

## PROYECTO "CAMINO ADAPTADO A TOKYO 2020": LLEGANDO A LA INCLUSIÓN SOCIAL DESDE EL GRUPO ESPECÍFICO

### PROJECT "AN ADAPTED PATH TO TOKYO 2020": GETTING TO SOCIAL INCLUSION FROM SPECIFIC GROUPS"

Neus Carol Gres  
Fundació Aspace Catalunya  
ncarol2@xtec.cat

#### RESUMEN

Cuando los grupos de asistentes a la práctica deportiva están formados por personas con perfiles heterogéneos de discapacidad, entramos a considerar el trato a la diversidad dentro del grupo específico de usuarios de igual manera que se hace en la inclusión educativa, adaptando las tareas, las propuestas metodológicas, facilitando la participación y añadiendo actividades sensoriales para aquellos participantes que lo requieren.

"Camino adaptado a Tokyo 2020" es el proyecto de actividad física adaptada que el servicio de deportes de la Fundació Aspace Catalunya propone a sus usuarios inmediatos: un total anual de 226 personas con parálisis cerebral que realizan a lo largo de todo el año actividad física con regularidad semanal. El proyecto presenta un modelo a seguir planificado a 4 años vista.

Como servicio transversal, al diseñar las actividades tenemos en cuenta las diferentes perspectivas que sobre la persona tienen las áreas terapéuticas y ocupacionales de los centros. El servicio de deportes presenta un enfoque básico de carácter socioeducativo en el que la actividad física y el deporte son las herramientas.

En este artículo desarrollaremos el modelo del proyecto, que actúa de forma paralela a varios niveles: usuarios, comunidad educativo-asistencial y entorno, tratando de dar cada vez más visibilidad al colectivo a través de actividades inclusivas.

**Palabras clave:** inclusión, pluridiscapacidad, visibilidad, metodología, grupo específico, parálisis cerebral

#### SUMMARY

When the groups of users attending the sports practice are formed by people with heterogeneous disability profiles, we go on to consider the treatment of diversity within the specific group of users just as we do in the case of educational inclusion, adapting tasks and methodological proposals, favouring participation and including sensory activities for those participants who need them.

"An adapted path to Tokyo 2020" is the adapted physical activity project that the Sports Service of Fundació Aspace Catalunya proposes to its immediate users: an annual total of 226 people with cerebral palsy who practice physical activity regularly every week throughout the year. The project presents a model to follow, planned for 4 years.

As a cross-sectional service, when designing the activities, we take into account the different perspectives that the therapeutic and occupational areas of the institutions have on the person. The sports service has a socio-educational basic approach in which physical activity and sports are the tools.

In this article we will expound on the model of the project, which works simultaneously on several levels such as the users, the educational-healthcare community and the environment, trying to give more and more visibility to this collective of people by means of inclusive activities.

**Keywords:** inclusion, multiple disabilities, visibility, methodology, specific group, cerebral palsy.

#### Introducción

##### Aspace y la parálisis cerebral

La razón de ser de la Fundación Aspace Catalunya es la atención integral a las personas con parálisis cerebral y otras patologías del desarrollo, así como a sus familias. Esta atención tiene un carácter multidisciplinar y abarca los ámbitos de la salud, educativo y social, a lo largo del ciclo vital de las personas atendidas. También contribuye a desarrollar su proyecto de calidad de vida, al tiempo que promueve su inclusión como ciudadano de pleno derecho, desde su compromiso ético, mediante apoyos y oportunidades. (1)

La parálisis cerebral es una discapacidad producida por una lesión en el cerebro sobrevinida durante la gestación, el parto o durante los primeros años de vida del niño. Generalmente, conlleva una discapacidad física que afecta al tono muscular, a la movilidad y a la postura de la persona, limitando su actividad. Pero también puede ir acompañada de una discapacidad sensorial y / o intelectual.

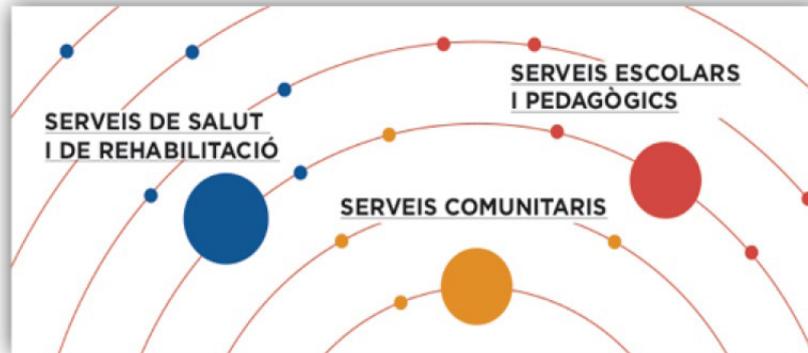
La lesión puede afectar otras funciones, como la atención, la percepción, la memoria, el lenguaje y el razonamiento. Estas afectaciones dependerán del tipo, la localización, la amplitud y la disfunción del daño neurológico, así como por el momento en que se éste se produce. Este daño neurológico repercute en el proceso madurativo del cerebro e interfiere en el desarrollo del Sistema Nervioso Central, y, por tanto, en el desarrollo global del niño.

El grado en el que esta discapacidad afecta a cada persona es diferente, y viene determinado por el momento concreto en que se produjo el daño cerebral. Así, podemos encontrarnos con personas que conviven con una parálisis cerebral que apenas es perceptible, desarrollando una vida totalmente normal, frente a otras que precisan del apoyo de terceras personas para realizar las tareas más básicas de su vida diaria.

Es muy importante saber que la parálisis cerebral no se puede curar. Es una discapacidad permanente e inmutable.

Puesto que no es una enfermedad, no requiere de ningún tratamiento, ni farmacológico ni terapéutico. Sin embargo, los síntomas de esta discapacidad sí pueden ser tratados, especialmente desde tres áreas fundamentales, que componen la cartera de servicios de la entidad:

1. Salud y rehabilitación (logopedia, fisioterapia, estimulación sensorial...)
2. Apoyos pedagógicos (tanto en la escuela de educación especial como en todos los demás ámbitos de aprendizaje de los centros ocupacionales, centro de día y residencia)
3. Servicios comunitarios (en la que se aplican las habilidades adquiridas en los ámbitos terapéuticos al entorno social, en lo posible: talleres, servicio de ocio y respir, servicio de deportes...)



Para más información, consultar el siguiente link: <http://aspace.cat/>

**El servicio de deportes** de Fundació Aspace Catalunya se engloba en el **área de servicios comunitarios**. Es un equipo innovador, creativo y comprometido con las personas a las que atiende. Está formado 9 técnicos, licenciados y graduados en ciencias de la actividad física y el deporte, técnicos superiores en actividades físicas, expertos en actividad acuática adaptada, maestros de educación física, un técnico con formación base de fisioterapia y un auxiliar. Liderado por una persona licenciada en INEF, especialista en Actividad Física Adaptada e Inclusión.

El servicio de deportes atiende actualmente a 226 personas con parálisis cerebral.

#### Antecedentes del servicio de deportes

Desde finales de 1970 la apuesta por la actividad deportiva a través de la natación y el atletismo fue el motor de una primera etapa de trabajo luchando por la visibilidad del colectivo y por sus derechos como deportistas; el entrenamiento, el compromiso, los viajes, la relación social que implican las competiciones deportivas...eran y son, herramientas que contribuyen a la integración social y al mantenimiento físico de las personas con parálisis cerebral.

En 1984 se constituyó el Club deportivo Aspace; creció logrando un gran desarrollo deportivo y muy buenos resultados hasta la participación en los Juegos Olímpicos de 1992. Este evento deportivo conllevó la creación de nuevas secciones deportivas, como el ciclismo, el fútbol, el esquí de fondo...incluso experiencias de senderismo en ruta, como "la vuelta a Formentera".

En 2012 diversas razones llevaron a la extinción del club deportivo. A partir de ese momento, la actividad deportiva dejó de tener su reflejo en la competición. El proyecto del servicio deportivo mantuvo la actividad acuática para adultos y los deportes de atletismo y fútbol net escolares en diferentes instalaciones deportivas de la ciudad.

Con la construcción y la inauguración del Centro Integral Montjuic (CIM) en 2014 se abre una nueva etapa, que centra su actividad físico-deportiva en sus propias instalaciones, con la expectativa de atender a los 45 futuros usuarios de la residencia del CIM, los 90 alumnos y alumnas de la escuela de educación especial Aspace y los 120 usuarios de los centros de terapia ocupacional externos.

A nivel pedagógico, en 2015 se inicia un "deporte para todos" en el ámbito escolar. Este proyecto inicia un cambio tendente a una perspectiva más cercana a la educación física, y menos deportiva, con el objetivo de abarcar a toda la población, tanto escolar como adulta, en una actividad física inclusiva en medio terrestre, además de la que se venía ya haciendo en el medio acuático. Coincide en el tiempo con la participación de dos alumnos de la escuela de educación especial Aspace en el proyecto inclusivo "Juguem" (JUGUEMOS) en horario extraescolar, impulsado por el grupo de estudio "La educación física y la inclusión del alumno con discapacidad" del ICE de la Universidad de Barcelona y el apoyo explícito del IBE (Institut Barcelona Esports) del Ayuntamiento de Barcelona. En este proyecto, el servicio de deportes de Aspace colaborará en la ejecución y seguimiento del proyecto con dos profesionales hasta 2018, año en que el IBE publica las conclusiones del trabajo pedagógico en una guía de recursos para orientar en la inclusión sin límites. <http://aspace.cat/ca/presentacio-de-la-guia-de-recursos-1-2-3-juguem-1>

Es también el año de la participación en grandes eventos deportivos solidarios, como la "Trail Walker", que tendrá continuidad.

**Actualmente**, el servicio de deportes da servicio a un total de 226 usuarios, con edades comprendidas desde los pocos años de vida (parvulario escolar) hasta los 60 que tienen nuestros usuarios más longevos. (De centros ocupacionales y residencia). Pasan semanalmente por la piscina unas 120 personas diferentes, y por el pabellón deportivo, unas 50.

#### **Momento actual:**

En 2016, con la herencia de un eje de animación de verano basado en los juegos olímpicos y paralímpicos de Rio de Janeiro, se pone en marcha un proyecto a 4 años vista con ambición de ser un ser modelo de trabajo.

El nombre del proyecto, "CAMINO ADAPTADO A TOKYO 2020", se debe a la conveniencia de planificar periodos de trabajo a medio y largo plazo. El ritmo y evolución de nuestros usuarios es lento y el tiempo largo es un factor necesario para fijar aprendizajes, experimentar vivencias e interiorizarlas. Los 4 años que van de unos Juegos Olímpicos a otros nos parecieron una temporización adecuada para programar objetivos, establecer sinergias duraderas y valorar resultados.

Establecer un proyecto a 4 años vista permite:

- Dar estabilidad presupuestaria al servicio y actividades.
- Programar actividades continuistas, y consolidarlas pedagógicamente.
- Plantear retos de innovación educativa, investigar en metodologías y material, contemplando la participación de las personas con mayores dificultades.
- Recuperar actividades divulgativas que ya se habían hecho anteriormente mostrando los deportes paralímpicos específicos en los centros educativos, de forma que sean los propios usuarios los protagonistas y dando valor tanto a su presencia como a su actividad.
- Tejer una estructura inclusiva con entidades externas.
- Promover, desde el servicio de deportes, la formación de voluntarios y profesorado novel en calidad de prácticas, u otros formatos posibles.
- Evaluar el impacto generado en los 4 años de cada proyecto para generar el siguiente.

La mayoría de las actividades se realizan en las instalaciones del Centro Integral Montjuic, que cuenta con piscina terapéutica y pabellón deportivo. Si bien perdemos presencia en instalaciones municipales de la ciudad, ganamos en la optimización de los recursos humanos y en el número de horas de práctica que se puede ofrecer a los usuarios. Sin embargo, no debemos perder de vista que el objetivo final es que añadan a la práctica que realizan en el centro, la suya propia.

Cada ciclo de 4 años tiene un eje conductor a largo plazo. En cada uno se da cabida a la actividad física básica de la entidad, a las actividades de cohesión colectiva y a las actividades inclusivas, orientadas al exterior, que den visibilidad al colectivo.

Los objetivos generales de la actividad física para los usuarios atendidos en Aspace son:

- Desarrollar y mantener las habilidades físicas y psíquicas individuales de los participantes a través de la actividad deportiva adaptada, para gozar del tiempo libre con la actividad física.
- Estimular la participación de nuestros usuarios con actividades físico-deportivas fuera de la entidad.
- Crear vínculos entre las personas que practican deporte y las que practican deporte adaptado.
- Potenciar la autonomía personal, ayudando así a mejorar la calidad de vida.

### El proyecto "Camino adaptado a Tokyo 2020":

Como **proyecto cíclico** se trabaja de forma paralela a varios niveles: usuarios, comunidad educativo-asistencial y entorno, tratando de hacer visible al colectivo a través de actividades físicas inclusivas.

A nivel **divulgativo**, el servicio de deportes participa en la redacción de artículos en las diversas revistas de la entidad y haciendo entradas regulares en la web de Aspace, el blog de la escuela y en las webs de los centros con los que colabora.

Este proyecto tiene como **eje conductor** la construcción de un Juego de mesa de divulgación del deporte adaptado y de la comunicación alternativa y aumentativa. Coordinado desde el servicio de deportes, el juego se está construyendo de forma colaborativa entre los usuarios, los profesionales de los centros ocupacionales y el alumnado de centros educativos de secundaria, dirigidos por sus profesores de educación física. Esperamos contar, para su última fase, con la colaboración de la Federació Esportiva Catalana de Paralítics Cerebrals (FECPC).

Amparándonos en tres de las **corrientes pedagógicas** actuales de la **educación física**, el **aprendizaje basado en el juego**, la **gamificación** y el **aprendizaje cooperativo**, la dinámica del juego de mesa vertebrará el conjunto de actuaciones del servicio de deportes, desde la actividad regular semanal hasta las actividades puntuales externas que se van y se irán sucediendo a lo largo de los cuatro años, a medida que el proyecto avance. Esta dinámica da coherencia al conjunto de los subproyectos o actividades.

El servicio de deportes, como servicio transversal, trabaja regularmente con todos los usuarios de la escuela, de los centros ocupacionales y de la residencia del CIM, a través de la actividad acuática y con la actividad de "deporte para todos" en el medio terrestre, a modo de "paquete básico" de actividad.

Las actividades o subproyectos son:

1. EXTRAQ: Es el paquete básico de la entidad, de actividad física semanal. EXTRAQ son las siglas de deporte para todos y actividad acuática. Aplicamos los principios del aprendizaje basado en el juego, la gamificación y aspectos del aprendizaje cooperativo en la actividad del deporte para todos, e innovamos para socializar en la actividad individualizada de la actividad acuática.

Para su diseño, actuamos con los profesionales de referencia de los usuarios para compartir conocimientos y acordar objetivos transversales.

Hay que decir que la actividad acuática es la actividad estrella de la entidad, con una dedicación horaria muy amplia (21 turnos semanales de 45 minutos cada uno) y una ratio de 1 profesional para cada usuario.



2. ACTIVIDAD FÍSICA ESCOLAR: Basada en el juego y la exploración sensorial, busca suplir la educación física curricular, tanto en el agua como en el medio terrestre.



<http://aspace.cat/ca/la-piscina-del-c1>



3. JORNADAS de cohesión "FEM EL CIM" (SUBAMOS LA CIMA)" : (juego de palabras con las siglas del Centro Integral Montjuic): equipos formados por usuarios y trabajadores de diferentes centros participan en una jornada de cohesión de la comunidad educativo-asistencial a través de actividades físicas recreativas e inclusivas en las instalaciones del CIM (aulas, espacios deportivos, pasillos, terrazas...). Se realiza una vez al año.



<http://aspace.cat/ca/gimcana-esportiu-al-cim-montjuic>

4. ITINERARIOS DEL CIM: Diseño de 4 itinerarios pedestres libres de barreras arquitectónicas en los alrededores del CIM de Montjuic, de forma que sean accesibles para los usuarios y sus familias. Para ello se parte de un informe previo que han elaborado los propios usuarios del CIM sobre las barreras arquitectónicas que existen en los alrededores.

5. INTERCAMBIOS: son encuentros regulares de actividad física inclusiva con alumnado de centros educativos de secundaria, quienes, en otro momento del curso o del ciclo, nos reciben a nosotros preparando sus alumnos una jornada de juegos inclusivos.



<http://aspace.cat/ca/intercanvi-amb-lescola-mediterrania-de-viladecans-6e-b> <http://www.institutmestres.com/8676-2/>

6. **CATAS DEPORTIVAS**, jornadas puntuales de deportes que no pueden proponerse de forma habitual en el CIM (hoquey, rugby, hípica, ciclismo...), salidas a la playa en verano, práctica de paddle surf...



<http://aspace.cat/ca/torneig-destiu-al-cim>

7. **COLABORACIÓN EN LA FORMACIÓN PRACTICA DE TECNICOS DEPORTIVOS** y en la de los voluntarios, figuras clave en nuestra organización.



<http://aspace.cat/ca/intercanvi-del-servei-desport-amb-apradis>

A continuación, pasamos a describir el juego de mesa "camino adaptado a Tokyo", para entender las dinámicas que se han ido diseñando en los ejes de animación del deporte para todos, en coherencia con la del juego.

### El juego de mesa "Camino Adaptado a Tokyo 2020"

Este es un juego de mesa a base de preguntas y respuestas, al estilo del muy conocido Trivial Pursuite. Las preguntas y respuestas versan sobre la estructura y el reglamento del deporte adaptado, el concepto de barreras, el conocimiento de material deportivo y los buenos hábitos en actividad física y deportiva. Al tiempo que se juega, se aprenden los rudimentos de la comunicación aumentativa, puesto que muchas de las preguntas también están "traducidas" en iconos y símbolos. Hemos tomado de referencia una idea similar que se llevó a cabo para la divulgación del deporte en general, previo a los juegos olímpicos de Beijing 2008. (2)

Se juega sobre tres posibles tableros, basados en los deportes más conocidos y practicados por las personas con parálisis cerebral: la Boccia, el Slalom y el Atletismo. Cada tablero está dividido en casillas. Cada tablero supone un nivel de dificultad o de estrategia diferente.



El azar, con un dado, determina sobre qué casilla cae la ficha del jugador, y qué pregunta debe contestar. En caso de acierto, y, en función del tablero de juego, puede:

- Volver a tirar y avanzar de nuevo (tablero de Atletismo). Finaliza el juego cuando un equipo de 4 relevistas (participantes) consigue completar 4 vueltas a la pista (4x400).
- Decidir la dirección del avance de la ficha, que tiene relación con el juego real, su estrategia y su reglamento (tablero de Boccia). Finaliza el juego cuando se han movido las 6 fichas de bolas, igual que en el deporte real.
- Avanzar por el tablero, determinando el azar del dado si se penaliza por choques con los obstáculos, como sucede en la realidad (tablero de Slalom).

Las preguntas están divididas en 4 categorías y marcadas en color:

1. ¿CÓMO SE LLAMA...? con la fotografía y / o el pictograma de un material deportivo o la descripción de un gesto deportivo, se debe adivinar el deporte o disciplina al que pertenece.

Por ejemplo: ¿A qué deporte y disciplina pertenece esta imagen? a) Lanzamiento de barra de culturismo. b) Lanzamiento de jabalina de atletismo. c) Lanzamiento de caza mayor.



2. ¿VERDAD O MENTIRA? Se expone una afirmación o una negación que el jugador tiene que dar como verdadera o falsa.

Por ejemplo: En la Boccia se juega con 6 bolas blancas y 6 bolas azules. -->Falso, falta la bola blanca, a la que hay que acercar las bolas con las que uno juega y que vertebraba el juego.

3. PREGUNTAS DE CULTURA GENERAL. Son preguntas sencillas con relación al movimiento olímpico y paralímpico en general. Puede tocar temas de ranking de países ganadores en un deporte determinado, nombres de atletas, comparación entre resultados olímpicos y paralímpicos, clasificaciones funcionales, barreras arquitectónicas, barreras a la comunicación, preguntas sobre el dopaje, hábitos saludables para un deportista, etc.

Se podrán plantear de forma abierta o multi-respuesta. Abierta: cuando se puede contestar con las palabras propias; Multi-respuesta: se plantean tres respuestas posibles y se debe elegir una.

Por ejemplo: Las escaleras de acceso al ascensor de una vivienda, son un ejemplo de:

- a) Barrera arquitectónica b) Barrera a la comunicación c) Barrera psicológica

4. MIMICA FÁCIL. En esta categoría habrá preguntas del tipo: "adopta la postura de un lanzador de peso"; "¿Cómo se mueven los brazos en el estilo crol?"; "Busca un compañero que cierre los ojos y que adivine a través del tacto qué deporte estás representando. Tienes x intentos".

También aplicaremos la tecnología a través de códigos QR accesibles desde los teléfonos móviles o tabletas, de forma que tengamos: bancos de sonidos para adivinar (el griterío de un estadio festejando un gol)... bancos de imágenes...

#### Proceso de construcción:

**En una primera fase**, los usuarios de Aspace elaboraron preguntas y respuestas referidas al reglamento y práctica de distintos deportes. Estas se han venido utilizando ya en las jornadas de cohesión "Fem el Cim" y en las actividades creadas para la actividad de deporte para todos.

**En una segunda fase**, fueron alumnos y alumnas de varios centros educativos quienes elaboraron preguntas referidas a los deportes paralímpicos y a buenos hábitos en actividad física y entrenamiento.

**En una tercera fase**, (actual curso 2018-19) los diferentes centros se están encargando de la confección de las maquetas gigantes de los tableros de juego para que sean accesibles a nuestros usuarios, sus sillas de ruedas y sus posibilidades de prensión. El diseño de éstos y, por tanto, de la dinámica propia del juego en función de cada uno, ha sido obra del equipo técnico del servicio de deportes.

En esta fase, se adaptarán una parte de las preguntas y respuestas al lenguaje aumentativo, con la colaboración de logopedas y usuarios del CTO Badalona, CIM y CO Poblenou, y profesionales del centro de recursos adaptados (CRA). También se diseñarán los prototipos del juego que puedan ser distribuidos a centros educativos, a cargo de los diseñadores del CET (centro especial de trabajo).

**En una cuarta fase**, habrá que buscar las entidades que puedan producirlo y acordar su distribución en los centros educativos, coincidiendo con el año paralímpico 2020. En este último periodo, serían nuestros usuarios con parálisis cerebral los encargados de presentarlo.

### **Innovación pedagógica en el servicio de deportes**

En línea con la dinámica del juego de mesa, que combina conocimiento, azar, trabajo en equipo y estrategia (según el tablero sobre el que se juega), el equipo técnico de deportes hemos trabajado para transformar algunos juegos de mesa en ejes de animación basados en retos deportivos.



¿Nuestro objetivo? que los usuarios vayan familiarizándose y comprendiendo la lógica de juego del eje conductor, popularizando su práctica a nivel interno. Estos ejes rigen la actividad de "deporte para todos"

En este proyecto nos amparamos en algunas corrientes pedagógicas de la educación física: el **aprendizaje basado en el juego, la gamificación o ludificación y algunos aspectos del aprendizaje cooperativo**.

**El aprendizaje a través del juego** "centra su acción alrededor de uno o varios juegos sobre el que se construyen los aprendizajes a través de la modificación de sus condiciones originales". En esta corriente, el grupo juega desde el principio. En esta corriente se enmarcan los ejes de animación de "La oca deportiva", "Las escaleras" y "Una aventura en el circuito de slalom".

**La Gamificación** "es una técnica de aprendizaje que traslada la mecánica de los juegos al ámbito educativo-profesional con el fin de conseguir mejores resultados, ya sea para absorber mejor algunos conocimientos, mejorar alguna habilidad, o bien recompensar acciones concretas, entre otros muchos objetivos". Aquí enmarcamos el eje de "Los retos de la Boccia" y "Héroes de Aspace contra villanos".

**Aprendizaje cooperativo:** "El AC se define como aquella situación de aprendizaje en las que los objetivos de los participantes se hallan estrechamente vinculados, de tal manera que cada uno de ellos sólo puede alcanzar sus objetivos si y sólo si los demás consiguen alcanzar los suyos." En todos nuestros ejes de animación los retos cooperativos están presentes, a través de la dinámica del juego de mesa.

Nuestros grupos de usuarios son heterogéneos y las actividades se estructuran para que se garantice la interacción y cooperación de los usuarios. Pensamos que esa diversidad también lleva a cada uno a dar lo mejor de sí para ayudar al compañero además de poder disfrutar y esforzarse en la actividad. A menudo pactamos roles de ayuda y otras responsabilidades dentro del grupo.

Existen dificultades comunicativas y de participación; a veces, por la dificultad de abstracción de la consigna... a menudo, porque además del trastorno motriz derivado de la parálisis cerebral, también existe una afectación sensorial (ceguera, sordera...) o intelectual.

Utilizamos formas diversas de estimulación sensorial (táctil, kinestésica o vestibular) que puedan usarse dentro de la resolución del reto junto a sus compañeros. También contamos con el conocimiento mutuo de éstos a la hora de afinar en la interpretación de gestos, sonrisas y muecas.

Para comprender lo que supone de innovación, hay que recordar que partíamos de un modelo basado en el entrenamiento deportivo, con agrupaciones homogéneas de personas encauzadas hacia un tipo de deporte concreto. El grupo heterogéneo obliga a generar un cambio de trabajo para llegar por igual a personas de características muy diferentes y despierta la creatividad del equipo.

*Para ampliar información, consúltense los links divulgativos de los que se han extraído la definición de los conceptos, al final del documento: (3)*

La evolución de las propuestas desde el curso 2016-17, obedece a la satisfacción con la que los usuarios participantes acogían las actividades y a partir de las cuales nos retaban a nuevos desafíos.

En todos los ejes de animación, se ha diseñado un tablero gigante, que está hecho con hojas de tamaño DIN-A 4 plastificadas y pegadas en la pared del pabellón deportivo.

En los juegos conocidos modificados, hay casillas propias del juego de mesa original (de oca a oca...y tiro porque me toca...; subo o bajo escaleras o hago la serpiente...), y otras que contienen imágenes del contenido de la actividad que realizarán: desplazamientos, juegos del mundo, lanzamientos, expresión corporal, actividad sorpresa...)

Una de las cosas que más gustaron fue la introducción del azar a través del dado (el factor sorpresa) y la posibilidad de seguir el estado "de la partida", ya que varios grupos que no se veían entre sí pero que estaban jugando a la vez, estaban identificados sobre el tablero con una foto del grupo pegada sobre la ficha.

El primer juego de mesa transformado fue el juego de "LA OCA DEPORTIVA" (4) y, más adelante, el juego de "LAS ESCALERAS". (5) Ambos ejes de animación se basan en el aprendizaje basado en el juego, y sus autores han sido Anna Nieto, Miquel Guerrero y Daniel Aragonés.



La programación de los juegos y actividades que se realizarán tiene en cuenta el azar propio del juego. Al lanzar el dado gigante, no se sabe sobre qué casilla se va a caer. Así que se han estructurado con antelación diferentes actividades físicas para la misma casilla, referidas al mismo contenido. De este modo, aunque el grupo caiga de nuevo sobre la misma casilla, la actividad que se hará será diferente. La actividad física del día está planteada como reto colectivo, o como juego tradicional, o como variante de algún deporte; pero la que toca está sujeta al resultado del dado. Siempre valorando que en propuesta posibilite la mayor participación posible de todos los usuarios del grupo, sobre todo de aquellos que tienen mayores dificultades.

En el curso siguiente, 2017-18, transformamos un deporte adaptado en juego de mesa: Se llama "LOS RETOS DE LA BOCCIA".(6) Sus autores fueron Miquel Guerrero y Pau Salvador.



La Boccia es un deporte paralímpico nacido en la federación deportiva de parálíticos cerebrales. En este caso, el grupo debía superar un reto motriz basado en algún deporte convencional que se planteaba al inicio de la sesión. El resultado obtenido permitía hacer una jugada estratégica de boccia contra el equipo contrario, al igual que en un partido de Boccia real. El equipo contrario era otro grupo de otra franja horaria. Uno de ellos jugaba las bolas azules y otro las rojas.

La jugada consiste en la realización de tres acciones:

Escoger el tipo de bola a tirar: dura o blanda.

Tirar el dado una primera vez, para decidir la estrategia potencia (cuán lejos va la bola)

Tirar el dado una segunda vez, para decidir la estrategia puntería (en qué dirección va).

El resultado del dado acaba de decidir la acción final.

Este eje está a caballo del aprendizaje basado en el juego y gamificación, con utilización principal del reto cooperativo, cuyo resultado influye en la forma de jugar sobre el tablero.

En este curso 2018-19, los compañeros Miquel Guerrero y Borja Denia han diseñado un eje de animación llamado "HÉROES DE ASpace CONTRA VILLANOS" basado en juegos de rol, y enmarcado por completo en la gamificación. Cada participante asume un personaje que ha escogido. El grupo de héroes debe superar retos motrices para impedir que los villanos (técnicos deportivos) invadan o destruyan una parte de uno de los centros de terapia ocupacional de otros compañeros, a quienes ellos conocen.

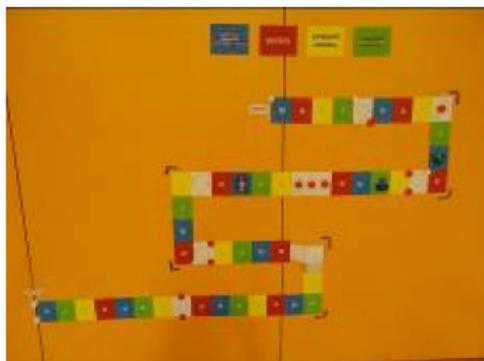
A los usuarios y profesionales de dichos centros les pedimos que elaboren un pequeño video que ilustre una situación de captura, unas emociones de angustia o miedo ante un ataque inminente...

Cuando empieza la sesión, este video da la entrada a la situación del día. Si se superan los retos, se quitan vidas a los villanos. A media sesión, los usuarios inventan un reto para los villanos, que éstos deben tratar de superar.

Por último, también en este curso 2018-19, el "WILCHI SLALOM" permite hacer una iniciación a este deporte específico. El slalom es un deporte específico en el que debe superarse un circuito de habilidad entre obstáculos en el mínimo tiempo posible. Si se toca o tumba algún elemento de los que sirve para marcar el circuito, se penaliza con tiempo extra al obtenido en la ejecución del mismo.

En el "WILCHI SLALOM" el tablero gigante está compuesto por casillas de 4 colores y elementos propios de este deporte. Si cuando se tira el dado se cae sobre una casilla de color, la actividad del día será de retos cooperativos, adivinanzas,.... o..... Si se cae sobre la casilla de

un elemento de slalom, ese día se practica ese elemento. Esta propuesta se enmarca en el aprendizaje basado en el juego. Los creadores han sido Paco Teijeiro, Luis A. Pérez, Pau Salvador y Miquel Guerrero.



### Características de los grupos y de los individuos

En las actividades que propone el servicio de deportes, los grupos siempre son heterogéneos.

Los grupos de usuarios son mixtos y de un número variable entre 8 y 12 personas. Conducen la actividad 2 técnicos deportivos, 1 auxiliar del centro de referencia y uno o más voluntarios, dependiendo de la necesidad de apoyos o soporte de los usuarios.

Nos dimos cuenta de que, en la mayoría de los casos, lo que determinaba el dinamismo de la actividad, tenía que ver con la capacidad de desplazamiento autónomo, la presión y la visión. Construimos una clasificación funcional ajustada a nuestras necesidades que catalogaba a los usuarios en 5 niveles, siendo X un usuario al que hay que propulsar, A una persona ambulante, As alguien que deambula con soporte de un andador, un bastón o una persona (tiene, pues, problemas de equilibrio), y, por fin, CM si va en silla manual y CE si va en silla eléctrica. Con ello equilibrábamos tanto la composición del grupo como la cantidad personas acompañantes y facilitadoras de la actividad. (7)

En la actividad acuática también hemos llegado a establecer una clasificación funcional, que agrupa a las personas en función de su grado de independencia en el medio acuático. Esta categoría prevé cuatro niveles, desde A-1 (menos independencia) a A-4 (más independencia). Esto permite equilibrar los grupos y determinar el número de auxiliares de soporte en los vestuarios. Los objetivos de los usuarios son individualizados, pero el objetivo del trabajo del grupo es socializador y utilitario. (8)

En los grupos escolares, se trabaja por medio del juego. Hemos determinado una estructura de sesión para los grupos de la escuela de educación especial Aspace, con actividades diferenciadas si el grupo tiene un perfil más motriz o más sensorial. Esta estructura ayuda al alumnado a identificar la actividad acuática y su dinámica. Las sesiones son dinamizadas por 1 técnico deportivo. (9)

Esta diversidad hace que todas las orientaciones didácticas válidas para garantizar la inclusión de las personas con discapacidades en las actividades físicas y deportivas sean igualmente válidas en los grupos específicos, tanto en el medio terrestre como en el medio acuático.

Es necesario adaptar las tareas a cada uno; es necesario tener espacio suficiente para el paso y frenado de sillas de ruedas electrónicas, que, en la emoción de la actividad, no siempre se manejan con la pericia requerida; es preciso adaptar y modificar las normas de juego, pactarlas entre los participantes, que unos ayuden a los otros, y tener en cuenta las limitaciones cognitivas para que las actividades propuestas sean significativas.

### Conclusiones:

Hemos presentado un modelo de proyecto para trabajar con grupos en las que todos los integrantes son personas con discapacidad (lo que llamamos grupo específico), a partir de un eje conductor.

Un modelo de trabajo continuista, cuyas acciones benefician directamente al usuario con todos los subproyectos planteados.

Cuyas acciones repercuten en las esferas en las que se reconoce la inclusión social: entorno próximo, comunidad educativo-asistencial y visibilidad a través de actividades inclusivas.

El eje conductor del juego camino adaptado a Tokyo vertebrará las metodologías pedagógicas de las actividades físicas del servicio de deportes así como las interacciones entre usuarios y trabajadores de diferentes centros.

Hemos desarrollado las dinámicas innovadoras en el paquete de actividad "deporte para todos", partiendo de las corrientes actuales pedagógicas de la educación física y garantizando la participación de las personas con mayores dificultades dentro del grupo específico.

Las acciones desarrolladas repercuten sobre el entorno cercano del usuario y sobre la visibilidad del colectivo, caminando hacia la inclusión social, en conjunto con las demás acciones de la entidad:

- Se actúa con el alumnado de centros educativos de secundaria del entorno (y lejano a éste) a través de intercambios.
- Se colabora en el diseño de actividades concretas en relación con el deporte adaptado con entidades de visibilidad pública.
- Se ejecutan acciones para diseñar circuitos libres de barreras en los alrededores del CIM, con el nombre "Los circuitos del CIM", por los que después puedan pasar los usuarios independientemente, acompañados de sus familias o de voluntarios.
- Promueve la participación de las personas con parálisis cerebral en la explicación y divulgación de los deportes específicos y del juego de mesa creado.
- Refuerza la figura del voluntario como pieza clave para introducir al usuario con mayores competencias en el entorno social próximo y en actividades físicas de participación popular.
- A lo largo del ciclo introduce actividades que no pueden proponerse de forma habitual (actividades en la playa, paddle surf, hockey, hípica...)
- Se coordina con los demás servicios de la entidad, teniendo especial importancia el servicio de "lleure" (ocio y tiempo libre), que ocupa los fines de semana y periodos no lectivos, de forma que las experiencias vividas en el centro pueden traspasarse al exterior.

### **Limitaciones actuales y perspectivas de futuro**

La apuesta firme de la Fundación Aspace Catalunya es ofrecer actividad físico-deportiva a todos los usuarios que están en sus centros. Esta apuesta se refleja en la calidad del equipo técnico, formado por 9 profesionales de campos complementarios.

Las limitaciones actuales del proyecto están ligadas al frágil equilibrio económico debido a la falta de reconocimiento por parte de las grandes instituciones:

Al no contemplarse como un servicio de rehabilitación, el servicio de deportes no está concertado con el servicio de salud y no recibe ninguna partida económica directa. Aunque actualmente no hay discusión sobre el papel que la actividad físico-deportiva juega en la rehabilitación y mantenimiento físico de la persona, sigue sin dársele el reconocimiento necesario con una dotación económica.

Tampoco está concertado el servicio de deportes con el departamento de enseñanza y educación, aunque se esté asumiendo de facto la educación física escolar de la escuela especial, puesto que la figura del maestro o profesor de educación física no existe de forma explícita en la dotación de plazas docentes.

El resto de los usuarios son adultos, y en esta etapa no existe educación física, aunque se reconozca la necesidad de su práctica.

El servicio de deportes se considera complementario por parte las Instituciones de la Administración, así que tampoco está concertado con los Servicios Sociales. En cambio, son obvios los beneficios de la actividad física continuada sobre la salud, la motivación, el bienestar emocional y la sociabilidad de la persona.

Por último, al no dedicarnos a la competición deportiva, tampoco podemos optar a las partidas económicas que, a través de las federaciones, se destinan a la promoción deportiva.

Así pues, somos un servicio que depende de aportaciones privadas y cohabitamos en un limbo institucional.

Esperamos que esta situación pueda ser elevada a las personas con poder de decisión en los organismos e instituciones correspondientes, puesto que, con ello, podría generalizarse la práctica regular de actividad física en centros específicos, y facilitar el establecimiento de los nexos necesarios para favorecer e impulsar la inclusión social efectiva.

Tenemos confianza en que el decreto 187/2015, de 25 agosto, sobre el Servicio comunitario como acción educativa orientada a desarrollar la competencia social y ciudadana, así como el decreto 150/2017, del 17 de octubre de atención educativa al alumnado en el marco de un

sistema educativo inclusivo, sean puntos de apoyo sobre los que seguir trabajando para el reconocimiento formal y económico de los servicios de actividad física y deporte en los centros específicos. (10)

## Referencias

(1) Memoria del servicio de deportes 2017 <http://aspace.cat/ca/memoria>

(2) El juego "Camino a Beijing 2008" fue realizado por el Comité Olímpico Español y distribuido por la empresa Johnson & Jonhson.

(3) Diferencia entre aprendizaje basado en el juego y gamificación <https://www.youtube.com/watch?v=pGjenWHRLvY>

### Gamificación

<https://www.educativa.com/blog-articulos/gamificacion-el-aprendizaje-divertido/>

### Aprendizaje cooperativo

<https://seer.ufrgs.br/Movimento/article/viewFile/40518/28352>

<https://www.upc.edu/rima/es/grupos/giac-grupo-de-interes-en-aprendizaje-cooperativo/bfque-es-aprendizaje-cooperativo>

### Juegos cooperativos

[www.efdeportes.com/efd109/los-juegos-cooperativos.htm](http://www.efdeportes.com/efd109/los-juegos-cooperativos.htm)

### Desafíos o retos cooperativos

[https://www.researchgate.net/profile/Javier\\_Fernandez-Rio/publication/39212402\\_Desafios\\_fisicos\\_cooperativos\\_retos\\_sin\\_competicion\\_para\\_las\\_clases\\_de\\_Educacion\\_Fisica/links/561b722408ae044edbb2ab27/Desafios-fisicos-cooperativos-retos-sin-competicion-para-las-clases-de-Educacion-Fisica.pdf](https://www.researchgate.net/profile/Javier_Fernandez-Rio/publication/39212402_Desafios_fisicos_cooperativos_retos_sin_competicion_para_las_clases_de_Educacion_Fisica/links/561b722408ae044edbb2ab27/Desafios-fisicos-cooperativos-retos-sin-competicion-para-las-clases-de-Educacion-Fisica.pdf)

(4) Servei d'esports Aspace: L'oca oca esportiva. Documento de publicación interna

(5) Servei d'esports Aspace: El joc de les Escales. Documento de publicación interna

(6) Servei d'esports Aspace: Els reptes de la Boccia. Documento de publicación interna

(7), (8): Neus Carol: clasificación funcional acuática y en medio terrestre. Servei d'esports aspace, 2016. Documento inédito.

(9) Carol, N, Tur, M, Tribó, A, Nieto, A, Aragonés, D, Alda, N, Burgos, P: Estructura de sessió aquàtica per als grups escolars de perfil sensorial i motriu. Documentos de organización del servicio de deportes.(2017) Inédito.

(10) Decreto de atención educativa al alumnado en el marco de un sistema educativo inclusivo (cuadro resumen)

<http://ensenyament.gencat.cat/web/.content/home/departament/publicacions/a-cop-ull/decret-inclusiu.pdf>

### Decreto 150/2017, del 17 de octubre (completo)

[http://dogc.gencat.cat/ca/pdogc\\_canals\\_interns/pdogc\\_resultats\\_fitxa/?action=fitxa&documentId=799722&language=ca\\_ES](http://dogc.gencat.cat/ca/pdogc_canals_interns/pdogc_resultats_fitxa/?action=fitxa&documentId=799722&language=ca_ES)

Decreto 187/2015, de 25 agosto, sobre el Servicio comunitario como acción educativa orientada a desarrollar la competencia social y ciudadana.

## Bibliografía:

- Fernández-Río, J. (2017). El ciclo del aprendizaje cooperativo: una guía para implementar de manera efectiva el aprendizaje cooperativo en educación física. Retos, 32, 264-269.
- Ríos, M., Romero, R., Bonany T. Inclusión del alumnado con pluridiscapacidad mediante actividades y metodologías cooperativas Actas del 10º Congreso Internacional de Actividades Físico Cooperativas, (72- 85). Bellaterra: ICE de la UAB.
- Romero, R., Bonany, T., Burgos, P., Pinto, G., Tomàs, L. Rubio, C., Tribó, A. Martínez, J., Carol, N., Hoyas, I., Nadal, E., i Ríos, M. (coordinadora), (2016). Informe de la propuesta de un programa pionero en la inclusión de alumnos que presentan pluridiscapacidad en las Actividades físico-deportivas fuera del horario escolar. Barcelona (documento inédito).
- Velázquez, C. (Coord.) (2010). Aprendizaje cooperativo en Educación Física. Fundamentos y aplicaciones prácticas. Barcelona: INDE.
- Ríos, M, Blanco, A., Bonany, T., Carol, N. (1998) El juego y los alumnos con discapacidad. Barcelona: PAIDOTRIBO.