



Universidad de Valladolid

FACULTAD DE EDUCACIÓN DE SEGOVIA

GRADO EN EDUCACIÓN PRIMARIA.

MENCIÓN EN EDUCACIÓN FÍSICA.

TRABAJO FIN DE GRADO

FOMENTAR EL DESARROLLO MOTOR EN

ALUMNOS CON NECESIDADES

EDUCATIVAS ESPECIALES: SÍNDROME

DE DOWN. PROPUESTA DIDÁCTICA

DESDE EL ÁREA DE EDUCACIÓN FÍSICA.



Autor: Víctor Martínez Lafuente

Tutor académico: Sara Manrique Martín

*“La igualdad no significa que todos obtengan lo mismo,
sino que todos obtengan lo que necesitan” (Rick
Riordan).*

En cohesión con el valor de la igualdad de género aceptado por la Universidad de Valladolid (Uva), todas las designaciones que en este Trabajo Fin de Grado se realizan en género masculino se entenderán hechas indistintamente en género femenino, siempre y cuando no hayan sido suplantadas por términos genéricos.

RESUMEN

En el presente Trabajo de Fin de Grado (TFG) se muestra una Unidad Didáctica dirigida al curso de 3º de Educación Primaria en el área de Educación Física en un colegio de Las Palmas de Gran Canaria, impulsando la inclusión de los niños con necesidades educativas dentro del aula, en concreto con los estudiantes con Síndrome de Down. A través de dicha propuesta con actividades cooperativas, se favorece la autonomía, la socialización y el aumento desarrollo motriz entre los estudiantes, adaptando curricularmente de manera no significativa todas las dinámicas planteadas para que la estudiante con necesidades educativas pueda realizarla fácilmente y así, favorecer los procesos de enseñanza-aprendizaje y una educación personalizada y de calidad.

Dicha propuesta no ha podido ser implementada en el aula, pero gracias a este trabajo podemos recalcar la importancia que tiene concienciar a los estudiantes sobre los diferentes ritmos de las personas y cómo la actividad física en los niños de Educación Primaria, en concreto con los que presentan alguna necesidad educativa, puede mejorar la integridad, aumentando así su nivel intelectual, sus relaciones sociales y nivel físico.

PALABRAS CLAVE: Educación Física, desarrollo motor, inclusión, atención a la diversidad, cooperación.

ABSTRACT

The current End of Grade Project shows a Didactic Unit aimed at the 3rd year of Primary Education in the area of Physical Education in a school in Las Palmas de Gran Canaria, promoting the inclusion of children with educational needs in the classroom, specifically with students with Down Syndrome. Through this proposal with cooperative activities, it favors autonomy, socialization and increased motor development among students, curricularly adapting in a non-significant way all the dynamics proposed so that the student with educational needs can easily perform it and thus, favor the teaching-learning processes and a personalized and quality education.

This proposal could not be implemented in the classroom, but thanks to this work we can emphasize the importance of making students aware of the different rhythms of people and how physical activity in primary school children, particularly those with educational needs, can improve their integrity, thus increasing their intellectual level, their social relations and physical level.

KEYWORDS: Physical education, motor development, inclusion, diversity attention, cooperation.

ÍNDICE

1.	INTRODUCCIÓN.....	1
2.	OBJETIVOS	2
3.	JUSTIFICACIÓN	3
3.1.	RELACIÓN CON LAS COMPETENCIAS DEL GRADO DE EDUCACIÓN PRIMARIA.....	4
4.	MARCO TEÓRICO.....	5
4.1.	DESARROLLO MOTOR.	5
4.1.1.	Origen del término “desarrollo motor”.....	5
4.1.2.	Factores del desarrollo motor.....	6
4.2.	SINDROME DE DOWN.....	8
4.2.1.	Antecedentes históricos y conceptualización del término “Síndrome de Down”..	8
4.2.2.	Tipos de alteraciones cromosómicas.....	9
4.2.3.	Características del desarrollo evolutivo en personas con Síndrome de Down.	12
4.3.	EDUCACIÓN FÍSICA INCLUSIVA EN LA ESCUELA.....	15
4.3.1.	Aproximación, conceptualización y evolución del término educación inclusiva.	15
4.3.2.	Metodología y estrategias metodológicas inclusivas a tener en cuenta.....	16
5.	PROPUESTA DE UNIDAD DIDÁCTICA.....	18
5.1.	UNIDAD DIDÁCTICA	18
5.1.1.	Justificación y relación con la legislación.....	18
5.1.2.	Contextualización.	19
5.1.3.	Contribución a las competencias básicas.	20
5.1.4.	Objetivos.....	21
5.1.5.	Competencias específicas.	23
5.1.6.	Saberes básicos.	24
5.1.7.	Metodología y organización.....	26
5.1.8.	Sesiones de trabajo.....	27

5.1.9. Evaluación.....	38
6. RESULTADOS ESPERADOS.....	40
7. CONCLUSIONES.....	42
8. BIBLIOGRAFÍA.....	43
9. ANEXOS.....	46

ÍNDICE DE FIGURAS

Figura 1. Trisomía 21. Distribución normal del cromosoma 21.....	10
Figura 2. Trisomía 21. Distribución errónea del cromosoma 21.....	10
Figura 3. Distribución errónea del cromosoma 21 por traslocación.....	11
Figura 4. Distribución errónea del cromosoma 21 en el caso del mosaicismo.	12

ÍNDICE DE TABLAS

Tabla 1. Factores principales del proceso de desarrollo motor.....	7
Tabla 2. Principios para eliminar barreras en educación.....	17
Tabla 3. Competencias clave.....	20
Tabla 4. Contenidos del currículo relacionados con la propuesta didáctica.	23
Tabla 5. Saberes básicos del segundo ciclo de Educación Primaria.....	25
Tabla 6. Primera sesión: juegos con desplazamientos.	27
Tabla 7. Segunda sesión: juegos con balón I.	29
Tabla 8. Tercera sesión: juegos con balón II.	30
Tabla 9. Cuarta sesión: juegos con balón III.....	33
Tabla 10. Quinta sesión: juegos con relevos.....	34
Tabla 11. Sexta sesión: juegos cooperativos de velocidad con relevos.	36
Tabla 12. Diario/cuaderno docente. Tabla de registro anecdótico.....	46
Tabla 13. Ficha de autoevaluación del alumnado.....	47
Tabla 14. Autoevaluación docente y Unidad Didáctica.	48

1. INTRODUCCIÓN

El tema escogido para desarrollar este Trabajo de Fin de Grado es un tema primordial que abarca a toda la comunidad educativa. Este trabajo se ha basado, sobre todo, en el desarrollo motor de los estudiantes y la dificultad que adquieren alguno de ellos para fomentar dicho desarrollo, haciendo que sea prioritaria una educación inclusiva. Es un reto real al que los profesionales de la enseñanza deben enfrentarse a diario dentro de los centros educativos. Ante esto, adecuar el currículo vigente a todo el alumnado es un ejercicio complejo y costoso, aunque se ha de destacar que, en lo que se refiere al área de Educación Física, esto va cambiando favorablemente, ya que existe una mayor predisposición sobre la diversidad, pudiendo atender a todos los estudiantes.

De igual manera, se ha de recalcar que cada vez es más la sensibilización existente dentro de los centros escolares y la comunidad educativa en general sobre términos pedagógicos relacionados con los principios de inclusión, normalización e integración, valorando y conciliando los intereses y capacidades del grupo.

Aquí, me gustaría recalcar una frase de Albert Einstein: “todos somos genios. Pero si juzgas a un pez por su habilidad de trepar un árbol, vivirá toda su vida pensando que es un estúpido”. Dicha frase está muy ligada con la educación, donde nos muestra que todos somos diferentes y con diversas habilidades. Por consiguiente, los docentes debemos implementar una educación más individualizada para favorecer el desarrollo de nuestros estudiantes. Cada uno contamos con nuestro propio genio como indica Einstein y, ante esto, nos percatamos de que el problema radica en que los estándares son iguales y fijos para todos, promoviendo así los obstáculos en la sociedad.

Tras todo lo comentado, la distribución que va a presentar el trabajo se encuentra dividida en tres partes. Primeramente, se mostrarán los objetivos a alcanzar, seguido de una justificación por la cual se ha decidido escoger este tema a desarrollar.

La primera parte corresponde a una fundamentación teórica, donde se expondrá todo lo relacionado con el origen y los factores del desarrollo motor, los aspectos conexos tanto con la conceptualización sobre el Síndrome de Down así como con sus tipos de alteraciones y sus características del desarrollo evolutivo y, por último, unas pinceladas sobre la Educación Física inclusiva en la escuela, introduciendo aspectos como son unas

aproximaciones al concepto de educación inclusiva, las leyes que la regulan y las estrategias inclusivas a tener en cuenta.

La segunda parte es una intervención didáctica que consta de seis sesiones en el área de Educación Física denominada “Juegos cooperativos y relevos”, dirigida a estudiantes que cursan 3° de Educación Primaria, entre los cuales nos encontramos con una estudiante con Síndrome de Down. Finalmente, se exponen los resultados esperados de la propuesta didáctica y las conclusiones originarias de este trabajo, junto con los aprendizajes resultantes.

2. OBJETIVOS

El principal objetivo que se ostenta dentro de este Trabajo de Fin de Grado es el siguiente:

Favorecer la educación inclusiva del alumnado con Síndrome de Down en las clases de Educación Física a través de una propuesta didáctica basada en retos cooperativos y relevos, fomentando el desarrollo motor y las relaciones socio-afectivas.

Igualmente, dentro de este objetivo podemos sintetizar otros más específicos:

1. Indagar sobre las Necesidades Educativas Especiales, en especial sobre el Síndrome de Down; conociendo sus antecedentes, alteraciones cromosómicas y las características sobre su desarrollo evolutivo, centrándonos sobre todo en el desarrollo motor.
2. Desarrollar una propuesta en el área de Educación Física para que la inclusión de las personas con necesidades educativas dentro del aula ordinaria sea enriquecedora y de calidad.
3. Adquirir, enriquecer y perfeccionar acciones motrices elementales a través de diferentes dinámicas para favorecer una mejora en el desarrollo motor de los estudiantes, en especial en el alumnado con Síndrome de Down.

3. JUSTIFICACIÓN

En este Trabajo Fin de Grado se hace hincapié sobre la atención a la diversidad dentro de los centros educativos y, por ende, sobre la inclusión de los alumnos con necesidades educativas especiales en un aula ordinaria en la etapa de Educación Primaria, siendo esto uno de los retos más esenciales y complejos dentro de la comunidad educativa. Los profesionales del ámbito educativo siempre han tenido y –hoy en día– siguen teniendo un rol imprescindible en la educación, debido a que hacen todo lo que está en sus manos para que todos y cada uno de los estudiantes tengan un máximo desarrollo integral. Así mismo, en el área de Educación Física –que es el área que nos compete en este trabajo–, gracias a la inclusión podemos corroborar una buena manera de mejorar los aspectos socio-afectivos entre los estudiantes, erradicado así la exclusión y las diferentes barreras que puedan presentar los alumnos con necesidades educativas, dando lugar a una educación de calidad y para todos.

Por otro lado, he decidido tratar este tema dentro del Trabajo de Fin de Grado porque existe un estudiante con Síndrome de Down en el colegio en el que realizo prácticas de Educación Física, así como por diferentes vivencias que he tenido a lo largo de los años con personas con esta necesidad educativa. Siendo un caso especialmente cercano para mí el tener un familiar con este síndrome. Gracias a esto me he dado cuenta, a partir de lo vivido en su persona, cómo el sistema educativo vigente es consciente de la diversidad, estando dispuesto a desarrollar los principios de normalización e inclusión, aunque con dificultad –debido a que no existe la formación suficiente para ello–, haciendo todo lo posible para que estos alumnos puedan ser independientes y se puedan desarrollar integral y globalmente.

“Si no podemos poner fin a nuestras diferencias, contribuyamos a que el mundo sea un lugar apto para ellas” (John f. Kennedy, en López-Pastor, Pérez-Brunicardi e Iglesias, 2004, p.7). Con esta afirmación se muestra lo que se debe desarrollar en una educación inclusiva. De igual forma, se puede observar cómo está en nuestras manos el poder de crear un mundo mejor donde aspectos como son la tolerancia y el respeto significan un paso grande para vivir mejor en sociedad, por lo que la comunidad educativa debe coordinarse de la mejor forma para dar lugar a una enseñanza de calidad.

Tras todo lo comentado, la inclusión es un aspecto indispensable para tener en cuenta dentro de las aulas, por lo que los docentes deben desarrollar competencias con respecto a esto dentro de sus planes de estudio. Concretamente, en este caso, quedan reflejadas en la ORDEN ECI/3857/2007, por la que se regulan las aptitudes que deben alcanzar los estudiantes del Grado de Educación Primaria. Además, estas también quedan concretadas en la Guía docente del Trabajo de Fin de Grado. A continuación, hablaremos un poco más sobre dichas competencias.

3.1. RELACIÓN CON LAS COMPETENCIAS DEL GRADO DE EDUCACIÓN PRIMARIA

Con relación a las competencias generales más afines con el tema propuesto dentro del Trabajo de Fin de Grado se destacan las siguientes:

2. Desarrollar y perfeccionar habilidades para saber planificar y llevar a la práctica unos buenos procesos de enseñanza-aprendizaje, así como emplear los conocimientos alcanzados de una manera profesional para saber integrar la información y poder así enfrentarse a una resolución de problemas educativos adecuadamente.
5. Aumentar la capacidad para reflexionar, razonar y reconsiderar sobre la necesidad de rechazar todo lo relacionado con la discriminación.

De igual manera, las competencias específicas más conexas con el área de Educación Física son:

2. Fomentar entre los estudiantes las capacidades y habilidades motoras, adecuando todas las zonas, espacios y materiales a sus necesidades, avalando siempre por su seguridad.
7. Indagar para descubrir diversos problemas del aprendizaje y saber atender a la diversidad que nos podamos encontrar en las clases de Educación Física.

Siguiendo con este apartado, se ha de recalcar que en la actualidad hay una escasa formación sobre el tema planteado y considero que se debería dar más importancia ofreciendo a los docentes que ejercen y futuros docentes una formación completa, debido a que estamos trabajando con personas, en este caso niños, y nuestro objetivo principal es fomentar su desarrollo global a todos los niveles. Es indispensable conocer y

recapacitar sobre las dificultades que pueden aparecer debido a la heterogeneidad en las escuelas y, por tanto, saber desarrollar y planear diversas técnicas, metodologías, estrategias y actividades que proporcionen una atención a la diversidad más eficaz y una enseñanza individualizada y de calidad.

Por último y a modo de conclusión, se ha de exponer que para que la atención a la diversidad se cumpla de manera completa, es necesaria la implicación por parte de toda la comunidad educativa y la sociedad en general y, como se muestra en el artículo 49 de la Constitución Española,

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 (p.18).

4. MARCO TEÓRICO

Dentro de este título, se aborda todo lo relacionado con el origen, etapas y dificultades sobre el desarrollo motor, así como los aspectos más relevantes y necesarios dentro de este trabajo sobre el Síndrome de Down y unas pequeñas pinceladas sobre la educación inclusiva en el área de Educación Física.

4.1. DESARROLLO MOTOR.

4.1.1. Origen del término “desarrollo motor”.

El concepto de desarrollo motor en numerosas ocasiones es confundido con otros términos –control o aprendizaje motores–, por lo que es esencial precisar dicho significado y realizar una aclaración terminológica.

Ante esto, existen numerosos autores que hacen hincapié en dicho termino, aunque nos centraremos en Ruiz-Pérez (1987), el cual define desarrollo motor como el ajuste del ser humano que permite y establece tanto el dominio de sí mismo como el su entorno contiguo e inmediato. Igualmente, el desarrollo motor se determina por los diversos cambios producidos a lo largo de la vida de las personas en lo referente a conducta motriz, como exponen Ruiz-Pérez, Gutiérrez, Graupera, Linaza y Navarro (2014), siendo siempre

cambios y evoluciones centrados en lo funcional y estructural. Por todo ello, nos damos cuenta de que estas transformaciones funcionales y estructurales, los elementos que actúan dentro de estos cambios y su correlación con diferentes dimensiones de la conducta humana son estudiadas por el área del desarrollo motor (Keogh, 1977 y Oña, 2005).

Por otro lado, se muestra cómo el desarrollo motor está restringido por diversos factores e incluso programado genéticamente por una serie de principios. En primer lugar, en lo referente al condicionamiento, podemos observar, sobre todo, cuatro factores (Bolaños, 2010): (1) el crecimiento físico fija las dimensiones o tamaño, la constitución y las proporciones corporales, (2) el ambiente abarca todo lo relacionado con los estímulos afectivos, culturales, educativos, geográficos, ecológicos y sociales, (3) la maduración motora como un proceso fisiológicamente determinado y (4) el aprendizaje como un continuo cambio (mecanismo adaptativo) sobre el comportamiento humano.

Siguiendo esto, en relación con el desarrollo motor programado genéticamente (Gutiérrez, 2008), encontramos que se produce en función de seis leyes: (1) Ley de Orden (progresión sin considerar factores de raza o etnia, entre otros), (2) Ley de las Diferencias Individuales (ritmo propio), (3) Ley Céfalocaudal (respuestas motrices desde la cabeza a los pies), (4) Ley Próximo-Distal (organización de respuestas desde la parte más próxima al cuerpo hasta la más alejada), (5) Ley de lo General a lo Específico (respuesta motriz desde lo global a lo más concreto) y (6) Ley del Periodo Crítico (espacios de tiempo para mostrar al organismo sensible ante estímulos).

Tras todo lo comentado anteriormente, podemos hacer nuestra propia definición del concepto de desarrollo motor, la cual quedaría de la siguiente manera: proceso continuo a lo largo de la vida que se manifiesta en diversos cambios funciones dentro de los modelos de conducta motora. Asimismo, viene determinado genéticamente y se encuentra directamente influenciado por los procesos de progresión corporal, así como por maduración psicobiológica y aprendizaje motor.

4.1.2. Factores del desarrollo motor.

Para desarrollar este epígrafe, debemos tener en cuenta que el desarrollo motor es uno de los fenómenos biológico más complejos de los seres humanos, debido a que está muy condicionado tanto por la genética desarrollada, así como factores fuera del ámbito genético. Por ello, dentro de este proceso de evolución motriz continua comentado precedentemente (Cano de la Cuerda, Martínez-Piédrola y Miangolarra-Page, 2017), se

diferencian una serie de factores que indican de manera directa sobre el proceso de adquisición del desarrollo motor. Según Gutiérrez (2008) dichos factores quedan reflejados en la Tabla 1.

Tabla 1.

Factores principales del proceso de desarrollo motor.

FACTORES ENDÓGENOS	FACTORES EXÓGENOS
<ul style="list-style-type: none"> ▪ Herencia: determina entre el 60% y el 80% de la variabilidad genética. ▪ Raza: establece las proporciones corporales (masa muscular, anchura...). ▪ Sistema endocrino-hormonal: se segregan diversas hormonas (tiroidea, insulina...) para desarrollar y estabilizar las funciones de otros sistemas y órganos. ▪ Sexo: establece las extensiones y proporciones corporales, que se modifican con el paso del tiempo. ▪ Enfermedad: una enfermedad grave que no se desarrolle en el primer año de vida o no se alargue a lo largo del tiempo difiere el desarrollo, pero afecta al crecimiento final. Sin embargo, las enfermedades menores junto con otros aspectos como puede ser una mala alimentación pueden retrasar el crecimiento. ▪ Edad: el crecimiento comienza rápidamente en los primeros años de vida, pero poco a poco reduce su aceleración, aunque esta no se detiene hasta el final de la adolescencia. Más adelante, se continúa creciendo un porcentaje muy pequeño (2%) con relación a los depósitos cálcicos. A partir de los 45 años, se va reduciendo poco a poco la talla correspondiente. 	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Dieta: la proporción adecuada y equilibrada de nutrientes favorece el modelo genérico. Una malnutrición puede desarrollar diferentes patologías como son la obesidad o anemia, entre otras. ▪ Descanso: es fundamental para los niños dormir entre 11 y 12 horas al día. Si no es así, el estrés psicológico puede promover un retraso en el crecimiento. ▪ Vida higiénica: factores como son el aseo personal, dormir, una dieta equilibrada o un entorno sociocultural armónico favorecen el desarrollo emocional equilibrado. Si no se da esto, puede contribuir y afectar sobre el crecimiento físico y desarrollo motor. ▪ Clima: en los meses de otoño-invierno hay un incremento del peso corporal, en cambio, en los meses de primavera-verano, se produce un aumento de talla. ▪ Actividad física: favorece el desarrollo de un aparato motor fuerte y resistente y mejora las funciones fisiológicas, entre otros.

Nota. Elaboración propia a partir de Gutiérrez (2008).

Tras todo lo comentado respecto el desarrollo motor, nos damos cuenta de que es esencial que los docentes conozcan los procesos evolutivos por los que pasan sus estudiantes para poder conseguir un éxito total respecto a las labores de enseñanza y a las estrategias y procesos de aprendizaje.

4.2. SINDROME DE DOWN.

4.2.1. Antecedentes históricos y conceptualización del término “Síndrome de Down”.

Actualmente no se conoce con exactitud el origen de este término, aunque puede ser uno de los padecimientos más arcaicos que tienen relación con la discapacidad intelectual. Sin embargo, ha habido diferentes investigaciones entre las cuales, en una de ellas, se descubrió un cráneo con las mismas características a un varón con este síndrome, el cual quedó descrito como “un cráneo corto y ancho, de base aplanada y con los huesos craneales delgados” (Down España, 2014). Esto nos hace reflexionar que el término Síndrome de Down ha estado a lo largo de la historia, aunque no haya un registro arqueológico oficial.

Por otro lado, este término se ha denominado, elegido y aprobado como Síndrome de Down por la Organización Mundial de la Salud (OMS) en 1965 y surge por el nombre de un médico llamado John Langdon Haydon Down, el cual realizó una clasificación derivada de un estudio y publicó los resultados y rasgos más característicos en una reseña denominada “Observaciones en un grupo étnico de idiotas”, donde localizamos características del rostro como “una nariz chata, unos pómulos pronunciados, unos ojos rasgados, y en algunos casos la piel amarillenta” (Alfonso, 2020, p. 25). Asimismo, se ha de recalcar que, como exponen López, López, Parés, Borges y Valdespino, (2000) y Cammarata-Scalisi, et al. (2010), antes de recibir el nombre de síndrome de Down que es como lo conocemos ahora, los términos que utilizaba este autor como eran “mogol” o “mongolismo”, no fueron bien aceptados a pesar de hacerse un uso habitual de los mismos.

Más tarde, en 1959, Jerome Lejuene contribuyó con datos médicos una vez descubiertas las diversas causas científicas que provocan su aparición: se percató que los sujetos tenían un cromosoma más, es decir, 47 cromosomas, el cual corresponde a la

trisomía del par 21. A partir de aquí, se han desarrollado numerosas investigaciones y estudios para ir más lejos aún.

Respecto a la aproximación y concepto de este término, podemos encontrarnos con que son muchos los autores los que lo definen. Tras una búsqueda exhaustiva, considero que la mejor definición es la que se expone en la Federación Española de Síndrome de Down (1991) dentro de Amigo (2013), la cual define este concepto como:

Una alteración genética producida por la presencia de un cromosoma extra (o una parte) en la pareja cromosómica 21, de tal forma que las células de estos individuos tienen 47 cromosomas con tres cromosomas en dicho par (de ahí el nombre de trisomía 21), cuando lo habitual es que sólo existan dos. Este error congénito se produce de forma natural y espontánea, sin que exista una justificación aparente sobre la que poder actuar para impedirlo. No hay que buscar culpables (p. 13).

Con esto nos damos cuenta y reflexionamos que no debemos entender el Síndrome de Down como una simple enfermedad, sino como una condición genética o una anomalía (Down España, 2014) debido a que es una de las principales causas de la discapacidad intelectual. Seguidamente, como sigue mostrándonos este autor, no son los médicos los que tratan este síndrome ni tampoco hay grados, pero, a pesar de que son muchas las diferencias entre las personas afectadas, podemos encontrar una serie de factores etiológicos (Fernández, 2016): (1) antecedentes familiares, (2) edad avanzada, (3) procesos infecciosos, (4) exposición a altas radiaciones, (5) agentes químicos y (6) deficiencias vitamínicas.

4.2.2. Tipos de alteraciones cromosómicas.

En el epígrafe anterior hemos reflejado los factores que pueden influir sobre las causas que provocan la aparición del Síndrome de Down, aunque hoy en día no hay evidencias en su relación. Por ello, a continuación, se va a exponer las causas o tipos de alteraciones cromosómicas que sí hacen la aparición de este síndrome. Para ello, nos hemos basado en autores como Svetnik, (2005), Down España (2014), Carrasco (2008) y Artigas (2005), a la cual hemos añadido una representación gráfica para una mejor comprensión.

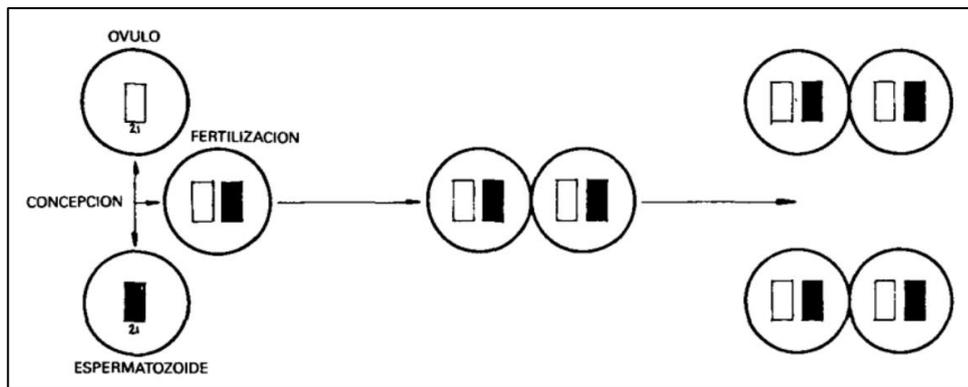
- **TRISOMÍA 21.**

Este tipo de alteración se da más que las dos siguientes, concretamente en un 95% de los casos. Aquí, encontramos con que el cromosoma 21 cuenta con 24 cromosomas

celulares en vez de 23 cromosomas, lo que provoca así, por tanto, una célula con 47 cromosomas. Esto puede ser desarrollado debido a la no disyunción meiótica de una célula germinativa normal y la presencia de alteraciones cromosómicas en los padres” (Amigo, 2013). A continuación, queda reflejado dicha alteración (Figura 2) para un mejor entendimiento, siendo, además, comparada con lo que sería una distribución normal del cromosoma 21 (Figura 1).

Figura 1.

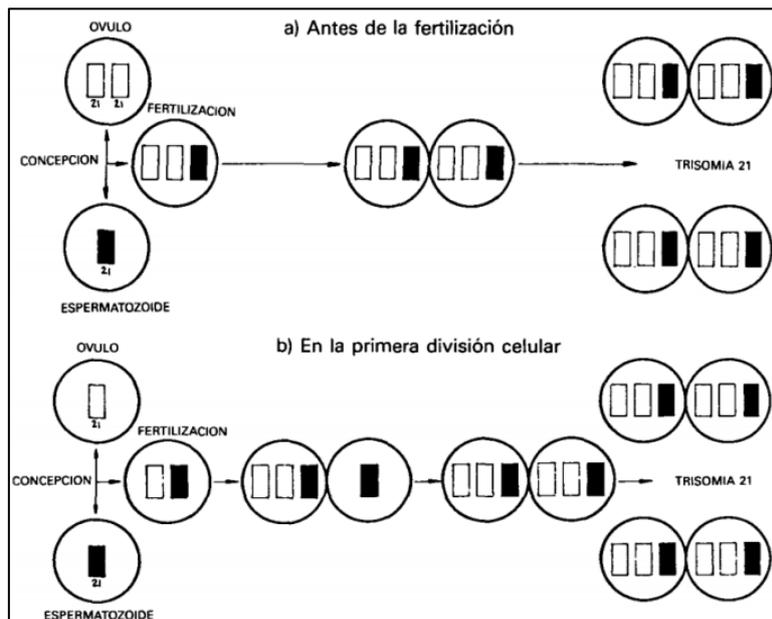
Trisomía 21. Distribución normal del cromosoma 21.



Nota. Sánchez, 1996.

Figura 2.

Trisomía 21. Distribución errónea del cromosoma 21.



Nota. Sánchez, 1996.

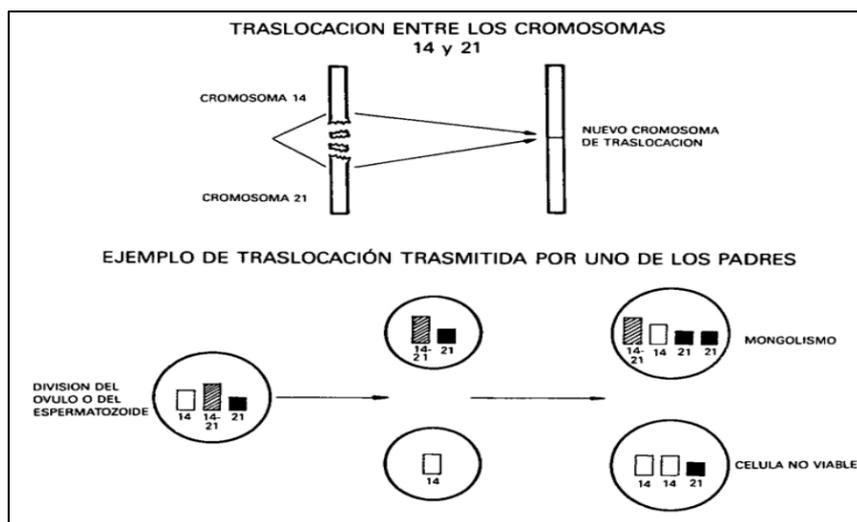
- **TRANSLOCACIÓN CROMOSÓMICA.**

Esta alteración (Figura 3) se da en un 3.5% de los casos y es causado normalmente de manera hereditaria por uno de los padres o esporádicamente y se da cuando un cromosoma está unido a otro, que, a su vez, están divididos. Asimismo, según como expone Alfonso (2020),

Este cromosoma traslocado puede pasar a una célula situada junto a un cromosoma 21 normal produciendo una unión, que a partir de la división celular ya no se puede separar, por lo tanto, todas las células del individuo son trisómicas. Esta unión suele ocurrir entre los cromosomas 8, 13, 14, 15 y 22, el cromosoma 21 pierde una parte de su brazo que se junta produciendo trisomía (p.29).

Figura 3.

Distribución errónea del cromosoma 21 por traslocación.



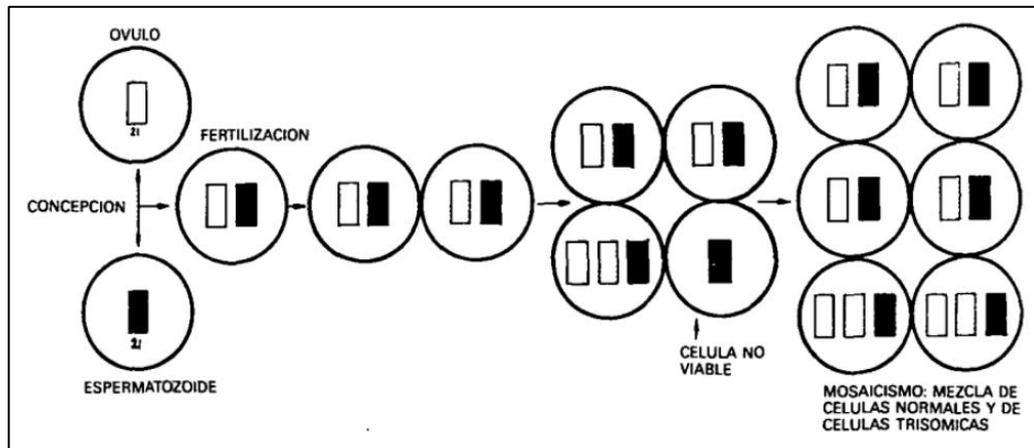
Nota. Sánchez, 1996.

- **MOSAICISMO O TRISOMÍA EN MOSAICO.**

Es la alteración menos común (1.5% de los casos) y ocurre una vez producido el embarazo, donde se desarrolla una división de células de manera inadecuada y hace que se mezclen células de tipos cromosómicos distintos (Figura 4), es decir, existe “una célula con su par 21 de tres cromosomas y la otra sólo uno” (Amigo, 2008). Por tanto, es muy importante tener en cuenta que la cantidad de células depende siempre de la trisomía desarrollada en la división celular. A pesar de ello, dentro del mosaicismo los rasgos físicos no son tan característicos y el desarrollo intelectual normalmente es más alto.

Figura 4.

Distribución errónea del cromosoma 21 en el caso del mosaicismo.



Nota. Sánchez, 1996.

4.2.3. Características del desarrollo evolutivo en personas con Síndrome de Down.

Arnold Gesell propone una escala para poder diferenciar y detallar las diferentes características del ser humano a lo largo de los primeros años, que coinciden con la etapa escolar, para poder así entender y facilitar su estudio. Por ello, con localizamos los siguientes ámbitos (Sánchez, 2019): ámbito cognitivo, ámbito lingüístico, ámbito afectivo social y ámbito motor, aunque en el que más se hará hincapié es en este último.

- **AMBITO COGNITIVO.**

Dentro de este ámbito se produce un desarrollo mental a través del cual los niños, desde edades tempranas, comienzan a interactuar con el entorno aumentando su entendimiento (Sánchez, 1996), es decir, gracias al ámbito cognitivo, el ser humano desarrolla diferentes capacidades como pueden ser la de recordar, organizarse, emplear información e incluso comprender todo lo que le llega del mundo exterior.

Centrándonos en los niños con Síndrome de Down y siguiendo las investigaciones del autor nombrado en el párrafo anterior, éstos siguen de manera gradual los estadios que el resto de las personas, aunque se ha de recalcar que un aspecto para tener en cuenta es la necesidad de mayor tiempo de reacción sobre los estímulos, un aumento en los errores sobre las capacidades de respuesta o la dificultad en relación al uso de

estrategias para repetir y organizarse, por lo que podemos decir que existe una carencia sobre el pensamiento abstracto y la memoria, por lo que el paso por los diferentes estadios se desarrolla poco a poco. Esto se debe, sobre todo, a

“la reducción del número de neuronas, de las espinas dendríticas, de las conexiones sinápticas y de la mielinización de la corteza cerebral del trisómico, que se ven más afectadas las áreas sensoriales primarias y asociativas que se encargan del proceso de la percepción” (Alfonso, 2020, p. 31).

▪ ÁMBITO LINGÜÍSTICO

Dicho ámbito está directamente relacionado con las interacciones orales que realizamos con otras personas, las cuales deben ser coherentes y adecuadas en función del contexto en el que nos encontremos, es decir, es el “proceso de adquisición de un sistema arbitrario de símbolos con base en los procesos lingüísticos de fonología, de semántica, de morfología, de sintaxis y de pragmática, el cual permite al niño poder comunicarse” (León de Vitoria, 1997, p.119).

Una vez comprendido el ámbito lingüístico y basándonos en las investigaciones y estudios realizados sobre los avances lingüísticos por Sánchez (1996), nos percatamos que cuando son bebés reaccionan igual que cualquier otro sujeto, pero es según avanza el tiempo, cuando observamos que el desarrollo de las primeras palabras tarda más en aparecer.

Es por ello por lo que el lenguaje en la etapa de Educación Primaria con respecto a los estudiantes con Síndrome de Down “se caracteriza por la pobre organización gramatical del género, de la expresión de tiempos verbales y de las relaciones de concordancia” (Alfonso, 2020, p.32). Por tanto, es un proceso largo y pausado con diferentes dificultades como pueden ser los problemas relacionados con las articulaciones de palabras o los problemas auditivos y cognitivos.

✚ ÁMBITO AFECTIVO–SOCIAL

En tercer lugar, nos encontramos con el ámbito afectivo-social, los cuales están directamente conexos, por un lado, con los procesos de socialización, es decir, lo referente a las reglas para poder adaptarnos al medio social y, por otro lado, al conocimiento de uno mismo y de las posibilidades individuales. Asimismo, según Golano, López y Villasante (1992), el ámbito afectivo-social se concreta como

un proceso de edificación mediante el cual el niño se va distinguiendo de su entorno y va construyendo recursos propios de diálogo con los demás y con uno mismo (...). Con ello crea las bases de su identidad como persona y de la cooperación social (p.62).

Por tanto, dentro de este ámbito, a pesar del pensamiento globalizado sobre que todos evolucionamos igual en aspectos de interacción social y expresión afectiva como pueden ser que son más sociales, sin problemas relacionados con la adaptación o más afectuosos, Sánchez (1996) nos muestra que no es así en realidad. Esto es debido a que son muy diferentes en términos de personalidad y temperamento, a los factores morfológicos, a la estimulación, a la dotación genética o al estado de salud, entre otros.

▪ ÁMBITO MOTOR

Por último, el ámbito que más relacionado está con el tema a trabajar dentro de este trabajo: el ámbito motriz, que es el “proceso de adquisición de cambios complicados en la actividad del cuerpo y de los movimientos” (León de Vitoria, 1997, p.119). Aquí, normalmente, son todas las actividades que nos permiten adquirir las habilidades motoras dirigidas a conseguir y favorecer la independencia física y funcional a la vez que se desarrolla y madura nuestro sistema nervioso.

Dentro de este ámbito podemos clasificar las habilidades motoras en tres (León de Vitoria, 1997): (1) conductas locomotoras (correr, nadar, saltar...), (2) conductas no locomotoras (sentarse, empujarse...) y (3) conductas manipulativas (recortar, escribir, dibujar...), donde las dos primeras están relacionadas con el desarrollo motor grueso y, la última, con el desarrollo motor fino.

Siguiendo esto, se ha de destacar un aspecto fundamental: la hipotonía (Sánchez (1996), que es una de las características más desatacadas entre los niños con Síndrome de Down cuando nos referimos al desarrollo psicomotor. Con esto, se pueden visualizar problemas perceptivo visuales, auditivos y kinestésicos, los cuales intervienen en el movimiento, en la coordinación, en el equilibrio y en la postura.

Tras finalizar este apartado, se ha de reflexionar que, como docentes, debemos favorecer estos cuatro ámbitos de la mejor forma posible entre todos nuestros estudiantes y, en concreto, con los alumnos con Síndrome de Down algunas sugerencias para llevar dentro de los centros educativos pueden ser las siguientes:

debemos hablarles despacio, con mensajes cortos, sencillo y directos para que puedan codificar todo de la mejor forma posible y, sobre todo, darles el tiempo necesario para que puedan contestar (ámbito cognitivo). Igualmente, es esencial que se trabaje individualmente la lectura y la escritura, ya que es imprescindible para el desarrollo del lenguaje (ámbito lingüístico), así como establecer unas normas claras y razonadas para que exista una participación en las dinámicas sobre el entorno social de los estudiantes (ámbito afectivo-social) y, por último, fomentar el ejercicio regular o estudiar sus características físicas y de salud para prevenir riesgos (ámbito motor).

4.3. EDUCACIÓN FÍSICA INCLUSIVA EN LA ESCUELA.

4.3.1. Aproximación, conceptualización y evolución del término educación inclusiva.

Primeramente, para conocer mejor el concepto de educación inclusiva debemos plantearnos diversas preguntas: ¿cuándo surgió? ¿cómo surgió? ¿por qué surgió? Es imprescindible dar respuesta a dichas cuestiones para conocer el origen y tener claro el concepto al que nos estamos refiriendo.

Según expone Arnaiz (2011), la educación inclusiva puede considerarse un movimiento educativo, el cual emerge a principio de los años noventa gracias a la lucha existente de diferentes profesionales de la enseñanza, padres y personas con necesidades educativas para remodelar la educación y conseguir así un único sistema educativo que constituya el mayor recurso para todos y cada uno de los estudiantes. Dicho movimiento, denominado “Regular Education Initiative” (REI), es considerado el precursor de la educación inclusiva, debido a que defiende que todos los estudiantes, sin excepciones, deben estar en escuelas ordinarias y recibir educación de calidad y eficaz.

Gracias a esto, afortunadamente poco a poco son más las personas que están mentalizados sobre el hecho de que los alumnos deben escolarizarse en aulas regulares dentro de los centros educativos. Por ello, como docentes, debemos tener en cuenta este término a lo largo de toda nuestra carrera profesional y autores como Ríos (2009) y Ainscow, Booth y Dyson (2006) concretan la inclusión como una acción donde los estudiantes comparten los mismos espacios, eliminando por tanto las barreras que limitan la presencia, el aprendizaje y la participación de los estudiantes, reflexionando sobre la enseñanza y su organización junto con los apoyos sociales y pedagógicos necesarios y,

por consiguiente, promoviendo altas expectativas para el aprendizaje de todos. Es decir, todos los niños deben beneficiarse de los procesos de enseñanza-aprendizaje, ya que es uno de los derechos que tienen los ciudadanos, con el fin de “terminar con todas las modalidades de discriminación y fomentar la cohesión social” (UNESCO, 2015, p.1). Por tanto, se deberá implementar metodologías encaminadas al desarrollo globalizado de los estudiantes, haciendo que sean ellos mismo los propios protagonistas de sus experiencias.

Por todo ello, es imprescindible reinventar e innovar dentro de nuestro sistema educativo, considerando a la diversidad como un valor educativo y promoviendo una enseñanza para todos mediante una educación inclusiva y transformadora, donde se tengan en cuenta los ritmos propios y las necesidades educativas existentes. La educación es un derecho y debemos apostar por la heterogeneidad y pluralidad.

4.3.2. Metodología y estrategias metodológicas inclusivas a tener en cuenta.

Un aspecto indispensable es la metodología empleada por parte del profesorado y las diversas estrategias y recursos que se emplean a la hora de impartir las diferentes sesiones. Por ello, como profesionales de la enseñanza debemos saber que hay que seguir y cumplir lo que se exhibe en el currículum establecido dentro de nuestra comunidad, pero siempre superponiendo los componentes tanto educativos como sociales.

Ante esto, Devis y Peiró (1993) nos muestran dos paradigmas que todo docente del área de Educación Física debe conocer: (1) condición física y (2) actividad física. Reflexionando sobre ello, nos damos cuenta de que para que nuestra área pueda desarrollarse correctamente y favorezca a nuestros estudiantes, deberíamos centrarnos en el segundo modelo comentado, debido a que es el que nos ofrece una enseñanza de calidad porque “se adapta a las posibilidades de muy diversos tipos de personas y permite que todas puedan obtener beneficios saludables” (p.76). Este modelo permite que los alumnos tengan una mayor motivación y participación, es decir, se deja a un lado el paradigma de la condición física que conlleva a realizar pruebas cerradas relacionadas con la velocidad, el equilibrio, la resistencia, etc. Por ello, una de las preguntas principales que todo maestro debe hacerse es la siguiente. ¿qué es lo que priorizamos para el desarrollo integral y global de nuestros estudiantes?

Otro de los aspectos mas relevantes son los agrupamientos elaborados por parte de los docentes en el aula. Concretamente, para los estudiantes que presentan Síndrome de Down y en general los alumnos con necesidades educativas, las actividades grupales

tienen menos éxito debido a que, como exponen Milicevic, Pacic y Krstic citado en Botías (2015), existe una mayor participación en las dinámicas individuales por parte de este tipo de alumnado. A pesar de ello, en el currículum se muestra que los juegos y dinámicas grupales favorecen tanto la socialización como el fomento de habilidades y, a pesar de que es uno de los aspectos que más trabajo puede costar a los docentes, se debe implementar dichas metodologías cooperativas ya que son una de las mejores formas para el desarrollo y para fomentar beneficios de salud social. Mediante este tipo de dinámicas se busca un objetivo común y, para llegar hasta él, se deben compartir ideas, reflexionar o ayudarse unos con otros, pudiendo así eliminar obstáculos que puedan aparecer. Además, se facilitan las interrelaciones positivas entre compañeros; aumentando las habilidades sociales y promoviendo compañerismo (Heyne, Schlein yMcAvoy, 1994, citado en Botías, 2015).

En lo referente a estrategias inclusivas, se destacan varios autores que analizan diversas situaciones y plantean una serie de estrategias para poder eliminar las barreras que puedan surgir en el aula como son el autoconcepto, la accesibilidad, la insuficiencia de recursos económicos o la escasa formación del profesorado, entre otros (Rios, 2009). Ante esto, Huguet (2010) nos muestra seis principios en los que nos vamos a apoyar para poder hacer de la inclusión algo real.

Tabla 2.

Principios para eliminar barreras en educación.

PROGRAMACIÓN DE REFERENCIA	No es necesario modificar los objetivos planteados a desarrollar en las diferentes sesiones con nuestro grupo-clase, sino que tenemos que introducir diferentes adaptaciones metodológicas no significativas en lo referente a los contenidos para poder así cumplir con el máximo número de contenidos alcanzados.
COMPRENDER LA DIVERSIDAD	Sensibilizar a los demás compañeros de clase, fomentando actitudes y valores correctos y adecuados.
TAREAS INCLUSIVAS	Las actividades planteadas deberán estar adaptadas a todos nuestros estudiantes, por lo que es esencial el desarrollo de dinámicas abiertas y cooperativas.

ADAPTAR TAREAS Y JUEGOS	Se debe fomentar una enseñanza individualizada y, para que esto sea real, debemos conocer las dificultades que pueden presentar nuestros estudiantes. Asimismo, también es necesario e imprescindible introducir estrategias referentes a la comunicación y al espacio y material.
MÉTODOS INCLUSIVOS DE ENSEÑANZA	Como ya se ha comentado previamente, la cooperación es indispensable, ya que esto permite que entre los compañeros puedan realizar funciones como son la del acompañamiento, la de ayudar y la de cooperación.
DEPORTE ADAPTADO PARA TODOS	Incluir en las sesiones actividades donde todos los estudiantes tengan una condición física a la que presenta el estudiante o los estudiantes con necesidades educativas.

Nota. Elaboración propia a partir de Huguet (2010).

Tras todo lo expuesto, la pregunta principal sobre la que el docente debería reflexionar sería la siguiente: ¿qué debo tener en cuenta a la hora de programar una sesión o una propuesta de intervención? Es por ello por lo que es fundamental diseñar actividades en las que todos los alumnos puedan participar e intervenir y, en relación con los juegos en equipo, rotar a los estudiantes para que todos puedan establecer relaciones con los alumnos que tengan alguna necesidad educativa.

5. PROPUESTA DE UNIDAD DIDÁCTICA

5.1. UNIDAD DIDÁCTICA

JUEGOS Y RETOS COOPERATIVOS

5.1.1. Justificación y relación con la legislación.

Esta Unidad Didáctica está dirigida a 3º Primaria en el área de Educación Física. La decisión de desarrollar esta Unidad Didáctica basada en los juegos cooperativos y relevos es porque es esencial no excluir a estudiantes y concienciarles sobre la relevancia existente tanto dentro de los centros educativos como fuera de ellos y, por tanto, que los estudiantes que presentan algún tipo de necesidad educativa específica se sientan incluidos e integrados en las dinámicas propuestas en el aula, reduciendo así las barreras y dificultades que pueden llegar a tener las personas con esta alteración genética.

Integrar en los centros educativos a las personas que manifiestan una discapacidad “es una necesidad social que estamos obligados a ofrecer, aunque haya una falta de

educación de la población para fomentar esa integración en positivo, combinando lo material con una educación en las relaciones humanas” (Valle 2012, p.1). Ante esto, las escuelas son un lugar donde se debe hacer mucho hincapié en la integración de los estudiantes, debido a que es uno de los lugares donde los niños pasan más tiempo y construyen sus identidades personales y sociales. Frente a esto, las escuelas inclusivas deben estar constituidas gracias a la participación de todos los integrantes de la comunidad educativa para poder fomentar un sistema educativo de calidad.

En concreto, dentro del área de Educación Física, las actitudes de compañerismo y solidaridad son las que más se observan, pudiendo visualizar, además, el comportamiento que tienen hacia los demás compañeros y el cómo se desarrollan las dinámicas individuales y grupales mediante el juego, en especial cuando se realiza de manera cooperativa, ya que eso fortalece la inclusión social entre estudiantes.

Por último, es necesario hacer una reseña a la legislación a nivel autonómico, ya que dicha Unidad Didáctica está realizada en función del Decreto 211/2022, de 10 de noviembre, por el que se establece la ordenación y el currículo de la Educación Primaria en la Comunidad Autónoma de Canarias, el cual está basado a su vez, a nivel estatal, en el Real Decreto 157/2022, de 1 de marzo, por el que se establecen la ordenación y las enseñanzas mínimas de la Educación Primaria, en el que nos encontramos que es fundamental que los estudiantes se desarrollen a nivel motriz, así como el fomento de diferentes aspectos transversales conexos a la vida real como pueden ser el trabajo en equipo o el juego limpio, entre otros.

5.1.2. Contextualización.

El aula está conformada por 22 estudiantes, de los cuales 13 son niños y 9 niñas. Entre ellos, nos encontramos con una niña con necesidades educativas, ya que tiene Síndrome de Down. Esta no necesita adaptación curricular en el área de Educación Física –que es el área en el que nos centramos–, pero sí que hay que adaptar las actividades para que pueda conseguir el objetivo final de manera eficaz.

A pesar de la gran diversidad existente en el aula y de los diferentes ritmos de cada estudiante, se ha de destacar que existe un alto grado de respeto y aceptación, tanto con uno mismo como con los demás, por lo que existe un buen clima de aula. Además, son capaces de reconocer los momentos apropiados para participar y expresarse, aunque en ocasiones se les olvida respetar el turno de palabra.

En cuanto a la toma de decisiones, los alumnos cumplen con los requisitos solicitados en diferentes situaciones que surgen. Es relevante valorar esta característica entre nuestros estudiantes, debido a que es una de las capacidades y habilidades que más se pueden aplicar en su vida diaria, lo que incrementa significativamente su autonomía personal.

Por otro lado, poseen un nivel de reflexión correspondiente a su edad, ya que pueden reconocer situaciones negativas y manifestar por qué son incorrectas, así como encontrar soluciones a los problemas que se puedan desarrollar.

Por último, es importante mencionar que mantienen actitudes muy positivas hacia sus compañeros, donde todos están dispuestos a ayudarse recíprocamente en caso de dificultades. Además, en lo que respecta a resolución de conflictos, se puede observar un alto grado de disposición para poder llegar a solucionar los problemas que surgen entre ellos mismos, aunque en muchos casos debe intervenir la figura del docente.

5.1.3. Contribución a las competencias básicas.

A continuación, se muestra una tabla (Tabla 3) donde quedan reflejadas las competencias clave que se van a desarrollar dentro de mi propuesta didáctica, ya que son imprescindibles para poder enfrentarnos a los desafíos del siglo XXI. Dichas competencias quedan recogidas en el Real Decreto 157/2022, de 1 de marzo, por el que se establecen la ordenación y las enseñanzas mínimas de la Educación Primaria.

Tabla 3.

Competencias clave.

COMPETENCIA EN COMUNICACIÓN LINGÜÍSTICA (CCL)	COMPETENCIA PLURILINGUE (CP)
Aprender a relacionarse con sus compañeros en la práctica motriz de forma oral, saber comprender y valorar los mensajes, respetar las reglas y normas propias del área, resolver conflictos mediante la mediación y gestión dialógica rechazando usos sexistas, racistas y clasistas y desarrollar un correcto uso del vocabulario del área en el transcurso de las situaciones motrices.	Utilizar las diversas lenguas, orales o signadas, de manera correcta para que pueda favorecer la comunicación y el aprendizaje. Además, a través de esta competencia se debe respetar las diferentes culturas y lenguas, integrando a los demás compañeros sin importar su nacionalidad, todo ello orientado a conocer, valorar y respetar la diversidad lingüística y cultural de la sociedad con el fin de desarrollar una convivencia democrática.

COMPETENCIA MATEMÁTICA Y COMPETENCIA EN CIENCIA, TECNOLOGÍA E INGENIERÍA (STEM)	COMPETENCIA PERSONAL, SOCIAL Y DE APRENDER A APRENDER (CPSAA)
Resolver problemas que puedan aparecer a través de un razonamiento lógico inductivo y deductivo y comprender el mundo que les rodea mediante el uso del pensamiento crítico, la observación, la experimentación y las estrategias que se ponen en la práctica, con el objetivo principal de realizarse preguntas y extraer conclusiones basadas en pruebas, fomentando que así se trabaje con información segura.	Implica la capacidad para poder reflexionar sobre uno mismo (capacidades y limitaciones) asumiendo responsabilidades individuales para desarrollar un crecimiento personal continuo, así como colaborar con otros utilizando estrategias cooperativas. De igual manera, esta competencia también incluye la capacidad para hacer frente a la incertidumbre o complejidad y adaptarse a los cambios, para desarrollar estrategias, etc., y, por tanto, para contribuir al bienestar mental, físico y emocional.
COMPETENCIA CIUDADANA (CE)	COMPETENCIA EMPRENDEDORA (CE)
Contribuye a la ciudadanía responsable de nuestros estudiantes, donde se participe de manera adecuada, social y cívica con los demás. En concreto, en esta Unidad Didáctica se promoverá el juego limpio y el respeto a las diferentes culturas, a los compañeros y docentes y a las normas de juego y materiales utilizados, se interactuará con los compañeros para solucionar los conflictos ocasionados ya que surgen en numerosas ocasiones y, por último, se fomentará el rechazo de prejuicios y cualquier tipo de discriminación y estereotipos.	Implica desarrollar y proponer ideas y soluciones a las necesidades de las tareas planificadas, utilizando los conocimientos necesarios para general resultados de valor. Además, permite crear y replantear ideas utilizando la imaginación y creatividad, así como la toma de decisiones en las diferentes dinámicas llevadas a cabo en el aula, considerando el éxito y el fracaso de las decisiones tomadas como una forma de aprendizaje. Por último, esta competencia también implica la colaboración con otras personas, fomentando las habilidades de comunicación y negociación.

Nota. Elaboración propia (2023).

5.1.4. Objetivos.

Dentro de la comunidad autónoma de Canarias, el currículo vigente se desarrolla en el Decreto 211/2022, de 10 de noviembre, por el que se establece la ordenación y el currículo de la Educación Primaria en la Comunidad Autónoma de Canarias, donde quedan reflejados los objetivos, competencias, contenidos y criterios de evaluación que deben desempeñar los estudiantes tras finalizar la Educación Primaria en todas las materias.

- Objetivos generales.

Dentro de mi propuesta didáctica, los objetivos generales de etapa a alcanzar que aparecen dentro del Decreto 211/2022 son los siguientes:

- a) Conocer y apreciar los valores y las normas de convivencia, aprender a obrar de acuerdo con ellas, prepararse para el ejercicio activo de la ciudadanía y respetar los derechos humanos, así como el pluralismo de una sociedad democrática.
- b) Desarrollar hábitos de trabajo individual y de equipo, de esfuerzo y de responsabilidad en el estudio, así como actitudes de confianza en sí mismo, sentido crítico, iniciativa personal, curiosidad, interés y creatividad en el aprendizaje, y espíritu emprendedor.
- c) Adquirir habilidades para la prevención y para la resolución pacífica de conflictos, que les permitan desenvolverse con autonomía en el ámbito familiar y doméstico, así como en los grupos sociales con los que se relacionan.
- d) Conocer, comprender y respetar las diferentes culturas y las diferencias entre las personas, la igualdad de derechos y oportunidades de hombres y mujeres y la no discriminación de personas con discapacidad.
- e) Conocer y utilizar de manera apropiada la lengua castellana y desarrollar hábitos de lectura (reflexión, planificación, comunicación, gestión dialógica de conflictos, uso técnico del vocabulario del área, etc.).
- k) Valorar la higiene y la salud, aceptar el propio cuerpo y el de los otros, respetar las diferencias y utilizar la educación física y el deporte como medios para favorecer el desarrollo personal y social.
- m) Desarrollar sus capacidades afectivas en todos los ámbitos de la personalidad y en sus relaciones con los demás, así como una actitud contraria a la violencia, a los prejuicios de cualquier tipo y a los estereotipos sexistas.

- Objetivos didácticos.

Por otro lado, los objetivos propios de esta Unidad Didáctica son:

- Mejorar la socialización a través de las dinámicas en pequeños y grandes grupos, rotando dichos grupos constantemente para que todos puedan trabajar con todos.
- Participar de manera constante y activa en las diferentes paradas de reflexión que se realicen durante todas las sesiones, así como mantener una actitud crítica a la hora de tomar decisiones y desarrollar estrategias.
- Respetar la realidad corpórea propia y la de los demás compañeros, así como conocer las restricciones corporales y las posibilidades motrices.

- Fomentar el desarrollo motor entre los estudiantes y, en mayor medida, ayudar en el fomento de dicho desarrollo con la estudiante que presenta necesidades educativas.
- Avivar el respeto tanto hacia los compañeros y docentes, así como a los materiales, instalaciones y espacios utilizados.
- Sensibilizar a los estudiantes sobre los diferentes ritmos de aprendizaje que tenemos cada uno a la hora de realizar una dinámica, fomentando el respeto y la tolerancia.
- Conocer mejor el concepto de cooperación y mejorar la convivencia en el aula.

5.1.5. Competencias específicas.

Las competencias específicas de esta Unidad Didáctica están directamente relacionadas con el Decreto 211/2022, de 10 de noviembre, por el que se establece la ordenación y el currículo de la Educación Primaria en la Comunidad Autónoma de Canarias. En concreto se centran en el curso de 3º de Educación Primaria. Seguidamente, podemos observarlos de manera más visual en la tabla (Tabla 4).

Tabla 4.

Contenidos del currículo relacionados con la propuesta didáctica.

COMPETENCIA ESPECÍFICA 1 (C1)	Adoptar un estilo de vida activo y saludable, practicando regularmente actividades físicas, lúdicas y deportivas y adoptando comportamientos que potencien la salud física, mental y social, así como medidas de responsabilidad individual y colectiva durante la práctica motriz para interiorizar e integrar hábitos de actividad física sistemática que contribuyan al bienestar.
COMPETENCIA ESPECÍFICA 2 (C2)	Adaptar los elementos propios del esquema corporal, las capacidades físicas, perceptivo-motrices y coordinativas, así como las habilidades y destrezas motrices, aplicando procesos de percepción, decisión y ejecución adecuados a la lógica interna y a los objetivos de diferentes situaciones, para dar respuesta a las demandas de proyectos motores y de prácticas motrices con distintas finalidades en contextos de la vida diaria.
COMPETENCIA ESPECÍFICA 3 (C3)	Desarrollar procesos de autorregulación e interacción en el marco de la práctica motriz, con actitud empática e inclusiva, haciendo uso de habilidades sociales y actitudes de cooperación, respeto, trabajo en

	equipo y deportividad, con independencia de las diferencias etnoculturales, sociales, de género y de habilidad de los participantes, todo ello para contribuir a la convivencia y al compromiso ético en los diferentes espacios en los que se participa.
COMPETENCIA ESPECÍFICA 4 (C4)	Reconocer y practicar diferentes manifestaciones lúdicas, físico-deportivas y artístico-expresivas propias de la cultura motriz, valorando su influencia y sus aportaciones estéticas y creativas a la cultura tradicional y contemporánea, para integrarlas en las situaciones motrices que se utilizan regularmente en la vida cotidiana.
COMPETENCIA ESPECÍFICA 5 (C5)	Valorar diferentes medios naturales y urbanos como contextos de práctica motriz, interactuando con ellos y comprendiendo la importancia de su conservación desde un enfoque sostenible, adoptando medidas de responsabilidad individual durante la práctica de juegos y actividades físico-deportivas, para realizar una práctica eficiente y respetuosa con el entorno y participar en su cuidado y mejora.

Nota. Elaboración propia a partir del Decreto 211/2022.

5.1.6. Saberes básicos.

Los saberes básicos nos permiten fomentar y favorecer los conocimientos, destrezas y actitudes entre los estudiantes y, mediante los cuales, se conseguirá la adquisición de las competencias específicas. Por ello, para la realización de esta Unidad Didáctica, en la siguiente tabla (Tabla 5) se expondrán los saberes básicos que se van a fomentar dentro de nuestra aula, todos ellos expuestos dentro del Anexo 2 en el apartado del área de Educación Física dentro del Decreto 211/2022, de 10 de noviembre, por el que se establece la ordenación y el currículo de la Educación Primaria en la Comunidad Autónoma de Canarias.

Tabla 5.

Saberes básicos del segundo ciclo de Educación Primaria.

VIDA ACTIVA Y SALUDABLE
<p>1. Interiorización de los efectos físicos y psicológicos beneficiosos de un estilo de vida activo. Factores básicos del cuidado del cuerpo, hidratación, educación postural en acciones motrices. Identificación de las características de los alimentos naturales, procesados y ultraprocesados, y del efecto de su consumo en la salud.</p> <p>2. Respeto y aceptación del propio cuerpo, desarrollando el autoconocimiento a través de la identificación de fortalezas, debilidades, posibilidades y limitaciones en aspectos sociales, físicos y mentales.</p> <p>4. Aceptación de las habilidades y el propio cuerpo y el de los demás, evitando el exceso de competitividad.</p>
ORGANIZACIÓN Y GESTIÓN DE LA ACTIVIDAD FÍSICA
<p>1. Práctica de actividad física con fines catárticos, lúdicos y cooperativos. Respeto hacia las elecciones de los demás.</p> <p>2. Cuidado y preparación del material según la actividad a desarrollar.</p> <p>3. Seguimiento de pautas de higiene personal relacionadas con la actividad física.</p> <p>4. Planificación y autorregulación de retos motores siguiendo mecanismos básicos para ejecutar lo planificado.</p> <p>5. Prevención de lesiones en las prácticas motrices con mecanismos de prevención y control corporal.</p>
RESOLUCIÓN DE PROBLEMAS EN SITUACIONES MOTRICES
<p>1. Iniciación en situaciones de juego a la toma de decisiones mediante la distribución racional del esfuerzo en situaciones motrices individuales.</p> <p>2. Iniciación en situaciones de juego a la toma de decisiones mediante la ubicación en el espacio en situaciones cooperativas; y la ubicación en el espacio y reubicación tras cada acción en situaciones motrices de persecución y de interacción con un móvil.</p> <p>3. Anticipación a las decisiones ofensivas de la persona adversaria en situaciones de oposición de contacto y el pase a compañeros desmarcados o en situación ventajosa en situaciones motrices de colaboración-oposición de persecución y de interacción con un móvil.</p> <p>4. Uso de las capacidades perceptivo-motrices en contexto de práctica mediante la integración del esquema corporal; el control tónico-postural e independencia segmentaria en situaciones motrices; la definición de la lateralidad; la coordinación dinámica general y segmentaria; y el equilibrio estático y dinámico.</p>

<p>5. Experimentación de las habilidades y destrezas motrices básicas y genéricas locomotoras, no locomotoras, manipulativas y combinación de estas.</p> <p>6. Variación y adecuación de la acción motriz ante estímulos internos y externos.</p> <p>7. Reconocimiento de las capacidades físicas básicas.</p>
<p>AUTORREGULACIÓN EMOCIONAL E INTERACCIÓN SOCIAL EN SITUACIONES MOTRICES</p>
<p>1. Reconocimiento y gestión de emociones propias, pensamientos y sentimientos a partir de experiencias motrices.</p> <p>2. Uso de estrategias de escucha activa y de negociación para la resolución de conflictos en contextos motrices.</p> <p>3. Iniciación a la deportividad.</p> <p>4. Empleo de conductas favorables a la convivencia positiva.</p>
<p>MANIFESTACIONES DE LA CULTURA MOTRIZ</p>
<p>2. Expresión de sensaciones, sentimientos, emociones e ideas simples a través del cuerpo y el movimiento.</p>
<p>INTERACCIÓN EFICIENTE Y SOSTENIBLE CON EL ENTORNO</p>
<p>3. Reconocimiento del estado del material para actividades en el medio natural y urbano a través de una valoración previa y actuación ante desperfectos.</p> <p>4. Realización de actividades físicas en el medio natural y urbano buscando un disfrute seguro y favoreciendo su mantenimiento.</p>

Nota. Elaboración propia a partir del Decreto 211/2022.

5.1.7. Metodología y organización.

A la hora de planificar las sesiones se planearán siempre desde las diferentes orientaciones metodológicas recogidas en el área de Educación Física dentro del Decreto 211/2022, cumpliendo una programación didáctica donde existan actividades equilibradas siguiendo un poco la línea de la metodología Montessori, donde los estudiantes tengan autonomía y promoviendo el aprendizaje significativo. Además, dentro de ellas, será de especial importancia la actitud reflexiva y el pensamiento crítico y la eliminación de cualquier estereotipo o competitividad provocadora y agresiva, debido a que esto no favorece en ningún momento el desarrollo de la sesión ni las relaciones sociales en el grupo-clase.

Para conseguir esto, se considera que el juego es esencial dentro de las sesiones, ya que es uno de los recursos más eficaces dentro del ámbito educativo y, en cuanto a la

metodología a seguir, se ha de recalcar que es semi-directiva. Esto significa que la intervención del docente será directa en el momento en el que las actividades sean explicadas para que los estudiantes comprendan su desarrollo. Después, el rol docente será el de guiar y ayudar a los estudiantes e, incluso, el de introducir diferentes variantes en el juego, siempre dejando que los alumnos sean los protagonistas de su aprendizaje.

Para finalizar, se recalca que todas las sesiones de trabajo tienen tres momentos: (1) Empezando..., (2) En marcha y (3) Y para terminar... Dicha progresión ha sido extraída del grupo de Trabajo Internivelar de Investigación-Acción en Educación Física en Segovia compuesto por López, Pedraza, Ruano, Sáez (2017), ya que es imprescindible que los estudiantes tengan una cierta rutina a la hora de realizar las dinámicas, aunque sean con diferentes tipos de sesiones.

5.1.8. Sesiones de trabajo.

Se han elaborado seis sesiones de trabajo teniendo siempre en cuenta la secuencia de los diversos contenidos que se pretenden trabajar, así como el contexto donde se van a realizar.

Tabla 6.

Primera sesión: juegos con desplazamientos.

SESIÓN 1: JUEGOS CON DESPLAZAMIENTOS	
MATERIALES: petos y conos.	
ORGANIZACIÓN DE ESPACIOS: Utilización de toda la cancha del colegio respetando los límites en el rectángulo que forma.	
EMPEZANDO ... (15' aprox.)	<p>Asamblea inicial</p> <p>Antes de empezar a realizar las dinámicas, se comentará de forma breve y concisa a los estudiantes qué vamos a trabajar en las próximas seis sesiones: la cooperación y los relevos.</p> <p>Se les realizarán preguntas como pueden ser: <i>¿Quién sabe qué es la discapacidad? ¿Qué tipos de discapacidades conocéis? ¿Cómo se podría ayudar a una persona que presenta alguna dificultad? ¿Qué significa cooperar? ¿Habéis trabajado alguna vez de forma cooperativa?</i></p> <p>Asimismo, se hará tomar conciencia a los alumnos de que, a pesar de tener una discapacidad, se puede completar una actividad física y, con todo esto,</p>

	<p>propondré un diálogo para la reflexión final. Para acabar, se les mandará recordar las 3 reglas básicas que han de cumplir durante las sesiones: normas de comportamiento, orden y respeto hacia los demás.</p>
<p>EN MARCHA (25'/30' aprox.)</p>	<ul style="list-style-type: none"> ▪ <i>Tulipán</i> (juego de persecución grupal). Se nombrarán tres estudiantes y se le dará un peto a cada uno. Estos serán los que la queden. Si a la chica con Síndrome de Down le toca pillar, el peto que reciba será solamente para ella (ya sea ese día o los demás que toque Educación Física debido a la micosis, que es una infección dérmica que puede darse al intercambiar objetos). Cuando uno de los tres que la quedan va a pillar a otro, éste puede decir “tuli” y quedarse inmóvil con las piernas abiertas. De este modo, se considerará que esta salvado hasta que venga un compañero suyo, pase entre sus piernas y diga “pan”, en ese momento quedará libre y podrá ser pillado. Cuando una persona pille a otra, le pasará el peto (exceptuando la niña con SD, que tendrá el suyo propio). PARADA DE REFLEXIÓN: <i>¿Habéis conseguido pillar a muchos? ¿Ha sido fácil o difícil? ¿Qué problemas han surgido?</i> <p>Variaciones: (1) Reducción de los espacios, (2) poder decir “tuli” únicamente cinco veces o (3) el que es pillado, unirse con los compañeros que están pillando y ser uno más.</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ <i>Araña peluda</i> (grupal). Empieza quedándose la uno que debe situarse en la línea del medio de la cancha y tiene que evitar que sus compañeros pasen de un lado al otro del campo. Si esta persona pilla a alguien, se la quedarán juntos. El juego acaba cuando todos los integrantes son pillados. PARADA DE REFLEXIÓN: <i>¿Ha sido fácil pillar a todos? ¿Cuándo ha sido más difícil? ¿Qué estrategias habéis usado cuando había más de una persona en la línea del medio de la cancha?</i> <p>Variaciones: (1) reducción de espacios, (2) poner un tiempo límite para pasar para que el juego sea más rápido o (3) realizar más de una araña.</p>
<p>Y PARA TERMINAR... (5'/10' aprox.)</p>	<p>Puesta en común</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ <i>¿Cómo os lo habéis pasado en las actividades? ¿Cómo os habéis sentido?</i> ▪ <i>¿Ha surgido algún conflicto durante las dinámicas? ¿Lo habéis solucionado? ¿Cómo?</i> ▪ <i>¿Habéis cooperado con vuestros compañeros?</i> ▪ <i>¿Qué juego os ha gustado más? ¿Cuál os ha gustado menos?</i>

Nota. Elaboración propia (2023).

Tabla 7.

Segunda sesión: juegos con balón I.

SESIÓN 2: JUEGOS CON BALÓN I.	
MATERIALES: balones de goma espuma, balones de goma, petos y conos.	
ORGANIZACIÓN DE ESPACIOS: Uso de toda la cancha del colegio.	
<p>EMPEZANDO</p> <p>...</p> <p>(15' aprox.)</p>	<p>Asamblea inicial</p> <p>Antes de comenzar, se explica a los alumnos qué vamos a realizar en la sesión: juegos con balón simple. Tras esto, realizarán un calentamiento articular general mediante elección aleatoria de uno de los alumnos, el cual se colocará en medio de un círculo que hagan sus compañeros y los guiará siguiendo un patrón establecido: de abajo hacia arriba (tobillos a cabeza).</p> <p>Al finalizar el calentamiento, realizarán dos vueltas a la cancha en un espacio delimitado por 4 conos, uno en cada esquina y, para acabar, se les recordará las 3 reglas básicas que han de cumplir durante las sesiones: normas de comportamiento, orden y respeto hacia los demás.</p>
<p>EN MARCHA</p> <p>(25'/30' aprox.)</p>	<ul style="list-style-type: none"> ▪ <i>Conducción con colores</i> (individual). Los alumnos tendrán un balón cada uno, el cual irán conduciendo con las manos por el espacio disponible (cancha) y, a la voz que el profesor diga un color, deberán ir rápidamente a tocar algo que sea del color que se ha dicho, siempre y cuando tengan el balón controlado con las manos, es decir, que esté botando. En este caso, la adaptación para la niña con Síndrome de Down será darle una pelota de color llamativo y que sea bastante más grande que las demás para que no pierda la visión sobre ella a lo largo de la actividad. <p style="margin-left: 40px;">PARADA DE REFLEXIÓN: <i>¿Cuál es el color que más os ha costado encontrar? ¿Habéis cumplido las normas? ¿Os ha resultado fácil o difícil?</i></p> <p>Variaciones: (1) controlar la pelota con los pies o (2) aumentar el espacio.</p> ▪ <i>Juego de las sillas con robo</i> (grupala). Todos los alumnos poseerán un balón, el cual tendrán que conducirlo con las manos, exceptuando un alumno que deberá de robar el balón a alguno de sus compañeros. En el momento que el docente diga “ya”, se verá qué alumno no tiene balón y en ese momento se quitará otro balón por lo que habrá otro jugador que tendrá que robar también el balón a sus compañeros. El juego acaba cuando queden 3 balones. Para esta actividad vamos a usar muchos balones, pero los 3 últimos serán pelotas

	<p>grandes y llamativas porque, como he dicho antes, es una forma para que la niña con Síndrome de Down esté activa en el ejercicio.</p> <p>PARADA DE REFLEXIÓN: <i>¿Os ha resultado fácil robar el balón a los compañeros? ¿Ha sido fácil controlar el balón para que no te lo roben? ¿Qué estrategias habéis usado para mantener la pelota?</i></p> <p>Variantes: (1) reducir el espacio.</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ <i>Futbolín humano</i> (grupal). Cada grupo estará situado como si fueran jugadores de un “futbolín”. Existirán varias zonas; zona de defensa, zona de centro, zona de ataque y portero. Jugarán igual que si fueran muñecos de un futbolín y estarán unidos por una cuerda, una vez que el balón pasa de la zona no podemos volvernos a por él, únicamente podemos desplazarnos lateralmente. Como en los anteriores, la pelota será de gran tamaño y de un color llamativo para fijar la atención de la niña con Síndrome de Down. <p>PARADA DE REFLEXIÓN: <i>¿Os ha gustado la posición en la que habéis estado? ¿Cuál es vuestra posición favorita? ¿Cuál es más difícil? ¿Habéis conseguido darle muchas veces al balón?</i></p> <p>Variantes: (1) cambiar a los jugadores para que roten de zona) o (2) meter más balones.</p>
<p>Y PARA TERMINAR... (5’/10’ aprox.)</p>	<ul style="list-style-type: none"> ▪ <i>Cuenta el máximo que puedas</i> (grupal). Los estudiantes se sentarán en círculo y deben intentar que, sin ningún tipo de acuerdo, intenten decir los números de uno en uno y llegar hasta el número más alto que puedan en un tiempo de 5 minutos, sin repetir ninguno. Si se oye a varias personas decir el mismo número a la vez, habrá que volver a empezar. Aquí, empezará siempre la niña que tiene Síndrome de Down, aunque luego pueda decir más números durante el juego. <p>Puesta en común</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ <i>¿Cómo os lo habéis pasado en las actividades? ¿Cómo os habéis sentido?</i> ▪ <i>¿Ha surgido algún conflicto durante las dinámicas? ¿Lo habéis solucionado? ¿Cómo?</i> ▪ <i>¿Habéis cooperado con vuestros compañeros?</i> ▪ <i>¿Qué juego os ha gustado más? ¿Cuál os ha gustado menos?</i>

Nota. Elaboración propia (2023).

Tabla 8.

Tercera sesión: juegos con balón II.

SESIÓN 3: JUEGOS CON BALÓN II.	
MATERIALES: balones de goma espuma, balones de goma, petos y conos.	
ORGANIZACIÓN DE ESPACIOS: Uso de toda la cancha del colegio.	
EMPEZANDO... (15' aprox.)	<p>Asamblea inicial</p> <p>Antes de comenzar, se explica a los alumnos qué vamos a realizar en la sesión: juegos con balón complejo. Tras esto, realizarán un calentamiento articular general mediante elección aleatoria de uno de los alumnos, el cual se colocará en medio de un círculo que hagan sus compañeros y los guiará siguiendo un patrón establecido: de abajo hacia arriba (tobillos a cabeza).</p> <p>Al finalizar el calentamiento, realizarán dos vueltas a la cancha en un espacio delimitado por 4 conos, uno en cada esquina y, para acabar, se les recordará las 3 reglas básicas que han de cumplir durante las sesiones: normas de comportamiento, orden y respeto hacia los demás.</p>
EN MARCHA (25'/30' aprox.)	<ul style="list-style-type: none"> ▪ <i>Gran grupo de recibimiento</i> (equipos). Jugarán en todo el campo (dos equipos) y se formarán 4 porterías pequeñas. Para meter un gol, hay que pasar el balón entre una de las porterías y un compañero deberá controlar el balón detrás de la portería. Si detrás de la portería no hay nadie para parar el tiro, el gol no es válido. La adaptación para la niña con Síndrome de Down en esta actividad es evitar el contacto masivo con ella por lo que, en el momento que reciba la pelota, se deberá guardar una distancia de seguridad de 1 metro con ella debido a que un golpe podría derivar en una pérdida de la conciencia. Además de esto, usaremos, como hemos dicho anteriormente, un balón grande y llamativo para que no lo pierda de vista <p style="text-align: center;">PARADA DE REFLEXIÓN: <i>¿Ha sido fácil meter gol? ¿Os parecen justos los equipos? ¿Qué estrategia habéis usado para anotar más goles?</i></p> <p>Variaciones: (1) no poder meter en la portería más cercana donde has robado el balón, (2) no estar parado delante de la portería más de cinco segundos o (3) reducir el espacio.</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ <i>Juego de las 4 porterías</i> (pequeños grupos). En este juego se trabajará en un espacio de forma cuadrada en el que cada lado de este espacio se

	<p>encontrará una portería y en su centro 4 balones. Se agruparán a los alumnos en 4 equipos en los que cada componente tendrá un número (del 1 hasta el número total de alumnos de cada grupo). El profesor dirá un número y los alumnos de cada equipo que tenga ese número deberá de ir corriendo hacia un balón que se encuentra en el centro del cuadrado y tendrá que ir a marcar gol a una portería, pero con la norma de que no pueden marcar dos alumnos en una misma portería, lo que hace esto que los alumnos desarrollen la visión del juego. Las adaptaciones para la niña con Síndrome de Down en esta actividad son: poner los 4 balones en el medio y que a ella le dejen el grande y llamativo o poner 3 balones en el medio y que ella empiece desde su portería directamente con el suyo.</p> <p>PARADA DE REFLEXIÓN: <i>¿Creéis que es peligroso que estén los 4 balones juntos? ¿Se fomenta la visión de juego? ¿Creéis que es adecuado para vuestro nivel?</i></p> <p>Variaciones: (1) cambiar equipos y rotar o (2) cambiar números en el equipo.</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ <i>Pase de riesgo (pequeños grupos).</i> Los alumnos se agrupan de 3 en 3. Uno de los alumnos se situará en el medio de los otros dos, que están frente a frente. Los alumnos que estén en cada extremo del otro compañero deberán pasarse el balón, pero con la regla de que el balón debe pasar debajo de las piernas del alumno que se encuentre en medio. <p>PARADA DE REFLEXIÓN: <i>¿Resulta complicado pasar la pelota por debajo de las piernas? ¿Por qué? ¿Qué estrategias habéis buscado para conseguirlo?</i></p> <p>Variaciones: (1) pasarla con la mano o (2) intentar que bote una vez antes de que pase por debajo de las piernas del compañero.</p>
<p>Y PARA TERMINAR... (5'/10' aprox.)</p>	<ul style="list-style-type: none"> ▪ <i>Cuenta el máximo que puedas</i> (grupal). Los estudiantes se sentarán en círculo y deben intentar que, sin ningún tipo de acuerdo, intenten decir los números de uno en uno y llegar hasta el número más alto que puedan en un tiempo de 5 minutos, sin repetir ninguno. Si se oye a varias personas decir el mismo número a la vez, habrá que volver a empezar. Aquí, empezará siempre la niña que tiene Síndrome de Down, aunque luego pueda decir más números durante el juego. <p>Puesta en común</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ <i>¿Cómo os lo habéis pasado en las actividades? ¿Cómo os habéis sentido?</i>

	<ul style="list-style-type: none"> ▪ <i>¿Ha surgido algún conflicto durante las dinámicas? ¿Lo habéis solucionado? ¿Cómo?</i> ▪ <i>¿Habéis cooperado con vuestros compañeros?</i> ▪ <i>¿Qué juego os ha gustado más ¿Cuál os ha gustado menos?</i>
--	---

Nota. Elaboración propia (2023).

Tabla 9.

Cuarta sesión: juegos con balón III.

SESIÓN 4: JUEGOS CON BALON III.	
MATERIALES: balones de goma espuma, balones de goma, petos y conos.	
ORGANIZACIÓN DE ESPACIOS: Se hará uso de la cancha del colegio.	
EMPEZANDO... (15' aprox.)	<p>Asamblea inicial</p> <p>Antes de comenzar, se explica a los alumnos qué vamos a realizar en la sesión: juegos con balón complejo. Tras esto, realizarán un calentamiento articular general mediante elección aleatoria de uno de los alumnos, el cual se colocará en medio de un círculo que hagan sus compañeros y los guiará siguiendo un patrón establecido: de abajo hacia arriba (tobillos a cabeza).</p> <p>Al finalizar el calentamiento, realizarán dos vueltas a la cancha en un espacio delimitado por 4 conos, uno en cada esquina y, para acabar, se les recordará las 3 reglas básicas que han de cumplir durante las sesiones: normas de comportamiento, orden y respeto hacia los demás.</p>
EN MARCHA (25'/30' aprox.)	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Juego del parchís (grupal). En este juego habrá 2 equipos y los alumnos que componen cada equipo contarán con un número. En el espacio que se va a jugar (cancha), en cada córner se encontrará una portería de un color diferente y en el centro del campo habrá un balón. El profesor dirá en voz alta un color y un número y los alumnos de cada equipo que tengan dicho número deberán de ir corriendo a por el balón y marcar gol en la portería correspondiente del color que se ha dicho. En este juego se trabajará el 1 contra 1. La adaptación para la niña con Síndrome de Down sería jugar con la bola grande y llamativa y emparejarla con alguien de su tamaño (altura y peso). <p style="text-align: center;">PARADA DE REFLEXIÓN: <i>¿Los cruces son equitativos?</i> <i>¿Deberíamos de cambiar los números?</i></p>

	<p>Variaciones: (1) decir varios números a la vez (2vs2 o 3vs3) o (2) reducir el espacio.</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ <i>Fútbol-mano</i> (grupal). En esta actividad jugarán un partido de fútbol en el que podrán utilizar tanto los pies como las manos para pasar el balón. No vale correr con el balón en las manos. Para poder meter gol han debido de tocarla la mitad de los miembros del equipo. La adaptación para la niña con Síndrome de Down es que ella, en el momento que reciba la bola no se le pueden acercar en un rango de 1 metro ya que, un golpe mal dado podría causarle una pérdida de la conciencia, traumatismo... <p style="text-align: center;">PARADA DE REFLEXIÓN: <i>¿Es más fácil pasarla con las manos o con los pies? ¿Os sentís cómodos todos jugando? ¿Están igualados los equipos?</i></p> <p>Variaciones: (1) dar tres pasos cuando recibes el balón y lo tengas en las manos) botándolo previamente o (2) en vez de tocarla, al menos, la mitad de los miembros del equipo, poder solo dar únicamente X hasta llegar a la portería.</p>
<p>Y PARA TERMINAR... (5'/10' aprox.)</p>	<ul style="list-style-type: none"> ▪ <i>Cuenta el máximo que puedas</i> (grupal). Los estudiantes se sentarán en círculo y deben intentar que, sin ningún tipo de acuerdo, intenten decir los números de uno en uno y llegar hasta el número más alto que puedan en un tiempo de 5 minutos, sin repetir ninguno. Si se oye a varias personas decir el mismo número a la vez, habrá que volver a empezar. Aquí, empezará siempre la niña que tiene Síndrome de Down, aunque luego pueda decir más números durante el juego. <p>Puesta en común</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ <i>¿Cómo os lo habéis pasado en las actividades? ¿Cómo os habéis sentido?</i> ▪ <i>¿Ha surgido algún conflicto durante las dinámicas? ¿Lo habéis solucionado? ¿Cómo?</i> ▪ <i>¿Habéis cooperado con vuestros compañeros?</i> ▪ <i>¿Qué juego os ha gustado más ¿Cuál os ha gustado menos?</i>

Nota. Elaboración propia (2023).

Tabla 10.

Quinta sesión: juegos con relevos.

SESIÓN 5: JUEGOS CON RELEVOS.	
MATERIALES: balones de goma espuma, balones de goma y conos.	
ORGANIZACIÓN DE ESPACIOS: Se hará uso de la cancha del colegio.	
<p>EMPEZANDO... (15' aprox.)</p>	<p>Asamblea inicial</p> <p>Antes de comenzar, se explica a los alumnos qué vamos a realizar en la sesión: juegos con relevos. Tras esto, realizarán un calentamiento articular general mediante elección aleatoria de uno de los alumnos, el cual se colocará en medio de un círculo que hagan sus compañeros y los guiará siguiendo un patrón establecido: de abajo hacia arriba (tobillos a cabeza).</p> <p>Al finalizar el calentamiento, realizarán dos vueltas a la cancha en un espacio delimitado por 4 conos, uno en cada esquina y, para acabar, se les recordará las 3 reglas básicas que han de cumplir durante las sesiones: normas de comportamiento, orden y respeto hacia los demás.</p>
<p>EN MARCHA (25'/30' aprox.)</p>	<ul style="list-style-type: none"> ▪ <i>Juego de los pases enfrentados</i> (grupal). En este juego se trabajará en una fila recta en la que habrá uno enfrentado a todos los demás en fila, dejando un espacio coherente entre uno y otro de la fila. El jugador que posee balón deberá pasar el balón con las manos al primero de la fila, éste devolverla y agacharse y después al segundo de la fila y, así sucesivamente. Cuando toda la fila se haya agachado, el jugador que poseía balón al principio se girará y tendrá que ir corriendo a un cono, volver y darle el balón al primero de la fila y ponerse el último. El juego termina cuando todos hayan pasado por ambos roles. En cuanto a la adaptación para la niña con Síndrome de Down, será la misma que en los anteriores ejercicios, es decir, su equipo debe tener la pelota grande y llamativa. <p style="text-align: center;"><i>PARADA DE REFLEXIÓN: ¿Os habéis sentido integrados en la actividad? ¿Habéis recibido ayuda si no conseguíais coger la pelota en el aire? ¿Habéis utilizado alguna estrategia?</i></p> <p>Variaciones: (1) cambiar los equipos, (2) no permitir a los compañeros coger la pelota que le toca a su compañero en caso de no cogerla en el aire y que salga rebotada o (3) más separación entre unos y otros.</p> ▪ <i>Bola rondeada</i> (grupal). En este juego habrá 2 equipos de los cuales cada alumno tendrá un número. En el espacio que se va a jugar (cancha), se

	<p>pondrá un cono con una bola encima de él en el medio y todos los alumnos se pondrán en torno a él en círculo sentados. Cuando se dice un número, el alumno con ese número se tiene que levantar, coger la pelota y salir dar una vuelta completa por detrás de sus compañeros en círculo (por donde estaba sentado). Para conseguir un punto tienen que dar la vuelta al círculo, entrar de nuevo por donde estaban situados, dejar el balón encima del cono y sentarse. La adaptación para la niña con Síndrome de Down es la misma que en el ejercicio anterior, además de que debe ser emparejada con alguien con parecida agilidad.</p> <p>PARADA DE REFLEXIÓN: <i>¿Ha sido difícil dar la vuelta al círculo? ¿Qué estrategias usaríais para correr más rápido? ¿Están los equipos igualados?</i></p> <p>Variaciones: (1) cambiar los números o (2) reducir/aumentar el espacio y estar menos separados con un círculo más pequeño o grande.</p>
<p>Y PARA TERMINAR... (5'/10' aprox.)</p>	<ul style="list-style-type: none"> ▪ <i>Cuenta el máximo que puedas</i> (grupal). Los estudiantes se sentarán en círculo y deben intentar que, sin ningún tipo de acuerdo, intenten decir los números de uno en uno y llegar hasta el número más alto que puedan en un tiempo de 5 minutos, sin repetir ninguno. Si se oye a varias personas decir el mismo número a la vez, habrá que volver a empezar. Aquí, empezará siempre la niña que tiene Síndrome de Down, aunque luego pueda decir más números durante el juego. <p>Puesta en común</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ <i>¿Cómo os lo habéis pasado en las actividades? ¿Cómo os habéis sentido?</i> ▪ <i>¿Ha surgido algún conflicto durante las dinámicas? ¿Lo habéis solucionado? ¿Cómo?</i> ▪ <i>¿Habéis cooperado con vuestros compañeros?</i> ▪ <i>¿Qué juego os ha gustado más ¿Cuál os ha gustado menos?</i>

Nota. Elaboración propia (2023).

Tabla 11.

Sexta sesión: juegos cooperativos de velocidad con relevos.

SESIÓN 6: JUEGOS COOPERATIVOS DE VELOCIDAD CON RELEVOS.	
MATERIALES: conos y conos.	
ORGANIZACIÓN DE ESPACIOS: Se hará uso del gimnasio del colegio.	
<p>EMPEZANDO... (15' aprox.)</p>	<p>Asamblea inicial</p> <p>Antes de comenzar, se explica a los alumnos qué vamos a realizar en la sesión: juegos cooperativos de velocidad con relevos. Tras esto, realizarán un calentamiento articular general mediante elección aleatoria de uno de los alumnos, el cual se colocará en medio de un círculo que hagan sus compañeros y los guiará siguiendo un patrón establecido: de abajo hacia arriba (tobillos a cabeza).</p> <p>Al finalizar el calentamiento, realizarán dos vueltas a la cancha en un espacio delimitado por 4 conos, uno en cada esquina y, para acabar, se les recordará las 3 reglas básicas que han de cumplir durante las sesiones: normas de comportamiento, orden y respeto hacia los demás.</p>
<p>EN MARCHA (25'/30' aprox.)</p>	<ul style="list-style-type: none"> ▪ <i>Las 4 esquinas</i> (pequeños grupos). En este juego se trabajará en un espacio de forma cuadrada en el que cada lado de este espacio habrá un cono. De esta manera, en cada cuadrado habrá cuatro alumnos: tres situados donde los conos y uno en el medio. El que se sitúa en el medio tendrá que ir a tocar uno de los conos en las esquinas y los otros tres alumnos tendrán que defender estos conos moviéndose lateralmente. Si al cono que va el del medio lo toca uno de los tres defensores, éste tendrá que ir a por otro. Sin embargo, si el cono lo toca antes la persona situada en el medio, cambiará el rol con la persona que defendía ese cono. La adaptación para la niña con Síndrome de Down es colocarla con gente con su misma agilidad para que de esta manera pueda defender y atacar eficazmente y se sienta realizada. <ul style="list-style-type: none"> PARADA DE REFLEXIÓN: <i>¿Es fácil tocar algún cono si estás situado en el medio? ¿Qué estrategias usáis para engañar a los defensores?</i> <p>Variaciones: (1) cambiar de estudiante si está en el centro y lleva mucho tiempo intentando tocar algún cono o (2) cambiar los equipos e ir rotando.</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ <i>Cruza el lago</i> (parejas/grupal). Se les dice que están en un barco que está hundiéndose sobre un lago lleno de pirañas, cocodrilos, tiburones y miles

	<p>de bichos que les comerán si pisan el suelo. Para salvarse, tendrán que cruzar todo el lago desde el barco que se está hundiendo hasta la isla donde estarían a salvo. Para ello, únicamente podrán utilizar los materiales que hay esparcidos por el gimnasio (pasando los materiales entre unos y otros), ya que es lo que deben pisar para poder desplazarse. Además, deberán ir por parejas y no pueden soltarse de la mano. Si uno de la pareja toca el suelo, deberán volver a empezar.</p> <p>PARADA DE REFLEXIÓN: <i>¿Habéis pisado el suelo muchas veces? ¿Qué dificultades habéis tenido? ¿Os habéis ayudado unos a otros? ¿Qué problemas han aparecido?</i></p> <p>Variaciones: (1) introducir más/menos materiales o (2) si está siendo muy difícil, quitar la condición de las parejas, pero siguiendo con la cooperación.</p>
<p>Y PARA TERMINAR... (5'/10' aprox.)</p>	<ul style="list-style-type: none"> ▪ <i>Cuenta el máximo que puedas</i> (grupal). Los estudiantes se sentarán en círculo y deben intentar que, sin ningún tipo de acuerdo, intenten decir los números de uno en uno y llegar hasta el número más alto que puedan en un tiempo de 5 minutos, sin repetir ninguno. Si se oye a varias personas decir el mismo número a la vez, habrá que volver a empezar. Aquí, empezará siempre la niña que tiene Síndrome de Down, aunque luego pueda decir más números durante el juego. <p>Puesta en común</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ <i>¿Cómo os lo habéis pasado en las actividades? ¿Cómo os habéis sentido?</i> ▪ <i>¿Ha surgido algún conflicto durante las dinámicas? ¿Lo habéis solucionado?</i> ▪ <i>¿Habéis cooperado con vuestros compañeros?</i> ▪ <i>¿Qué juego os ha gustado más? ¿Cuál os ha gustado menos?</i>

Nota. Elaboración propia (2023).

5.1.9. Evaluación.

Durante todas las sesiones de la Unidad Didáctica se llevará a cabo una evaluación formativa y compartida, ya que es lo más adecuado para desarrollar un aprendizaje significativo entre los estudiantes y mejora los procesos de enseñanza-aprendizaje, debido a que no solo se centra en la calificación de estos, sino en la mejora del aprendizaje para que este sea de calidad.

Por otro lado, algunas de las líneas para llevar a cabo la evaluación son las nombradas por -López, Monjas, Gómez, López, Martín et al. (2006). Se llevarán a cabo varias para

así poder completar unas con otras y poder fijarnos en diferentes aspectos. Por ello, los instrumentos a utilizar son los siguientes:

- **Diario/cuaderno del docente:** se trata de un cuaderno poco estructurado donde se expondrá diferente información y diversas anotaciones con respecto a los procesos de enseñanza-aprendizaje originados durante las sesiones implementadas. Además, se mostrarán acciones concretas que llaman la atención. Un ejemplo de esta tabla de registro anecdótico podemos encontrarla en el Anexo I.
- **Fichas de coevaluación y autoevaluación para el alumnado:** se trata de unas fichas compuestas por unas listas de control y escalas de observación donde se promoverá la reflexión de los alumnos, desarrollando su responsabilidad en el aprendizaje y se fomentará la metacognición y mejorará la autorregulación. Gracias a esto se permitirá una consciencia individual sobre los aprendizajes, siendo capaces de valorar críticamente su participación. Este instrumento aparece en el Anexo II.
- **Imágenes con resultados:** a través de este método, podremos analizar a los estudiantes en caso de ser necesario un segundo o tercer vistazo.

De igual forma, no solo es necesaria la evaluación del alumnado, sino también la del propio docente y la de las sesiones realizada. Ambas rúbricas quedan reflejadas en el Anexo III. En cuanto a la evaluación del profesor, se ha de recalcar que evaluar nuestro propio desempeño y trabajo durante las sesiones es imprescindible y enriquecedor. Por ello, una vez finalizadas dichas sesiones, tendremos que comprobar si efectivamente se han cumplido con los objetivos propuestos. Si no ha ocurrido así, deberemos modificar dicha sesión para que, en futuras puestas en práctica, la sesión sea más eficaz. Por otro lado, evaluar la Unidad Didáctica en su totalidad, nos hará comprobar que, poco a poco, gracias a dicha evaluación y a las modificaciones incorporadas una vez realizadas las dinámicas, la sesión será más significativa con respecto a los procesos de enseñanza-aprendizaje anteriores y, por tanto, así se llegará a desarrollar de forma completa la evaluación formativa y compartida comentada anteriormente.

6. RESULTADOS ESPERADOS

El trabajo presentado trata de hacer ver cómo la educación tiene el reto e integrar a todos y cada uno de los estudiantes, dejando de lado las diferencias, debido a que todos somos diferentes y cada uno tenemos un ritmo propio de aprendizaje. Ante esto, se ha realizado dicho trabajo en el área de Educación Física, pero, debido a imposibilidad de llevarlo a cabo a la práctica por diversos factores como la escasa disponibilidad permitida por el tutor de prácticas y la ausencia continua de la niña que contaba con Síndrome de Down en el aula, algunos de los objetivos propuestos al principio del trabajo han sido imposibles cumplirlos. A pesar de ello, iremos objetivo tras objetivo comentando de manera individual cada uno de ellos.

En primer lugar, con respecto al objetivo general planteado: *“Favorecer la educación inclusiva del alumnado con Síndrome de Down en las clases de Educación Física a través de una propuesta didáctica basada en retos cooperativos y relevos, fomentando el desarrollo motor y las relaciones socio-afectivas”*, a pesar de no haber podido llevar la Unidad Didáctica a la práctica considero que dicho objetivo en el momento que se realice en el aula sí que se cumple. Gracias a las sesiones propuestas logramos introducir aún más a la niña que presenta necesidades educativas en el área de Educación Física a pesar de las diferencias existentes en cuanto a nivel motriz con respecto a sus compañeros. Al ser el objetivo principal del trabajo, podríamos decir que también es el objetivo más buscado a lo largo de toda la Unidad Didáctica, debido a que en todas las dinámicas planteadas a lo largo de las sesiones existen adaptaciones no significativas y los compañeros se implicarían para ayudarla.

Igualmente, dentro de este objetivo, como ya se ha visualizado al principio del trabajo, podemos encontrar otros más específicos que comentaremos a continuación:

El primer objetivo específico es *“indagar sobre las Necesidades Educativas Especiales, en especial sobre el Síndrome de Down; conociendo sus antecedentes, alteraciones cromosómicas y las características sobre su desarrollo evolutivo, centrándonos sobre todo en el desarrollo motor”*. Dicho objetivo sí que se ha llegado a cumplir con éxito, debido a que se ha indagado con profundidad sobre las necesidades educativas especiales, en este caso, sobre el Síndrome de Down con sus respectivos aspectos que lo engloban para poder así conocer e informarnos sobre el tema a desarrollar

en el trabajo. Además, también se ha investigado sobre el desarrollo motor, debido a que es un aspecto imprescindible dentro del área de Educación Física y está directamente relacionado con la Unidad Didáctica que se iba a plantear y sobre la educación inclusiva en la escuela, ya que es el lugar donde se realizaría esta propuesta didáctica.

A través de dicho análisis reflexivo en el marco teórico, considero que la formación que se nos ofrece a los docentes sobre necesidades educativas es escasa, tanto en información como en conocimientos de puesta en práctica y se ha de recalcar que cada vez existen más alumnos con necesidades educativas en las escuelas y, por tanto, considero que es un tema imprescindible que trabajar en la carrera de magisterio, pero no solo en las asignaturas de Educación Física, sino en todas las materias. Si un docente no es consciente ni sabe qué recursos emplear o cómo trabajar con este tipo de alumnado, no va a poder ayudar de forma eficaz en el aprendizaje de estos estudiantes. Sin embargo, si estos tienen formación, podrá implementar en el aula todo tipo de recursos y actividades o variantes de actividades para que los alumnos adquieran, en nuestro caso, más autonomía y desarrollo motriz y poder desarrollar y fomentar una enseñanza efectiva y de calidad.

Seguidamente, en el segundo objetivo específico nos encontramos con *“desarrollar una propuesta en el área de Educación Física para que la inclusión de las personas con necesidades educativas dentro del aula ordinaria sea enriquecedora y de calidad”*. Este objetivo, al igual que el anterior, también se ha cumplido a la perfección. Se ha introducido dentro del trabajo una Unidad Didáctica para trabajar el desarrollo motriz a través de juegos cooperativos y relevos, la cual está compuesta por seis sesiones con sus respectivos contenidos del currículo: objetivos, contenidos, metodología, competencias específicas, saberes básicos y evaluación, así como una pequeña justificación y contextualización del grupo-clase. Igualmente, dentro de dicha propuesta didáctica, se han introducido modificaciones no significativas para que nuestra alumna con Síndrome de Down pueda realizar todas las actividades al completo y así aumentar su autonomía, el nivel de motricidad y las relaciones socioafectivas con sus compañeros.

Por último, nos encontramos con el objetivo de *“adquirir, enriquecer y perfeccionar acciones motrices elementales a través de diferentes dinámicas para favorecer una mejora en el desarrollo motor de los estudiantes, en especial en el alumnado con Síndrome de Down”*. Como ya se ha comentado previamente, se han propuesto

adaptaciones en todas y cada una de las dinámicas desarrolladas en el trabajo para poder favorecer así el desarrollo global e integral de todos y cada uno de los estudiantes y, en especial, en el de nuestra alumna con Síndrome de Down. Dicho objetivo, no se ha podido corroborar debido a la no implementación en el aula. A pesar de ello, considero que dichas sesiones pueden ser muy beneficiosas para su desarrollo motor y desarrollo social. Sin embargo, si alguna actividad fallase o no estuvieran bien hechas las adaptaciones, sería de especial importancia modificar dicha sesión para futuras intervenciones y así poder proporcionar un proceso de enseñanza-aprendizaje de calidad.

Una vez analizados los objetivos, nos percatamos de que únicamente se han podido cumplir dos de cuatro, pero, en un futuro, si tengo la oportunidad de poner en práctica dicha Unidad Didáctica, no dudaré en hacerlo y comprobar tanto los aciertos como los fallos realizados dentro de la propuesta a la hora de introducirla en el aula, ya que es no solo será un aspecto enriquecedor para los estudiantes, sino también para mí como maestro.

7. CONCLUSIONES

Una vez realizado todo el Trabajo de Fin de Grado y habiendo reflexionado sobre ello, me he dado cuenta de todo lo que he aprendido y todo lo que me ha ayudado a crecer, ya que me ha permitido abrir más mi mente sobre temas que no había indagado y, por tanto, esta pequeña investigación me ha permitido tener una visión más grande sobre la importancia que tienen docentes dentro de las aulas y lo necesarios que son.

Siguiendo esto, se ha de recalcar que el profesorado en general y, en concreto, los docentes del área de Educación Física deben conocer muy bien el grupo y contexto en el que trabajan y, por consiguiente, los procesos evolutivos de los estudiantes sobre los que imparten clases, con el objetivo de optimizar al 100% los procesos de enseñanza-aprendizaje. No todos los alumnos aprenden igual y con la misma rapidez, debido a que ni los procesos de aprendizaje ni el ritmo de desarrollo motor de estos corresponde a un patrón motor fijo, es decir, todos tenemos y presentamos un punto diferente de partida.

Por otro lado, cabe mencionar que dicha propuesta didáctica es algo novedoso a lo largo de mi carrera formativa como docente, ya que anteriormente en las asignaturas cursadas durante el grado se han trabajado poco los aspectos relacionados con las necesidades educativas y mucho menos el cómo trabajarlas en el aula. Es una pena no

haber podido llevar a cabo dicha propuesta por falta de tiempo en el colegio en el que he estado realizando mis prácticas. Es una limitación que me he encontrado ya que el docente me ha dejado poco tiempo disponible porque tenía sus clases ya planificadas. Asimismo, a esto hay que sumarle que compartía también aula con otra alumna de prácticas. A pesar de todo ello, estaba bastante ilusionado por poner en práctica una Unidad Didáctica así; era un reto para mí. Por eso, como he comentado anteriormente, en el momento en que tome cargo en el ámbito educativo, pondré en práctica dichas sesiones para poder comprobar así la viabilidad de esta y, por tanto, si los objetivos llegan a cumplirse.

Por último, se ha de exponer que, gracias a la redacción de este trabajo, me ha ayudado a crecer tanto a nivel personal como profesional y, por ende, mis competencias docentes han ido aumentando poco a poco. He aprendido muchos conceptos y aspectos nuevos relacionados con el Síndrome de Down y ha sido un gran avance para mí con respecto a mi formación. Después de esto, me he dado cuenta de que mi futuro está dentro del ámbito educativo.

Para finalizar, me gustaría acabar con la misma frase que he empezado mi trabajo, ya que considero que es una cita que representa muy bien todo lo expuesto a lo largo del mismo: la igualdad no significa que todos obtengan lo mismo, sino que todos obtengan lo que necesitan” (Rick Riordan).

8. BIBLIOGRAFÍA

Ainscow, M., Booth, T.; Dyson, A. y otros (2006). *Improving Schools, Developing Inclusion*. Nueva York: Routledge.

Alfonso, M. B. (2020). *La inclusión del alumnado con Síndrome de Down dentro de la psicomotricidad gruesa en Educación Infantil* [Tesis de pregrado]. Universidad Católica de Valencia. <https://riucv.ucv.es/bitstream/handle/20.500.12466/2151/Trabajo%20Fin%20de%20Grado.%20Marta%20Barbara%20Alfonso%20Ferri.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

Amigo, E. (2013). *Síndrome de Down: Estudio de un caso* [Tesis de pregrado]. Universidad de Valladolid. <https://uvadoc.uva.es/bitstream/handle/10324/4679/TFG-L264.pdf?sequence=1>

- Arnaiz, P. (2011). Luchando contra la exclusión: Buenas prácticas y éxito escolar. *Innovación educativa*, 21, pp. 23-35.
- Artigas, M. (2005). Síndrome de Down (trisomía 21). *Junta Directiva de la Asociación Española de Pediatría*, 6, pp. 37-43.
<https://www.aeped.es/sites/default/files/documentos/6-down.pdf>
- Bolaños, D.F. (2010). *Desarrollo motor, movimiento e interacción*. Colombia: Kinesis.
- Botías, J. (2015). *La Educación Física Inclusiva: su función socializadora en el alumnado con discapacidad* [Tesis de pregrado].
https://reunir.unir.net/bitstream/handle/123456789/2913/Jorge_Botias_Cegarra.pdf?sequence=1
- Cammarata-Scalisi, F., y Da Silva, G. (2010). Historia del síndrome de Down. Un recuento lleno de protagonistas. *Can Pediatr* (34), 3.
- Cano de la Cuerda, R., Martínez-Piédrola, R.M y Miangolarra-Page, J.C. (2017). *Control y aprendizaje motor. Fundamentos, desarrollo y reeducación del movimiento humano*. Madrid: Editorial Médica Panamericana.
- Carrasco, A.C. (2008). *La sexualidad de los niños con síndrome de Down en la adolescencia* [Tesis de pregrado]. Universidad del Azuay, Cuenca-Ecuador.
- Constitución española (BOE núm.311, de 29 de diciembre de 1978).
- Decreto 211/2022, de 10 de noviembre, por el que se establece la ordenación y el currículo de la Educación Primaria en la Comunidad Autónoma de Canarias.
- Del Valle, J. (2012). *Paralimpiadas*. <https://es.slideshare.net/xuandas/ud2>
- Devís, J. y Peiró, C. (1993): La actividad física y la promoción de la salud en niños/as y jóvenes: La escuela y la Educación Física. *Revista de Psicología del Deporte*, 4, pp. 71-86.
- Down España. (2014). *Down España*. <https://www.sindromedown.net/sindrome-down/>
- Fernández, A.D. (2016). Aspectos generales sobre el síndrome de Down. *Revista Internacional de Apoyo a la Inclusión, Logopedia, Sociedad y Multiculturalidad*, 2 (1), pp. 33-38.

- Golano, M., López, A., y Villasante, I. (1992). *El aprendizaje en grupo: un camino hacia la autonomía. En Síndrome de Down. Para llegar a ser una persona autónoma. Avances médicos y psicopedagógicos*. Fundación Catalana síndrome de Down.
- Gutiérrez, M. (2008). *Aprendizaje y desarrollo motor*. Madrid: Librería deportiva.
- Huguet, D. (2010). Estrategias inclusivas en Educación Física. En González, C. y Lleixa, T. (Coord.). *Didáctica de la Educación Física*, p. 83-99. Barcelona. Graó.
- Keogh, J. (1977). The study of movement skill development, *Quest*, 28, 76-88.
- León de Vitoria, C. (1997). *Lev Vygotsky: sus aportaciones para el siglo XXI*. Publicaciones UCAB.
- López, P., López, R., Parés, G., Borges, A., y Valdespino, L. (2000). Reseña histórica del síndrome de Down. *Revista ADM*.
- López, V. M., Monjas, R., Gómez, J., López, E. M., Martín, J. F., et al. (2006). La evaluación en educación física. Revisión de modelos tradicionales y planteamiento de una alternativa. *Retos*, (10).
- López, V. M., Pedraza, M. A., Ruano, C., Sáez, J. (2017). *Educación Física y Dominios de Acción Motriz: unidades didácticas*. Buenos Aires, Argentina: Miño y Dávila.
- López-Pastor, V. M., Pérez-Brunicardi, D. e Iglesias, P. (2004). *La atención a la diversidad en educación física*. Sevilla, España: Wanceulen.
- Martínez, B. (2019). *Propuesta didáctica de sensibilización hacia el alumnado con necesidades educativas desde el área de Educación Física* [Tesis de pregrado]. Universidad de Valladolid. <https://uvadoc.uva.es/bitstream/handle/10324/36559/TFG-B.1258.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Oña, A. (2005). *Actividad física y desarrollo: ejercicio físico desde el nacimiento*. Sevilla: Wanceulen.
- Orden ECI/3857/2007, de 27 de diciembre, por la que se establecen los requisitos para la verificación de los títulos universitarios oficiales que habiliten para el ejercicio de la profesión de Maestro en Educación Primaria.

Real Decreto 157/2022, de 1 de marzo, por el que se establecen la ordenación y las enseñanzas mínimas de la Educación Primaria.

Ríos, M. (2009). La inclusión en el área de educación física en España. Análisis de las barreras para la participación y aprendizaje. *Ágora para la EF y el Deporte*, (9), pp. 83-114.

Ruiz-Pérez, L.M. (1987). *Desarrollo Motor y Actividades Físicas*. Madrid: Gymnos.

Ruiz-Pérez, L.M., Gutiérrez, M., Graupera, J.L., Linaza, J.L., & Navarro, F. (2014). *Desarrollo, comportamiento motor y Deporte*. Madrid: Síntesis.

Sánchez, Á. (2019). Desarrollo psicomotor del niño. La teoría del desarrollo de Arnold Gesell. *Revista escuela de padres*.

Sánchez, J. (1996). *Jugando y aprendiendo juntos*. Ediciones Aljibe, S.L.

Svetnik, M. (2005). *Síndrome de Down. Elaboración de un manual para padres de niños y jóvenes con síndrome de Down* [Tesis doctoral]. Universidad de Azuay, Cuenca-Ecuador.

UNESCO (2015). *Definición y características de la educación inclusiva*. Universidad Internacional de Valencia, España. <https://www.universidadviu.es/definicion-y-caracteristicas-de-la-educacion-inclusiva-segun-la-unesco/>

9. ANEXOS

ANEXO I. DIARIO/CUADERNO DEL DOCENTE. REGISTRO ANECDÓTICO.

Tabla 12.

Diario/cuaderno docente. Tabla de registro anecdótico.

UNIDAD DIDÁCTICA SOBRE RETOS COOPERATIVOS Y RELEVOS		
CURSO:		FECHA:
NÚMERO DE SESIÓN:	HECHO OBSERVADO Y ALUMNOS IMPLICADOS:	COMENTARIO E INTERPRETACIÓN:

Nota. López, Pedraza, Ruano y Sáez (2017).

ANEXO II. FICHAS DE AUTOEVALUACIÓN DEL ALUMNADO.

Tabla 13.

Ficha de autoevaluación del alumnado.

UNIDAD DIDÁCTICA SOBRE RETOS COOPERATIVOS Y RELEVOS					Nº SESIÓN:
FICHA DE AUTOEVALUACIÓN					
NOMBRE:					CURSO:
	MUCHO	BASTANTE	POCO	MUY POCO	COMENTARIOS
Participación activa durante las actividades.					
Respeto las normas, los materiales, las instalaciones, a los compañeros y al docente.					
Trabajo cooperativamente con los compañeros del grupo que me toca.					
Resolución de conflictos de forma pacífica.					
Participación activa en las paradas de reflexión.					
Ayudar a los compañeros en caso de problema.					
Respeto a los compañeros.					
SOBRE LA UNIDAD DIDÁCTICA/SESIÓN					
¿Qué actividades te han gustado más? ¿Por qué?					
¿Qué es lo que más te ha costado?					
¿Has necesitado pedir ayuda en algún momento?					
¿Crees que todos podemos realizar Educación Física?					
¿Qué cambiarías?					

Nota. López, Pedraza, Ruano y Sáez (2017).

ANEXO III. AUTOEVALUACIÓN DEL MAESTRO Y DE LA UNIDAD DIDÁCTICA.

Tabla 14.

Autoevaluación docente y Unidad Didáctica.

UNIDAD DIDÁCTICA SOBRE RETOS COOPERATIVOS Y RELEVOS		
CURSO:	CENTRO:	LOCALIDAD:
ASPECTOS PARA EVALUAR		OBSERVACIONES
Adecuación de los objetivos y actividades planificadas.		
Grado de consecución de las finalidades y los contenidos.		
Adecuación de la secuenciación de actividades y sesiones.		
Puntos fuertes de la Unidad Didáctica.		
Puntos débiles de la Unidad Didáctica y necesidades de modificación y mejora para las próximas ocasiones.		
Capacidad de reconducir las actividades y sesiones.		
Atención prestada al alumnado con mayores dificultades.		

Nota. Martínez (2019).

ESCALA VERBAL: MP= muy poco P= poco B= bastante M= mucho

