquirida por los profesionales con los contenidos desarrollados. Por último, también formará profesionales del sector con competiciones deportivas y de práctica física inclusivas y creará equipos de trabajo multidisciplinares en el seno de las organizaciones de personas con discapacidad.



