



---

**Universidad de Valladolid**

FACULTAD DE EDUCACIÓN DE SORIA

Grado en Educación Primaria

TRABAJO FIN DE GRADO

# **BENEFICIOS DE LA PRÁCTICA DEPORTIVA DE FÚTBOL EN LA EDUCACIÓN DE LAS PERSONAS CON DISCAPACIDAD INTELECTUAL**

Presentado por Ana Simón Palomares

Tutelado por: Carolina Martina Hamodi Galan

Soria, 30 de noviembre de 2022

# **RESUMEN**

Se entiende por discapacidad a la situación de las personas que, por condiciones físicas o mentales duraderas, se enfrentan con notables barreras de acceso a su participación social. Por esta razón se pretende valorar los beneficios que se pueden obtener de la práctica deportiva de fútbol, para la mejora en su rendimiento académico.

El Trabajo Fin de Grado (TFG) que se expone a continuación consiste en análisis de la relación existente entre la práctica deportiva de fútbol y el rendimiento académico en las personas con discapacidad intelectual.

Para ello se ha llevado a cabo una primera investigación de los diferentes artículos y estudios ya existentes, seguido de un cuestionario resuelto por personas con discapacidad intelectual, así como el análisis de los resultados obtenidos. Finalmente se llegará a la conclusión de que sí existen beneficios en la educación de las personas con discapacidad intelectual gracias a la práctica deportiva de fútbol, con la que finalizará mi propia investigación.

# **PALABRAS CLAVE**

Discapacidad, discapacidad intelectual, fútbol, rendimiento académico.

# **ABSTRACT**

Disability is understood as the situation of people who, due to lasting physical or mental conditions, face significant barriers to access to their social participation. For this reason, it is intended to assess the benefits that can be obtained from the sports practice of soccer, for the improvement in their academic performance.

The Final Degree Project (FDP) that is presented below consists of an analysis of the relationship between soccer sports practice and academic performance in people with intellectual disabilities.

To this end, a first investigation of the different existing articles and studies has been carried out, followed by a questionnaire answered by people with intellectual disabilities, as well as the analysis of the results obtained. Finally, the conclusion will be reached that there are benefits in the education of people with intellectual disabilities thanks to the practice of soccer, with which my own research will end.

## **KEY WORDS**

Disability, intellectual disability, football, academic performance.

# ÍNDICE

<b>1. INTRODUCCIÓN .....</b>	<b>5</b>
A) Justificación .....	5
B) Objetivo.....	5
C) Relación.....	6
<b>2. MARCO TEÓRICO .....</b>	<b>8</b>
A) Discapacidad .....	8
B) Antecedentes históricos .....	9
C) Clasificación de la discapacidad .....	10
D) Discapacidad intelectual .....	10
E) Epidemiología.....	10
F) Etiología y factores de riesgo .....	10
G) Manifestaciones y subtipos.....	10
H) Diagnóstico .....	11
I) Intervención .....	12
J) Calidad de vida y bienestar emocional.....	12
K) Actividad física y deporte .....	13
L) Deporte y discapacidad.....	13
M) Educación física en personas con discapacidad intelectual .....	15
N) Rendimiento académico.....	16
<b>3. METODOLOGÍA .....</b>	<b>18</b>
<b>4. RESULTADOS Y DISCUSIÓN .....</b>	<b>22</b>
<b>5. CONCLUSIONES .....</b>	<b>25</b>
<b>6. BIBLIOGRAFÍA .....</b>	<b>26</b>
<b>7. ANEXOS .....</b>	<b>28</b>

# 1. INTRODUCCIÓN

## A) Justificación

Desde joven he sentido un gran interés por la educación de los jóvenes con algún tipo de discapacidad. De hecho, muchas veces me preguntaban de qué manera podrían repercutir mis acciones en la mejora de su estado anímico y, en la manera de lo posible, de su desarrollo cognitivo.

Hace poco descubrí la existencia de la Liga Genuine. Según marca su página oficial de La Liga, esta fue creada en la temporada 2017/2018. Se trata de una iniciativa integradora de responsabilidad social y pionera en el mundo, que La Liga desarrolla a través de su fundación; y consiste en la creación de una Liga formada por equipos del colectivo de personas con discapacidad intelectual.

El hecho de haber podido tener la oportunidad de conocer sus entresijos de primera mano, me ha hecho reflexionar sobre la relación de la práctica deportiva con el desarrollo de hábitos físicos y sociales en las personas con discapacidad; hábitos que, desde mi punto de vista, podrían repercutir positivamente en su educación y su rendimiento académico.

Además, me he dado cuenta de que la práctica deportiva es una excelente manera de visibilizar y normalizar la discapacidad, pues se trata de una actividad cotidiana conocida y practicada por un gran sector de la población, lo cual facilita la creación de espacios compartidos por personas con y sin discapacidad.

## B) Objetivo

- Profundizar en el análisis de la relación existente entre la práctica deportiva de fútbol y el rendimiento académico en las personas con discapacidad intelectual.

El objetivo del presente trabajo se desglosa en dos: por una parte, analizar la percepción que tienen un grupo de personas con discapacidad intelectual sobre los efectos que posee la práctica deportiva de fútbol en su educación; y, por otro lado, plantear de qué manera podría estudiarse de manera objetiva la existencia o no de una correlación entre estas dos variables e incluso revisar los estudios realizados respecto al tema.

## **C) Relación**

Al finalizar el Grado de Educación Primaria, se deberán haber adquirido las competencias recogidas en el Decreto 1393/2007, de 29 de octubre, por el que se establece la ordenación de las enseñanzas universitarias oficiales.

Dichas competencias, de las que estoy hablando, están recogidas en el Plan de Estudios del Grado de Educación Primaria de la Universidad de Valladolid.

A continuación, se exponen aquellas que más en relación están con este Trabajo Fin de Grado:

Competencias Generales:

2. Que los estudiantes sepan aplicar sus conocimientos a su trabajo o vocación de una forma profesional y posean las competencias que suelen demostrarse por medio de la elaboración y defensa de argumentos y la resolución de problemas dentro de su área de estudio –la Educación–.

a. Ser capaz de reconocer, planificar, llevar a cabo y valorar buenas prácticas de enseñanza-aprendizaje

d. Ser capaz de coordinarse y cooperar con otras personas de diferentes áreas de estudio, a fin de crear una cultura de trabajo interdisciplinar partiendo de objetivos centrados en el aprendizaje.

3. Que los estudiantes tengan la capacidad de reunir e interpretar datos esenciales (normalmente dentro de su área de estudio) para emitir juicios que incluyan una reflexión sobre temas esenciales de índole social, científica o ética.

a. Ser capaz de interpretar datos derivados de las observaciones en contextos educativos para juzgar su relevancia en una adecuada praxis educativa.

b. Ser capaz de reflexionar sobre el sentido y la finalidad de la praxis educativa. c. Ser capaz de utilizar procedimientos eficaces de búsqueda de información, tanto en fuentes de información primarias como secundarias, incluyendo el uso de recursos informáticos para búsquedas en línea.

6. Que los estudiantes desarrollen un compromiso ético en su configuración como profesionales, compromiso que debe potenciar la idea de educación integral, con

actitudes críticas y responsables; garantizando la igualdad efectiva de mujeres y hombres, la igualdad de oportunidades, la accesibilidad universal de las personas con discapacidad y los valores propios de una cultura de la paz y de los valores democráticos.

- a. El fomento de valores democráticos, con especial incidencia en los de tolerancia, solidaridad, de justicia y de no violencia y en el conocimiento y valoración de los derechos humanos.
- b. El conocimiento de la realidad intercultural y el desarrollo de actitudes de respeto, tolerancia y solidaridad hacia los diferentes grupos sociales y culturales.
- d. El conocimiento de medidas que garanticen y hagan efectivo el derecho a la igualdad de oportunidades de las personas con discapacidad.
- e. El desarrollo de la capacidad de analizar críticamente y reflexionar sobre la necesidad de eliminar toda forma de discriminación, directa o indirecta, en particular la discriminación racial, la discriminación contra la mujer, la derivada de la orientación sexual o la causada por una discapacidad.

#### Competencias Específicas:

7. Diseñar y colaborar con diferentes agentes en la planificación y desarrollo de respuestas educativas que atiendan las necesidades educativas de cada estudiante, teniendo en cuenta los fundamentos psiconeurológicos que afectan al aprendizaje y las relaciones humanas.

- b. Colaborar en la evaluación rigurosa de los niveles de competencia personal del alumnado en aquellos ámbitos de su desarrollo psicosocial que puedan estar en el origen de sus necesidades especiales.
- c. Describir, comprender y explicar los principales trastornos de la infancia y adolescencia, a la luz de un desarrollo saludable.
- d. Detectar, discriminar e identificar los problemas emocionales, comunicativos, cognitivos, conductuales y sociales más frecuentes en el ámbito escolar, teniendo en cuenta diferencias individuales.

8. Crear entornos de aprendizaje que faciliten procesos globales de integración escolar y trabajo colaborativo con el profesorado, familias y equipos psicopedagógicos.

- a. Colaborar eficazmente con los equipos de apoyo del centro y con los Departamentos y equipos de orientación.
- b. Participar eficazmente en procesos de mejora escolar dirigidos a introducir innovaciones que promuevan una mejor respuesta educativa a la diversidad del alumnado.
- f. Trabajar colaborativa y cooperativamente con el resto del profesorado, los servicios psicopedagógicos y de orientación familiar, promoviendo la mejor respuesta educativa.
- g. Asumir la respuesta a la diversidad como proceso global de todo el centro.

## 2. MARCO TEÓRICO

A continuación, se exponen los diferentes conceptos que se van a tratar en esta investigación.

### **A) Discapacidad**

Según la RAE (real academia de la lengua) se entiende por discapacidad a la situación de las personas que, por condiciones físicas o mentales duraderas, se enfrentan con notables barreras de acceso a su participación social.

La OMS (Organización Mundial de la Salud) define, además, la discapacidad como la restricción o falta (debido a una deficiencia) de la capacidad para realizar una actividad en la forma o dentro del margen que se considera normal por un ser humano. Engloba las limitaciones funcionales o las restricciones para realizar una actividad que resulta de una deficiencia.

Es importante no confundir este concepto con los términos deficiencia y minusvalía; siendo la deficiencia un trastorno en cualquier órgano y la minusvalía una situación desventajosa a consecuencia de una deficiencia o minusvalía.

Según informes de Naciones Unidas el 10% de los habitantes del planeta presentan algún tipo de discapacidad física o mental.

## **B) Antecedentes históricos**

El término discapacidad ha experimentado una extraordinaria evolución a lo largo del tiempo. Esto lo podemos observar remontándonos a las culturas antiguas donde la discapacidad se asociaba a intervenciones de poderes sobrehumanos o castigos divinos. Esta condición generó una sociedad de rechazo y aislamiento ante estas personas.

Por fortuna, este concepto ha ido avanzando paulatinamente.

Esto queda patente ya que en el siglo XV aparecen las primeras instituciones llamadas manicomiales y se aprecia cómo la discapacidad se desapega de la religión.

En la primera mitad del siglo XX el Estado se implica en las instituciones previamente nombradas, pasando a ser centros de educación especial.

Ya en la segunda mitad del siglo XX se empiezan a forjar los primeros lobbies, que son asociaciones formadas por personas con discapacidad y sus familias, que se unen para defender sus derechos, quedando patente su empoderamiento y adquiriendo mayor presencia en la agenda política.

Dentro de este periodo fue importante en España el año 1982 con la aprobación de la LISMI (Ley de Integración Social del Minusválido), hoy llamada Ley General de la Discapacidad, que reconoce los derechos de las personas con discapacidad y establece, por primera vez, la obligatoriedad de incorporar un porcentaje no inferior al 2% de trabajadores con discapacidad en las empresas de más de 50 trabajadores.

Hay que esperar al siglo XXI, en el año 2000 en concreto, para que cambie la perspectiva de asistencia hacia un enfoque en el que las personas con discapacidad cuentan con habilidades, competencias, recursos y potencialidades, si se les dota de los apoyos necesarios.

Más reciente a nuestros días, en el año 2021, la Organización Mundial de la Salud define el término de discapacidad como la condición del ser humano que, de forma general, abarca las deficiencias, limitaciones de actividad y restricciones de participación de una persona.

### **C) Clasificación de la discapacidad**

Los 191 países que integran la OMS aprobaron el 22 de mayo de 2021 que la discapacidad se dividiera en cuatro subgrupos: física o motora, sensorial, intelectual y psíquica.

### **D) Discapacidad intelectual**

La discapacidad intelectual (DI), de la que trata este trabajo, es entendida como la adquisición lenta e incompleta de las habilidades cognitivas durante el desarrollo humano, que implica que la persona pueda tener dificultades para comprender, aprender y recordar cosas nuevas.

Las dificultades, anteriormente mencionadas, las podemos apreciar durante el desarrollo y contribuyen al nivel de inteligencia general.

### **E) Epidemiología**

Un metaanálisis reciente concluyó que la prevalencia media de la discapacidad intelectual encontrada en los estudios era de un 1%, siendo mayor en los varones.

Entre los adultos, la proporción entre mujeres y hombres varía de un 0.7:1 a un 0.9:1, mientras que en niños y adolescentes varía de un 0.4:1 a 1:1.

### **F) Etiología y factores de riesgo**

Se hace necesario conocer la etiología de la DI (discapacidad intelectual) ya que mejora la posibilidad de encontrar tratamiento o prevenir en algunos casos, y predecir dificultades específicas en otros.

La etiología de la DI es heterogénea. En los menores de los casos, las causas están relacionadas con el cuidado prenatal, lesiones, infecciones y toxinas. Por esto, los factores genéticos se han vuelto predominantes.

### **G) Manifestaciones y subtipos**

La definición incluida en el DSM-V (Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders) lleva consigo un cambio de paradigma en donde se establece que la clasificación de los diferentes grados de discapacidad intelectual no debe realizarse en función del coeficiente intelectual, sino según el funcionamiento adaptativo, ya que es el que determina

la intensidad de los apoyos que necesita la persona para desenvolverse con normalidad en su entorno.

Dicho esto, la clasificación queda dividida en nivel leve, moderado, grave y profundo.

Leve (CI: 50-69)	Moderado (CI: 35-49)	Grave (CI: 20-34)	Profundo (CI: <20)
Adquieren tarde el lenguaje, pero alcanzan la capacidad de expresarse en la vida cotidiana y de conversar.	Presentan lentitud en el desarrollo de la comprensión y del uso del lenguaje, alcanzando un dominio limitado.	Escasa o nula adquisición de habilidades verbales comunicativas.	No comprenden ni siguen instrucciones. Pueden adquirir formas muy rudimentarias de comunicación no verbal.
Independencia para el cuidado de su persona, actividades prácticas y vida doméstica, aunque el desarrollo es más lento de lo normal.	La capacidad de cuidado personal y las funciones motrices está retrasada.	Desarrollo motor pobre.	Movilidad muy restringida o inexistente, sin control de esfínteres: capacidad muy limitada para cuidar sus necesidades básicas.
Dificultades en las tareas escolares y problemas específicos de lectura y escritura.	Progresos escolares limitados: aprenden lo esencial para la lectura, la escritura y el cálculo.	Aprendizajes preacadémicos: alfabeto y el cálculo elemental.	-
Vida adulta: habilidades de tipo social y profesional que les permiten tener una independencia mínima.	Vida adulta: trabajos prácticos sencillos, con tareas estructuradas y supervisión. Sin completa independencia, pero sí capacidad de relación y participación en actividades sociales.	Vida adulta: tareas sencillas bajo estrecha supervisión. Se adaptan a la vida en comunidad, en viviendas protegidas o con sus familias.	Vida adulta: Requieren ayuda y supervisión constantes.

## H) Diagnóstico

El diagnóstico de la discapacidad intelectual se basa en dos criterios básicos, presentes en el periodo de desarrollo:

- Un déficit de las funciones intelectuales, como pueden ser el razonamiento, la planificación, la resolución de problemas, el pensamiento abstracto, el juicio, el aprendizaje académico y el aprendizaje basado en la experiencia.

Este déficit deberá ser confirmado a través de una evaluación clínica y pruebas de inteligencia estandarizadas e individualizadas.

- Un déficit del comportamiento adaptativo que produce una incapacidad de cumplir los estándares de desarrollo y socioculturales apropiados para la autonomía personal y la responsabilidad social.

## **I) Intervención**

Para un tratamiento eficaz es fundamental la detección precoz y la intervención temprana. Lamentablemente, en un poco menos de la media de los casos es imposible encontrar la etiología específica y en la mayoría de las causas no se encuentra cura. Sin embargo, se pueden minimizar los síntomas reduciendo los riesgos.

## **J) Calidad de vida y bienestar emocional**

Podemos entender la calidad de vida como la combinación del bienestar objetivo y subjetivo en múltiples dominios de vida considerados con relevancia en la propia cultura y tiempo, siempre que rijan los derechos humanos.

Según Schalock y Verdugo (2007) la calidad de vida expresa las condiciones de vida deseadas a partir de la satisfacción en ocho dimensiones de la vida de cada persona: bienestar emocional, desarrollo personal, autodeterminación, relaciones interpersonales, inclusión social, defensa de los derechos, bienestar material y bienestar físico.

La calidad de vida de las personas con discapacidad intelectual no se rige por principios diferentes a los de las personas sin discapacidad.

Además, la calidad de vida también se ve afectada de manera positiva cuando las personas perciben que pueden participar en la toma de decisiones que afectan a sus vidas, así como la participación plena y la aceptación por parte de la sociedad.

La práctica deportiva de las personas con discapacidad intelectual mejora la aceptación por parte de la sociedad hacia los mismos, y esta va directamente relacionada con la mejora de su calidad de vida.

Según la mutua Fraternidad Muprespa, mutua colaboradora con la Seguridad Social, 275, “el bienestar emocional es el estado de ánimo caracterizado por sentirse bien, en armonía y tranquilidad, a gusto con nosotros mismos y con el mundo que nos rodea,

conscientes de nuestras propias capacidades para afrontar las tensiones normales de la vida de manera equilibrada”.

### **K) Actividad física y deporte**

La actividad física se define como “todo movimiento corporal producido por los músculos esqueléticos y que ocasionan un gasto de energía superior al estado de reposo”. Esta definición no solo se refiere a actividades deportivas, sino también a actividades laborales, de ocio, etc.

Cuando la actividad física es una herramienta terapéutica y preventiva, entonces lo llamamos prescripción de ejercicio físico, y se define como el “proceso mediante el cual se recomienda a una persona un régimen de actividad física de manera sistemática e individualizada, para obtener los mayores beneficios con los menores riesgos”.

La actividad física, ejercida como juego o competición, es llamada deporte y su práctica supone entrenamiento y sujeción a normas.

En la sociedad actual el deporte es ampliamente aceptado por el valor que representa en el desarrollo integral de la persona, pues se basa tanto en aspectos físicos como en psicológicos o sociales. Esto posibilita un equilibrio entre estos tres aspectos del ser humano.

### **L) Deporte y discapacidad**

Desafortunadamente, hoy en día, solo un reducido número de personas con discapacidad se encuentran físicamente activas. Es una lástima, ya que las actividades físico-deportivas, de ocio y tiempo libre, hacen posible una mayor aceptación y un acercamiento a la sociedad.

La inclusión deportiva de acuerdo con Pérez et al. (2013), se define como el proceso por el cual una modalidad deportiva pasa de ser gestionada por una federación multideportiva de personas con discapacidad a formar parte de la federación unideportiva correspondiente que, a partir de este momento, gestiona y organiza las competiciones de los deportistas con discapacidad.

Una especialidad deportiva en la que se utilizan distintos medios para poder ser practicada por deportistas diferentes a los habituales, es lo que se denomina deporte adaptado. Esto implica actividades físicas planeadas para personas con problemas de aprendizaje que son consecuencia de deficiencias motoras, mentales o sensoriales.

Alvis y Neira (2013, p. 810) afirman que el deporte adaptado es un método de integración social que involucra a la diversidad en el comportamiento social; consideran que es un proceso facilitador que se visualiza como una herramienta que da respuesta a los problemas sociales y de salud a nivel nacional e internacional. El deporte adaptado representa una real importancia en el desarrollo personal y social del individuo que lo practica ya que crea un campo adecuado y sencillo para la autosuperación; busca establecer objetivos a alcanzar para poder superarse y luego a partir de ellos, proyectar otros objetivos buscando un reajuste permanente.

Como la aceptación social es tan importante, uno de los objetivos de cualquier programa deportivo debe consistir en desarrollar conductas que potencien la deportividad, utilizando adecuadamente el autocontrol, la cortesía, la lealtad, la consideración hacia los demás, el respeto y el sentido de la cooperación.

Según Gil (2008), la práctica deportiva se puede orientar desde distintos puntos de vista, dependiendo de los gustos y motivaciones de cada uno de nosotros a la hora de practicarla. Pero todas ellas es posible que tengan un lazo común. Por ejemplo, existen bastantes diferencias entre una persona que se reúne con su grupo de amigos para realizar ejercicio y la de un deportista de alto nivel, que su vida gira entorno a ese deporte. Hoy en día, esta variedad de opciones es totalmente identificable en el mundo del deporte para las personas con discapacidad, y en alguna de ellas está en total vínculo con el mundo sanitario.

Según el autor citado anteriormente, hay varias opciones de enfocar el deporte: El deporte como actividad terapéutica. Posiblemente, esta sea una de las formas de empezar la práctica deportiva para muchas de las personas con discapacidad, especialmente en la discapacidad adquirida. En muchos casos se incluye algún tipo de deporte o de actividad física dentro del programa de tratamiento rehabilitador de una persona con discapacidad, con el propósito de que gracias a esa práctica se consiga obtener los máximos beneficios de capacidad funcional al serle solicitados una gran variedad de gestos y movimientos. Además, hay que considerar el deporte como recreación, competición, ejercitación, de élite y profesional.

Ahora vamos a observar la conocida "pirámide de Mingo". Para ello nos basamos en García de Mingo (1992) y en su análisis de las diferentes posibilidades de práctica deportiva para personas con discapacidad.



Figura 1. Pirámide de Mingo

La línea divisoria entre el deporte terapéutico y de rehabilitación, aparece para hacer referencia a la necesidad de un seguimiento y una difusión, con el objetivo de obtener todos los beneficios y ventajas.

### **M) Educación física en personas con discapacidad intelectual**

Rizzo, Davis y Toussaint (1994) definen la inclusión como el proceso por el cual todos los alumnos con discapacidad, independientemente del tipo o grado, serán dirigidos junto con sus compañeros sin discapacidad en clases regulares.

Así la Educación Física Inclusiva (EFI) surge como respuesta justificada a las necesidades del alumnado con discapacidad en EF y se caracteriza por una participación activa por parte de todo el alumnado, un currículum de EF compartido, un compromiso docente, la implicación directa de la administración educativa y la colaboración de las familias. Esto es necesario ya que, además, la diversidad en el aula de EF es un valor educativo y social añadido que proporciona cohesión al grupo y ofrece mejores posibilidades de aprendizaje para todos, según Campuzano (2014).

Especialmente para los alumnos con discapacidad, supone el desarrollo de las relaciones y las habilidades sociales, junto con el aumento de la autoestima, la autopercepción física y el autoconcepto.

## **N) Rendimiento académico**

Para este concepto no existe una definición específica pues, en ocasiones, se le denomina aptitud escolar, desempeño académico o rendimiento escolar. Generalmente las diferencias de concepto sólo se explican por cuestiones semánticas, ya que habitualmente, en los textos, en la vida escolar y en la experiencia docente son utilizadas como sinónimos.

El rendimiento académico normalmente viene asociado a la obtención de calificaciones positivas en diferentes áreas escolares. En este apartado queremos hacer hincapié en las variables del rendimiento académico, que están directamente relacionadas con la práctica deportiva.

En esta línea, se trataría de variables que pudieran medirse en caso de plantear un estudio objetivo que nos permitiera analizar la existencia o no de una correlación positiva entre la práctica de un deporte, en nuestro caso el fútbol, y la mejora del rendimiento académico de las personas con discapacidad cognitiva.

Para ello se ha realizado un análisis de diferentes estudios y se han extraído las siguientes variables relacionadas con el rendimiento académico.

En un primer artículo se habla de indicadores como la motivación escolar, el autocontrol y las habilidades sociales.

La motivación escolar es un proceso general por el cual se inicia y dirige una conducta hacia el logro de una meta. “Este proceso involucra variables tanto cognitivas como afectivas: cognitivas, en cuanto a habilidades de pensamiento y conductas instrumentales para alcanzar las metas propuestas; afectivas, en tanto comprende elementos como la autovaloración, autoconcepto, etc. “(Alcalay y Antonijevic, 1987: 29-32).

Durante el proceso de enseñanza-aprendizaje del alumno, su psicología presenta una relación significativa con su desarrollo cognitivo, ligado a su desempeño escolar.

El éxito escolar está relacionado con el lugar donde la persona ubica los resultados obtenidos, llamado locus de control.

Se ha comprobado que los alumnos con altas calificaciones poseen un locus de control interno y el éxito provoca orgullo, aumento de la autoestima y expectativas optimistas sobre su futuro.

Por el contrario, el locus de control externo ocurre cuando las causas del éxito o fracaso son vistas como externas, por lo que la persona se siente afortunada o amargada dependiendo del resultado.

Resumiendo las ideas de Goleman (1996) descritas en su libro *Emotional Intelligence: Why it can matter more than IQ*, es fundamental la importancia de educar en el autocontrol, ya que la capacidad de controlar los impulsos aprendida con naturalidad desde la primera infancia construiría una facultad fundamental en el ser humano, deduciendo que debe potenciarse también en el ámbito educativo escolar pues el propósito es que lleguen a ser personas con voluntad propia y capaces de autogobernarse.

Al mencionar la educación, hay que incluir tanto a toda la comunidad educativa como a las familias y el ambiente social que les rodea.

De Giraldo y Mera (2000) concluyen que, si las normas son flexibles y adaptables, estas tienen una mayor aceptación, contribuyen a la socialización, autodeterminación y adquisición de responsabilidades por parte del estudiante, al favorecer la convivencia en el colegio y el desarrollo de la propia personalidad.

Según Katz y McClellan (1991) los riesgos de malas o deficientes habilidades sociales son diversos y se incluyen la salud mental pobre, abandono escolar, bajo rendimiento y otras dificultades escolares.

La lectura, la escritura, la aritmética y las relaciones deberían considerarse como las cuatro asignaturas básicas de la educación.

En el siguiente artículo, se estudia el bienestar psicológico como variable que afecta al rendimiento académico.

Se han encontrado evidencias de que cuanto mayor sea el rendimiento académico anterior, mayor será el bienestar psicológico y el rendimiento académico de esa persona en los tiempos siguientes.

La actitud positiva del estudiante hacia el centro educativo dependerá de la satisfacción en relación con sus estudios.

En el último artículo se relaciona el rendimiento académico y las correspondencias con indicadores de salud física y psicológica.

La práctica de la actividad física de forma regular favorece y mejora los procesos cognitivos durante las primeras etapas de la vida. (Sibley y Etnier, 2003).

### **3. METODOLOGÍA**

Esta investigación es un estudio descriptivo, cuantitativo y cualitativo.

Las técnicas empleadas en esta investigación son la encuesta, así como la entrevista semiestructurada, utilizando como instrumento un cuestionario de elaboración propia, basándome en preguntas de otro cuestionario, para las personas con discapacidad intelectual, requiriendo la ayuda de algún miembro de la unidad familiar.

En este cuestionario hay unas primeras cuestiones enfocadas a datos sociodemográficos, donde se preguntará por la edad, el género y el país de origen.

Además, las tres primeras preguntas son generales para todos. Conforme se va avanzando con el cuestionario se van desglosando en preguntas para personas que sí practican habitualmente fútbol, y por el contrario personas que no lo practican.

El cuestionario cuenta con un total de 21 preguntas, por el que tendrán que ir moviéndose y contestando según se les vaya indicando.

Todo ello con el objetivo de, a través de sus opiniones personales, junto con el análisis y comparación de otros documentos y/o estudios, poder sacar unas conclusiones a

cerca de los beneficios educativos que tiene el fútbol en las personas con discapacidad intelectual.

## **PROCEDIMIENTO**

En primer lugar, el estudio se inicia con una fase de documentación y búsqueda bibliográfica. Posteriormente he optado por realizar contacto con alguna asociación o empresa, incluso un club de fútbol; que trabajan con personas con discapacidad intelectual.

Más adelante se establece la relación con una empresa y un club, que prefieren el anonimato.

Aprovechando su colaboración, se ha elaborado un cuestionario para conocer la percepción que tienen estas personas con discapacidad cognitiva sobre la influencia de la práctica deportiva de fútbol en su educación. Además, se han realizado entrevistas personales a varios jugadores del club. Todos estos datos se han recogido durante el mes de junio de 2022.

Al finalizar este proceso se pasa a realizar un vaciado de los datos obtenidos, para el consiguiente análisis de los mismos y así poder elaborar la discusión y las conclusiones.

En lo que al análisis respecta, al ser un cuestionario mayoritariamente con respuestas de sí, no, o tal vez; se realizará la media de los mismo.

Finalmente, en conclusiones, se desarrollarán las ideas más significativas, así como expresar el grado de cumplimiento del objetivo y los resultados más relevantes.

## **MUESTRA SELECCIONADA**

En esta investigación han participado un total de 20 personas, todas de ellas con discapacidad intelectual.

Ha sido complicada la selección de más personas, ya que ya había finalizado la liga y/o muchos de ellos estaban de vacaciones.

Del total de los participantes el 80% (16 de los 20 participantes) corresponde al género masculino, quedando el otro 20% (4 de los 20) de género femenino. Del total de las personas de género masculino el 68,75% (11 de esos 16) practican fútbol, mientras que ninguna de las chicas lo hace.

Respecto a la edad de nuestras participantes, se encuentra entre los 18 y los 30 años.

Del total de los participantes, incluyendo chicas y chicos, el 100% son de origen español.

En cuanto a la frecuencia de la práctica deportiva, de los participantes que sí practican fútbol, el 90,91% lo hacen de manera continuada; mientras que el resto lo practica por su cuenta en torneos o por diversión.

## **INSTRUMENTO**

El cuestionario es un conjunto de preguntas diseñadas para generar los datos necesarios para así alcanzar los objetivos propuestos del proyecto de investigación. El cuestionario permite estandarizar e integrar el proceso de recopilación de datos.

En mi caso, el cuestionario, de elaboración propia, lo que a presentación, método y exposición se refiere. Las preguntas las he sacado de la página del Consejo Superior de Deportes, donde he encontrado un cuestionario parecido al que yo tenía en mente, y son preguntas que me eran muy útiles en mi investigación. Este cuestionario estaba preparado a través de la plataforma de formularios Google, con el fin de mandarlo y recibir las respuestas online. Tras sufrir una serie de problemas, ya que algunos de los miembros no tenían acceso a internet, opté por imprimirlos y mandarlos personalmente.

El cuestionario se compone de 21 preguntas con respuesta de varias opciones y párrafo, donde en algunas tendrán que responder seleccionando una opción y en otras tendrán que redactar la respuesta. Es esencial que en la realización de la escala se cree un clima de confianza. Debe recordarse a los contribuyentes que no existen respuestas correctas ni incorrectas, así como el carácter confidencial de estas. En ningún caso se deben dejar respuestas sin resolver. Si la persona duda en la respuesta, deberá contestar pensando en cómo es la mayoría de las veces.

Las preguntas eran las siguientes:

1. Considerando el deporte en todas sus formas, es decir, como juego, espectáculo, ejercicio físico y diversión, ¿cuánto le interesa?
2. ¿Practica usted actualmente alguna actividad físico-deportiva?
3. Con respecto al interés y la práctica deportiva, ¿con cuál se identifica?
4. Si la respuesta ha sido practica deporte, ¿de qué deporte se trata?
5. Si la respuesta ha sido que practica fútbol, ¿por qué motivo lo hace?
6. Si la respuesta ha sido que practica fútbol, ¿qué instalaciones deportivas utiliza habitualmente?
7. Si la respuesta ha sido que practica fútbol, ¿con qué frecuencia lo suele hacer?
8. Si la respuesta ha sido que practica fútbol, ¿influye su discapacidad o existe alguna complicación derivada en dicha práctica?
9. Si la respuesta ha sido que practica fútbol, ¿tiene licencia federativa?
10. Si la respuesta ha sido que practica fútbol, ¿cree que su estado de ánimo ha mejorado desde entonces?
11. Si la respuesta ha sido que practica fútbol, ¿considera al equipo como su grupo de amigos?
12. Si la respuesta ha sido que practica fútbol, ¿cree que además obtiene mejores resultados académicos desde entonces?
13. Si la respuesta ha sido que practica fútbol, ¿cree que existe relación entre el deporte, el estado de ánimo y la educación?
14. Si la respuesta ha sido que practica fútbol, ¿cómo se siente usted después de los entrenamientos/partidos?
15. Si la respuesta ha sido que practica fútbol, ¿cree que al tratarse de un deporte cooperativo, se ven mejoradas las habilidades sociales?

Adjunto el enlace del cuestionario:

[https://docs.google.com/forms/d/e/1FAIpQLScUFk86YCXn5cykSdOpp7IPCQ7-uFqpRyfGgPqPrrHU-ZPPMA/viewform?usp=sf\\_link](https://docs.google.com/forms/d/e/1FAIpQLScUFk86YCXn5cykSdOpp7IPCQ7-uFqpRyfGgPqPrrHU-ZPPMA/viewform?usp=sf_link)

## 4. RESULTADOS Y DISCUSIÓN

A continuación, se expondrán los datos recogidos en esta investigación. Cabe destacar que no todas las preguntas han sido respondidas por todos los participantes, ya que, dependiendo de la respuesta anterior, tenían que responder unas preguntas u otras.

Como he comentado anteriormente, al haber enviado el formulario de manera física, las respuestas las he organizado en un Excel de creación propia para que fueran más accesibles; y así poder realizar un análisis de una manera más eficiente.

Adjunto el enlace al Excel de respuestas:

[https://docs.google.com/spreadsheets/d/18XOiQYSVX8dW0bfuSFRY8J\\_kZoZ4MITn/edit?usp=sharing&oid=109503023685322020543&rtpof=true&sd=true](https://docs.google.com/spreadsheets/d/18XOiQYSVX8dW0bfuSFRY8J_kZoZ4MITn/edit?usp=sharing&oid=109503023685322020543&rtpof=true&sd=true)

Una vez finalizado el proceso de exposición de resultado, voy a realizar un análisis de los mismos.

Con respecto a mi objetivo principal, “profundizar en el análisis de la relación existente entre la práctica deportiva de fútbol y el rendimiento académico en las personas con discapacidad intelectual”, lo primero que quiero resaltar es que, a través de la información obtenida por las respuestas de las personas con discapacidad intelectual, sí que existen beneficios, y ellos mismos los ven reflejados, entre la práctica deportiva continuada de fútbol y su rendimiento académico.

Haciendo un análisis exhaustivo de las respuestas obtenidas en el cuestionario, podemos observar que, en la primera pregunta, donde la mayoría responde que le interesa bastante el deporte; luego en la siguiente pregunta, solo 11 de las 20 personas que han respondido el cuestionario lo practica.

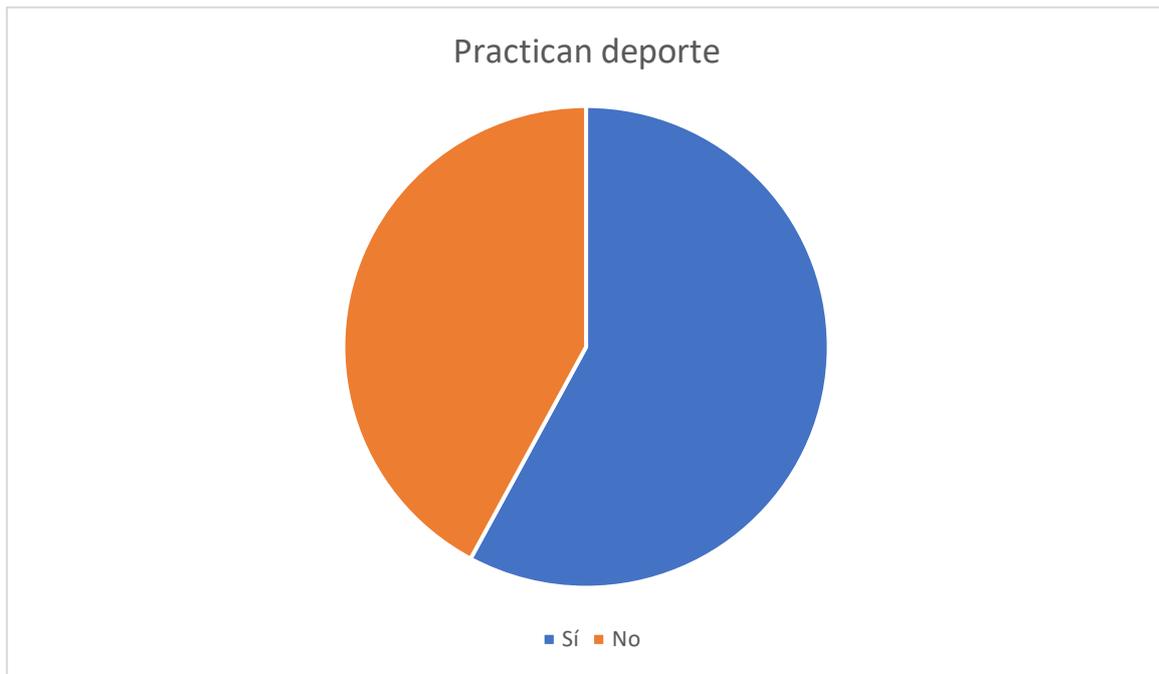


Gráfico 1. Personas que practican o no deporte.

Es de resaltar que de las 11 personas que practican deporte, todos coinciden que el deporte es fútbol.

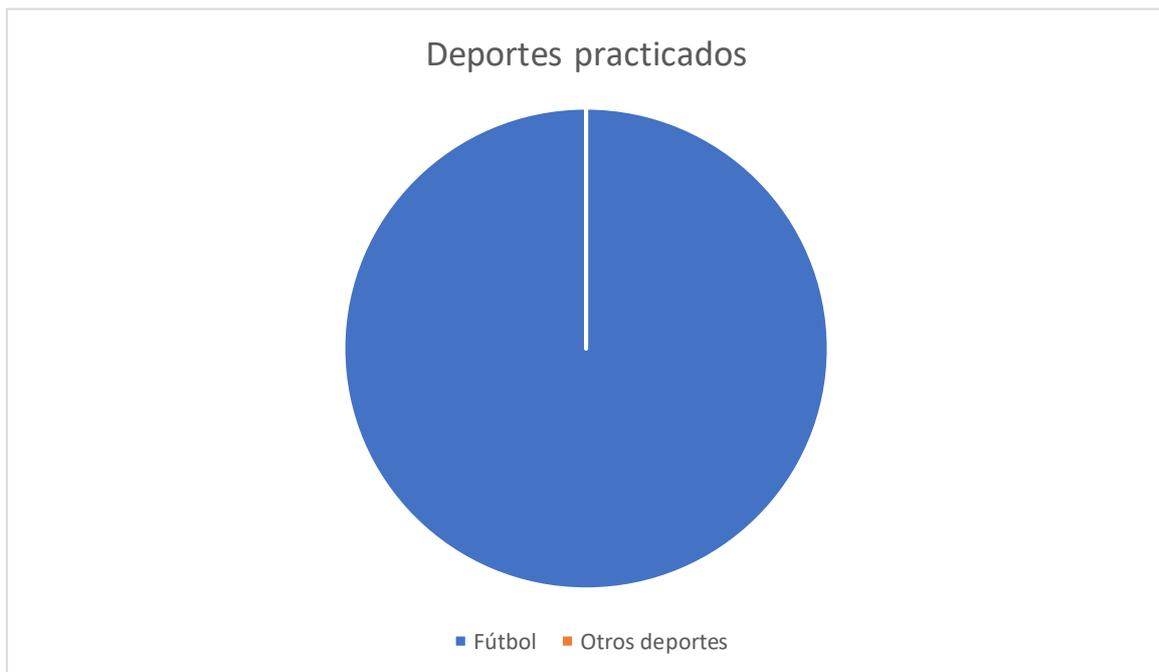


Gráfico 2. Deportes practicados.

Además, en la pregunta abierta acerca del motivo por el cual practican fútbol, me esperaba una gran disparidad de opiniones, pero cerca del 50% coincidieron en que era porque les gustaban y, sobre todo, porque era del que más conocían.

Me sorprendió por completo el hecho de que todos practiquen dicho deporte en instalaciones de un club privado.

Se mantiene una concordancia entre la pregunta de las instalaciones, comentada anteriormente, y la de si tienen licencia federativa; ya que como hemos analizado, todos pertenecen a un club, y por tanto todos tienen la licencia federativa.

La pregunta número 10 junto con la 12, la 13, la 15, la 16 y la 17; podemos decidir que guardan una gran relación, ya que estas tienen el fin de responder acerca de si las habilidades o aspectos que mejoran el rendimiento académico se ven desarrolladas desde que practican fútbol.

Y, como yo creía que iba a suceder, la mayoría podemos decir que sí que opinan, y son testimonios propios fiables, que se ven desarrolladas las habilidades, y con ello, el rendimiento académico, que es el fin de este trabajo.

Por último, en cuanto a las respuestas de las personas que no practican fútbol, y en general deporte, la mayoría creen que su práctica sí que es beneficiosa y útil para su propio desarrollo; y, alguno de ellos, hasta igual se anima a probar.

Además, para completar la investigación, se han realizado diferentes análisis de artículos que guardan relación con el objetivo aquí expuesto, corroborando la evidencia de que sí que existen estos beneficios.

Realizando un estudio de las posibles variables que mejoran el rendimiento académico, como es el caso del autoconcepto, la motivación y la toma de decisiones; el fútbol es un deporte que produce un desarrollo de estas habilidades, que es directamente proporcional a la mejora del rendimiento académico de cada persona.

Como hemos leído, Alvis y Neira (2013, p. 810) afirman que el deporte adaptado es un método de integración social que involucra a la diversidad en el comportamiento social; consideran que es un proceso facilitador que se visualiza como una herramienta que da respuesta a los problemas sociales y de salud a nivel nacional e internacional. El deporte adaptado representa una real importancia en el desarrollo personal y social del individuo que lo practica, ya que crea un campo adecuado y sencillo para la autosuperación; busca

establecer objetivos a alcanzar para poder superarse y luego a partir de ellos, proyectar otros objetivos buscando un reajuste permanente.

Esto coincide con nuestra hipótesis de que la mejora de según qué aspectos, junto con la motivación, a través de este deporte, hace que el rendimiento académico de las personas con discapacidad se vea mejorado.

## **5. CONCLUSIONES**

La actividad o ejercicio físico aporta grandes beneficios en la sociedad en general; siendo aún mayor, en las personas con discapacidad intelectual.

Concretamente, se ve reflejado tanto a nivel de salud, como de socialización y desarrollo personal.

Esto significa que realizar cualquier tipo de actividad física de una manera regular y constante, es beneficiosa e ideal para todas las personas, y más en concreto para las personas con discapacidad intelectual.

Me he centrado, específicamente, en valorar los beneficios de un deporte determinado como es el fútbol.

Este deporte es de tipo cooperativo y, además, si lo practicas de manera regular y en una sociedad o club, puede ser de tipo competitivo.

He analizado diferentes tipos de variables que podrían relacionar el fútbol, y los posibles beneficios que tiene su práctica, con el rendimiento académico de las personas con discapacidad intelectual.

Algunas de estas variables son la motivación, el desarrollo de habilidades sociales, el autoconcepto, la toma de decisiones, etc. Todas ellas pueden ser determinantes para el propio desarrollo de las personas.

Además, comparando diferentes estudios e investigaciones, así como lo obtenido en este trabajo, podemos concluir que existen beneficios en cuanto al rendimiento académico de las personas con discapacidad intelectual que practican ejercicio físico de manera continuada, y más en concreto el fútbol.

Además, la actividad física y el deporte son una buena opción para potenciar la inclusión en la sociedad, de personas tanto con discapacidad, como sin ella.

## 6. BIBLIOGRAFÍA

- Asale, R. (s. f.). *discapacidad / Diccionario de la lengua española*. «Diccionario de la lengua española» - Edición del Tricentenario.
- Casajús, J.A., Vicente-Rodríguez, G. (2011, diciembre). Ejercicio físico y salud en poblaciones especiales. Exernet. Consejo Superior de Deportes.
- Delgado, R. M. (2016). *Influencia de la práctica del deporte adaptado sobre la calidad de vida: Un estudio cualitativo*. Dialnet. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=5758181>
- *Deporte Inclusivo II*. (s. f.). CSD - Consejo Superior de Deportes. <http://www.csd.gob.es/es/promocion-del-deporte/deporte-inclusivo-ii>
- Edel, Rubén (2003). *El rendimiento académico: concepto, investigación y desarrollo*. REICE. Revista Iberoamericana sobre Calidad, Eficacia y Cambio en Educación, 1(2),0. Disponible en: <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=55110208>
- Garbanzo Vargas, G. M. (2007, 5 junio). *Vista de Factores asociados al rendimiento académico en estudiantes universitarios, una reflexión desde la calidad de la educación superior pública*. Universidad de Costa Rica.
- García González, L. (2013). *Beneficios de la actividad física y deportiva en personas con discapacidad: La opinión de los deportistas*. Proyecto Fin de Carrera / Trabajo Fin de Grado, Facultad de Ciencias de la Actividad Física y del Deporte (INEF) (UPM).

- Gil, I. (2022, 31 enero). *¿Qué es la discapacidad? Evolución histórica y cultural*. El Blog de empleo de Fundación Adecco.
- J. Medina, A. Chamarro, E. Parrado, (2013). *Efecto del deporte en el bienestar psicológico de las personas con gran discapacidad física de origen neurológico, Rehabilitación*. Volume 47, Issue 1, Pages 10-15,ISSN 0048-7120.
- Ke X, Liu J. Discapacidad intelectual (Irrázaval M, Martín A, Prieto-Tagle F, Fuertes O. trad.). En Rey JM (ed), *Manual de Salud Mental Infantil y Adolescente de la IACAPAP*. Ginebra: Asociación Internacional de Psiquiatría del Niño y el Adolescente y Profesiones Afines 2017.
- LaLiga. (2022, 3 julio). *LaLiga Genuine Santander se despide de Estados Unidos tras su primera expedición internacional*. Página web oficial de LaLiga | LaLiga.
- León Campos, J.M., Pelegrín Muñoz, A., León Zarceño, E.M. *Los Beneficios Del Deporte En Personas Con Discapacidad*.
- Real Decreto 1393/2007, de 29 de octubre, por el que se establece la ordenación de las enseñanzas universitarias oficiales.
- Rodríguez Martín, L.M. (2015, 16 septiembre). *Las personas con discapacidad y su integración en el deporte. Trabajo Final de Grado- Trabajo Social- Universidad de La Laguna*. Universidad de La Laguna.
- Padilla-Muñoz A. (2010). Discapacidad: contexto, concepto y modelos, 16 *International Law*. Revista Colombiana de Derecho Internacional, 381-414.
- Pérez-Tejero, Javier & Ocete-Calvo, Carmen. (2016). *Influencia de la práctica deportiva inclusiva en las personas con discapacidad*.
- Portolés, A. (2015). *Rendimiento académico y correspondencias con indicadores de salud física y psicológica*. Dialnet.

## 7. ANEXOS

### Anexo 1: Capturas de las preguntas del cuestionario

1. Considerando el deporte en todas sus formas, es decir, como juego, espectáculo, ejercicio físico y diversión, ¿cuánto le interesa? \*

- Mucho
- Bastante
- Poco
- Nada

2. ¿Practica usted actualmente alguna actividad físico-deportiva? \*

- Practico una
- Practico varias
- No practico ninguna

3. Con respecto al interés y la práctica deportiva, ¿con cuál se identifica? \*

- Me interesa el deporte y lo practico suficientemente
- Me interesa el deporte, pero me gustaría practicarlo algo más
- No me interesa el deporte pero lo practico por obligación
- Me interesa el deporte, lo he practicado, pero actualmente ya no
- Nunca he practicado pero me gustaría hacerlo
- Ni me interesa ni practico ningún deporte

4. Si la respuesta ha sido practica deporte, ¿de qué deporte se trata?

- Fútbol
- Otros

5. Si la respuesta ha sido que practica fútbol, ¿por qué motivo lo hace?

Tu respuesta

---

6. Si la respuesta ha sido que practica fútbol, ¿qué instalaciones deportivas utiliza habitualmente?

- Públicas
- De un club privado
- De un centro de enseñanza
- Del centro de trabajo
- En lugares abiertos
- En casa
- En las de una asociación

7. Si la respuesta ha sido que practica fútbol, ¿con qué frecuencia lo suele hacer?

- Tres veces o más por semana
- Una o dos veces por semana
- Con mucha frecuencia
- Ocasionalmente

8. Si la respuesta ha sido que practica fútbol, ¿influye su discapacidad o existe alguna complicación derivada en dicha práctica?

- Mucho
- Bastante
- Poco
- Nada

9. Si la respuesta ha sido que practica fútbol, ¿tiene licencia federativa?

- Sí
- No

10. Si la respuesta ha sido que practica fútbol, ¿cree que su estado de ánimo ha mejorado desde entonces?

- Sí
- No
- Tal vez

11. Si la respuesta ha sido que practica fútbol, ¿considera al equipo como su grupo de amigos?

- Sí
- No
- Solo son mis compañeros

12. Si la respuesta ha sido que practica fútbol, ¿cree que además obtiene mejores resultados académicos desde entonces?

- Sí
- No
- Tal vez

13. Si la respuesta ha sido que practica fútbol, ¿cree que existe relación entre el deporte, el estado de ánimo y la educación?

- Sí
- No
- Solo entre deporte y estado de ánimo, no con la educación
- Solo entre deporte y educación, no con el estado de ánimo
- Solo entre estado de ánimo y educación, no con el deporte

14. Si la respuesta ha sido que practica fútbol, ¿cómo se siente usted después de los entrenamientos/partidos?

Tu respuesta \_\_\_\_\_

15. Si la respuesta ha sido que practica fútbol, ¿cree que al tratarse de un deporte cooperativo, se ven mejoradas las habilidades sociales?

- Sí
- No

16. Si la respuesta ha sido que practica fútbol, ¿cree que esas habilidades sociales son beneficiosas para la vida diaria, más en concreto, dentro del centro educativo?

Sí

No

17. Si la respuesta ha sido que practica fútbol, ¿cree que esa mejora en el centro educativo se ve, además, reflejado en el rendimiento académico?

Sí

No

Tal vez

18. Usted ha marcado que no practica deporte. ¿Cuál es la razón de dicha decisión?

Tu respuesta

---

19. Usted ha marcado que no practica deporte o no es el fútbol, ¿cree que la práctica de fútbol puede mejorar tanto las habilidades sociales, como su estado de ánimo y su rendimiento académico?

Sí

No

Tal vez

20. Usted ha marcado que no practica deporte o no es el fútbol, ¿cree que la práctica deportiva del mismo mejora el aprendizaje y el rendimiento académico?

- Sí
- No
- Tal vez

21. En opinión general, considerando el fútbol como deporte cooperativo de competición, ¿cree que su práctica es beneficiosa? \*

- Sí
- No

