



UNIVERSIDAD DE VALLADOLID

FACULTAD DE EDUCACIÓN Y TRABAJO SOCIAL

GRADO EN EDUCACIÓN SOCIAL

TRABAJO FIN DE GRADO:

ANIMACIÓN TEATRAL: UNA PROPUESTA DE OCIO INCLUSIVO PARA PERSONAS ADULTAS CON DISCAPACIDAD INTELECTUAL EN EL MUNICIPIO DE TUDELA DE DUERO (VALLADOLID)

Autora: Eva M^a Torrecilla García

Tutora académica: Margarita Nieto Bedoya

Departamento de Filosofía y Teoría e Historia de la Educación

Curso académico: 2016 – 2017

RESUMEN

Las personas con discapacidad tienen derecho a disfrutar de su tiempo libre con actividades de ocio que favorezcan su desarrollo personal. Además, es importante favorecer actividades inclusivas, donde se promueva la participación de estas personas, aunque estas necesiten más apoyos para realizar las actividades. En este sentido, es importante que las propuestas que se diseñen, sean flexibles y ofrezcan actividades adaptadas a las capacidades de todas las personas.

Con este trabajo de fin de grado, se presenta una propuesta de ocio inclusivo en el municipio de Tudela de Duero (Valladolid) para personas adultas con discapacidad intelectual, basada en la animación teatral. A través de recursos y dinámicas teatrales se pretende favorecer el desarrollo personal de las personas adultas con discapacidad intelectual de este municipio, al mismo tiempo que se favorece su integración a través de la participación activa de estas personas en una actividad de ocio que ofrece la comunidad.

Palabras clave: ocio, tiempo libre, discapacidad intelectual, personas adultas, desarrollo personal, integración, animación teatral.

ABSTRACT

People with disability have the right to enjoy their leisure time with activities that improve their personal development. Also, it is important to favour inclusive activities that promote the participation of these persons, even these persons need more supports to do the activities. Because of that, it is important that proposals that will design would be flexible and offer adapted activities to the capacities of all the people.

With the following project of end of degree, a proposal of inclusive leisure is presented for adult persons with intellectual disability in the town of Tudela de Duero (Valladolid) that is based on theatrical animation. Through resources and theatrical dynamics, oneself tries to improve the personal development of the adult persons with intellectual disability of this town, at the same time that integration is favoured through the active participation of these persons in the leisure activities of the community.

Keywords: leisure time, intellectual disability, adult persons, personal development, integration, theatrical animation.

ÍNDICE

INTRODUCCIÓN.....	7
JUSTIFICACIÓN.....	7
CAPÍTULO I: DISCAPACIDAD	9
1.1. CONCEPTO DE DISCAPACIDAD Y TIPOS	9
1.1.1. Concepto de discapacidad.....	9
1.1.2. Tipos de discapacidad	11
1.2. MODELO MÉDICO VS MODELO SOCIAL DE DISCAPACIDAD.....	12
1.2.1. Modelo médico.....	12
1.2.2. Modelo social	12
1.2.3. Modelo explicativo actual de la discapacidad.....	13
1.3. FACTORES CONTEXTUALES DE LA DISCAPACIDAD	13
1.4. NORMATIVA SOBRE DISCAPACIDAD	14
1.4.1. Normativa europea sobre discapacidad.....	14
1.4.2. Normativa española sobre discapacidad	15
1.4.3. Normativa castellano-leonesa sobre discapacidad	17
CAPÍTULO II: ANIMACIÓN SOCIOCULTURAL Y OCIO	18
2.1. ANIMACIÓN SOCIOCULTURAL.....	18
2.1.1. Concepto de Animación Sociocultural.....	18
2.1.2. Funciones de la Animación Sociocultural.....	19
2.1.3. Animación sociocultural en el ámbito rural	20
2.2. ANIMACIÓN SOCIOCULTURAL, TIEMPO LIBRE Y OCIO.....	20
2.2.1. Animación sociocultural y tiempo libre.....	20
2.2.2. Tiempo libre y Ocio	21
2.2.2.1. Pedagogía del Ocio.....	22
2.2.2.2. Ocio inclusivo.....	23
2.3. EL PAPEL DEL EDUCADOR/A SOCIAL EN LA ANIMACIÓN SOCIOCULTURAL PARA LAS PERSONAS CON DISCAPACIDAD	24
2.3.1. Educación social y animación sociocultural	24
2.3.2. Educación social y discapacidad	25
2.4. ANIMACIÓN TEATRAL.....	27
2.4.1. ¿Por qué el teatro como recurso socioeducativo?	27
2.4.2. La animación teatral como modalidad de la Animación Sociocultural	28

2.4.3. Diferencia entre teatro profesional y animación teatral	30
2.4.4. Animación teatral y educación social	30
CAPÍTULO III: EL OCIO DE LAS PERSONAS ADULTAS CON DISCAPACIDAD	
INTELECTUAL	32
3.1. LA ADULTEZ.....	32
3.1.1. Características biopsicosociales de las personas adultas.....	32
3.1.2. El tiempo de ocio de las personas adultas	33
3.2. ADULTEZ Y DISCAPACIDAD INTELECTUAL	34
3.2.1. Normalización e integración de las personas con discapacidad.....	34
3.2.1.1. ¿Qué es normalización?.....	35
3.2.1.2 ¿Y qué se entiende por integración social?.....	35
3.2.2. Discapacidad intelectual.....	36
3.2.2.1. Concepto de discapacidad intelectual.....	36
3.2.2.2. Niveles de discapacidad intelectual.....	37
3.2.2.3. ¿Retraso mental o discapacidad intelectual?.....	38
3.2.3. Las personas adultas con discapacidad intelectual.....	39
3.2.4. El ocio de las personas adultas con discapacidad intelectual.....	41
CAPITULO IV: PROPUESTA DE INTERVENCIÓN	
4.1. INTRODUCCIÓN	43
4.2. JUSTIFICACIÓN	43
4.3. CONTEXTUALIZACIÓN	44
4.4. DESTINATARIOS	45
4.5. OBJETIVOS	46
4.6. HABILIDADES A TRABAJAR EN LOS BLOQUES.....	47
4.8. METODOLOGÍA	47
4.9. RECURSOS Y ESPACIOS	47
4.10. TEMPORALIZACIÓN.....	48
4.7. BLOQUES:	49
4.11. EVALUACIÓN	54
4.12. ALCANCE DE LA PROPUESTA Y POSIBLES LIMITACIONES	59
CONCLUSIONES FINALES	61
REFERENCIAS BLIBLIOGRÁFICAS.....	62
ANEXOS	66

ANEXO 1. “PERDIDOS EN LA LUNA”.....	67
ANEXO 2. Historias a representar. Ejercicio de expresión corporal.	68
ANEXO 3. Puntos de Acuprensión para relajar el cuerpo.....	69

INTRODUCCIÓN

Este trabajo tiene como fin relacionar el ocio y la discapacidad intelectual. Las personas con discapacidad intelectual ven limitadas sus actividades de ocio debido a la escasa oferta de actividades adaptadas a sus capacidades. Por ello, es importante ofrecer actividades de ocio que se puedan adaptar a las capacidades de estas personas, al mismo tiempo que se favorece su integración en la comunidad. El ocio es un elemento muy importante en la vida de las personas, es una forma de cubrir el tiempo libre mediante actividades que contribuyen a su desarrollo personal al mismo tiempo que disfrutan. Con este trabajo se pretende reflexionar sobre la situación del ocio de las personas con discapacidad intelectual y se propone una iniciativa que contribuye tanto al disfrute del tiempo libre como al desarrollo personal de las personas adultas con discapacidad intelectual.

En primer lugar, se expondrá una justificación de porqué se ha decidido hacer el Trabajo de Fin de Grado sobre este tema; después, se expondrá el marco teórico que enmarca la propuesta que se presentará al final; posteriormente se expondrá las conclusiones finales a las que se ha llegado tras la realización de este trabajo.

JUSTIFICACIÓN

La idea de hacer una propuesta relacionada con el ocio y la discapacidad intelectual proviene de la demanda de las propias personas adultas con discapacidad intelectual del municipio de Tudela de Duero (Valladolid). A partir de una conversación informal con los usuarios del Taller Ocupacional de Tudela de Duero para personas con discapacidad intelectual, se ha detectado la necesidad de crear un ocio inclusivo en este municipio.

En la conversación informal que se mantuvo con los usuarios del taller, se comentó la situación de que la mayoría de las actividades de ocio que se ofrecen en el municipio, no se adaptan a las capacidades de las personas con discapacidad intelectual, y que para disfrutar de su tiempo libre, la mayoría tienen que desplazarse a la ciudad en busca de otras actividades en las que poder participar.

Tras reflexionar mucho sobre qué tipo de ocio podía ser el idóneo para contribuir tanto, al disfrute del tiempo libre, al desarrollo integral de las personas adultas con

discapacidad intelectual, así como a intentar reflejar la importancia de una participación normalizada de estas personas en las actividades de ocio de la comunidad, se llegó a la conclusión de que una propuesta basada en la animación teatral sería la más idónea.

Por tanto, este trabajo parte de una necesidad detectada que puede ser cubierta con propuestas como la que se presenta aquí.

Antes de presentar la propuesta, es importante conocer mejor la situación del ocio de las personas adultas con discapacidad intelectual. Por ello, a continuación, se reflexionará sobre la discapacidad y los factores que la rodean, también se reflexionará sobre la animación sociocultural y su relación con el ocio y el tiempo libre, y, además, se reflexionará sobre la discapacidad intelectual y el ocio de las personas adultas con discapacidad intelectual.

CAPÍTULO I: DISCAPACIDAD

La discapacidad es un concepto muy amplio que depende de muchos factores, tanto biológicos como sociales, y que deben ser tenidas en cuenta. A lo largo del tiempo, se han propuesto varios modelos explicativos de la discapacidad que se contradicen entre sí, llegando a un modelo explicativo que tiene en cuenta, tanto los factores biológicos como sociales de la discapacidad. También, es importante destacar la cantidad de leyes y foros que defienden el derecho de las personas con discapacidad a participar en las actividades que ofrezca la comunidad y que favorezcan el desarrollo de estas personas.

1.1. CONCEPTO DE DISCAPACIDAD Y TIPOS

1.1.1. Concepto de discapacidad

No existe un concepto universal de discapacidad. Como dice Aparicio (2009) “los diferentes términos y significados son propios de cada contexto sociocultural” (p.129). Esto viene a decir que depende del contexto donde se dé, el concepto de discapacidad es diferente para unos y para otros.

Según la Organización Mundial de la Salud (2017), en adelante OMS;

La discapacidad es un término general que abarca las deficiencias, las limitaciones de la actividad y las restricciones de la participación. Las deficiencias son problemas que afectan a una estructura o función corporal; las limitaciones de la actividad son dificultades para ejecutar acciones o tareas, y las restricciones de la participación son problemas para participar en situaciones vitales.

Con esta definición se quiere destacar las repercusiones tanto a nivel corporal, funcional como social de lo que abarca la discapacidad. Es importante tener en cuenta este y otros dos conceptos que son clave para comprender en qué consiste la discapacidad.

La Clasificación Internacional de Deficiencias, Discapacidades y Minusvalías que estableció la OMS en el año 1980 (citado por Espinosa et al., 1995), define:

- La deficiencia como “la pérdida o anomalía de una estructura o función psicológica, fisiológica o anatómica, que puede ser innata o adquirida, de carácter permanente o temporal”. (p.22)

- La discapacidad como “la ausencia (debida a una deficiencia) de la capacidad de realizar una actividad en la forma o dentro del margen que se considera normal para un ser humano”. (p.22)
- La minusvalía como “una situación desventajosa para una persona, consecuencia social de una deficiencia o de una discapacidad, que limita o impide el desempeño de un rol que es normal en su grupo”. (p.23)

Es conveniente tener en cuenta que “la deficiencia se refiere a aspectos médicos, la discapacidad se refiere a aspectos rehabilitadores y la minusvalía a aspectos sociales” (OMS, 1980, citado en Espinosa et al., p.23). A continuación se destacarán los aspectos rehabilitadores y los aspectos sociales al tener más relevancia para la propuesta que se presentará en este trabajo. Los aspectos rehabilitadores son aquellos que tienen que ver con el proceso de rehabilitar a la persona, hacerle capaz de hacer algo que antes no podía, dotarles de recursos y de herramientas que antes no poseían para su óptimo desarrollo personal. Entre los aspectos sociales se encuentran la falta de oportunidad que tienen las personas con discapacidad para participar en las mismas actividades que el resto de la sociedad, la actitud negativa que tiene la sociedad hacia la discapacidad y la situación discriminatoria en la que se encuentran algunas de las personas con discapacidad.

Las personas con discapacidad presentan una gran cantidad de necesidades que piden ser cubiertas. Entre estas necesidades se encuentran la importancia de adaptar los recursos que ofrece el entorno para que estas personas puedan llevar una vida normalizada, dentro de lo que sea posible, el acceso a una educación adaptada y a los sistemas de apoyo especializados, la inclusión laboral a través de programas de inserción laboral y de talleres ocupacionales, programas que les capaciten para desarrollarse como personas de forma normalizada en la sociedad, el acceso a un ocio normalizado y adaptado a sus necesidades, etc.

El número de personas adultas que tienen algún tipo de discapacidad es destacable. Según los datos de la OMS (2017) “entre un 110 y 190 millones de personas adultas tienen algún tipo de discapacidad”, por lo que se hace necesario intervenir con esta franja de edad, teniendo en cuenta sus necesidades y las dificultades que se les presentan para poder participar de forma normalizada en la sociedad.

1.1.2. Tipos de discapacidad

Existen diferentes tipos de discapacidad en función del tipo de deficiencia que presentan las personas. A continuación, se exponen los diferentes tipos de discapacidad que existen:

La **discapacidad visual** es definida por Espinosa et al. (1995) como la “pérdida total o parcial de la visión” (p.159). Esta pérdida repercute mucho en la forma de vida de las personas que padecen esta discapacidad ya que su autonomía queda bastante limitada y necesitan que algunos recursos del entorno estén adaptados, como por ejemplo, necesitan escuchar “el sonido” de los semáforos para peatones, en los pasos de cebra, para asegurarse de que pueden cruzar la calzada con seguridad. Según los datos de la OMS (2017) “En el mundo hay aproximadamente 285 millones de personas con discapacidad visual, de las cuales 39 millones son ciegas y 246 millones presentan baja visión”.

La **discapacidad auditiva** es definida como la “pérdida total o parcial del sentido de la audición” (Espinosa et al., 1995, p.139). Según la OMS (2017) “360 millones de personas padecen pérdida de audición discapacitante en todo el mundo”. Las personas con discapacidad auditiva necesitan recursos para poder oír.

La **discapacidad física o motora** supone una “disminución importante en la capacidad de movimiento de una o varias partes del cuerpo” (Espinosa et al., 1995, p.123). Las personas con discapacidad física se encuentran con muchas barreras arquitectónicas a la hora de poder participar en las mismas actividades que el resto de la sociedad. Se necesita que las diferentes actividades y los diferentes recursos estén adaptados a las necesidades de cada persona con discapacidad física.

La **discapacidad psíquica o intelectuales** definida por el DSM-V (Asociación Americana de Psiquiatría, 2014) como un “trastorno que comienza durante el periodo de desarrollo y que incluye limitaciones del funcionamiento intelectual como también del comportamiento adaptativo en los dominios conceptual, social y práctico” (p.17). Las personas con este tipo de discapacidad suelen tener dificultades para comprender las cosas, saber comportarse en determinadas situaciones, suelen tener poca autonomía, etc. Necesitan personal de apoyo especializado para llevar a cabo las diferentes actividades a realizar. Además, estas personas se encuentran con barreras en su entorno que les dificultan llevar una vida normalizada. Una de estas barreras del entorno, que es

importante destacar, es la actitud negativa que muestran el resto de las personas hacia la discapacidad intelectual.

1.2. MODELO MÉDICO VS MODELO SOCIAL DE DISCAPACIDAD

A lo largo del tiempo se han propuesto diferentes modelos explicativos sobre la discapacidad. Todos ellos se pueden organizar en torno a la dialéctica del modelo médico contra el modelo social.

1.2.1. Modelo médico

El modelo médico, que ha sido el principal modelo explicativo durante varias décadas, considera que la discapacidad es solo cuestión de las personas a las que les afecta directamente, y que es causado por una enfermedad que requiere cuidados médicos a manos de profesionales, como bien lo explica la OMS (2001) en el CIF. Esto quiere decir que las dificultades con las que se encuentren las personas, es problema de ellos y que no concierne a nadie más.

Con el tiempo, aparecieron otras explicaciones de la discapacidad, que resaltaban los derechos de las personas con discapacidad y decían que, la sociedad, limitaba la participación de estas personas debido a sus deficiencias.

1.2.2. Modelo social

El modelo social de la discapacidad considera que las dificultades con las que se encuentran las personas con discapacidad para integrarse es problema de la sociedad, de tal modo que la sociedad es la que discapacita a las personas discapacitadas no adaptando los recursos a sus necesidades. Esto viene a explicar lo que se expone en el CIF (OMS, 2001) sobre el modelo social de la discapacidad: “la discapacidad no es un atributo de la persona, sino un conjunto de condiciones, muchas de las cuales son creadas por el contexto/entorno social” (p.22).

A partir de este modelo explicativo, los investigadores han reflexionado y han intentado comprender la discapacidad desde los dos modelos anteriores. Actualmente, el modelo explicativo al que se alude más, es al modelo bio-psico-social, que tiene en cuenta los factores biológicos, psicológicos y sociales que repercuten en la discapacidad de las personas.

1.2.3. Modelo explicativo actual de la discapacidad

Las últimas investigaciones señalan un modelo que explica la discapacidad desde un enfoque bio-psico-social, es decir, tiene en cuenta tanto lo biológico como las necesidades de las personas con discapacidad para adaptarse al medio de forma normalizada.

Hoy en día, la sociedad está más concienciada y esto ha hecho que las personas, las asociaciones y las administraciones se impliquen más a la hora de adaptar el entorno a las necesidades de las personas con discapacidad. Además, la discapacidad es una de las áreas en las que actúa el Estado del Bienestar para atender las necesidades de estas personas y mejorar su calidad de vida.

La participación de las personas con discapacidad en la vida social y cultural aún no es lo suficientemente visible, por lo que es importante, favorecer iniciativas flexibles que promuevan la participación de estas personas en su comunidad para que haya una inclusión real, tal y como se quiere hacer con la propuesta que se presenta en este trabajo.

1.3. FACTORES CONTEXTUALES DE LA DISCAPACIDAD

La discapacidad está condicionada, en gran parte, por unos factores contextuales. Los factores contextuales están formados por factores personales, como el tipo de deficiencia que se tiene, el grado de discapacidad, etc, y los factores ambientales, como por ejemplo los apoyos del entorno (infraestructuras adaptadas, pictogramas, servicios accesibles para las personas con discapacidad), la actitud que muestra el resto de la sociedad hacia la discapacidad, etc.

Los factores contextuales pueden ser facilitadores o barreras. Tal y como se expone en el CIF(OMS, 2001), “un entorno con barreras, o sin facilitadores, restringirá el desempeño/realización del individuo; mientras que otros entornos que sean más facilitadores pueden incrementarlo” (p.18). Por lo que, “las barreras se consideran factores que obstaculizan la participación y el desarrollo de las personas” (Serrano et al., 2013). Todo ello quiere decir que es importante incorporar facilitadores y eliminar las barreras que impiden que las personas con discapacidad se desarrollen.

Entre las barreras que limitan a las personas con discapacidad, se encuentran aspectos como la inaccesibilidad a ciertos espacios, la falta de adaptación de los servicios y recursos que ofrece el entorno, la falta de adaptación de los transportes, las actitudes negativas, prejuicios y estereotipos de la sociedad hacia las personas con discapacidad, etc.

También se une la actitud de sobreprotección que muchas familias tienen ante la discapacidad de sus hijos/as, ya que les impide desarrollarse y participar en las actividades de la comunidad, por lo que actúan como barreras para su desarrollo integral (Espinosa et al., 1995).

Así pues, teniendo en cuenta todo esto, es importante facilitar el desarrollo de las personas con discapacidad, procurando eliminar las barreras que dificulten su adecuado desarrollo. Esto podría conseguirse, adaptando los recursos del entorno, siempre y cuando sea posible, facilitando las ayudas necesarias a las familias con personas con discapacidad, etc.

1.4. NORMATIVA SOBRE DISCAPACIDAD

Actualmente se han dictaminado una gran variedad de leyes y se han creado numerosos foros y estrategias que promueven la participación activa de las personas con discapacidad, en la sociedad, resaltando la importancia de los derechos y libertades de estas personas.

1.4.1. Normativa europea sobre discapacidad

El artículo 26 de La Carta de los Derechos Fundamentales de la Unión Europea (2000) establece que “la Unión reconoce y respeta el derecho de las personas discapacitadas a beneficiarse de medidas que garanticen su autonomía, su integración social y profesional y su participación en la vida de la comunidad”. La propuesta que se presenta en este trabajo, se basa en este artículo que resalta el derecho de las personas con discapacidad a participar en la comunidad favoreciendo su integración con iniciativas como la que se presentará más adelante.

Además, en el Foro Europeo de la Discapacidad (1997-2007), se defendió el derecho de las personas con discapacidad a participar plenamente en todas las actividades

culturales, de ocio y deporte. Por lo que, siguiendo la misma línea del artículo anterior, las personas con discapacidad tienen el derecho a participar en las actividades de su comunidad, y, para que esta participación sea real, se debería proponer más iniciativas, dentro de lo que sea posible, para favorecer esta participación con propuestas como la que se presenta en este trabajo.

La Estrategia Europea sobre Discapacidad (2010-2020) pretende suprimir las barreras que limitan el desarrollo de las personas con discapacidad, centrándose en ocho ámbitos de actuación como es la accesibilidad, la participación, la igualdad, el empleo, la educación y formación, la protección social, la sanidad y la acción exterior. Esta estrategia defiende el derecho de las personas con discapacidad a participar en las actividades culturales y de ocio, además de defender la necesidad de proporcionar los apoyos necesarios a estas personas para asegurar el ejercicio de sus derechos. La propuesta que se presenta en este trabajo, favorece la participación activa de las personas con discapacidad, con una propuesta adaptable a las capacidades de estas personas.

Con todo esto, se pretende reflexionar sobre el derecho de las personas con discapacidad a participar en las actividades que ofrece la comunidad. Por ello, es importante que, estas actividades, sean flexibles y puedan adaptarse según las necesidades de las personas con discapacidad.

1.4.2. Normativa española sobre discapacidad

La Constitución Española (1978), expone en su artículo 49 que:

Los poderes públicos realizarán una política de previsión, tratamiento, rehabilitación e integración de los disminuidos físicos, sensoriales y psíquicos, a los que prestarán la atención especializada que requieran y los ampararán especialmente para el disfrute de los derechos que este Título otorga a todos los ciudadanos.

Según la Constitución Española, el Estado tiene el deber de desarrollar políticas que favorezcan el desarrollo integral de las personas con discapacidad, incluida su integración en la vida social de su comunidad. Gracias al Estado del Bienestar, las personas con discapacidad ven cubiertas sus necesidades básicas. No obstante, es importante que se siga invirtiendo en iniciativas que favorezcan el desarrollo integral de

estas personas y que promuevan su participación en las actividades sociales y culturales de su comunidad.

A raíz de lo reflexionado anteriormente, el artículo 7 de La Ley General de Derechos de las Personas con Discapacidad y de su Inclusión Social (2013), expone que las personas con discapacidad tienen los mismos derechos que los demás ciudadanos, y para que esto sea un hecho, “las administraciones públicas promoverán las medidas necesarias para que el ejercicio en igualdad de condiciones de los derechos de las personas con discapacidad sea real y efectivo en todos los ámbitos de la vida”.

En la misma línea, la Ley de Igualdad de Oportunidades, No Discriminación y Accesibilidad Universal de las Personas con Discapacidad (2003), en su artículo nº 16 establece que:

La Administración General del Estado promoverá, en colaboración con otras Administraciones públicas y con las organizaciones representativas de las personas con discapacidad y sus familias, la elaboración, desarrollo y ejecución de planes y programas en materia de accesibilidad y no discriminación.

Tanto las instituciones públicas, como las organizaciones que se dedican a trabajar con las personas con discapacidad y sus familias, deberían promover iniciativas para fomentar la participación activa de las personas con discapacidad en todos los ámbitos de la vida. Con iniciativas como la que se presenta en este trabajo, las personas con discapacidad podrán participar en la vida cultural y social de su comunidad.

El Plan de Acción de la Estrategia Española sobre Discapacidad (2014-2020) expone lo siguiente:

La participación real requiere disponer de un clima social en el que las personas con discapacidad se sientan consideradas y animadas a formar parte de las actividades políticas, culturales, artísticas, deportivas, sociales en general, y que no tengan impedimento externo para hacerlo.

Para promover la participación de las personas con discapacidad, sería necesario favorecer un ambiente donde se sientan apoyados y que no se vean limitados. Para ello, es importante promover iniciativas flexibles, para que todas las personas puedan participar.

Toda esta normativa va encaminada a promover la plena participación de las personas

con discapacidad en igualdad de condiciones al resto de la población, respetando sus derechos y favoreciendo su inclusión en la sociedad.

1.4.3. Normativa castellano-leonesa sobre discapacidad

La Ley de Igualdad de Oportunidades para las Personas con Discapacidad de Castilla y León (2013) persigue “garantizar la igualdad de oportunidades y la efectividad de los derechos y libertades fundamentales y deberes de las personas con discapacidad”. Esta ley, pretende que las personas con discapacidad dispongan de las mismas oportunidades y los mismos derechos que las demás personas.

Actualmente, la participación de las personas con discapacidad en la sociedad se va viendo poco a poco, pero es importante seguir trabajando en ello, promoviendo intervenciones que favorezcan la inclusión de esas personas. En este sentido, la propuesta que se expondrá más adelante, pretende favorecer la inclusión de las personas con discapacidad dentro de las actividades de ocio que se realizan en la comunidad.

Para concluir, las adaptaciones de las iniciativas que se lleven a cabo, permiten favorecer espacios donde las personas con discapacidad pueden relacionarse con el resto de personas, promoviendo, de esta forma, la aceptación de la diversidad en igualdad de condiciones. De esta forma, se irían eliminando las barreras sociales que impiden el desarrollo personal de las personas con discapacidad.

CAPÍTULO II: ANIMACIÓN SOCIOCULTURAL Y OCIO

La Animación Sociocultural contribuye al desarrollo social y cultural de una comunidad, favoreciendo la participación activa de todas las personas. El conjunto de acciones que forman la Animación Sociocultural, se realizan en el tiempo libre de las personas como actividades de ocio. La animación teatral, se presentará como un buen instrumento con el que favorecer la participación activa de las personas con discapacidad dentro de su comunidad.

2.1. ANIMACIÓN SOCIOCULTURAL

La Animación Sociocultural, en adelante ASC, es importante para llevar a cabo iniciativas que promuevan la participación activa de las personas en su propio entorno y para favorecer su desarrollo personal, así como también el desarrollo de la propia comunidad.

2.1.1. Concepto de Animación Sociocultural

No existe una definición universal de Animación Sociocultural, aunque muchos autores e instituciones han aportado sus propias definiciones:

Trilla (citado por Cerdá, 2005) establece que la ASC es:

El conjunto de acciones realizadas por individuos, grupos o instituciones sobre una comunidad y en el marco de un territorio concreto, con el propósito principal de promover en sus miembros una actitud de participación activa en el proceso de su propio desarrollo tanto social como cultural. (p.7)

De acuerdo con este autor, la ASC pretende promover la participación de los miembros de una comunidad para favorecer su desarrollo social y cultural. Siguiendo la misma línea, la Organización de las Naciones Unidas para la Educación, la Ciencia y la Cultura (1982, citado por Herrera, 1993) establece que la ASC tiene, como propósito, la estimulación de la iniciativa y de la participación activa de las comunidades en su propio desarrollo. Promoviendo la participación de las personas, se favorece el desarrollo social y cultural de su comunidad, además de hacer que las personas sean los sujetos de ese desarrollo.

Además, Caride (2005) va más allá, al indicar que la ASC está abierta a la participación de todos los individuos, grupos, comunidades, asociaciones, etc. Este autor, también indica que la ASC pretende lograr la formación integral de las personas y mejorar su calidad de vida. Así pues, la ASC se abre a la participación de todos los miembros de una misma comunidad, y también persigue el desarrollo de las propias personas al hacerlas participes.

Todas estas ideas coinciden en que la ASC integra un conjunto de acciones dirigidas a promover la participación activa de las personas en el proceso de desarrollo cultural y social de su propio entorno.

2.1.2. Funciones de la Animación Sociocultural

Las acciones de la animación sociocultural cumplen diferentes funciones (Cerdá, 2005):

- Función de socialización: integrar a las personas en su propio entorno.
- Función lúdica y recreativa: uso del tiempo libre como tiempo de disfrute enriquecedor y de autorrealización.
- Función educativa y cultural: aprendizaje para el autodesarrollo a través de la participación activa en la cultura.
- Función de regulación social: poner en práctica los valores democráticos de igualdad social.
- Función innovadora y crítica: reflexión y cuestionamiento de la propia realidad, promoviendo una actitud crítica, evitando la pasividad y el conformismo.

La propuesta que se presentará más adelante, cumple con la función de socialización al promover la integración de las personas con discapacidad intelectual en las actividades de ocio de su propia comunidad; cumple con la función lúdica y recreativa al proponer una actividad de ocio que se realizaría en el tiempo libre de las personas con discapacidad intelectual con el objetivo de que disfruten de su tiempo libre; cumple con la función educativa y cultural al proponer una actividad de ocio que favorece el aprendizaje de habilidades y destrezas para el propio desarrollo personal; cumple con la función de regulación social al transmitir, con la actividad de ocio que se propone, valores de tolerancia e igualdad; y cumple con la función innovadora y crítica al promover una actitud reflexiva sobre la participación de las personas con discapacidad

intelectual en las mismas condiciones que el resto de las personas.

Es importante llevar a cabo intervenciones basadas en la ASC, para promover la participación cultural y social de todas las personas de una misma comunidad, y contribuir, al mismo tiempo, al desarrollo de estas personas.

2.1.3. Animación sociocultural en el ámbito rural

El medio rural es un espacio que presenta una gran necesidad de desarrollo cultural y social, y esto puede hacerse a través de las estrategias de animación sociocultural. Como dice Frias (2011), las acciones de animación sociocultural “deben ir encaminadas a dinamizar la población rural, fortalecer las relaciones entre los individuos y dotar de habilidades necesarias para que hagan uso de los recursos existentes para alcanzar su pleno desarrollo” (p.3). Por lo que es importante centrar la intervención en la participación de las personas para que, de esta forma, ellos mismos sean los promotores del desarrollo social y cultural de su propia comunidad.

Algunas personas con discapacidad, encuentran escasas oportunidades para poder participar en las actividades de su propia comunidad, en las mismas condiciones que las demás personas, debido a sus limitaciones. Por ello, es importante trabajar en la participación de las personas con discapacidad para favorecer su integración en la comunidad de la forma más normalizada posible.

La mayor dificultad que se podría encontrar en el medio rural sería la falta de recursos, ya que ahí hay menos recursos que en el medio urbano, por lo que se debería encontrar la forma de llevar a cabo una intervención efectiva, potenciando los recursos de la propia zona, aunque estos sean escasos.

2.2. ANIMACIÓN SOCIOCULTURAL, TIEMPO LIBRE Y OCIO

2.2.1. Animación sociocultural y tiempo libre

Figueres y Morros (2005) señalan que, generalmente, las actuaciones de animación sociocultural se realizan en el tiempo libre de las personas ya que no son una obligación, sino que las personas participan de forma voluntaria.

Relacionado con lo dicho anteriormente, Espinosa et al. (1995, p.15) define el tiempo

libre como “aquella situación donde no hay la obligación de realizar una determinada tarea”. Por tanto, el tiempo libre se convierte en un espacio donde llevar a cabo acciones educativas diferentes a las que se realizan en la escuela o en la familia (Ucar, 1992). Además, Ucar (1992) expone que “la animación sociocultural ha venido a continuar y ampliar el campo de la acción de la educación en el tiempo libre” (p.45), por lo que las acciones de ASC permiten que se pueda continuar enseñando a las personas en su tiempo libre.

Las intervenciones educativas en el tiempo libre se fundamentan en el ocio (Ucar, 1992). Por ello, destacar que la propuesta que se va a presentar, se llevaría a cabo en el tiempo libre de las personas destinatarias como una actividad más de ocio.

2.2.2. Tiempo libre y Ocio

El ocio es la parte del tiempo libre en la que se realizan actividades con las que las personas disfrutan (Espinosa et al., 1995). Por lo tanto, el tiempo libre es necesario para realizar estas actividades. La mayoría de las personas disponen de un tiempo libre en el cual, hacen lo que quieren, lo que les motiva y al mismo tiempo satisface. Las actividades que se realizan en el tiempo libre son numerosas, por ejemplo salir a tomar algo con los amigos, ir al cine, jugar a videojuegos, practicar algún deporte, etc.

Así pues, las actividades de ocio son elegidas libremente por las personas y están “designadas para el disfrute personal satisfaciendo las necesidades personales de cada individuo” (Dito, Prieto y Yuste, 2004, p.183). Las personas tienen necesidades que satisfacen con sus actividades de ocio. Estas actividades de ocio las eligen según lo que les gusta y lo que quieren. Por ejemplo, si a una persona le gusta leer y quiere relacionarse con gente a la que también le guste leer, se apuntará a un club de lectura en vez de leer un libro en el sofá de su casa. De esta forma, hace lo que le gusta y cubre la necesidad que tiene de relacionarse con otras personas con su mismo interés.

La American Association of Intellectual and Developmental Disabilities (AAIDD, citado por Badia y Longo, 2009) define el ocio como:

El tiempo disponible, libremente elegido, y aquellas actividades elegidas individualmente, no relacionadas por sus características con el trabajo o con otras formas de actividad obligatoria, de los cuales se espera que promuevan sentimientos de placer, amistad, felicidad, espontaneidad, fantasía o imaginación, gozo, creatividad,

expresividad y desarrollo personal (p.32).

Con esta definición se entiende que el ocio tiene que ser elegido libremente, y que, esas actividades de ocio, tienen que contribuir a la felicidad, bienestar y desarrollo de las personas. La propuesta que se presenta en este trabajo, ofrece una actividad de ocio en la que las personas se pueden apuntar de forma voluntaria, y además, busca el disfrute de las personas, al mismo tiempo que se contribuye con el desarrollo cultural y social de la comunidad, y el desarrollo personal de los propios participantes.

Todas las personas tienen derecho al tiempo de ocio, independientemente de su condición social, física y psíquica. Tal y como se expone en el artículo 24 de la Declaración Universal de los Derechos Humanos (1948) “toda persona tiene derecho al descanso, al disfrute del tiempo libre, a una limitación razonable de la duración del trabajo y a vacaciones periódicas pagadas”.

2.2.2.1. Pedagogía del Ocio

Cuenca (2004) entiende la Educación del Ocio como un proceso personal y social. Es decir que, la educación que se lleva a cabo en las actividades de ocio, contribuye al desarrollo de las propias personas, y también contribuye a favorecer las relaciones entre los participantes. Es decir que, con una actividad de ocio en la que los participantes están compuestos por personas con diferentes capacidades, se promueve el desarrollo personal de todos los participantes y se contribuye a favorecer la relación entre ellos, promoviendo valores como la tolerancia y la igualdad.

Así pues, la Educación del Ocio es definida por Cuenca (2004) como:

Una denominación unida a procesos de aprendizaje de actitudes, habilidades, conocimientos, conductas y valores relacionados con la experiencia de ocio. Como parte esencial de la formación permanente, tiene una función importante en el desarrollo del potencial humano, el bienestar y la calidad de vida. (p.15)

Con esta definición lo que se quiere destacar es que el ocio implica el aprendizaje de valores, actitudes, habilidades y conductas que contribuyen al desarrollo personal y social.

La propuesta de ocio que se presentará más adelante, implica la transmisión de ciertos valores, habilidades y actitudes que contribuirán al desarrollo personal y social de las

personas destinatarias.

Algunos de los valores que citan Espinosa et al. (1995) son la libertad, la autonomía, el placer, la diversión, la creatividad, la participación social, la autoestima y la aceptación de la diversidad. Muchos de estos valores son los que se pretende transmitir con la propuesta de ocio que se presentará en este trabajo.

2.2.2.1. Ocio inclusivo

El tiempo de ocio de las personas con discapacidad supone lo mismo que para las personas que no tienen ninguna discapacidad, es decir, supone tiempo de diversión, de relacionarse con los demás, tiempo de desarrollarse como personas desde lo lúdico, etc. Además, supone un medio para enriquecerse y potenciar su integración y su normalización en la sociedad. (Espinosa et al., 1995)

El ocio, para todas las personas, incluidas las personas con discapacidad, supone una experiencia integral y un derecho fundamental (Madariaga, 2009). Esto quiere decir que, el ocio contribuye al desarrollo personal de todas las personas, independientemente de si tienen una discapacidad o no, y que, el ocio, se considera un derecho esencial para todas las personas.

Un entorno de ocio inclusivo sería aquel en el que todas las personas, independientemente de si tienen alguna discapacidad o no, puedan participar de forma normalizada, hasta donde sea posible. Todas las personas tienen derecho a disfrutar de un mismo ocio, y para ello, las personas encargadas de las actividades de ocio, tendrían que diseñar actividades flexibles para que las personas con discapacidad puedan participar. De esta forma, se estaría fomentando un ocio inclusivo para todos.

Es importante que, desde las asociaciones y las entidades públicas, se sensibilice a la sociedad de la diversidad, hacerles ver que las diferencias no son malas y que se pueden aprender muchas cosas de esa diversidad. Transmitir el valor de la diversidad y la importancia de la tolerancia para que todos puedan disfrutar por igual del ocio.

Por ello, es importante que las asociaciones que se dedican a programar actividades de ocio, ofrezcan una gran variedad de actividades flexibles para que todos puedan disfrutar de ellas.

Figueres y Morros (2005) señalan que “no debe haber un ocio especial dirigido a grupos o a individuos discapacitados, sino que la persona discapacitada se tiene que integrar en las actividades de ocio habituales de cualquier ciudadano con las ayudas técnicas y adecuaciones que se requieran” (p.48). De acuerdo con lo que dicen estos autores, es conveniente integrar a las personas con discapacidad en las actividades de ocio que se ofertan para todos los ciudadanos, aunque estas requieran adaptarlas, de esta forma, se promovería la inclusión de las personas con discapacidad en un entorno normalizado.

Por lo tanto, para fomentar un ocio inclusivo:

Cualquier proyecto de ocio deberá ser integrador, prescindir de la competitividad y disponer de una infraestructura adecuada, que no sea discriminatoria. Las actividades deberán basarse en la cooperación y la aceptación de la diversidad y deben contar con unos animadores preparados para hacer frente a las diversas individualidades y a las características personales de cada participante. (Figueres y Morros, 2005, p.48)

La propuesta que se presentará más adelante, cumple con los requisitos para ser una actividad de ocio inclusivo ya que es una actividad en la que no existe la competitividad, se basa en la cooperación y la aceptación de la diversidad, es flexible, tiene en cuenta las opiniones de los participantes, y es una actividad que promueve la inclusión de las personas con discapacidad.

2.3. EL PAPEL DEL EDUCADOR/A SOCIAL EN LA ANIMACIÓN SOCIOCULTURAL PARA LAS PERSONAS CON DISCAPACIDAD

La función del educador/a social, con el colectivo de discapacidad, es fundamental para llevar a cabo actuaciones que favorezcan la participación activa de este colectivo dentro de la comunidad. El/la educador/a social tiene la función de apoyar a las personas con discapacidad, y favorecer su participación en la comunidad.

2.3.1. Educación social y animación sociocultural

La ASC, es una práctica de educación no formal, sistemática, intencional y planificada (Herrera, 1993), ya que se parte de una programación previa de la intervención que se va a llevar a cabo, y que busca dinamizar a las personas para promover el desarrollo social y cultural de una comunidad.

La Educación Social también se desarrolla en el ámbito de la educación no formal y se encarga de dinamizar a la sociedad para promover el desarrollo de la comunidad a través de estrategias educativas. Por lo tanto, un/a educador/a social tiene las competencias necesarias para desempeñar el papel de animador sociocultural dentro de una comunidad.

Las funciones del educador/a social se asemejan a las funciones del animador sociocultural. Entre estas funciones se encuentran la de conocer, analizar e investigar el contexto en el que, el/la animador/a sociocultural o el/la educador/a social, va a trabajar; diseñar, implementar, gestionar y evaluar programas y proyectos educativos; transmitir, desarrollar y promover la cultura; promover la participación social y cultural de todas las personas; etc. Por ello, un/a educador/a social podría desarrollar actuaciones de ASC, y además, estaría más cualificado al haber recibido mayor formación y por tener más competencias que un/a animador/a sociocultural.

2.3.2. Educación social y discapacidad

En relación a la discapacidad, Pastor (2006) señala que, el/la educador/a social trabaja con los colectivos más vulnerables y que tienen dificultades para adaptarse al entorno. El/la profesional de la educación social, trabaja tanto con los destinatarios de la intervención, para dotarles de las herramientas y los recursos que necesitan para desarrollarse de forma óptima, como con la sociedad, para trabajar la integración de las personas que se encuentran en situación o riesgo de exclusión social, tal y como les ocurre a las personas con discapacidad.

Es importante trabajar las actitudes, las habilidades, los valores, la autonomía personal y la motivación con las personas con discapacidad, para que ellas mismas sean los sujetos de su propio desarrollo personal. También es importante sensibilizar a la sociedad para concienciarla de que, las personas con discapacidad, tienen derecho a participar en las mismas condiciones que los demás, aunque necesiten apoyos para poder realizar las cosas.

Es importante que el/la educador/a social busque la manera de que la comunidad se implique en el proceso de integración de las personas con discapacidad para poder contribuir al desarrollo integral de estas personas.

Anteriormente, se han señalado las funciones de la ASC con la finalidad de destacar la importancia de llevar a cabo actuaciones basadas en la ASC para promover la participación de las personas y contribuir tanto al desarrollo social y cultural de la comunidad, como al desarrollo de las propias personas, tal y como se quiere hacer con la propuesta que se presenta en este trabajo. A continuación, se exponen las funciones generales de los/as educadores/as sociales en los Servicios Sociales, según el Catálogo de Funciones y Competencias de la educadora y el educador social (Asociación Estatal de Educación Social, 2007) con la finalidad de destacar que el educador/a social es el/la profesional más apto/a para llevar a cabo este tipo de actuaciones:

- La transmisión, desarrollo y promoción de la cultura.
- La generación de redes sociales, contextos, procesos y recursos educativos y sociales.
- La mediación social, cultural y educativa.
- El conocimiento, análisis e investigación de los contextos sociales y educativos.
- El diseño, la implementación y la evaluación de programas y proyectos educativos.
- La gestión, dirección, coordinación y organización de instituciones y recursos educativos.

Muchas de estas funciones, se relacionan con las funciones que tiene que desempeñar un/a animador/a al trabajar con los diferentes colectivos. La diferencia se encuentra en que, los/as educadores/as sociales están más formados y comprenden mejor la problemática que presentan los colectivos.

El/a educador/a social deberá trabajar en la problemática que presentan las personas con discapacidad para integrarse de forma normalizada en la sociedad. Muchas de las personas con discapacidad, demandan su participación en las actividades de la comunidad. Por lo tanto, el/la educador/a social deberá trabajar para que esta participación sea real mediante iniciativas que promuevan la participación de estas personas dentro de su comunidad.

La animación teatral es una buena vía para favorecer esta participación. Mediante la animación teatral, el/a educador/a social transmite, a las personas con discapacidad, actitudes, valores y habilidades que les permite favorecer su propio desarrollo personal

y su integración en la comunidad. Las iniciativas basadas en la animación teatral contribuyen a la participación de todas las personas de una comunidad para favorecer su desarrollo social y cultural, así como también contribuye al desarrollo personal de todos los participantes.

2.4. ANIMACIÓN TEATRAL

2.4.1. ¿Por qué el teatro como recurso socioeducativo?

Según Figueres y Morros (2005) “el teatro ayuda a la persona a conocer mejor su cuerpo y su personalidad como instrumentos expresivos y comunicativos a través de la voz, el movimiento, la expresión de sentimientos y la percepción de sensaciones” (p.121). Por lo tanto, el teatro es un buen instrumento de expresión corporal que ayuda a la persona a comunicarse de otra forma.

Estos autores también afirman que “el teatro es un trabajo colectivo, que estimula y profundiza la relación grupal y favorece la comunicación entre los componentes y las actitudes participativas y tolerantes” (p.121). El teatro favorece las relaciones entre las personas que participan y promueve valores como, la cooperación, la tolerancia y el respeto. De esta forma, el teatro es una buena herramienta para llevar a cabo propuestas en las que se desee favorecer la relación entre las personas.

Además, el teatro es una buena forma de desinhibirse, de transmitir cosas a través de la representación de otros personajes, de coger confianza en sí mismos, de relacionarse y de divertirse al mismo tiempo.

Para las personas con discapacidad, el teatro les aporta confianza en sí mismos, les ayuda a desinhibirse, les aporta una experiencia donde poder relacionarse con otras personas y disfrutar de su tiempo de ocio. Así pues, se trataría de promover un ocio saludable para las personas con discapacidad a través del teatro y crear, en ellas, el hábito de participar en aquellas actividades de ocio que les permita disfrutar y desarrollarse social y personalmente.

Los beneficios del teatro son numerosos y por ello, es importante hacer propuestas de ocio relacionadas con el teatro para favorecer el desarrollo, tanto personal como social, de las personas con discapacidad.

2.4.2. La animación teatral como modalidad de la Animación Sociocultural

Como afirma Ventosa (1996), “la animación teatral es un medio al alcance de la comunidad para afrontar y enriquecer su propia sociocultura” (p. 28). Este autor, también afirma que la animación teatral es un elemento motivador que provoca intercambios y fomenta la comunicación y la participación. Por ello, es importante fomentar propuestas de ocio de este tipo para que las personas participen y se enriquezcan de los beneficios que produce este tipo de ocio.

Úcar (2000) define la animación teatral “como aquel conjunto de prácticas socioeducativas con personas, grupos o comunidades que, a través de metodologías dramáticas o teatrales, genera procesos de creación cultural y persigue el empoderamiento de los participantes” (p.234). Por tanto, la animación teatral es una buena herramienta para empoderar a las personas y dotarlas de habilidades para favorecer su propio desarrollo personal. De esta forma, se pretende que estas personas ensayen esas habilidades para luego poder ponerlas en práctica en su día a día.

Para Figueres y Morros (2005), desde el punto de vista de la animación sociocultural, la intención de la animación teatral es dotar a las personas de herramientas expresivas para facilitarles su propio desarrollo y ayudarlos a superar sus límites gracias a un clima de libertad e interés hacia todas las personas participantes.

Según Úcar (2000), la animación teatral:

Busca que las personas se encuentren a sí mismas en la interacción con los otros; que descubran aspectos ignorados de las propias personalidades y que aprendan a rentabilizarlos en términos de mayor felicidad y equilibrio personal o interactivo; busca que aprendan a autoorganizarse para afrontar un problema colectivo. Busca en definitiva, crear un tejido sociocultural fuerte que fundamente la búsqueda organizada de una mejora sustantiva de la calidad de vida de un grupo o una comunidad. Y todo esto, a través de la utilización de procedimientos, técnicas y recursos teatrales. (p.230)

La animación teatral pretende que, las personas, experimenten diferentes personalidades, a través de técnicas teatrales, y que se enriquezcan de todo lo que les pueda aportar para su propio desarrollo personal. Además, la animación teatral, también busca la cooperación entre los participantes, para generar un cambio que mejore la calidad de vida de la comunidad.

Cerdá (2005), explica los procesos o modalidades de la animación teatral de la siguiente

forma:

- Teatro-acción, teatro-foro o teatro-interactivo, en el que una representación teatral breve es motivo para desarrollar un fórum.
- Teatro del oprimido, es un diálogo entre actores y el público. Se considera una modalidad del teatro-interactivo.
- Teatro popular, como forma para la creación colectiva y la promoción comunitaria.
- Teatro ritual, tradición e indígena. El teatro étnico y multicultural, que recoge y retoma los rituales ancestrales en el mundo de hoy. Sería de alguna manera un teatro patrimonial.
- Teatro-fiesta, como juego simbólico con formas como el happening y las performances.
- Teatro de la concienciación, comprometido, de intervención o de resistencia, en el que el teatro es un recurso para la movilización, reflexión y el compromiso social.
- Teatro social, aquel que se trabaja como recurso de dinámicas de intervención con colectivos de riesgo social y con colectivos de necesidades específicas. Comprende el teatro como estrategia terapéutica.
- Teatro para el desarrollo comunitario o teatro útil, con larga práctica en distintos países africanos, y con el tratamiento de temas como educación para la paz, la salud, el consumo, educación sociolingüística, etc.
- Teatro histórico, en representaciones de acontecimientos históricos de una comunidad.(p.119)

Es importante tener esto en cuenta a la hora de llevar a cabo actuaciones basadas en la animación teatral, ya que se tendrá que saber qué tipo de teatro se quiere realizar, teniendo en cuenta también los objetivos que se quieren conseguir.

Una misma iniciativa de animación teatral puede tener diferentes modalidades. La propuesta que se presentará más adelante, es una mezcla de teatro popular, teatro de la concienciación y teatro social.

La animación teatral, en el medio rural, sirve como instrumento para lograr un cambio en la comunidad. A través de las técnicas teatrales, las personas consiguen expresarse libremente, consiguen comunicar, al resto de personas, todo aquello que quieren transmitir. Por ejemplo, si las personas con discapacidad quieren transmitir al resto,

como se sienten en algunas de las situaciones en las que se encuentran excluidas, por medio de los recursos que ofrece la animación teatral, pueden hacerlo.

2.4.3. Diferencia entre teatro profesional y animación teatral

El teatro profesional y la animación teatral tienen diferentes finalidades. Ventosa (1996) afirma que “mientras que al profesional del teatro le interesan los resultados (el teatro como fin), el animador teatral pone el acento en los procesos (el teatro como medio)” (p.26). Esto quiere decir que, en el teatro profesional, uno se interesa más por la representación de la obra final, mientras que a la animación teatral le interesa más la evolución de los participantes a lo largo de todo el proceso.

La animación teatral utiliza las técnicas y expresiones teatrales como un medio a través del cual trabajar, con las personas participantes, valores, actitudes y habilidades, para su óptimo desarrollo personal y social. El teatro profesional, por el contrario, pretende transmitir esas técnicas y expresiones teatrales con el fin de representar la obra final correctamente.

En el teatro profesional, la obra teatral es representada por actores profesionales, mientras que en la animación teatral pueden participar todas las personas. En la animación teatral, se tienen en cuenta las opiniones y las necesidades de las personas participantes, mientras que en el teatro profesional se sigue un guión y las pautas las da el director de la obra teatral.

Con la animación teatral se pretende empoderar a las personas, dotarlas de herramientas para que ellas mismas sean los protagonistas de su propio cambio. Se trataría de que las personas consigan adquirir aquellas habilidades que les permita desarrollarse de forma óptima y consigan alcanzar, por si solas, los objetivos que se propongan.

2.4.4. Animación teatral y educación social

El profesional de la Educación Social encuentra en la animación teatral, una buena vía para empoderar a las personas, dotarlas de valores, actitudes y habilidades para que ellas mismas sean los protagonistas de su propio desarrollo personal, y favorecer, de esta forma, su integración en la comunidad.

Los colectivos en exclusión social con los que se podría trabajar esta modalidad es muy

amplia, como, por ejemplo, las personas con discapacidad, mujeres, inmigrantes, reclusos, jóvenes, etc.

La animación teatral ofrece una gran variedad de técnicas y recursos expresivos con los que poder enriquecerse para favorecer un óptimo desarrollo personal. Entre estas técnicas y recursos se encuentran, las dinámicas para favorecer la autoestima de los participantes, los ejercicios de expresión corporal, las técnicas de relajación para controlar los impulsos y la ansiedad, etc.

El/la educador/a social necesitará tener unos conocimientos básicos sobre estas técnicas y recursos teatrales y saber ponerlos en práctica con las personas destinatarias con las que vaya a trabajar, teniendo en cuenta sus opiniones y adaptando esas técnicas y recursos a sus necesidades, para dotarlas de las herramientas necesarias para favorecer su desarrollo personal y social.

En definitiva, las iniciativas basadas en la ASC permiten promover la participación de las personas en la vida social y cultural de su propia comunidad, al mismo tiempo que se favorecen otras habilidades para el desarrollo personal. Llevar a cabo iniciativas de ASC en el tiempo libre de las personas, permite que estas sean las que las elijan de forma voluntaria, basándose en sus necesidades e intereses, por lo que permite que haya en ellas una motivación inicial para participar. Además, las actividades de ocio permiten el aprendizaje de habilidades, valores y actitudes que favorecen el desarrollo personal y social de las personas participantes.

CAPÍTULO III: EL OCIO DE LAS PERSONAS ADULTAS CON DISCAPACIDAD INTELECTUAL

La adultez es una etapa del ser humano que abarca muchos cambios, tanto a nivel biológico como psicológico y social. El tiempo que dedican las personas adultas a sus responsabilidades, limitan su tiempo de ocio. En cambio, las personas adultas con discapacidad intelectual tienen más tiempo para dedicarlo al ocio, pero en su caso, el tipo de ocio que realizan, queda limitado por sus familias. A continuación, se hará una reflexión sobre todos estos aspectos que afectan a la vida de las personas adultas y, más especialmente, a las personas adultas con discapacidad intelectual.

3.1. LA ADULTEZ

La adultez es una etapa del desarrollo evolutivo del ser humano que muestra una gran variedad de cambios en las personas y en sus vidas. Las responsabilidades con las que deben convivir las personas adultas les dejan poco tiempo libre para poder disfrutar del ocio.

3.1.1. Características biopsicosociales de las personas adultas

No es fácil determinar cuándo se inicia y termina la etapa adulta. En España, legalmente se es adulto cuando se han cumplido los 18 años, pero hay autores que determinan que la etapa adulta, desde el punto de vista biológico, comienza a los 25 años aproximadamente y termina a los 60-65 años, cuando comienza la vejez.

Hay una gran diversidad de factores que determinan cuando una persona es adulta. Entre estos factores se encuentran: los factores físicos y psicológicos (cambios en el aspecto, cambios en el desarrollo intelectual), factores individuales (emancipación de los padres), factores sociales (incorporación al mundo laboral, casarse, tener hijos) y factores culturales (por ejemplo, en algunas culturas, a las niñas se las obliga a casarse a muy temprana edad, y con ese casamiento se marca su paso a la etapa adulta).

Algunos autores consideran que la etapa adulta se divide en tres etapas: la adultez temprana, la adultez intermedia y la adultez tardía (vejez). Al no haber consenso en las

edades que diferencian a cada etapa, se podría decir que la adultez temprana abarca los cambios que producen un óptimo desarrollo, mientras que en la etapa intermedia se va consolidando esos cambios hasta que, a cierta edad, comienzan a decrecer.

Colom (2000) destaca que hay ciertos indicadores sociales que marcan la entrada a la vida adulta. Entre estos indicadores se encuentran el acabar los estudios, incorporarse al mundo laboral, independizarse, formar parejas, casarse, tener hijos, etc.

Por otro lado, se van produciendo, de forma gradual, algunos cambios de aspecto. Colom (2000), señala que a partir de los 30 años se va produciendo un descenso de la estatura en ambos sexos, se produce la canicie (pérdida de pigmentación del cabello), y en la piel aparecen arrugas, surcos y flacidez.

Otros cambios que señala Colom (2000) en esta etapa del desarrollo evolutivo son que el peso aumenta hasta los 55 años y luego desciende, y que también se produce una reducción del consumo de calorías. En cuanto a los sentidos, señala que la visión, y la capacidad de oír tiende a disminuir con la edad, y que se tienen dificultades para distinguir los sabores salados o amargos. En cuanto a las funciones motrices, “con la edad las respuestas a los estímulos se vuelven más lentas y más imprecisas” (p.53).

En la etapa adulta se tiene una gran cantidad de responsabilidades, como por ejemplo trabajar, cuidar a los hijos, pagar las facturas, etc. También se producen otras situaciones sociales en la etapa adulta con las que lidiar, como por ejemplo el divorcio, formar otras parejas, tener hijos con otras parejas, cuidar a los padres, etc.

3.1.2. El tiempo de ocio de las personas adultas

Como se ha dicho anteriormente, en la etapa adulta se tiene una gran cantidad de responsabilidades que hacen que el tiempo libre que se posee, disminuya. Según Figueres y Morros (2005) “el trabajo es el principal condicionante del tiempo libre” (p.41), aunque depende del tipo de trabajo que se tenga y el tiempo que se ocupe en ello.

A parte del trabajo, otro tipo de responsabilidades, como cuidar a los hijos y hacer las tareas domésticas, dificultan que se tenga un gran espacio de tiempo libre para dedicarlo al tiempo de ocio. Por ello, las personas adultas suelen dejar su tiempo de ocio para los fines de semana.

Actualmente, la revolución de las nuevas tecnologías ha provocado la aparición de una

forma sedentaria de cubrir el tiempo libre, por ejemplo ver la televisión, jugar a juegos de ordenador o de la play, el uso de las redes sociales, etc.

Como dicen Figueres y Morros (2005):

El ocio de las personas adultas, puede ser una gran oportunidad para desarrollar iniciativas enriquecedoras y diferentes de las que tienen lugar en la vida laboral. Cada persona debería tener la oportunidad de planificar, individualmente, en familia o en grupo su tiempo de ocio. (p.41)

Tal y como dicen estos autores, las personas adultas deberían planificar su propio tiempo de ocio, planificar lo que les gustaría hacer en su tiempo libre, más allá del tiempo de trabajo y de sus otras responsabilidades.

Actualmente, hay una gran variedad de actividades de ocio para los adultos, más allá de ir a tomar algo al bar de la esquina y de hablar con los colegas del barrio. Probablemente, el problema de que las personas adultas no sepan cubrir bien su tiempo libre, es que no están correctamente informadas o no sepan dónde acudir para informarse de las actividades de ocio que hay en su localidad. Por otro lado, el problema podría residir también en la falta de criterios que ayuden a las propias personas adultas a tomar decisiones con respecto a su ocio (Figueres y Morros, 2005).

3.2. ADULTEZ Y DISCAPACIDAD INTELECTUAL

Las personas adultas con discapacidad intelectual presentan menos responsabilidades al convivir, o bien con familiares, o bien en centros residenciales o pisos tutelados debido a su escasa autonomía para realizar las cosas. Aunque, estas personas, tengan más tiempo para disfrutar del ocio, las familias suelen elegir por ellas, el tipo de ocio.

3.2.1. Normalización e integración de las personas con discapacidad

Es importante concienciar a la sociedad de que las personas con discapacidad tienen los mismos derechos que las demás personas y que no tienen que ser tratadas de forma distinta. Además, también es importante que acepten que estas personas aprenden y realizan las cosas de forma diferente y que eso no es motivo para que no participen en las actividades que la comunidad ofrece, aunque necesiten más apoyos.

3.2.1.1 ¿Qué es normalización?

Se considera normalización al “logro de una existencia igual, hasta donde sea posible, a la que llevan las personas consideradas como normales” (Espinosa et al., 1995, p.27). Se trata de adaptar los recursos a las necesidades de las personas con discapacidad, hasta el punto que sea posible. Las personas con discapacidad no pueden hacer todo de la misma forma que las personas sin discapacidad porque ellos tienen una deficiencia que les impide realizarlo de la misma forma que los demás, pero es importante intentar facilitarles las cosas para que puedan hacerlas a su manera, adaptando los recursos y proporcionándoles el apoyo necesario para conseguirlo.

Sin embargo, como se expone en la Ley General de Derechos de las Personas con Discapacidad y de su Inclusión Social (2013), las personas con discapacidad forman un grupo vulnerable y la sociedad suele excluirlas por su discapacidad, por lo que restringe sus derechos y libertades condicionándoles de tal manera que les obstaculiza desarrollarse como personas de forma normalizada.

Esta ley, define la normalización como “el principio en virtud del cual las personas con discapacidad deben poder llevar una vida en igualdad de condiciones, accediendo a los mismos lugares, ámbitos, bienes y servicios que están a disposición de cualquier otra persona”. Es importante proporcionar el acceso a los mismos lugares, recursos y servicios a las personas con discapacidad para poder facilitarles su propio desarrollo personal de forma normalizada y contribuir, de esta forma, a la integración de estas personas en nuestra sociedad.

Esto supondría, sensibilizar a la sociedad para concienciarla y que facilite, a las personas con discapacidad, todo el apoyo que necesitan para favorecer su integración en la sociedad y promover su desarrollo personal. También supondría, trabajar con las personas con discapacidad para empoderarlas, con el fin de que ellas mismas sean las que defiendan el derecho a participar en las actividades de la vida social y cultural, en igualdad de condiciones.

3.2.1.2. ¿Y qué se entiende por integración social?

Tal y como expone Espinosa et al. (1995), la “integración social es la participación real y efectiva de la personas dentro de la sociedad de la que forma parte, independientemente de las limitaciones que pueda tener” (p.27). Lo que quiere decir que

la integración se consigue cuando las personas con discapacidad participan de forma activa en las mismas condiciones que el resto, independientemente de sus limitaciones.

En este sentido, el/la educador/a social debe trabajar con la sociedad para que acepte la diversidad de las personas, y concienciarla de que no se debería excluir a las personas que tienen alguna limitación, solo porque no puedan hacer las cosas de la misma forma que las demás personas.

3.2.2. Discapacidad intelectual

3.2.2.1. Concepto de discapacidad intelectual

La discapacidad intelectual “se caracteriza por limitaciones significativas tanto en el funcionamiento intelectual como en la conducta adaptativa tal y como se ha manifestado en habilidades adaptativas conceptuales, sociales y prácticas. Esta discapacidad se origina antes de los 18 años” (Asociación Americana de Discapacidades Intelectuales y del Desarrollo, 2010, p.31). Es decir, se trata de un conjunto de limitaciones que dificultan al individuo a desarrollar unas habilidades conductuales y prácticas normales dentro de su entorno.

Salvador y Rodríguez (2001) señalan que la discapacidad intelectual se caracteriza por una limitación de la inteligencia que impide llevar a cabo un funcionamiento normal del individuo dentro de su entorno. Por lo que es importante, no contribuir a esa limitación generando obstáculos que impidan a las personas con discapacidad intelectual desarrollarse de forma normalizada dentro de nuestra sociedad.

Por otra parte, Salvador y Rodríguez (2001) añaden que los componentes que caracterizan a la discapacidad intelectual son un funcionamiento intelectual inferior al promedio (coeficiente intelectual menor o igual a 70-75 puntos), una conducta adaptativa al entorno deficiente y que la discapacidad intelectual aparezca antes de los 18 años.

Estos autores consideran que en la discapacidad intelectual influyen tanto rasgos fisiológicos y psicológicos como educativos y sociales, por lo que es importante intervenir con este colectivo en los ámbitos educativo y social, para minimizar los efectos que produce su discapacidad. En este sentido, con la propuesta que se presentará más adelante, desde el ámbito educativo se trabajará con este colectivo la adquisición de

habilidades para su óptimo desarrollo personal, y, desde el ámbito social, se trabajará la adquisición de actitudes y valores, como la tolerancia, el respeto, la cooperación y la igualdad, para favorecer las relaciones interpersonales entre todos los participantes.

3.2.2.2. Niveles de discapacidad intelectual

La discapacidad intelectual se puede clasificar en diferentes niveles dependiendo de varios factores como el cociente intelectual, el grado de autonomía, la capacidad para aprender conocimientos y habilidades, y el porcentaje de minusvalía. En el Cuadro 1 se muestra la clasificación realizada por la OMS (citado por Espinosa et al., 1995, p.69):

Cuadro 1. Clasificación de la discapacidad intelectual

<i>DISCAPACIDAD PSÍQUICA</i>	<i>COCIENTE INTELLECTUAL</i>	<i>EDAD MENTAL</i>	<i>PORCENTAJE DE MINUSVALÍA</i>
LIMITE	70-80		menor 33%
LIGERA	51-69	12 años	33-45%
MEDIA	35-50	7-9 años	45-65%
SEVERA	21-34	3-5 años	65-84%
PROFUNDA	< 20	hasta 3 años	> 85%

Fuente: OMS (citado por Espinosa et al., 1995, p.69)

Espinosa et al. (1995) describen los diferentes niveles de la discapacidad psíquica (D.P.), de la siguiente manera:

- Las personas con D.P. profunda pueden llegar a caminar y comunicarse funcionalmente. Otras no caminan y se pueden considerar con capacidad mental nula. Tanto unas como otras necesitan una asistencia constante y una vigilancia absoluta.
- Las personas con D.P. severa, a través un entrenamiento sistemático, pueden desarrollar una capacidad mínima de autocuidado. No llegan a ser semi-independientes. Precisan de la supervisión de otra persona para satisfacer sus necesidades básicas.
- Las personas con D.P. media desarrollan las habilidades necesarias para comunicarse. Dependen de otras personas para su subsistencia, pero no necesariamente para su cuidado y aseo personales. Se les puede entrenar en la lectura, escritura y cálculo y pueden llegar a desempeñar algún oficio.
- Las personas con D.P. ligera son personas educables, con capacidad para leer,

escribir y hacer cálculos elementales. Pueden desarrollar habilidades sociales aceptables, pueden llegar a trabajar y pueden desarrollar una vida autónoma suficiente.

- Las personas con D.P. límite son personas de bajo nivel como consecuencia de una educación no adecuada o por carencias ambientales, trastornos afectivos,... Suelen tener problemas de adaptación social, escolar y laboral. (p.70)

A raíz de esta clasificación, destacar que, dependiendo del nivel de discapacidad intelectual que tengan las personas, éstas necesitarán más o menos apoyos para realizar las cosas. Las personas con discapacidad intelectual profunda y severa necesitarán apoyos más asistencialistas, mientras que las personas con discapacidad intelectual media, ligera y límite necesitarán apoyos para desarrollar habilidades que favorezcan su óptimo desarrollo personal. La propuesta que se presenta en este trabajo, va dirigida a personas adultas con discapacidad intelectual media, ligera y límite ya que se trabajan habilidades, tanto personales como sociales, que pueden ayudar a estas personas en su desarrollo personal.

3.2.2.3. ¿Retraso mental o discapacidad intelectual?

A lo largo de los años, ha habido un gran debate sobre el término “retraso mental”, algunos autores han utilizado el término “discapacidad psíquica”, otros “retraso mental”, y actualmente, “discapacidad intelectual”. El motivo por el que ya no se utiliza el término “retraso mental” es que, actualmente, se tienen en cuenta, no solo los factores biológicos que producen la discapacidad, sino también los factores contextuales que influyen en la discapacidad de las personas. Por ello, desde la Educación social, es importante trabajar los factores contextuales que impiden que las personas con discapacidad intelectual se desarrollen de forma óptima.

Además, Salvador y Rodríguez (2001) exponen que:

El concepto de retraso mental ha sufrido cambios importantes a lo largo de los años. En el pasado, se consideraba un coeficiente de inteligencia igual o menor de 70 puntos como único determinante del retraso. Actualmente, se cree que la puntuación del CI debe relacionarse con una evaluación y descripción detalladas de las habilidades o carencias de la persona. (p.10)

Lo que quiere decir, que, actualmente, es importante tener en cuenta, no solo el coeficiente intelectual que dictamina el nivel de discapacidad que se tiene, sino también las capacidades que tienen las personas para desarrollarse de forma óptima a lo largo de su vida. En este sentido, el/la educador/a social, trabajará con este colectivo para potenciar al máximo sus capacidades.

3.2.3. Las personas adultas con discapacidad intelectual

Dependiendo del nivel de discapacidad intelectual que tengan, las personas adultas con discapacidad intelectual tendrán más o menos capacidad. Por ejemplo, las personas adultas con discapacidad intelectual profunda y severa no tienen autonomía y carecen de capacidad para desarrollar habilidades que les permita llevar una vida mínimamente autónoma. Por otro lado, las personas adultas con discapacidad intelectual media, ligera y límite suelen tener más capacidades para desarrollar habilidades de lectoescritura y cálculo, habilidades sociales y también habilidades que les permita llevar una vida mínimamente autónoma.

Como señalan Badia y Longo (2009), en general, las personas con discapacidad intelectual suelen carecer de habilidades para utilizar los medios de transporte o conocer bien el entorno cercano para poder moverse solas. Sí que es cierto que, dependiendo del nivel de discapacidad intelectual que se tenga, se puede aprender mejor o peor a desarrollar esas habilidades.

El siguiente cuadro (Cuadro 2), recoge las habilidades conceptuales, sociales y prácticas que, las personas con discapacidad intelectual, deberían aprender a desarrollar para favorecer su propio desarrollo personal.

Cuadro 2. Ejemplos de habilidades conceptuales, sociales y prácticas

CONCEPTUAL	SOCIAL	PRÁCTICA
<ul style="list-style-type: none"> • Lenguaje (receptivo y expresivo) • Lectura y escritura • Concepto de dinero • Autodirección 	<ul style="list-style-type: none"> • Interpersonal • Responsabilidad • Autoestima • Credulidad (probabilidad de ser engañado o manipulado) • Ingenuidad • Sigue las reglas • Obedece las leyes • Evita la victimización 	<ul style="list-style-type: none"> • Comida <ul style="list-style-type: none"> - Transferencia/movilidad - Aseo - Vestido • Actividades instrumentales de la vida diaria <ul style="list-style-type: none"> - Preparación de comidas - Mantenimiento de la casa - Transporte - Toma de medicinas - Manejo del dinero - Uso del teléfono • Habilidades ocupacionales • Mantiene entornos seguros

Fuente: Adaptación de Verdugo (2003, p.10, citado por Moreno y Montero, 2007)

A raíz de este cuadro, destacar que, las personas adultas con discapacidad intelectual profunda y severa, tienen más dificultades para aprender a desarrollar estas habilidades ya que tienen menos capacidades para poder adquirirlas. Por otro lado, las personas adultas con discapacidad intelectual media, ligera y limite, suelen tener más capacidades para desarrollar estas habilidades. Con apoyos y mucha práctica, las personas con discapacidad intelectual con estos niveles podrán adquirir estas habilidades.

Sin embargo, Badia y Longo (2009) señalan que, a veces, las personas con discapacidad intelectual carecen de las experiencias de aprendizaje con las que podrían desarrollar estas habilidades a través de la práctica. Esto se debe a la sobreprotección de muchas familias que impiden que sus familiares con discapacidad intelectual aprendan a adquirir habilidades que les aportaría mayor autonomía. Es por ello, que el/la educador/a social debería trabajar con las familias para que apoyen a sus familiares con discapacidad intelectual en la adquisición de nuevas experiencias que les permita favorecer su desarrollo personal.

Las personas adultas con discapacidad intelectual suelen tener menos responsabilidades que el resto de personas adultas. A pesar de no tener un trabajo, la mayoría de ellos acuden a centros ocupacionales donde aprenden habilidades y realizan trabajos productivos.

La mayoría de las personas adultas con discapacidad intelectual dependen de sus familias y no suelen desarrollar las habilidades necesarias para valerse por ellos mismos y formar su propia familia. A pesar de esto, las personas con discapacidad tienen el mismo derecho a casarse y a tener hijos al igual que las personas que no presentan ningún tipo de discapacidad. En este ámbito, desde la Educación social, se trabajaría con las familias para que apoyen a sus familiares con discapacidad intelectual en el caso de que quieran formar su propia familia.

Por otra parte y, a diferencia del resto de las personas adultas, las personas adultas con discapacidad intelectual suelen tener pocas amistades con las que relacionarse, y la mayoría de estas relaciones suelen ser con personas que tienen una misma discapacidad. Uno de los motivos por los que esto ocurre, es porque la mayoría de familias creen que el resto de personas se van a aprovechar de ellas por tener una

discapacidad. Otro de los motivos, suele ser que, la mayoría de personas con discapacidad intelectual, presentan carencias en habilidades sociales, además de la falta de espacios que permitan la interacción de las personas adultas con discapacidad intelectual con el resto de las personas. El/la educador/a social tiene una amplia gama de ámbitos con este colectivo en los que poder trabajar para favorecer el desarrollo personal y social de estas personas.

3.2.4. El ocio de las personas adultas con discapacidad intelectual

El tiempo libre de las personas adultas con discapacidad intelectual es mayor ya que tienen menos responsabilidades que el resto de las personas adultas. Mientras que las personas adultas tienen que responsabilizarse de su trabajo y el cuidado de sus familias, las personas adultas con discapacidad intelectual no tienen ese tipo de responsabilidades, sino que se dedican a hacer unas tareas mínimas ya que tardan más tiempo en hacer las cosas debido a sus capacidades.

A pesar de ello, el tiempo libre de las personas adultas con discapacidad intelectual está cubierto por actividades como ver la televisión, jugar a videojuegos, dar paseos, leer en solitario, etc. Actualmente, las asociaciones que se dedican a trabajar con estas personas tienen una gran variedad de actividades de ocio dirigidas a personas con discapacidad intelectual.

El ocio de las personas con discapacidad intelectual no depende de las propias personas con discapacidad intelectual, sino depende de sus familias. Como señalan Badia y Longo (2009) “los padres ejercen frecuentemente un control e influencia sobre la elección de las actividades de ocio en las personas con DI” (p.33). Las personas con discapacidad intelectual no tienen autodeterminación para elegir su propio ocio, sino que son las familias las que lo eligen por ellos. Además, estos autores también afirman que “los padres y familiares manifiestan miedos y preocupaciones por la seguridad de sus hijos” (36). La familia tendría que elegir el tipo de ocio que sea más adecuado para asegurar el bienestar de la propia persona con discapacidad intelectual, contando, en todo momento, con los intereses de la propia persona con discapacidad intelectual.

Las personas con discapacidad intelectual suelen participar en actividades de ocio dirigidas específicamente a ellos, y no participan en actividades de ocio con personas sin discapacidad.

Para fomentar la integración y la normalización de las personas con discapacidad intelectual es importante ofrecer actividades de ocio dirigidas tanto a personas con discapacidad intelectual como a personas sin discapacidad. Como dicen Badia y Longo (2009), el ocio no tiene fines terapéuticos, sino que su fin es disfrutar del tiempo libre y mejorar la calidad de vida de todas las personas.

Las actividades que se ofrezcan tendrían que estar adaptadas de acuerdo a las capacidades de cada uno. Por ello, es importante contar con profesionales que tengan una gran variedad de recursos y que sepan adaptar las actividades en todo momento.

Como conclusión, destacar la importancia de elegir, con las propias personas adultas con discapacidad intelectual, el tipo de ocio al que quieren acudir, al mismo tiempo que se vela por la seguridad de estas personas. También es importante, que las asociaciones, entidades y ayuntamientos ofrezcan actividades de ocio dirigidas tanto a personas con discapacidad intelectual como a personas sin discapacidad, para favorecer la normalización y la integración de estas personas, teniendo en cuenta, en todo momento, las capacidades de cada uno. Para ello, también es importante que, los profesionales que diseñan las actividades, sepan adaptarlas a las capacidades de cada persona.

CAPITULO IV: PROPUESTA DE INTERVENCIÓN

4.1. INTRODUCCIÓN

La propuesta que se presenta es un taller de teatro dirigido a personas adultas con discapacidad intelectual y a personas sin discapacidad del municipio de Tudela de Duero (Valladolid), como una actividad más de ocio que ofrece la comunidad. Este taller comprende recursos y dinámicas teatrales que favorecen el desarrollo personal de las personas participantes y contribuye al disfrute de su tiempo libre.

4.2. JUSTIFICACIÓN

Algunas personas con discapacidad intelectual se encuentran, en algunos ámbitos, excluidas de la sociedad. Debido a su discapacidad, estas personas no pueden participar de la misma forma que el resto de la población en las actividades de ocio, ya que estas tendrían que estar adaptadas a sus capacidades. Por ello, estas personas suelen participar en actividades de ocio que ofrecen las asociaciones que trabajan, específicamente, para ellas.

En el municipio de Tudela de Duero (Valladolid), se ha detectado la necesidad de crear un ocio inclusivo para las personas adultas con discapacidad intelectual ya que, estas personas, tienen que desplazarse a la ciudad para poder disfrutar de su tiempo de ocio, debido a que, en Tudela de Duero, hay pocos espacios y pocas actividades de ocio adaptadas a ellas. Además, otras personas adultas con discapacidad intelectual que no tienen la autonomía suficiente para poder desplazarse por sí solas a la ciudad, tienen que conformarse con un ocio más solitario, como ver la televisión o leer un libro en sus casas. Por ello, es importante solventar la necesidad de crear un ocio inclusivo dirigido a promover la participación de las personas adultas con discapacidad intelectual en este municipio.

¿Por qué el teatro? El teatro es una buena forma de expresar emociones, sentimientos, de desarrollar la imaginación y la creatividad de las personas con discapacidad intelectual, de potenciar su autonomía y de favorecer su integración en la sociedad en la que viven.

A nivel personal, una propuesta como esta, aumenta la confianza de las personas con discapacidad intelectual, les dota de habilidades para favorecer su óptimo desarrollo personal, les hace sentirse parte de un grupo, mejora sus relaciones interpersonales, aumenta sus relaciones sociales, disfrutan de su tiempo libre, contribuyen a su propio proceso de integración en la sociedad, favorece su autonomía y su autodeterminación, etc.

A nivel social, se concientiza a la población sobre la participación de las personas con discapacidad intelectual y, también, se la hace reflexionar sobre la importancia de normalizar esta discapacidad y de no tratar a estas personas de forma diferente.

4.3. CONTEXTUALIZACIÓN

El taller de teatro que se propone, se llevaría a cabo en el municipio de Tudela de Duero (Valladolid), donde se ha detectado la necesidad de promover la participación de las personas adultas con discapacidad intelectual en las actividades de ocio que ofrece la comunidad.

Tudela de Duero es una localidad de la provincia de Valladolid (Castilla y León), situada a 17km. de la provincia. Este municipio cuenta con una población de 8.582 habitantes, según los datos registrados por el Instituto Nacional de Estadística (2016). El nivel económico de los habitantes es, en general, de nivel medio-alto en las zonas situadas en el centro, mientras que en las afueras del municipio, el nivel económico es bastante bajo siendo la población gitana los protagonistas de esas zonas.

En este municipio, predominan las asociaciones culturales, deportivas, educativas y vecinales. Para la población con discapacidad intelectual, el municipio cuenta con un Taller Ocupacional que se encuentra integrado en la Red de Servicios del Ámbito Rural para Personas con Discapacidad.

Según los últimos datos registrados por el Centro de Acción Social (CEAS) de Tudela de Duero, que datan de la Memoria del año 2015, el número de personas adultas con discapacidad intelectual registradas es de 15 personas, la mayoría de ellas en los niveles medio, ligero y límite. Según la información proporcionada por el CEAS, aún hay muchos más casos de discapacidad intelectual en Tudela de Duero sin registrar.

El taller se ofrecería como una actividad más de ocio como las que ofrecería el Ayuntamiento de Tudela de Duero para sus habitantes.

Las personas interesadas en esta actividad, tendrían que informarse y apuntarse en la Casa de Cultura de Tudela de Duero.

La información sobre el taller, aparte de la información que se proporcionaría en la Casa de Cultura, también se proporcionaría a través de carteles que se pegarían por el pueblo para animar a los habitantes, y sobre todo, a personas con discapacidad intelectual, a participar.

El Ayuntamiento financiaría la mayor parte de este taller, y la otra parte, lo financiarían las personas participantes que contribuirían con una cantidad de 5 euros por inscribirse. La obra final que representen en el Auditorio Municipal, tendría un coste para el público de 3 euros/persona, y ese dinero que se recaudase, se donaría a las asociaciones que trabajan para las personas con discapacidad.

Las sesiones se trabajarían en el edificio de “La Casa de la Cruz”, propiedad del Ayuntamiento, que está adaptada para ensayar y representar pequeñas obras de teatro y, además, se encuentra en el centro del pueblo.

La obra final, se representaría en el Auditorio de Tudela de Duero (propiedad, también, del Ayuntamiento).

El Ayuntamiento de Tudela de Duero se encargaría de contratar a un/a educador/a social para llevar a cabo el taller, ya que, este profesional, estaría más cualificado/a para desempeñar las funciones que requieren la gestión de este taller.

4.4. DESTINATARIOS

El taller iría dirigido, principalmente, a personas adultas con discapacidad intelectual, y también, a personas sin discapacidad para favorecer la inclusión de las personas con discapacidad intelectual en las actividades de ocio. Todas las actividades irán dirigidas a todos los/as participantes del taller, independientemente de si tienen o no discapacidad.

El grupo de participantes en el taller no sobrepasaría las 10 personas, entre personas con o sin discapacidad intelectual, ya que con grupos reducidos se trabaja mejor. Se trataría de que el número de personas con discapacidad intelectual que participan en el taller sea el mismo número de personas sin discapacidad.

En general, esta propuesta podría llevarse a cabo con personas con discapacidad intelectual media, ligera y límite ya que tienen más capacidad para poder adquirir las

habilidades que se trabajan en esta propuesta, además de cumplir, la mayoría de ellos, con los requisitos que se piden a continuación.

Los requisitos que se piden para poder participar en el taller son:

- Ser mayor de 18 años
- Saber leer y escribir
- Tener cierto grado de autonomía

4.5. OBJETIVOS

Generales:

- Favorecer el desarrollo personal de todos los/as participantes a través de recursos y dinámicas teatrales.
- Promover la participación de las personas adultas con discapacidad intelectual en las actividades de ocio de la comunidad para favorecer su integración (este objetivo está implícito en todos los objetivos específicos ya que se encuentra reflejado en todas las sesiones del taller, incluido también en la obra de teatro que se representaría al final para la comunidad).

Específicos:

- Mejorar la autoestima de todos los/as participantes para ganar confianza en sí mismos.
- Favorecer la confianza y la cohesión del grupo para fomentar una relación positiva entre todos los/as participantes.
- Motivar a todos los/as participantes a expresarse y a desinhibirse para perder la vergüenza o el miedo a hacer el ridículo delante de los demás.
- Favorecer la expresión de acciones, actitudes y emociones a través del cuerpo.
- Desarrollar la expresión oral de todos los/as participantes para ayudarles a expresarse mejor con la voz.
- Fomentar el autocontrol emocional ante situaciones de ansiedad e inquietud.
- Favorecer la capacidad de improvisación de todos los/as participantes para estimular su creatividad.

4.6. HABILIDADES A TRABAJAR EN LOS BLOQUES

- Autoestima
- Confianza y cohesión grupal
- Desinhibición
- Expresión corporal
- Expresión oral
- Autocontrol emocional
- Improvisación

En cada bloque se trabajará una habilidad diferente. Las habilidades que se van a trabajar tienen relación con los objetivos específicos. Por tanto, a cada bloque le corresponde un objetivo específico que tiene relación con la habilidad a trabajar.

4.8. METODOLOGÍA

La metodología que se llevará a cabo será una metodología activa y participativa, donde se promueva la participación de todos los miembros del grupo en las diferentes actividades. También, será una metodología integradora, que favorezca la tolerancia, la cooperación, el respeto y la aceptación de la diversidad.

El taller integra recursos y dinámicas que fomentan la adquisición de las habilidades, favoreciendo así el desarrollo personal de todos los/as participantes.

4.9. RECURSOS Y ESPACIOS

Recursos humanos:

El Ayuntamiento contrataría a un/a educador/a social para llevar a cabo las diferentes sesiones y proporcionar los apoyos que sean necesarios.

También se pediría la participación del grupo de teatro de Tudela de Duero “PERIPECIA”, que apoyaría en las sesiones de creación de la obra teatral.

Recursos materiales:

En los diferentes bloques se especifican los recursos materiales que se necesitarán. Estos materiales los proporcionaría el Ayuntamiento.

Espacios:

Las diferentes sesiones se realizarían en la Casa de la Cruz, un espacio, propiedad del Ayuntamiento, adaptado para la realización de actividades teatrales y musicales. Además, también se haría un uso puntual de la sala de informática de la Biblioteca Municipal.

En el Auditorio Municipal se realizarían los ensayos y la representación final de la obra teatral.

4.10. TEMPORALIZACIÓN

Calendario 2017

Septiembre							Octubre							Noviembre							Diciembre							
Lu	Ma	Mi	Ju	Vi	Sa	Do	Lu	Ma	Mi	Ju	Vi	Sa	Do	Lu	Ma	Mi	Ju	Vi	Sa	Do	Lu	Ma	Mi	Ju	Vi	Sa	Do	
	4	5	6	7	8	9	10			1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17		
	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24														
18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30																

El taller empezaría el 18 de septiembre y se daría por finalizado el 23 de diciembre tras la representación de la obra final en el Auditorio Municipal. El taller se realizaría en tres sesiones a la semana, con una duración de 1h y 30 minutos aproximadamente por sesión.

A continuación se presenta la distribución de las habilidades a trabajar en el taller en función de los días.

- **Autoestima:** del 18 de septiembre al 22 de septiembre
- **Confianza y cohesión grupal:** del 25 de septiembre al 29 de septiembre
- **Desinhibición:** del 2 de octubre al 6 de octubre
- **Expresión corporal:** del 9 de octubre al 13 octubre
- **Expresión oral:** del 16 de octubre al 20 de octubre
- **Autocontrol emocional:** del 23 de octubre del 27 de octubre
- **Improvisación:** del 30 de octubre al 3 de noviembre
- **Obra teatral (creación, ensayos y preparación):** del 6 de noviembre al 22 de diciembre.

4.7. BLOQUES:

<p>BLOQUE 1: <u>AUTOESTIMA</u> Valorarse de forma positiva es importante para el bienestar personal. A través del método <i>GROW</i> basado en el logro de metas, los/as participantes se verán más satisfechos consigo mismos.</p>	<p>Objetivo: Mejorar la autoestima de los/as participantes para ganar confianza en sí mismos. Duración: 3 días, 1h y 30 min/sesión. Espacios: espacio del edificio “Casa de la Cruz” Recursos materiales: Ninguno Recursos humanos: 1 educador/a social para dirigir las actividades y ofrecer los apoyos que se necesiten.</p>
<p>Sesión 1: dinámica de presentación: en círculo y de pie, cada participante dirá su nombre y algo positivo que le haya pasado en esa semana. Después cada participante dirá lo que más le haya llamado la atención y el nombre del participante que lo haya dicho. Después, se explicará a los/as participantes en que consiste el método <i>GROW</i>. A continuación se les preguntará las metas que se plantean lograr a lo largo de esa semana, tienen que plantearse metas realistas de acuerdo a su situación, y también se les dirá que reflexionen sobre las opciones que tienen para conseguirlo, y que se comprometan a intentar lograr esa meta.</p> <p>Sesión 2: durante los primeros 15 minutos, se hablará con los/as participantes sobre las cosas que están haciendo para conseguir su meta, y cómo se sienten al estar cerca de conseguirlo. Después se realizarán varias dinámicas que contribuirán a favorecer la autoestima de los/as participantes. Una de las dinámicas consistirá en que, cada participante, tiene que decir al resto, tres cualidades físicas y tres cualidades de su personalidad que les guste de ellos mismos. Otra de las dinámicas consistirá en que, por parejas, cada participante tendrá 5 minutos para conocer a su pareja y, después, tienen que “venderla” al resto, destacando las cosas positivas de ella.</p> <p>Sesión 3: para esta última sesión, se reflexionará con los participantes sobre si han conseguido la meta que se habían propuesto, si es así ¿cómo lo han conseguido? si es que no ¿qué ha fallado y cómo puedo mejorar? Después se les preguntará cómo se han sentido durante todo el proceso. Por último, se les propondrá un ejercicio que pueden realizar todos los días para sentirse mejor día a día y que consiste en escribir las cosas que han hecho durante el día por las que se hayan sentido orgullosos.</p>	
<p>Adaptaciones: Se ofrecerá todo el apoyo que los/as participantes necesiten a lo largo de la sesión.</p> <p>Evaluación: Al principio del bloque se pasará una rúbrica de evaluación sobre la habilidad a trabajar. Esa rúbrica también se pasará al final del bloque para conocer si ha habido una evolución tras las sesiones. A los 10 minutos de finalizar cada sesión se hará una reflexión grupal.</p> <p>Fuentes consultadas: http://blogs.sefac.org/rincon-linimento/una-herramienta-del-coaching-modelo-grow?destination=node/334 http://www.ceice.gva.es/orientados/profesorado/descargas/autoestima.pdf http://www.educarueca.org/spip.php?article598 http://psiqueviva.com/psicologia-positiva-las-tres-cosas-buenas/</p>	
<p>BLOQUE 2: <u>CONFIANZA Y COHESIÓN GRUPAL</u> La confianza es importante para fortalecer la relación en el grupo. Con dinámicas de confianza y cooperación grupal se pretende fortalecer la relación entre los/as participantes.</p>	<p>Objetivo: Favorecer la confianza y la cohesión del grupo para fomentar una relación positiva entre todos los/as participantes. Duración: 3 días, 1h y 30 min/sesión. Espacios: espacio del edificio “Casa de la Cruz” Recursos materiales: Folios, bolígrafos, pinturas Recursos humanos: 1 educador/a social para dirigir las actividades y ofrecer los apoyos que se necesiten.</p>

Sesión 1: en la primera sesión se realizará unas dinámicas para favorecer la confianza entre los/as participantes. Una de las dinámicas consistirá en que el grupo caminará por la sala, con los ojos cerrados, y cuando se encuentren con algún compañero, tendrán que cogerse de la mano y buscar a otro compañero, así hasta que todos se hayan juntado. Otra de las dinámicas consistirá en que el grupo estará dispuesto en círculo y uno/a de los/as participantes en el centro. Este/a participante se balanceará hacia los lados y el resto tendrá que cogerle y evitar que se caiga.

Sesión 2: en la segunda sesión se realizarán varios ejercicios de cooperación. Uno de los ejercicios consistirá en que el grupo se dividirá por parejas, a cada pareja se le dará un bolígrafo y un folio donde tendrán que dibujar de forma conjunta. Para ello los dos miembros de la pareja tendrán que coger el bolígrafo y dibujar algo entre los dos, después lo presentarán al resto del grupo. Otra actividad consistirá en que el grupo dividido en dos subgrupos, tendrán que formar un puzle diferente de forma conjunta. Otra de las actividades consistirá en el juego “Perdidos en la Luna” (ver ANEXO 1), en el que, el grupo se dividirá en dos subgrupos para ponerse de acuerdo en el orden de prioridad de los objetos, y después se abrirá un debate para que el grupo en su totalidad se pongan de acuerdo en el orden de prioridad.

Sesión 3: en la última sesión, se dividirá a los/as participantes en dos subgrupos. Cada subgrupo tendrá que crear un personaje en 30 minutos de forma conjunta. Para ello, tendrán que dibujarlo y describir su físico y su personalidad. Después lo presentarán al resto de compañeros.

Adaptaciones: en las dinámicas, se procurará dejar la sala libre de obstáculos para garantizar la seguridad de los/as participantes. Los subgrupos que se hagan, se compondrán tanto de participantes con y sin discapacidad intelectual para que haya equilibrio y se ayuden entre ellos. Además, el/la educador/a social proporcionará los apoyos que los/as participantes requieran.

Evaluación: Al principio del bloque se pasará una rúbrica de evaluación sobre la habilidad a trabajar. Esa rúbrica también se pasará al final del bloque para conocer si ha habido una evolución tras las sesiones. A los 10 minutos de finalizar cada sesión se hará una reflexión grupal.

Fuentes consultadas:

<http://teatro.es/contenidos/canalTeatroInfantil/propuestaDeMotivacion/confianza.html>
<http://cajondeherramientas.com.ar/wp-content/uploads/2015/07/MANUAL-DINAMICAS.pdf>
<https://jugamos.jimdo.com/din%C3%A1micas-de-cooperaci%C3%B3n/dibujo-cooperativo/>
<https://sites.google.com/site/elkarezagutzendugu/home/el-juego-de-la-n-a-s-a>

BLOQUE 3: DESINHIBICIÓN

La desinhibición permite a las personas expresarse libremente. Las dinámicas de desinhibición ayudan a las personas a vencer la vergüenza y la inseguridad.

Objetivo: Motivar a todos los/as participantes a expresarse y a desinhibirse para perder la vergüenza o el miedo a hacer el ridículo delante de los demás.

Duración: 3 días, 1h y 30 min/sesión.

Espacios: espacio del edificio “Casa de la Cruz”.

Recursos materiales: folios y pinturas de colores.

Recursos humanos: 1 educador/a social para dirigir las actividades y ofrecer los apoyos que se necesiten.

Sesión 1: en la primera sesión se trabajará algunas dinámicas para favorecer la desinhibición de los/as participantes. Una de estas dinámicas consistirá en que, el grupo dispuesto en círculo, imitará todos los movimientos que haga el/la educador/a social. También puede empezar el/la educador/a social haciendo un movimiento y después el/la participantes que tiene a su derecha y así seguidamente, incorporando nuevos movimientos.

Otra de las actividades consistiría en pasar una pelota imaginaria. Esta pelota puede ser pesada o ligera, dependiendo de las características que la den los/as participantes.

Sesión 2: en la segunda sesión, se trabajará la risa. Para ello se realizará diferentes dinámicas de risoterapia. Una de las dinámicas consistiría en que los/as participantes anden por el espacio y cada vez que se encuentren con un objeto o con otro participante se rían, Otra de las dinámicas consistiría en que, por parejas, los miembros de la pareja interactúen mediante la risa, sin utilizar palabras.

Sesión 3: en la última sesión, los/as participantes tendrán que dibujar un payaso y, después, tendrán que contar, cada uno, una historia divertida en la que su payaso sea el protagonista.

Adaptaciones: el/la educador/a social proporcionaría todo el apoyo que los/as participantes necesiten para

hacer las diferentes actividades.

Evaluación: Al principio del bloque se pasará una rúbrica de evaluación sobre la habilidad a trabajar. Esa rúbrica también se pasará al final del bloque para conocer si ha habido una evolución tras las sesiones. A los 10 minutos de finalizar cada sesión se hará una reflexión grupal.

Fuentes consultadas:

<http://teatro.es/contenidos/canalTeatroInfantil/propuestaDeMotivacion/desinhibicion.html>

<https://sites.google.com/site/educacioninfantil35/juegos/ejercicios-de-risoterapia>

<p>BLOQUE 4: <u>EXPRESIÓN CORPORAL</u> Con el cuerpo se comunica mucho más que con lo que expresamos a través de la voz. Por ello, es importante favorecer la expresión corporal para comunicar mejor todo aquello que queremos transmitir.</p>	<p>Objetivo: Favorecer la expresión de acciones, actitudes y emociones a través del cuerpo. Duración: 3 días, 1h/día Espacios: espacio del edificio “Casa de la Cruz” Recursos materiales: papel, bolígrafo, bolsa Recursos humanos: 1 educador/a social para dirigir las actividades y ofrecer los apoyos que se necesiten.</p>
<p>Sesión 1: en la primera sesión se trabajará la expresión de acciones a través de varios ejercicios de expresión corporal, como por ejemplo se pedirá a los/as participantes que anden como si estuvieran dentro del barro, o anduvieran cojos, etc. También se les pedirá que expresen que se limpian los zapatos, que están cocinando un huevo, o que están montando en bicicleta, que suben por una cuerda o por una escalera, etc.</p> <p>Sesión 2: en la segunda sesión, se trabajaría con los/as participantes la expresión de las emociones a través del rostro y del cuerpo. Para ello, los/as participantes tendrán que sacar un papelito de una bolsa tendrá el/la educador/a social con diferentes emociones a representar por ellos/as. Por ejemplo, si uno/a de los/as participantes saca “tristeza” tendrá que representar a una persona triste, tanto con su rostro como con el cuerpo.</p> <p>Sesión 3: en la última sesión, los/as participantes tendrán que representar diferentes historias con el rostro y el cuerpo. Para ello, los/as participantes podrán moverse por todo el espacio disponible para representarlo. Las historias que representarían se pueden ver en el ANEXO 2.</p>	
<p>Adaptaciones: el/la educador/a social proporcionaría todo el apoyo que los/as participantes necesiten para hacer las diferentes actividades.</p> <p>Evaluación: Al principio del bloque se pasará una rúbrica de evaluación sobre la habilidad a trabajar. Esa rúbrica también se pasará al final del bloque para conocer si ha habido una evolución tras las sesiones. A los 10 minutos de finalizar cada sesión se hará una reflexión grupal.</p> <p>Fuentes consultadas: http://www.efdeportes.com/efd150/expresion-mimica-corporal-una-propuesta-practica.htm http://servicios.educarm.es/templates/portal/ficheros/websDinamicas/97/edinfantilpsicomotricidad.pdf</p>	

<p>BLOQUE 5: <u>EXPRESIÓN ORAL</u> Con la voz transmitimos todo aquello que queremos decir. Por ello es importante trabajar la expresión oral para vocalizar bien y expresar de forma clara y correcta lo que se quiere decir.</p>	<p>Objetivo: Desarrollar la expresión oral de todos los/as participantes para ayudarles a expresarse mejor con la voz. Duración: 3 días, 1h y 30 min/sesión. Espacios: espacio del edificio “Casa de la Cruz” y sala de informática de la Biblioteca Municipal. Recursos materiales: folios y bolígrafos, ordenadores/grabadoras de VOZ. Recursos humanos: 1 educador/a social para dirigir las actividades y ofrecer los apoyos que se necesiten.</p>
<p>Sesión 1: en la primera sesión se trabajará la pronunciación. Para ello, los/as participantes pronunciarán de forma sostenida las cinco vocales (aaaaa, eeeee, iiiiii, ooooo, uuuuu), y en diferentes tonos, para ejercitar las cuerdas vocales. También se trabajará la pronunciación de las diferentes consonantes. Después, se trabajará la entonación de frases como “Hoy hace calor” (con tono alegre, y después con tono triste o de desagrado).</p>	

<p>Sesión 2: en la segunda sesión, se llevará a los participantes a la sala de informática situada en la Biblioteca Municipal (propiedad del Ayuntamiento), donde los/as participantes, grabarán algunas frases en diferentes tonalidades para que luego escuchen como suena esa misma frase con una entonación diferente.</p> <p>Sesión 3: en la última sesión, se hará un role playing en el que los/as participantes tendrán que representar algunos personajes, imitando con su voz a los diferentes personajes (ejemplo, si un/a participante tiene que representar un ogro, tendrá que poner voz de ogro).</p>
<p>Adaptaciones: el/la educador/a social proporcionaría todo el apoyo que los/as participantes necesiten para hacer las diferentes actividades.</p> <p>Evaluación: Al principio del bloque se pasará una rúbrica de evaluación sobre la habilidad a trabajar. Esa rúbrica también se pasará al final del bloque para conocer si ha habido una evolución tras las sesiones. A los 10 minutos de finalizar cada sesión se hará una reflexión grupal.</p> <p>Fuentes consultadas: http://www.aprenderlocucion.com/p/ejercicios.html http://teatrosoloteatrotuguia.blogspot.com.es/2009/08/la-vocalizacion.html</p>

<p>BLOQUE 6: AUTOCONTROL EMOCIONAL A través de técnicas de relajación y Mindfulness se consigue un estado de calma que ayuda al bienestar de nuestro cuerpo y de nuestra mente.</p>	<p>Objetivo: Fomentar el autocontrol emocional ante situaciones de ansiedad e inquietud. Duración: 3 días, 1h y 30 min/sesión. Espacios: espacio del edificio “Casa de la Cruz” Recursos materiales: sillas Recursos humanos: 1 educador/a social para dirigir las actividades y ofrecer los apoyos que se necesiten.</p>
<p>Sesión 1: en la primera sesión se trabajará con los/as participantes la respiración diafragmática que ayuda a relajar el cuerpo en situaciones de estrés. Esta técnica también se trabajará invitando a los/as participantes a cerrar los ojos y a imaginar que están en un lugar relajante, como por ejemplo en una playa desierta. Además, se les enseñará a aplicarse presión en ciertas zonas del cuerpo que ayudan a relajarse. Estos puntos de presión pueden verse en el ANEXO 3.</p> <p>Sesión 2: en la segunda sesión, se practicaría algunos ejercicios de Mindfulness que ayudan a reducir la ansiedad. Uno de los ejercicios que se realizaría sería el siguiente: el grupo dispuesto en círculo se sentarían en sillas con la columna recta y los pies apoyados en el suelo. Después se les pediría que cierren los ojos y que sientan su respiración y la pesadez del cuerpo al dejar sus músculos relajados. Con este ejercicio también se trabajaría la respiración diafragmática. Otro ejercicio consistiría en escuchar los sonidos que les rodea. Para ello, los/as participantes tendrán que cerrar los ojos y estar completamente en silencio, centrándose únicamente en los sonidos de su alrededor.</p> <p>Sesión 3: en la última sesión también se seguiría trabajando ejercicios de Mindfulness. Los/as participantes se dispondrán por la sala, sentados en sillas y se les pediría que se centren en cualquier objeto que vean a su alrededor. Se les pediría que se centren en el objeto que ven, su forma, su textura aunque no la puedan tocar, etc.</p>	
<p>Adaptaciones: el/la educador/a social proporcionaría todo el apoyo que los/as participantes necesiten para hacer las diferentes actividades.</p> <p>Evaluación: Al principio del bloque se pasará una rúbrica de evaluación sobre la habilidad a trabajar. Esa rúbrica también se pasará al final del bloque para conocer si ha habido una evolución tras las sesiones. A los 10 minutos de finalizar cada sesión se hará una reflexión grupal.</p> <p>Fuentes consultadas: http://buenavibra.es/movida-sana/bienestar/los-13-puntos-de-acupresion-para-relajarse-y-dormir-bien/ https://psicologiaymente.net/meditacion/ejercicios-mindfulness-mejorar-bienestar</p>	

<p>BLOQUE 7: <u>IMPROVISACIÓN</u></p> <p>Saber improvisar es muy importante a la hora de quedarse en blanco enfrente de un público.</p>	<p>Objetivo:Favorecer la capacidad de improvisación de todos los/as participantes para estimular su creatividad.</p> <p>Duración:3 días, 1h y 30 min/sesión.</p> <p>Espacios:Salones de actos de los colegios públicos de Tudela de Duero.</p> <p>Recursos materiales:Ninguno</p> <p>Recursos humanos:1 educador/a social para dirigir las actividades y proporcionar los apoyos que sean necesarios.</p>
<p>Sesión 1: En las tres sesiones de este bloque, se realizaría un <i>MATCH DE IMPROVISACIÓN</i> en los colegios públicos de Tudela de Duero. El match de improvisación consiste en que, por equipos, se representan escenas improvisadas. Los/as alumnos/as elegirían el tema de improvisación entre los temas que el/la educador/a social proponga, se procuraría que sean temas sencillos para que todos puedan representarlos. El/la educador/a social actuaría como árbitro y establecería las características de la improvisación una vez elegido el tema a improvisar. En el match de improvisación hay tres tipos de improvisación:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Mixta: los dos equipos improvisan juntos - Comparada: los dos equipos improvisan el mismo tema por separado - Seguida: un equipo continúa la improvisación del otro equipo con los mismos personajes. <p>Con esta actividad también se sensibilizaría a los/as alumnos/as de los colegios sobre la inclusión de las personas con discapacidad.</p> <p>En la primera sesión, el match de improvisación se representaría en el Colegio Público Gloria Fuertes.</p> <p>Sesión 2:en la segunda sesión, el match de improvisación se representaría en el Colegio Público Pinoduro.</p> <p>Sesión 3:en la última sesión, el match de improvisación se representaría en el Colegio Público Lola Herrera.</p>	
<p>Adaptaciones: Se procuraría que los temas a improvisar sean sencillos para que todos/as los/as participantes puedan representarlos.</p> <p>Evaluación: Al principio del bloque se pasará una rúbrica de evaluación sobre la habilidad a trabajar. Esa rúbrica también se pasará al final del bloque para conocer si ha habido una evolución tras las sesiones. A los 10 minutos de finalizar cada sesión se hará una reflexión grupal.</p> <p>Fuentes consultadas:</p> <p>http://europa.eu/youth/es/article/41/18328_es</p> <p>https://www.feandalucia.ccoo.es/docu/p5sd7152.pdf</p>	

<p>BLOQUE 8: <u>OBRA TEATRAL</u></p> <p>El resto de días hasta el 22 de diciembre, se procedería a la creación la de obra teatral por parte de los/as participantes. Para ello, se contaría también, aparte de con el/la educador/a social que lo dirige, con la colaboración del grupo de teatro de Tudela de Duero “PERIPECIA” para que apoyen a los/as participantes en todo el proceso de creación de la obra.</p>	<p>Objetivo:Poner en práctica todos los objetivos trabajados</p> <p>Duración:las sesiones serán de 1h y 30 minutos</p> <p>Espacios:Auditorio Municipal de Tudela de Duero</p> <p>Recursos materiales:diferentes materiales para la decoración y el vestuario de la representación teatral (luces, telas, decorado de cartón, etc), y también para la elaboración de los carteles.</p> <p>Recursos humanos:1 educador/a social y la colaboración del grupo de teatro “PERIPECIA” de Tudela de Duero para apoyar los ensayos y la representación teatral.</p>
---	--

Para llevar a cabo la creación de la obra, se seguirá los siguientes pasos:

1º) TEMA: al ser una obra creada por el propio grupo, estos se reunirán y tendrán que elegir el tema del cual tratará la obra. Para ello, el monitor/a, con apoyo del grupo de teatro “PERIPECIA”, motivará al grupo, mediante una tormenta de ideas, a recopilar varios temas, para luego elegir el tema final del cual tratará la obra.

2º) IMPROVISACIÓN A PARTIR DEL TEMA: después de tener el tema final elegido, los/as participantes, tendrán que improvisar sobre cómo se puede desarrollar el tema. Se trata de crear una historia a partir del tema.

3º) PERSONAJES: una vez desarrollada la historia, se procederá a la descripción de los personajes y la relación que hay entre ellos.

4º) ESPACIO Y TIEMPO: después de haber descrito a los personajes, se pueden describir las diferentes escenas, los espacios donde se desarrolla la historia y el tiempo en el que transcurre.

5º) GUIÓN: después de tener todos los elementos de la obra, se procederá a la creación del guion. Para ello, los/as participantes tendrán que describir las diferentes escenas y escribir los diálogos de los personajes que aparecen en cada escena.

6º) LECTURA GENERAL Y DRAMÁTICA DEL GUIÓN: tras la creación de la obra, se procederá a la repartición de los papeles. A continuación, se hará una lectura general y después, una lectura dramática del guion.

7º) ENSAYOS: se dedicarán varias sesiones a los ensayos de la obra. Durante los ensayos, los/as participantes recibirán apoyo del/la monitor/a y de los actores del grupo de teatro “PERIPECIA”.

8º) PREPARACIÓN DEL DECORADO Y DE LA PUBLICIDAD: se dedicarán varias sesiones a preparar la escenografía de la obra (decoración, vestuario, sonido, luces). Para ello, se repartirán las diferentes tareas. Los actores del grupo de teatro “PERIPECIA” ayudaran a los/las participantes a preparar toda la escenografía. En estas sesiones, también se diseñarán los carteles que difundirán por el pueblo para atraer al público a ver la obra final.

9º) REPRESENTACIÓN DE LA OBRA: finalmente, la obra ensayada y creada por los propios participantes, se representará en el auditorio de Tudela de Duero. El precio de la entrada será de 3 euros. Este dinero recaudado se donará a las entidades que trabajan para las personas con discapacidad.

Adaptaciones: No requiere adaptaciones específicas.

Evaluación: se haría una reflexión final del taller tras la representación de la obra.

La obra que se represente, podría representarse también en otros pueblos y en las ciudades con el fin de sensibilizar sobre la participación de las personas con discapacidad intelectual.

4.11. EVALUACIÓN

Para evaluar el taller, se llevará a cabo una evaluación inicial, una evaluación continua en las diferentes sesiones, y una evaluación final.

Evaluación inicial: Al principio de cada bloque del taller, se pasará a los/as participantes una rúbrica de evaluación sobre la habilidad a trabajar. Las rúbricas que se pasarán son las siguientes:

BLOQUE 1: AUTOESTIMA

Nombre: _____

1 Totalmente en desacuerdo; 2 desacuerdo; 3 de acuerdo; 4 Totalmente de acuerdo.

	1	2	3	4
Estoy satisfecho/a con mis logros.				
Estoy seguro/a de poder hacer muchas cosas si pongo empeño en conseguirlo.				
No suele preocuparme si caigo bien o mal a los demás.				
Estoy satisfecho/a con mi forma de ser.				
Estoy satisfecho/a con mi físico				
Valoro las cualidades que tengo.				
En general, me siento orgulloso/a de mí mismo/a				

BLOQUE 2: CONFIANZA Y COHESIÓN GRUPAL

Nombre: _____

1 Totalmente en desacuerdo; 2 desacuerdo; 3 de acuerdo; 4 Totalmente de acuerdo.

	1	2	3	4
Me gusta relacionarme con otras personas, ya tengan discapacidad o no.				
Cojo confianza fácilmente con otras personas.				
Tengo facilidad para hacer amigos.				
Suelo estar cómodo/a con otras personas.				
Suelo interactuar fácilmente con otras personas.				
Me siento valorado/a por las personas que me rodean.				

BLOQUE 3: DESINHIBICIÓN

Nombre: _____

1 Totalmente en desacuerdo; 2 desacuerdo; 3 de acuerdo; 4 Totalmente de acuerdo.

	1	2	3	4
Me siento cómodo/a frente a otras personas.				
No temo llamar la atención.				
No me avergüenza hacer cosas ridículas.				
No me importa lo que los demás piensen de mí.				
No me preocupa hacer el ridículo delante de otras personas.				
No me importa causar una impresión vergonzosa ante los demás.				

BLOQUE 4: EXPRESIÓN CORPORAL

Nombre: _____

1 Totalmente en desacuerdo; 2 desacuerdo; 3 más o menos de acuerdo; 4 de acuerdo; 5 Totalmente de acuerdo.

	1	2	3	4	5
Suelo usar los gestos para acompañar aquello que quiero decir.					
Cuando quiero expresar que estoy contento/a o triste, lo expreso fácilmente con el rostro sin tener que decir cómo me siento.					
Expreso con los gestos de forma clara lo que quiero transmitir.					
Cuando digo algo, suelo acompañarlo de gestos para que se transmita mejor.					

BLOQUE 5: EXPRESIÓN ORAL

Nombre: _____

1 Totalmente en desacuerdo; 2 desacuerdo; 3 más o menos de acuerdo; 4 de acuerdo; 5
Totalmente de acuerdo.

	1	2	3	4	5
Expreso lo que quiero decir de forma clara.					
Expreso lo que quiero decir de forma fluida.					
Pronuncio de forma adecuada lo que quiero decir.					
Digo lo que quiero transmitir a una velocidad adecuada, ni muy despacio ni muy lento, para que todos puedan entenderme.					
La entonación con la que quiero transmitir algo es la adecuada.					
En general, suelo transmitir de forma adecuada lo que quiero transmitir.					

BLOQUE 6: AUTOCONTROL EMOCIONAL

Nombre: _____

1 Totalmente en desacuerdo; 2 desacuerdo; 3 más o menos de acuerdo; 4 de acuerdo; 5
Totalmente de acuerdo.

	1	2	3	4	5
Suelo ponerme nervioso cuando tengo que hablar delante de los demás.					
Suelo decir las cosas muy deprisa delante de un grupo de personas.					
Me incomoda hablar delante de un grupo de personas.					
En general, me quedo bloqueado/a cuando me enfrento a un grupo de personas.					

BLOQUE 7: IMPROVISACIÓN

Nombre: _____

1 Totalmente en desacuerdo; 2 desacuerdo; 3 más o menos de acuerdo; 4 de acuerdo; 5 Totalmente de acuerdo.

	1	2	3	4	5
Cuando no sé qué decir, se me da bien improvisar algo.					
Cuando digo algo improvisado, suelo expresarlo de forma clara y entonando bien.					
Soy muy creativo/a a la hora de improvisar lo que digo.					
No suelo boquearme cuando tengo que improvisar algo.					
Suelo usar el lenguaje corporal como acompañamiento de mi improvisación.					
En general, no se me da mal improvisar.					

Evaluación continua: durante las sesiones, el/la monitor/a observará cómo se desarrolla la sesión y si hay incidencias o no. A los 10 minutos de finalizar cada sesión, el/la monitor/a reunirá al grupo para hacer una reflexión de la sesión y apuntará, en la hoja de evaluación que se presenta a continuación, los aspectos más relevantes que se comenten en el grupo, y la puntuación que los/as participantes dan a cada ítem descrito.

HOJA DE EVALUACIÓN DE LA SESIÓN:

Completa y rodea la puntuación que le dan a los siguientes ítems, siendo 1 la puntuación más baja y el 10 la puntuación más alta.

¿Las actividades realizadas han sido las adecuadas en relación a la habilidad a trabajar?	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
¿Las adaptaciones y los apoyos recibidos por el/la educador/a social han sido los más adecuados en relación a las necesidades de los/as participantes?	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
¿El tiempo dedicado a las diferentes actividades ha sido el correcto?	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10

¿El espacio utilizado para realizar las actividades ha sido el adecuado?	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
Valoración general de la sesión.	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
¿Lo que más ha gustado de la sesión?	
¿Lo que menos ha gustado de la sesión?	
Observaciones a añadir:	

Evaluación final: al acabar cada bloque, se volverá a entregar a los/as participantes, la hoja de evaluación de la habilidad que han trabajado para conocer si ha habido una evolución tras las sesiones. Además, las últimas sesiones del taller, que se dirigirán a la creación de una obra teatral y a su representación ante los ciudadanos del municipio de Tudela de Duero, servirán para que, los participantes, pongan en práctica lo aprendido durante las diferentes sesiones y, por tanto, valorar si se han cumplido los objetivos propuestos.

4.12. ALCANCE DE LA PROPUESTA Y POSIBLES LIMITACIONES

La realización de esta propuesta supondría crear un espacio inclusivo donde las personas con discapacidad intelectual puedan interaccionar con personas sin discapacidad. Además, los/as participantes con discapacidad intelectual conseguirían más seguridad en ellos mismos para poder realizar aquello que se propongan dentro de

sus capacidades; se relacionarían, más y mejor, con personas sin discapacidad; se verían más motivados para participar en otras actividades sociales y culturales; etc.

Esta propuesta podría seguir desarrollándose a lo largo del tiempo, con nuevas dinámicas y nuevos contenidos que favorezcan el desarrollo de los participantes a través de técnicas teatrales. Además, podría llevarse a cabo en otros municipios que así lo requieran, puesto que su coste económico es mínimo y sus beneficios son muy representativos.

Por otra parte, las posibles limitaciones con las que se podrían encontrar, serían que no hubiese el número de participantes suficiente para realizar el taller o que se apuntaran más personas adultas con discapacidad intelectual que sin discapacidad, por lo que el taller se alejaría de lo que se pretende conseguir.

CONCLUSIONES FINALES

Según los datos de la Organización Mundial de la Salud (2017), más de mil millones de personas en todo el mundo viven con algún tipo de discapacidad, por lo que es importante tener en cuenta las necesidades de este colectivo, respetar sus derechos y promover iniciativas que contribuyan a su desarrollo personal y a su integración en la sociedad.

En este sentido, se tiene que tener en cuenta que las personas con discapacidad tienen derecho a participar en las actividades socioculturales que se realicen, a pesar de necesitar más apoyos de acuerdo a sus capacidades.

Por ello, es importante promover la participación de las personas con discapacidad en las actividades de ocio de la comunidad. Además, el ocio es un derecho fundamental para todas las personas, incluidas las personas con discapacidad. Las actividades de ocio fomentan el desarrollo de las personas, promueven el aprendizaje de valores, y favorecen las relaciones interpersonales.

Para favorecer la inclusión de las personas con discapacidad a través del ocio, es importante llevar a cabo iniciativas en las que se promuevan la participación de personas con y sin discapacidad. Si se realizan actividades dirigidas exclusivamente a las personas con discapacidad no se estaría promoviendo su inclusión.

Las iniciativas basadas en la animación teatral fomentan el desarrollo personal de las personas con discapacidad y favorecen su inclusión en la sociedad haciendo que, tanto las personas con y sin discapacidad, participen de forma conjunta.

En el medio rural, es importante promover iniciativas comunitarias que favorezcan la participación conjunta de las personas con y sin discapacidad. Por ello, es importante que, desde las instituciones públicas, se propongan iniciativas de este carácter para que llegue a toda la población y se promueva esa participación.

El profesional de la Educación Social está más cualificado que otros profesionales, para conocer la situación de las personas con discapacidad en la sociedad, además de tener las competencias necesarias para diseñar, implantar, gestionar y evaluar iniciativas que contribuyan a favorecer la participación de estas personas dentro de la sociedad.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

(Basada en la 6.a edición del Publication Manual of the American Psychological Association)

Aparicio, M. (2009). *Evolución de la conceptualización de la discapacidad y de las condiciones de vida proyectadas para las personas en esta situación*. Universidad de Navarra. Recuperado de <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=2962512>.

Asociación Americana de Discapacidades Intelectuales y del Desarrollo. (2010). *Discapacidad Intelectual. Definición, clasificación y sistemas de apoyo* (11ª ed.). Madrid: Alianza.

Asociación Americana de Psiquiatría (2014). *Guía de consulta de los criterios diagnósticos del DSM-5*. Washington, DC: American Psychiatric Publishing. Recuperado de <https://areaclinicapediatrica.files.wordpress.com/2017/03/d5-completo-en-espac3b1ol.pdf>.

Asociación Estatal de Educación Social (2007). *Documentos profesionalizadores*. Barcelona: Asociación Estatal de Educación Social (ASEDES). Recuperado de <http://www.eduso.net/archivo/docdow.php?id=143>

Badia, M. y Longo, E. (2009). El ocio en las personas con discapacidad intelectual: participación y calidad de vida a través de las actividades de ocio. *Revista Española sobre Discapacidad Intelectual*. 40(3), nº 231, 30-40. Recuperado de http://www.plenainclusion.org/sites/default/files/231_2.pdf.

Caballo, M. B. (2001). Los educadores sociales en la animación sociocultural. *Pedagogía Social, revista Interuniversitaria*, nº8, 199-207. Recuperado de <http://e-spacio.uned.es/fez/eserv/bibliuned:revistaPS-2001-08-2100/Documento.pdf>

Caride, J. A. (2005). La animación sociocultural y el desarrollo comunitario como educación social. *Revista de Educación*, nº336. Recuperado de http://www.revistaeducacion.educacion.es/re336/re336_05.pdf

- Cerdá, R., Cerdá, P. y Cerdá, M. R. (2005). *Animación cultural: Servicios socioculturales y a la comunidad*. Barcelona: Altamar.
- Colom, J. (2000). *La adultez: cambios y contextos de desarrollo*. Palma: Universitat de les Illes Balears.
- Comisión Europea (2010). *Estrategia Europea sobre Discapacidad (2010-2020)*. Bruselas: Comisión Europea. Recuperado de https://www.msssi.gob.es/ssi/discapacidad/docs/estrategia_europea_discapacidad_2010_2020.pdf
- Constitución Española (1978). BOE. Recuperado de <https://www.boe.es/legislacion/documentos/ConstitucionCASTELLANO.pdf>
- Cuenca, M. (2004). *Pedagogía del ocio: modelos y propuestas*. Bilbao: Universidad de Deusto.
- Diputación de Valladolid (2015). *Memoria año 2015 centros y programas de acción social de la diputación provincial de Valladolid*. Recuperado de <http://www.diputaciondevalladolid.es/ciudadanos/ciu-accion-social/modulo/ceas/memorias-ceas/>
- Dito, E., Prieto, L. y Yuste, V. J. (2004). El ocio y el tiempo libre como claves integradoras el deficiente mental. *Revista Interuniversitaria de Formación del Profesorado*. 18(2),181-194. Recuperado de <http://www.redalyc.org/pdf/274/27418211.pdf>
- Espinosa, A., Gimeno, A., Martínez, R., Ordoño, E., Ortega, J., Relaño, P. (1995). *Iguales, pero diferente: Un modelo de integración en el tiempo libre*. Madrid: Popular.
- Figueres, P. y Morros, J. (2005). *Animación de ocio y tiempo libre: servicios socioculturales y a la comunidad*. Barcelona: Altamar.

Foro Europeo de la Discapacidad (1997-2007). Diez años luchando por los derechos de las personas con discapacidad. Recuperado de <http://www.uab.cat/Document/560/226/ForoEuropeoDiscapacidad,0.pdf>

Herrera, M. (1993). La animación sociocultural: una práctica participativa de educación social. *Revista de Estudios de Juventud*, 06(74), 73-93. Recuperado de http://www.injuve.es/sites/default/files/revista74_articulo4.pdf

Instituto Nacional de Estadística (2016). Población por municipios y sexo. Recuperado de <http://www.ine.es/jaxiT3/Datos.htm?t=2904>.

LEY 2/2013, de 15 de mayo, de Igualdad de Oportunidades para las Personas con Discapacidad. BOCYL núm. 98 (2013).

LEY 51/2003, de 2 de diciembre, de Igualdad de Oportunidades, no Discriminación y Accesibilidad Universal de las Personas con Discapacidad. BOE núm. 289 § 22066 (2003).

Madariaga, A. (2009). *Ocio y Discapacidad: El reto de la inclusión*. Instituto de Estudios de Ocio. Universidad de Deusto, País Vasco.

Ministerios de Sanidad, Servicios Sociales e Igualdad. (2014). Plan de Acción de la Estrategia española sobre Discapacidad (2014-2020). Recuperado de https://www.msssi.gob.es/ssi/discapacidad/docs/plan_accion_EED.pdf.

Moreno, J. M. y Montero, P. J. (2007). *Intervención educativa en la discapacidad intelectual: talleres y aplicaciones prácticas*. Madrid: Eos Talleres Educativos.

Organización Mundial de la Salud (2017). Recuperado de <http://www.who.int/es/>

Organización Mundial de la Salud. (2001). *Clasificación Internacional del Funcionamiento de la Discapacidad y de la Salud*. Recuperado de <http://www.imserso.es/InterPresent2/groups/imserso/documents/binario/435cif.pdf>

Pastor, C. (2006). Los educadores y las educadoras sociales en el campo de las

discapacidades. Funciones y tareas. *Revista de Educación Social* (nº5). Recuperado de <http://www.eduso.net/res/?b=8&c=65>

Real Decreto Legislativo 1/2013, de 29 de noviembre, por el que se aprueba el Texto Refundido de la Ley General de Derechos de las Personas con Discapacidad y de su Inclusión Social. BOE núm. 289 § 12632. (2013).

Salvador, L., Rodríguez, C. (2001). *Mentes en desventaja. La discapacidad intelectual*. Madrid: Océano.

Serrano, C., Ramírez, C., Abril, J., Ramón, L., Guerra, L, Clavijo, N. (2013). Barreras contextuales para la participación de las personas con discapacidad física: Discapacidad y barreras contextuales. *Revista Alud Uis*, 45(1). Recuperado de <http://revistas.uis.edu.co/index.php/revistasaluduis/article/view/3299/3792>

Ucar, X. (1992). *La animación sociocultural*. Barcelona: Ceac.

Úcar, X. (2000). Teoría y práctica de la animación teatral como modalidad de educación no formal. *Revista Teoría de la Educación*, nº 11, 217-255. Ediciones Universidad de Salamanca. Recuperado de <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=151703>

Unión Europea. (2000). Carta de los Derechos Fundamentales de la Unión Europea. Diario Oficial de las Comunidades Europeas. Recuperado de http://www.europarl.europa.eu/charter/pdf/text_es.pdf

Ventosa, V. (1996). *La expresión dramática como medio de animación en Educación social. Fundamentos, técnicas y recursos*. Salamanca: Amaru

ANEXOS

ANEXO 1. “PERDIDOS EN LA LUNA”.

Fuente: <https://sites.google.com/site/elkarezagutzendugu/home/el-juego-de-la-n-a-s-a>

Sois un grupo de astronautas que ha tenido un accidente con su nave espacial en la Luna y ha tenido que abandonarla. Tenéis que recorrer a pie una distancia de 300 Km hasta llegar a otra nave que os llevará a la Tierra. De todo el material que tenáis en la nave sólo habéis podido coger 15 objetos. Vuestra supervivencia depende de saber decidir y seleccionar los objetos más imprescindibles para el trayecto.

Tenéis que hacer una clasificación de los siguientes objetos de mayor a menor importancia, asignándoles números del 1 al 15. Siendo 1 el más importante y el 15 el objeto el menos importante para vuestra supervivencia.

Materiales	Subgrupo	Grupo
Caja de cerillas		
Comestible concentrado		
20 metros de soga Nylon		
Tela de seda de paracaídas		
Calentador de alimentos		
Dos pistolas		
Caja de leche en polvo		
Dos botellas de oxígeno		
Mapa de la Luna		
Bote salvavidas		
Brújula		
25 litros de agua		
Bengalas		
Botiquín		
Una radio		

ANEXO 2. Historias a representar. Ejercicio de expresión corporal.

Fuentes:

<http://servicios.educarm.es/templates/portal/ficheros/websDinamicas/97/edinfantilpsicomotricidad.pdf>

<http://www.efdeportes.com/efd150/expresion-mimica-corporal-una-propuesta-practica.htm>

SOY UN CAZADOR

Soy un cazador
no tengo miedo al león
mira cuantas flores
No le temeré.....
le buscaré.....

¡oh un árbol! ¡que alto!
no puedo pasar sobre él
no puedo pasar bajo el
no puedo rodearlo
¿qué puedo hacer?

Imaginamos que somos una semilla de árbol que esta plantada en la tierra (encogidos en el suelo) y poco a poco crecemos, estirando las piernas, levantando el tronco, después estirando los brazos, manos y dedos, pero al paso del tiempo el árbol se va envejeciendo y

TREPARÉ

¡Oh un río! ¡que largo!
No puedo pasar sobre él
no puedo pasar bajo él
no puedo rodearlo
¿Qué puedo hacer?

NADARÉ

Vamos andando y nos encontramos un globo tirado en el suelo (imaginario), lo cogemos y empezamos a inflarlo, se va haciendo más grande y más grandes hasta que se nos escapa y se desinfla, lo cogemos otra vez y volemos a inflarlo, se hace grande cada vez más y cuando esta lo suficientemente grande lo atamos.

Pero este globo no es normal y empieza a subir hacia arriba y nosotros intentamos que no se nos escape, más tarde intenta ir hacia el suelo y nosotros intentamos que no se nos valla, pero después el globo se va hacia la izquierda y a la derecha; e incluso el globo se va hacia el color azul más cercano que tenga, nosotros siempre intentamos que no se mueva pero es imposible, hasta que llega un gracioso y nos lo pincha.

ANEXO 3. Puntos de Acupresión para relajar el cuerpo.

Fuente: <http://buenavibra.es/movida-sana/bienestar/los-13-puntos-de-acupresion-para-relajarse-y-dormir-bien/>

