

**AFIANZAMIENTO DEL ESQUEMA CORPORAL, LA ESPACIALIDAD Y LA  
TEMPORALIDAD EN NIÑOS Y NIÑAS CON LIMITACIÓN VISUAL  
MEDIANTE UN PROGRAMA DE TAEKWONDO-POOMSES; REALIZADO EN  
EL CENTRO DEPORTIVO DE LA UNIVERSIDAD DEL CAUCA (C.D.U) DE  
LA CIUDAD DE POPAYÁN.**

**AUTORAS:  
IDALY MARTÍNEZ RUÍZ  
MILENA MUÑOZ DORADO**

**UNIVERSIDAD DEL CAUCA  
FACULTAD DE CIENCIAS NATURALES EXACTAS Y DE LA EDUCACIÓN  
LICENCIATURA EN EDUCACIÓN BÁSICA CON ENFASIS EN EDUCACIÓN  
FÍSICA, RECREACIÓN Y DEPORTES.**

**2010**

**AFIANZAMIENTO DEL ESQUEMA CORPORAL, LA ESPACIALIDAD Y LA  
TEMPORALIDAD MEDIANTE UN PROGRAMA DE TAEKWONDO-  
POOMSES, EN NIÑOS Y NIÑAS CON LIMITACIÓN VISUAL REALIZADO EN  
EL CENTRO DEPORTIVO DE LA UNIVERSIDAD DEL CAUCA (C.D.U) DE  
LA CIUDAD DE POPAYÁN**

**IDALY MARTÍNEZ RUÍZ  
DEISY MILENA MUÑOZ DORADO**

**Trabajo de Grado como requisito para optar el título de Licenciados en  
Educación Básica con Énfasis en Educación Física, Recreación y  
Deportes.  
(Practica Social)**

**Director:  
Especialista. CARLOS IGNACIO ZUÑIGA LÓPEZ**

**UNIVERSIDAD DEL CAUCA  
FACULTAD DE CIENCIAS NATURALES, EXACTAS Y DE LA EDUCACIÓN  
PROGRAMA DE LICENCIATURA EN EDUCACIÓN BÁSICA CON ÉNFASIS  
EN EDUCACIÓN FÍSICA, RECREACIÓN Y DEPORTES  
POPAYÁN  
2010**

## TABLA DE CONTENIDO

	<b>PA G</b>
<b>INTRODUCCIÓN</b>	
<b>1. AREA TEMÁTICA</b>	<b>1</b>
<b>1.1 CAPACIDADES PERCEPTIVAS</b>	<b>1</b>
1.1.1 Esquema Corporal	1
1.1.2 Temporalidad	2
1.1.2.1 Estructuración temporal	2
1.1.2.2 Orientación temporal	3
1.1.2.3 Ritmo	3
1.1.2.4 Organización temporal	3
1.1.3 Espacialidad	3
1.1.3.1 Orientación espacial	4
1.1.3.2 Lateralidad	4
1.1.3.3 Estructuración espacial	4
1.1.3.4 Organización espacial	5
1.1.4 Relación Temporo-Espacial	5
1.1.5 Coordinación	5
1.1.6 Equilibrio	6
<b>1.2 DISCAPACIDAD</b>	<b>6</b>
1.2.1 Clasificación de discapacidad	8
<b>1.3 TAEKWONDO</b>	<b>11</b>
<b>1.4 LIMITACIÓN VISUAL Y TAEKWONDO</b>	<b>12</b>
<b>2. AREA PROBLEMÁTICA</b>	<b>13</b>
<b>3. ANTECEDENTES</b>	<b>14</b>
3.1 Internacionales	14
3.2 Nacionales	15
3.3 Locales	16

<b>4.</b>	<b>CONTEXTO</b>	<b>18</b>
<b>4.1</b>	<b>Contexto institucional</b>	<b>19</b>
<b>5.</b>	<b>JUSTIFICACIÓN</b>	<b>21</b>
<b>6.</b>	<b>SITUACIÓN A ATENDER</b>	<b>22</b>
<b>7.</b>	<b>OBJETIVOS</b>	<b>22</b>
<b>7.1</b>	<b>Objetivo General</b>	<b>22</b>
<b>7.2</b>	<b>Objetivo específicos</b>	<b>23</b>
<b>8.</b>	<b>METODOLOGÍA</b>	<b>23</b>
<b>9.</b>	<b>PROPUESTA PEDAGÓGICA PARA AFIANZAR EL ESQUEMA CORPORAL, LA ESPACIALIDAD Y LA TEMPORALIDAD MEDIANTE UN PROGRAMA DE TAEKWONDO- POOMSES, EN NIÑOS Y NIÑAS CON LIMITACION VISUAL</b>	<b>25</b>
<b>9.1</b>	<b>PRESENTACIÓN DE LA PROPUESTA</b>	<b>25</b>
<b>9.2</b>	<b>PROPOSITOS DE LA PROPUESTA</b>	<b>26</b>
<b>9.2.1</b>	<b>Propósito general de la propuesta</b>	<b>26</b>
<b>9.2.2</b>	<b>Propósitos específicos de la propuesta</b>	<b>26</b>
<b>9.3</b>	<b>JUSTIFICACIÓN DE LA PROPUESTA</b>	<b>27</b>
<b>9.4</b>	<b>REFERENTE CONCEPTUAL</b>	<b>28</b>
<b>9.5</b>	<b>METODOLOGÍA</b>	<b>28</b>
<b>9.5.1</b>	<b>Modelo Pedagógico</b>	<b>29</b>
<b>9.5.2</b>	<b>Principios pedagógicos</b>	<b>30</b>
<b>9.5.3</b>	<b>Camino pedagógico</b>	<b>30</b>
<b>9.5.4</b>	<b>Juego</b>	<b>31</b>
<b>9.5.5</b>	<b>Evaluación</b>	<b>32</b>
<b>10.</b>	<b>PROGRAMA PARA LA PROPUESTA PEDAGOGICA DE TAEKWONDO-POOMSES</b>	<b>33</b>
<b>11.</b>	<b>REFLEXION DE LA PROPUESTA PEDAGOGICA</b>	<b>36</b>
<b>11.1</b>	<b>La confianza: medio para lograr independecia en la práctica del taekwondo.</b>	<b>36</b>
<b>11.2</b>	<b>La visión y postura del limitado visual, dos aspectos que influyen en el desarrollo de la clase de taekwondo.</b>	<b>38</b>

11.3	La motivación, un elemento clave en el aprendizaje del taekwondo.	40
11.4	El transcurrir de las capacidades perceptivas: de las dificultades al logro.	42
12.	GRAFICA N° 1. RELACIÓN DE LA ESPACIALIDAD, TEMPORALIDAD Y ESQUEMA CORPORAL CON LA LIMITACION VISUAL; UNA FORMA DIFERENTE DE VER EL TAEKWONDO	46
13.	INTERPRETACION DE LA RELACIÓN DE LA ESPACIALIDAD, TEMPORALIDAD Y ESQUEMA CORPORAL CON LA LIMITACIÓN VISUAL; UNA FORMA DIFERENTE DE VER EL TAEKWONDO	47
14.	CONCLUSIONES	49
15.	RECOMENDACIONES	50
16.	ENSANCHAMIENTO DE HORIZONTES	51
17.	BIBLIOGRAFIA	53

## INTRODUCCIÓN

La realización de este trabajo se proyecta hacia la atención y el interés desde el área de la Educación Física a personas en situación de discapacidad, específicamente en niños y niñas con limitación visual presentando el deporte como una herramienta pedagógica que le permita al niño y la niña afianzar sus capacidades perceptivas para interpretar el mundo con una mirada optimista desde su limitación.

El trabajo inicia con el área temática donde se resumen conceptos y definiciones como: las capacidades perceptivas, la discapacidad, el taekwondo y la limitación visual, estos tenidos en cuenta para dar a entender la importancia y relación de la limitación visual con el afianzamiento de el esquema corporal, la espacialidad y la temporalidad trabajadas desde el taekwondo en niños y niñas en esta situación.

Seguido a esto se encuentra el área problemática de la cual surgen puntos importantes como: la justificación, situación a atender del trabajo, así como, la metodología que permitió la preparación, el desarrollo y el análisis de los datos obtenidos de las experiencias vivenciadas con los niños y niñas limitados visuales durante las clases de taekwondo para llegar al objetivo general de este trabajo. Además de esto, se haya algunos antecedentes encontrados y sus aportes para la elaboración del proyecto.

Este trabajo se realiza mediante un programa de taekwondo basado en una propuesta pedagógica, por tanto se incluye dentro de este documento la descripción del modelo pedagógico social utilizado, donde la crítica, la creatividad y la acción juegan un papel importante para las clases teniendo en cuenta que el propósito es desarrollar las realidades motrices de los niños y niñas con limitación visual desde su esquema corporal, la espacialidad y la

temporalidad a través de actividades lúdicas y juegos aplicados al Taekwondo.

Finalmente se encuentra el programa de taekwondo desarrollado durante este trabajo con la reflexión respectiva de los aspectos más relevantes emergentes durante las prácticas realizadas con los niños y niñas limitados visuales y de igual forma, algunas recomendaciones para trabajar con esta población.

## **1. AREA TEMÁTICA**

### **1.1 CAPACIDADES PERCEPTIVAS**

Según Castañer y Camerino (1991) las capacidades perceptivo-motrices son “aquellas directamente derivadas de la estructura neurológica específicamente dependientes del funcionamiento del sistema nervioso”(p.58), por tanto es necesario resaltar su importancia durante la infancia que permita darles a los niños y niñas una gran variedad de experiencias motrices que le ayuden a mejorar sus capacidades, ya que al encontrar nuevas posibilidades de movimiento se adquieren nuevos conocimientos; de sí mismo, de los otros y del medio que los rodea que finalmente pueden contribuir al mejoramiento de la calidad de vida.

A continuación se da un concepto general de las capacidades perceptivas tomando como referencia a Castañer y Camerino (1991), haciendo énfasis en el esquema corporal, la espacialidad y la temporalidad. Es importante resaltar que solo se tuvieron en cuenta algunas capacidades ya que se trata de un proyecto pionero en ésta modalidad y por ende servirá como punto de partida para realizar trabajos posteriores que se interesen en integrar diferentes deportes con personas que tengan limitación visual.

1.1.1 Esquema Corporal: Según Castañer y Camerino (1991) es “la toma de conciencia del espacio y el tiempo, resume todas las experiencias cognitivas y afectivas del sujeto, es la recopilación de sus vínculos con el mundo de los

seres y los objetos” (p.60). Dentro de esta noción corpórea se pueden distinguir la imagen y la conciencia:

- *Imagen corporal: Concepción subjetiva del propio cuerpo condicionado por los caracteres físicos de la persona y que se desarrolla de manera paralela a la concepción objetiva que los demás establecen de nuestro cuerpo.*
- *Conciencia corporal: Es la noción fáctica del cuerpo como resultado de la existencia del esquema y la imagen corporal. (p.60).*

1.1.2 Temporalidad: “La percepción del tiempo necesita de la discriminación de unos estímulos o características que este no posee. Así describimos espacios situados entre varios estímulos como periodos de tiempo, de tal manera que dichos estímulos nos permiten tener conciencia de aquel”. (Castañer y Camerino, 1991, p.84)

Así pues, “el tiempo puede ser analizado desde una doble variante ya sea en un aspecto cualitativo a través de la percepción de orden y organización, o en su aspecto cuantitativo dado por la percepción de los intervalos de duración”. (Castañer y Camerino, 1991 p.85)

1.1.2.1 Estructuración Temporal: Según Castañer y Camerino (1991) es el resultado de la doble variante cualitativa y cuantitativa de la temporalidad, se distinguen dos componentes básicos:

- *El orden: Es la distribución sucesiva e irreversible de las características y cambios de los hechos y situaciones que acontecen.*
- *La duración: Es la representación del tiempo físico medido en segundos, minutos y horas que separa dos puntos de referencias temporales.(p.85)*

1.1.2.2 Orientación Temporal: “La forma de plasmar el tiempo. Las diversas secuencias del movimiento vienen por el ritmo. Así se entiende el ritmo como la organización del movimiento humano”. (Castañer y Camerino, 1991, p.85)

1.1.2.3 Ritmo: se asienta sobre dos nociones fundamentales:

- Regularidad: en la sucesión, tiempo que se precisa para producir grupos colectivos de estímulos y su repetición. (Castañer y Camerino, 1991, p.86)
- Alternancia: se da entre dos o más elementos idénticos en duración, cualidad e intensidad. (Castañer y Camerino, 1991, p.86)

1.1.2.4 Organización Temporal: el tiempo se organiza al igual que el espacio, a través de dos niveles:

- Percepción inmediata: organización inmediata de los sucesos o acontecimientos que van sucediendo. (Castañer y Camerino, 1991, p.86).
- Representación mental: permite a partir del momento presente, enfocar el pasado y el futuro. (Castañer y Camerino, 1991, p.86)

1.1.3 Espacialidad: Según Castañer y Camerino (1991) “el desarrollo de las actividades para el conocimiento espacial pretende potenciar en el niño la capacidad de reconocimiento del espacio que ocupa su cuerpo y dentro del cual es capaz de orientarse” (p.78). Por tanto:

*La evolución de la conciencia de la estructura y organización del espacio se construye sobre una progresión que va desde una*

*localización egocéntrica a una localización objetiva. La primera se refiere al periodo en que el niño localiza objetos en un espacio confuso con el espacio que ocupa su propio cuerpo. En la localización objetiva el niño ya es capaz de discriminar la independencia del espacio ocupado por su cuerpo y el ocupado por cada objeto. (P. 78-79)*

1.1.3.1 Orientación Espacial: “Es la aptitud para mantener constante localización del propio cuerpo con respecto a la posición de los objetos, como para posicionar esos objetos en función de la posición que ocupa el cuerpo”. (Castañer y Camerino, 1991, p.79)

1.1.3.2 Lateralidad: “El sentimiento interno de la direccionalidad tropismo corporal en relación con espacio circundante. Representando un proceso de maduración que se desarrolla paralelamente a la conceptualización verbal de conceptos espaciales como abajo-arriba, dentro-fuera, derecha- izquierda”. (Castañer y Camerino, 1991, p.79)

1.1.3.3 Estructuración Espacial: Según Castañer y Camerino (1991) “es la capacidad para orientar o situar objetos y sujetos” (p.82).

Según Piaget citado por Castañer y Camerino (1991) especifica la categorización de las relaciones espaciales en:

- *Relaciones topológicas: Son las relaciones elementales existentes entre los objetos: vecindad, separación, orden, sucesión y continuidad.*
- *Relaciones proyectivas: Se fundamentan sobre las topológicas responden a la necesidad de situar, en función de una perspectiva*

*dada, los objetos o los elementos de un mismo objeto con relación a los demás.*

- *Relaciones euclidianas o métricas: Denotan la capacidad de coordinar los objetos entre sí en relación con un sistema o unas coordenadas de referencia. Ello implica poner en juego medidas de longitud, volumen y superficie.(p.82)*

1.1.3.4 Organización Espacial: la orientación y la estructuración espacial posibilitan el movimiento del niño para organizar el espacio.

La organización espacial se desarrolla según las etapas preoperatorias u operatorias del niño. Piaget (citado por Castañer y Camerino,1991), distingue entre el espacio perceptivo (figurativo) que se fundamenta en la vivencia motriz y perceptiva que el niño posee del espacio y el espacio representativo cuando el niño adquiere de forma paulatina la capacidad de analizar datos perceptivos y elabora relaciones espaciales más complejas.

1.1.4 Relación Temporo-Espacial: “Está íntimamente ligada a la propia estructuración del esquema corporal y al proceso de lateralización”. (Fernández, 2009, p.13)

1.1.5 Coordinación: “Es la capacidad de regular de forma precisa la intervención del propio cuerpo en la ejecución de la acción justa y necesaria según la idea motriz prefijada”. (Castañer y Camerino, 1991, p.90)

1.1.6 Equilibrio: “Es la capacidad para controlar el propio cuerpo en el espacio y en el tiempo para recuperar la correcta postura tras la intervención de una fuerza desequilibrante” (Castañer. M. y Camerino, 1991, p.89).

La visión es un “receptáculo sensorial y una fuente de información y estímulo que promueven actividades coordinativas y organizadas” (Arnaiz citado por Ríos, 2005, p.68). En el caso de los niños y niñas ciegos al no captar los estímulos exteriores de forma integrada se hace difícil la percepción tanto del propio cuerpo, como del espacio y del tiempo además de ocasionar restricciones a nivel motor.

En los niños y niñas con limitación visual las dificultades relacionadas con la percepción de su propio cuerpo se originan debido a que ellos no logran “establecer una autoimagen, lo que influye en el momento de integrar las diferentes partes de su cuerpo y hallar analogías o diferencias con las personas que los rodean” (Ríos, 2005, p.72). Lo mismo sucede con la percepción del espacio, ya que al no tener un mapa mental del lugar no logran adquirir conceptos con relación a la organización del espacio, estructura y orientación que son tan necesarios e indispensables para la orientación y movilidad. Por tanto es indispensable que estos niños y niñas reciban una adecuada estimulación para contribuir en su desarrollo motor.

## **1.2 DISCAPACIDAD**

La discapacidad históricamente se ha relacionado con enfermedad, personas señaladas como enfermas, imperfectas, defectuosas y visto como personas que no aportan a la sociedad, es por esta razón que son excluidos. En muchos

casos el núcleo familiar favorece esta situación porque tiende a sobreproteger haciendo de ellos personas totalmente dependientes e inseguras para realizar actividades dentro y fuera del hogar. Generalmente la población en situación de discapacidad es discriminada o ignorada por su limitación, muchas veces no se realizan los esfuerzos que permitan vincular a estas personas a una vida cotidiana normal donde puedan desenvolverse de una forma óptima, accesible a la educación y la sociedad.

Según La Organización Mundial de la Salud (OMS) citado por García (2001) establece tres conceptos que tienden a confundirse:

- *Deficiencia: pérdida o anormalidad de una estructura o función psicológica, fisiológica o anatómica puede ser temporal o permanente”.*
- *Discapacidad: consecuencia de la deficiencia desde el punto de vista funcional y desde la actividad del individuo. Trastornos a nivel de la persona.*
- *Minusvalía: hace referencia a las desventajas que experimenta el individuo como consecuencia de las deficiencias y discapacidades, las que limitan o impiden el desempeño de un rol social y/o cultural.(p.3)*

Aunque actualmente se mantiene el concepto de discapacidad como: “la ausencia debido a una deficiencia, de la capacidad de realizar una actividad en la forma o dentro del margen que se considera normal para un ser humano” la OMS (citado por García, 2001, p.4). En los últimos veinte años éste concepto ha evolucionado tratando de integrar una visión social, pues una persona en situación de discapacidad ya no es tratada como alguien incapaz para realizar una tarea determinada, si no como una persona que necesita una variedad de ayudas técnicas, psicológicas y sociales en su devenir cotidiano.

### 1.2.1 Clasificación de discapacidad

Según la Guía Curricular para la Educación Física del Instituto Universitario de Educación Física de la Universidad de Antioquia la discapacidad se clasifica de la siguiente manera:

- *Discapacidades Físicas: engloba a aquellas afecciones directas sobre el sistema locomotriz humano y además la relación neuromotriz de éste. Se podría hablar de un sin número de enfermedades físicas, cada una difiere de la otra en pequeñas o grandes cosas y se podrían clasificar así:*
  - *Parálisis cerebral*
  - *Lesión medular*
  - *Traumatismo craneo-encefálico*
  
- *Discapacidades Cognitivas: Relacionadas con una disminución en el funcionamiento intelectual o del conocimiento de acuerdo a la edad cronológica, lo cual se determina en función del coeficiente intelectual (CI) encontrado mediante el test de Binet.*
  
- *Por último, se encuentra la **Discapacidad Sensorial** este tipo de discapacidad afecta los sistemas de percepción; ocasionando limitaciones de tipo visual y auditivo. (p.50)*

Este trabajo se realizó con niños y niñas limitados visuales, debido al grado de dificultad que ellos presentan en su desarrollo motriz y como la práctica deportiva contribuye al mejoramiento del mismo, por tanto se va utilizar el Taekwondo como medio para afianzar el esquema corporal, la espacialidad y la temporalidad. A continuación se dará el concepto de discapacidad y su clasificación.

La discapacidad visual es considerada como: "la carencia, disminución o defectos de la visión" (Duque citado por Ríos, 2005, p.70). Según Herrn y Guillemet citados por Ríos (2005) plantean la siguiente clasificación:

- *Ceguera total: ausencia total de visión o solo percepción luminosa*
- *Ceguera parcial: resto visual que permite orientarse hacia la luz o percepción de masas.*
- *Baja visión severa: el resto visual permite definir y percibir colores, lo que posibilita la lecto-escritura mediante medios de soportes específicos.*
- *Baja visión moderada: la visión de cerca permite la lecto-escritura con medios habituales mediante ayudas ópticas o pedagógicas durante la escolarización.(p.71)*

Teniendo en cuenta que el trabajo se realizó con niños y niñas entre los cuales presentaban ceguera total, baja visión moderada y severa se ampliara el concepto de estos tipos de limitación.

Mejía, A y González, G. (2006) encontraron que:

*Ceguera: No permite el uso de la lectoescritura en tinta. Aquí se habla de "ciego parcial" y "ciego total". El primero mantiene algunas posibilidades visuales como la capacidad de percepción de bultos y contornos, algunos matices de color. El segundo carece totalmente de visión. Desde el punto de vista educativo aprenden mediante sistema Braille y no pueden utilizar la visión para adquirir ningún conocimiento, aunque algunos puedan percibir la luz. (p.15)*

Doria, Y. Serrano, L. y Gómez, Y. (2008) definen como:

*Baja Visión Moderada: Agudeza visual situada entre  $\frac{1}{4}$  y  $\frac{1}{8}$ . Las personas comprendidas en este rango pueden realizar, con ayudas ópticas, casi las mismas tareas de lectura que las personas con visión normal, aunque con frecuencia suelen presentar algunas dificultades en las tareas escolares y por ello requieren el apoyo y la ayuda de maestros y profesores especializados, para evitar que puedan presentar retrasos. (p.4)*

*Baja visión severa: Agudeza visual situada entre  $\frac{1}{10}$ (recuérdese que este es el límite para la ceguera) y  $\frac{1}{20}$ . las personas que se encuentren en este rango tiene mayores dificultades en todas las áreas; aunque pueden leer textos impresos, ejecutan las tareas visuales con lentitud, especialmente aquellas que implican la discriminación de detalles, se cansan a menudo y suelen ser pocos precisos, aun con el uso de ayudas ópticas. (p.4)*

Por otra parte se define la discapacidad auditiva como “la pérdida de la capacidad de percepción de las formas acústicos producida ya sea por una alteración del órgano de la audición o bien de la vía auditiva” (Ríos, 2005, p.71), más conocida como sordera, un término que hace referencia a aquel déficit auditivos severos y profundos.

### 1.3 TAEKWONDO

La palabra Taekwondo proviene de los caracteres Hanja (pronunciado tae) significa golpear con los pies, (kwon) significa golpear con las manos o puños, y el carácter (do) significa disciplina, arte, método o camino. Por tanto taekwondo podría traducirse como un estilo de combate que utiliza únicamente los pies, las manos y otras partes del cuerpo prescindiendo por completo de armas.

Dentro del taekwondo se manejan las modalidades de combate y poomses. Para el desarrollo de este programa se recurrió a la modalidad de poomses, teniendo en cuenta que trata de una serie de combinación de técnicas, ideada para poder entrenar sin instructor, por tanto accesible para ser practicado por personas con problemas visuales. En su práctica las lecciones de defensas y ataques están predeterminadas con una ruta de pasos y movimientos siempre iguales que buscan como objetivo el perfeccionamiento de los movimientos. Es decir, realizando poomses, “el practicante representa y simboliza un combate contra uno más adversarios”. (Chun, 1986, p.15)

Para el aprendizaje de la poomse es necesario tener cuenta los siguientes aspectos enunciados por Chun (1986):

- *Cada Poomse en su forma particular, debe empezar y terminar mismo lugar.*
- *Mantener una correcta postura del cuerpo y orientado en la dirección correcta, donde los movimientos de defensas y los ataques no llevan a mantener las manos y los pies en la forma adecuada*
- *Saber controlar los diferentes tipos de fuerza y saber cuando dar la fluidez y la tensión al movimiento.*

- *Desplazarse con la velocidad correspondiente en cada movimiento. - No concentrar la energía cuando esta no es requerida. Relajar y Tensar el cuerpo cuando corresponda.*
- *Tener constantemente centrado el balance del cuerpo y tener el cuidado de la distancia correcta de los pies.*
- *Aprender a controlar la respiración y dónde gritar o enfatizar la acción.(p.18)*

En este sentido, las poomses representan un medio propicio para afianzar capacidades como: el esquema corporal, la especialidad y la temporalidad en personas con limitación visual que a su vez le van a permitir al sujeto movilizarse de forma más segura.

#### **1.4 LIMITACIÓN VISUAL Y TAEKWONDO**

Al examinar las dificultades más comunes que presentan los niños y niñas con limitación visual se observa que existe un retraso en el desarrollo motor generando en esta población inseguridad para realizar cualquier actividad en su vida cotidiana y por ende desechando, en la mayoría de los casos, la posibilidad de practicar un deporte que puede proporcionar bienestar permitiendo nuevas experiencias motrices que conlleven a una mejor interacción con el entorno.

Los niños y niñas videntes desarrollan sus capacidades perceptivo- motrices de forma espontánea a través del juego y la socialización con el entorno, mientras que los niños y niñas con problemas visuales requieren de actividades adaptadas a sus necesidades para generar confianza en el momento de realizar cualquier movimiento. Por tal razón, se propuso superar estas manifestaciones de inseguridad en los niños y niñas con limitación partiendo

del afianzamiento de su esquema corporal, la espacialidad y la temporalidad a través de la practica deportiva cuya finalidad es adquirir una formación motriz que capacite al individuo para responder y mejorar ante los estímulos físicos que impone la vida diaria, este a su vez ligado al descubrimiento de las propias capacidades motrices por medio de la actividad lúdica.

Teniendo en cuenta lo anterior, para este trabajo se propuso el taekwondo en su modalidad de poomses, ya que dentro en su práctica se trabajan capacidades como “el equilibrio, la coordinación y la precisión del movimiento, el ritmo, aumenta la potencia, la resistencia, y la concentración y mejora la respiración” (Chun, 1986, p.20), por ende todas estas capacidades y elementos son claramente fundamentales para el afianzamiento del esquema corporal, la especialidad y temporalidad permitiendo que los niños y niñas con limitación visual consigan una mejor orientación y movilidad.

## **2. ÁREA PROBLEMÁTICA**

Los niños y niñas con limitación visual presentan deficiencias en el desarrollo motor a causa de las pocas experiencias motrices que han adquirido durante su vida, además presentan dificultades relacionadas con la percepción de su propio cuerpo que se originan porque no logran “establecer una autoimagen, lo que influye en el momento de integrar las diferentes partes de su cuerpo y hallar analogías o diferencias con las personas que los rodean” (Ríos, 2005, p.71). Lo mismo sucede en con la percepción del espacio.

Por esta razón se desarrollo un programa basado en una propuesta pedagógica en Taekwondo específicamente en la modalidad de poomses; que

permita generar nuevas experiencias motrices, para afianzar el esquema corporal, la espacialidad y la temporalidad.

La práctica de la modalidad de poomses, “requiere un adecuado manejo de la respiración, el espacio, el ritmo, equilibrio, fluidez, y concentración” (Chun 1986, p.19). Desde nuestra vivencia consideramos que se pueden incluir el esquema corporal; es de esta forma como se plantea la posibilidad de hacer del Taekwondo una herramienta que le permita a los niños y niñas con limitación visual reforzar el esquema corporal, la espacialidad y la temporalidad y así conseguir una mejor orientación y movilidad que les permita ser más autónomos e íntegros.

### **3. ANTECEDENTES**

#### **3.1 Internacionales**

- En la República Bolivariana de Venezuela, Caracas en el año 2007. La Licenciada en Educación Física y Taekwondista, cinturón negro 1<sup>a</sup> dan, Da Silva Karla realizó un estudio cuyo título es “El Tae Kwon –Do como una estrategia metodológica en el desarrollo de la coordinación motora gruesa en los niños con deficiencias visuales y/o ciegos, de la II etapa de educación básica de la U.E.E.E.B. Mevorah Florentin” Esta investigación se enmarcó en un diseño cuasi-experimental de tipo de campo con un nivel descriptivo; Se realizó el análisis de resultados en forma general por cada ítems aplicado y de forma individual por cada alumno. Al finalizar las actividades de la guía del Tae-Kwon-Do se evidenció mejora de la coordinación motora gruesa. Este estudio sirvió para direccionar la idea inicial que se tenía acerca del trabajo y decidir

que capacidades se iban a trabajar y desde que modalidad del Taekwondo.

- El licenciado en Actividad Física y Deporte Fernando Akilian, arbitro internacional de WTF, realizó una investigación en el año 2002 en Uruguay, denominada “Taekwondo para todos” tiene como finalidad la apertura de éste arte marcial a toda aquella persona que realmente quiera practicarlo, demostrando que este deporte puede ser practicado por personas con necesidades especiales (silla de ruedas y trastornos mentales). Desde este se logro estructurar programa en Taekwondo para niños y niñas limitados visuales incluyendo contenidos desde las poomses.

### **3.2 Nacionales**

- En la Universidad Pedagógica Nacional, el grupo de investigadores Bárbara Giles, Fernando Puerto Guerrero, Adela Torres, Roberto Ortega realizaron el proyecto basado en las dificultades encontradas en los primeros Juegos Paralímpicos Nacionales titulado “Propuesta pedagógico-didáctica para la formación deportiva de personas con discapacidad física”, buscando dar respuesta a una necesidad detectada en el grupo poblacional de discapacitados que participan en procesos de formación deportiva. El proyecto se lleva a cabo a través de una exhaustiva investigación bibliográfica y situacional identificando la realidad del sector de la discapacidad física, de las organizaciones públicas y privadas que trabajan en la formación deportiva de estos grupos poblacionales procurando su inclusión a los procesos de desarrollo social. A partir de este trabajo sirvió para estructurar la

justificación de propuesta pedagógica que sustenta el programa de Taekwondo para niños y niñas limitados visuales.

- En la Universidad Cooperativa de Colombia (Bucaramanga) en el año 2003 los Estudiantes Edwin Yamid Díaz Olarte y Adilson Otálora Gil del programa de Educación Física, Recreación y Deportes presentaron su trabajo de grado titulado “La Educación Física un reto en el manejo de los estudiantes especiales”. Con las actividades desarrolladas en éste trabajo se logro en los estudiantes avances significativos en sus actos motrices, mayor confianza en si mismos y la integración social a través de las relaciones entre compañeros e investigadores, además del respeto propio y por los demás. De este trabajo se retomaron algunas actividades que sirvieron de guía para desarrollar los ejercicios de temporalidad y espacialidad del programa de Taekwondo que se desarrollo en los niños y niñas limitados visuales.

### **3.3 Locales**

- Fausto José Acosta y Jesús Absalón Muñoz Ñañez, en el año 2001 realizaron un “Programa de reforzamiento de las capacidades perceptivo-motrices básicas para el aprendizaje de los fundamentos técnicos del Karate- Do con niños de 9 y 10 años del club deportivo Universidad del Cauca”. El trabajo inicia con el reforzamiento de las capacidades perceptivo motrices básicas como el equilibrio y la coordinación, teniendo presente que estas mejoran con actividades propias del Karate-Do, como también con ejercicios jugados, tareas de movimiento y la acción de jugar como actividad innata y de vital importancia en el desarrollo integral del niño. El programa de reforzamiento planteado en este trabajo ayudo seleccionar los temas

trabajados en el programa de Taekwondo para niños y niñas limitados visuales.

- Maura Angélica Troyano Agredo estudiante del programa de Educación Física, Recreación y Deportes de la Universidad del Cauca presentó “Una propuesta pedagógica basada en la creatividad con un enfoque desde la motricidad humana en estudiantes discapacitados del aula 2 A y 2 B de la Fundación Florecer de la ciudad de Popayán”. Se desarrolló con el fin de crear nuevas posibilidades para orientar una clase en el área de Educación Física con estudiantes discapacitados, logrando un óptimo desarrollo de las potencialidades y capacidades de estos niños e incentivando la expresión corporal. Las actividades que se encontraron en esta propuesta de expresión corporal, contribuyeron en el desarrollo de los ejercicios para la unidad de esquema corporal que se trabajo en el programa de Taekwondo para niños y niñas limitados visuales.

Según los datos encontrados se observó que existe la posibilidad de mejorar las capacidades perceptivas a través de la práctica del taekwondo además de otras cualidades como la confianza, la autoestima y seguridad para realizar actividades deportivas que trascenderán en sus actividades cotidianas.

En Colombia se han realizado varias investigaciones acerca del taekwondo pero no se encuentra algún referente con una propuesta para incluir en esta disciplina a la población con limitación visual, sin embargo en otras artes marciales como en Judo, Karate-do, Aiki-do se han realizado propuestas que integran las artes marciales y la discapacidad.

#### **4. CONTEXTO**

De acuerdo al análisis de la discapacidad en el mundo y conforme a los datos ofrecidos por el Banco Interamericano de Desarrollo tomados el 10 de agosto de 2006, señala que el segundo país con más población discapacitada desde el año 2000 es Colombia con un 6.4% de su población en tal situación.

En el ámbito nacional la población discapacitada según el Censo General realizado por el DANE en el año 2005 la población total es 41.242.948 de las cuales presentan por lo menos una limitación 2.632.255, es decir, que por cada 100 colombianos, 6.4 tienen una limitación permanente, siendo la limitación visual la más común con un total de 1.143.992 personas afectadas.

El departamento del Cauca, según los registros del informe del DANE en el área de discapacidad hasta el mes de noviembre de 2007, presenta una de las tasas más altas de dependencia por parte de las personas en situación de discapacidad, pues de las 24.600 personas registradas 12.816 presentan algún tipo de limitación y el 52,1%, requieren de ayuda.

De los 42 municipios del Cauca los que presentan mayor índice de población discapacitada son Piamonte, Santa Rosa y Florencia, el porcentaje oscila entre 11.1 % al 4.6% de su población total. Mientras que los municipios de Inza, Almaguer y Mercaderes presentan porcentajes del 2,6 % al 2,2% de población con limitación.

En el municipio de Popayán la población total es 255.707 personas, de la cual 4.831 personas son discapacitadas, es decir, el 1.89%.

Ahora bien, teniendo en cuenta el tipo de discapacidad en el ámbito municipal el análisis de la distribución porcentual de este tipo de alteraciones muestra comportamientos diferentes, así por ejemplo en deficiencias relacionadas con el movimiento en la ciudad de Popayán afecta al 37% de las personas registradas y la discapacidad visual representa el 13,3 % de la población, es decir 34.009 personas que requieren de ayudas para mejorar su visión o son invidentes.

#### **4.1 Contexto Institucional**

La presente trabajo se desarrolló en el Centro Deportivo Universitario (CDU) que se encuentra ubicado en la carrera segunda con calle 15N pertenece a la comuna 4, teléfono 8209800 ext. 2500 telefax 8209850. Cuenta con cancha de fútbol, pista atlética, cancha de voleibol, canchas polifuncionales, patinódromo, dojos para la práctica de artes marciales, piscinas olímpicas (de natación y clavados), sala de ajedrez, gimnasio y un Coliseo Cubierto en donde se pueden practicar diversas disciplinas.

Adicionalmente, la Universidad del Cauca brinda la posibilidad de que los integrantes de la comunidad universitaria se inscriban a diferentes programas de índole deportivo y recreativo mediante los programas de actividad física recreativa que se ofrecen durante los periodos académicos.

Tanto la administración del CDU como la coordinación de los programas, planes, proyectos y acciones relacionadas con esta área están a cargo de la División de Deporte y Recreación, dependencia adscrita a la Vicerrectora de Bienestar y Cultura de Universidad del Cauca.

**Misión:** Fomentar y generar constantemente condiciones, ambientes e instancias que favorezcan el desarrollo concertado de los proyectos de vida individuales y colectivos de los universitarios, articulándolos con el Proyecto Educativo Institucional.

**Visión:** Desarrollar y consolidar una Cultura Institucional fundamentada en la participación de los estamentos universitarios de manera activa, pacífica, responsable y autónoma en los procesos de concertación y articulación de sus proyectos de vida individuales, colectivos e institucionales; tanto en los aspectos físico-materiales, como en los afectivo-intelectuales.

Es importante resaltar que la visión y misión de la División de Recreación y Deportes de la Universidad del Cauca están dirigidas hacia la comunidad universitaria, sin embargo esta institución brinda este espacio a favor de la comunidad en general, entre los cuales se han beneficiado grupos de personas en situación de discapacidad como: limitados visuales, auditivos, físicos y cognitivos, a pesar de que no se cuenta con programas de deporte adaptado y además carece de instalaciones y recursos necesarios para realizar trabajos de actividad física y deportiva adecuados para este tipo de población.

Por tanto, para este trabajo se optó por desarrollar, la mayoría de las sesiones, en el dojang de taekwondo, ya que los materiales propios que se utilizan para la práctica de este deporte (tatami, colchonetas, pahos, paletas, tula) se prestan para trabajar con personas limitadas visuales.

## **5. JUSTIFICACIÓN**

Este trabajo se realizó con los niños y niñas limitados visuales en el Centro Deportivo de la Universidad del Cauca, pensando en las dificultades que esta población presenta para ser personas autónomas e independientes en su vida cotidiana, por tanto resultó interesante y a su vez novedoso, realizar un programa de Taekwondo para afianzar el esquema corporal, la especialidad y la temporalidad aplicado a niños y niñas con ceguera total, baja visión severa y moderada, teniendo en cuenta que no se encontró un estudio particular que integre la limitación visual y el Taekwondo en el ámbito local, departamental y nacional, que destaque los aportes la practica deportiva para la calidad de vida de quien lo practica.

De acuerdo a lo anterior resultó pertinente tratar dichas dificultades desde la práctica deportiva demostrando así, los aportes que se pueden generar desde el área de la Educación Física a la población en situación de discapacidad si se piensa en sus posibilidades y capacidades más que en sus limitaciones. En este caso en particular se recurrió al taekwondo, un arte marcial que desde una visión superficial podría no parecer apropiado para ser practicado por niños y niñas limitados visuales, sin embargo el desarrollo de este trabajo se centro en adaptar las actividades, materiales y técnicas de este deporte a las necesidades que se presentaron a lo largo de las practicas, obteniendo grandes avances respecto a los objetivos propuestos y por tanto confirmando

que los problemas de esta población no son solo físicos, sensoriales o cognitivos, sino también sociales y culturales.

Los diferentes aportes y conocimientos que se generaron en este trabajo servirán de apoyo a los profesionales en Licenciatura en Educación Básica con énfasis en Educación Física, Recreación y Deportes, entrenadores y directivos de las artes marciales, principalmente para tomar conciencia de la realidad y las necesidades que enfrenta la población en situación de discapacidad, y de este modo motivar a la estructuración de planes y programas con el fin de crear nuevas estrategias en actividad física y deporte que incluya a esta población dentro de la educación formal.

## **6. SITUACIÓN A ATENDER**

Afianzar del esquema corporal, la espacialidad y la temporalidad, en niños y niñas con limitación visual que les permita interactuar más con su entorno y por consiguiente ser más autónomos e íntegros.

## **7. OBJETIVOS**

### **7.1 Objetivo General**

Afianzar esquema corporal, la espacialidad y la temporalidad mediante un programa de Taekwondo- poomses en niños y niñas con limitación visual; realizado en el Centro Deportivo de la Universidad del Cauca (C.D.U) en la ciudad de Popayán.

## **7.2 Objetivo Específicos**

- Estimular el conocimiento acerca del Taekwondo en los niños y niñas con limitación visual.
  
- Potenciar el esquema corporal, la espacialidad y la temporalidad en los niños y niñas con limitación visual.

## **8. METODOLOGÍA**

Este trabajo se desarrollo dentro la modalidad de practica social mediante la cual se busca contribuir con la solución de problemas específicos de la profesión, la disciplina, o el contexto social desde los campos de conocimiento adquirido en el programa de Educación Física y de esta manera satisfacer necesidades individuales y colectivas de la población a estudiar, dinamizando los procesos culturales y sociales que permitan adoptar, adaptar y replantear paradigmas teóricos y disciplinares realizando propuestas innovadoras.

Esta modalidad se acompaño de una propuesta pedagógica que fue pertinente con las expectativas de la institución. El proceso de recopilación de la propuesta pedagógica se realizó mediante la sistematización, desde la perspectiva APRENDIENDO A SISTEMATIZAR. Una propuesta metodológica elaborada por COSUDE- Colombia, institución que decidió impulsar la sistematización de 12 experiencias desarrolladas en diferentes lugares del país, con el fin de generar espacios de reflexión y aprendizaje colectivo, en proyectos de acciones humanitarias especialmente con población desplazada. Este proceso presenta tres fases las cuales son: Preparación, desarrollo y socialización.

En la primera fase la de Preparación, se realizó una propuesta pedagógica, la cual inicia con un acercamiento mediante la familiarización con el grupo de niños y niñas limitados visuales. Se realizaron entrevistas a los familiares para conocer el tipo de limitación que presentaba cada niño, si era congénita o adquirida, cuáles eran sus hábitos y que otras patologías habían adquirido. Después se entrevistó a los participantes, en cada clase se hacían tres registros el primero era el diario de campo (DC), el segundo era el observador de los niños y niñas (ON) y el tercero era la reflexión de las profesoras (RF).

En la segunda fase, la de Desarrollo, se ejecutó la propuesta pedagógica para el programa de Taekwondo en niños y niñas limitados visuales, que incluye propósitos, modelo pedagógico, principios pedagógicos contenidos, metodología y evaluación.

En la tercera fase se ordenaron las percepciones de la clase, los actos y momentos vividos de los niños y el sentir de los niños por momentos. En el primer momento se recolectó la información en diarios de campo, la reflexión de las profesoras y el observador de los niños y niñas para codificarlos, el segundo momento se obtuvo las categorías axiales, el tercer momento se agruparon las categorías axiales por temas para dar origen a las categorías emergentes, luego se analizó cada categoría para resaltar lo más significativo del proceso y justificarlo desde los conceptos teóricos.

Esta sistematización, sirvió para interpretar y comprender lo que sucedió en el Centro Deportivo de la Universidad del Cauca (CDU), sin perder de vista durante todo el proceso la situación a atender.

## **9. PROPUESTA PEDAGÓGICA PARA AFIANZAR EL ESQUEMA CORPORAL, LA ESPACIALIDAD Y LA TEMPORALIDAD MEDIANTE TAEKWONDO-POOMSES, EN NIÑOS Y NIÑAS CON LIMITACION VISUAL.**

### **9.1 PRESENTACION**

Esta propuesta pedagógica se creó con el propósito de afianzar las capacidades perceptivas específicamente sobre el esquema corporal, la temporalidad y la espacialidad en niños y niñas limitados visuales para ayudar a un proceso de formación y transformación en sus vidas desde el taekwondo.

La propuesta pedagógica para su aplicación tuvo unos propósitos los cuales buscaron contribuir a mejorar de la calidad de vida de los niños y niñas con limitación visual a través de principios pedagógicos, que unidos a los referentes conceptuales y disciplinares posibilitan el camino pedagógico, para el desarrollo de las capacidades perceptivas antes mencionadas. Además presenta sesiones de clase tres veces por semana, los días martes, jueves y sábados con una intensidad de dos horas para desarrollarse en un período de cuatro meses.

La propuesta pedagógica se desarrollo mediante el modelo pedagógico socialista, en el cual, la crítica, la creatividad y la acción juegan un papel importante. Crítica como el desarrollo de la conciencia de ella por medio del análisis para la transformación de la realidad, Creatividad por que requiere de crear actividades para desarrollar la propuesta y Acción por que todas las actividades que se desarrollaron estuvieron cargadas de emoción e intención, para que fuera posible un proceso de aprendizaje que proporcionará la posibilidad de interpretar, pero a la vez realizar buscando significados e

indagando en contacto permanente con la realidad, señalando caminos hacia la autodeterminación que contribuirán en lo personal y lo social, concediéndole importancia a la motivación, donde los niños y niñas invidentes sean más que un receptor, puesto que tiene dentro de sí, muchas experiencias para compartir.

Desde este modelo pedagógico se establece una relación maestro y estudiante de tipo horizontal, desde donde se pudo establecer los contenidos a abordar mediante el programa y desarrollarlos de una forma que no fuera monótona sino variada, proponiendo para ello las capacidades perceptivas a través de la enseñanza de modalidad de poomses practicada en taekwondo. Así mismo se instauraron los principios pedagógicos desde los cuales los niños y niñas limitados visuales se convirtieron en sujetos protagonistas y participativos en las prácticas.

## **9.2 PROPOSITOS DE LA PROPUESTA**

### **9.2.1 Propósito General de la Propuesta**

Desarrollar las realidades motrices de los niños y niñas con limitación visual desde su esquema corporal, la espacialidad y la temporalidad a través de actividades lúdicas y juegos aplicados al Taekwondo.

### **9.2.2 Propósito Específicos de la Propuesta**

- Identificar con los niños y niñas limitados visuales sus habilidades motrices.

- Planificar los contenidos de esquema corporal, espacialidad y temporalidad como medio para desarrollar las realidades motrices de los niños y niñas con limitación visual a través de actividades lúdicas y juegos aplicados al Taekwondo.
- Mostrar el sentir de los actores, desde las vivencias de la propuesta.

### **9.3 JUSTIFICACIÓN DE LA PROPUESTA**

La transformación del ser humano propicia que muchas personas día a día creen nuevos espacios educativos y desarrollen nuevos procesos en aras a consolidar su formación integral, por lo cual fue necesario desarrollar una propuesta pedagógica que permita reflexionar sobre la práctica del taekwondo como medio para el afianzamiento del esquema corporal, la espacialidad y la temporalidad en niños y niñas limitados visuales, y de esta forma dar una intencionalidad, diferente a la simple ejecución mecánica de los movimientos; también se propone trabajar desde el juego la exploración de diversas sensaciones motoras y experiencias de vida que contribuyan a la formación integral de los niños y niñas limitados visuales.

De esta forma se un modelo pedagógico socialista que establece una relación de tipo horizontal, donde los practicantes realizan aportes desde sus vivencias y el profesor desde su formación profesional, para mejorar tanto los contenidos como las practicas además de crear espacios donde se desarrolla la creatividad y la critica permitiendo que sean sujetos protagonistas de sus procesos de formación.

#### **9.4 REFERENTE CONCEPTUAL DE LA PROPUESTA**

Además de lo consolidado en el área temática, como referente pedagógico se toma algunos planteamientos de Paulo Freire, citado por Yanza (2008) como precursor de acción educativa crítica donde en sus ideas y pensamientos sobre la enseñanza, deja a los educadores el futuro esperanzas de que los cambios si son posibles y donde enseñar es más que transferir conocimientos. Por lo que el autor plantea saber enseñar no es transferir conocimientos, sino crear las posibilidades para su propia producción o construcción.

En este sentido permiten a los educadores nuevas búsquedas que faciliten que los educandos descubran su potencial, como seres humanos críticos y participativos en sus procesos de formación, para lo cual se utilizará las actividades lúdicas y el juego por tanto este concepto se ampliara en la metodología

#### **9.5 METODOLOGÍA DE LA PROPUESTA**

Se enmarcó desde las capacidades perceptivas, consideradas como poseídas por todos los seres humanos, no quedándose solo en la dimensión física sino avanzando a una visión proyectiva del ser. Estas capacidades pasaron a desarrollarse desde un concepto más humanista, en el cual se da un significado a cada dimensión del ser humano.

El desarrollo de la propuesta se realizó mediante clases prácticas y con un componente participativo por parte de los niños y niñas limitados visuales para poder realizar su propia vivencia de aprendizaje, por lo cual la práctica social se

orientó a través de una metodología participativa y comunicativa que se fundamentó en:

- Procesos de aprendizaje a partir de las posibilidades de cada niño y niña, variando según el nivel de desarrollo y contenido.
- Procesos de aprendizaje a ritmos propios y en relación con las capacidades perceptivas.

Acción dialógica:

- Participación en las clases dirigidas por el orientador.
- Conceptualización y creación de variantes a partir de actividades y ejercicios desarrollados.
- Elaboración y orientación de la clase teniendo en cuenta lo anterior.
- Todo el proceso será sistematizado mediante los diarios de campo, videos y fotos.

### **9.5.1 Modelo Pedagógico**

Esta propuesta pedagógica se realizó desde un modelo pedagógico socialista, el cual propone el desarrollo progresivo y secuencial máximo de las capacidades de aprendizaje e intereses individuales y colectivos dirigidos hacia una sociedad y basado en el conocimiento pedagógico para el desarrollo integral.

Desde este modelo pedagógico se establece una relación maestro alumno de tipo horizontal, desde donde se establecieron los contenidos a abordar

mediante la propuesta, para desarrollarlos de una forma que no fuera monótona sino variada, proponiendo actividades lúdicas y el juego para ello.

Su evaluación se estableció desde criterios, relacionando su praxis con lo que aconteció en el contexto progresiva y continuamente.

### **9.5.2 Principios Pedagógicos**

Las capacidades perceptivas se orientaron desde lo pedagógico como capacidades que involucran lo humano, que se pone en situación desde diversas vivencias con sentido y trascendencia, para que los sujetos no se queden solo en la mecanización. Aquí cada persona se convierte en sujeto pedagógico, protagonista y participativo en las prácticas, en su forma de ser y estar en el mundo, aplicando principios como ser reflexivo, crítico, expresivo lúdico, relacional y creativo, lo cual fortalecerá el desarrollo de los valores y la identidad de los niños.

Esta propuesta se mostró flexible a las posibilidades de construir con los niños y niñas limitados visuales, teniendo en cuenta que en la vida todo cambia, la vida humana es un ir y venir, donde lo subjetivo y objetivo fluyen en gramajes racionales y recíprocos en la construcción y reconstrucción de múltiples sentidos y construcciones humanas.

### **9.5.3 Camino Pedagógico**

Se enmarcó desde las capacidades perceptivas donde se consideraron como poseídas por todos los seres humanos, no quedándose sólo desde la dimensión física sino también desde una visión proyectiva del ser. Estas

capacidades pasan a desarrollarse desde un concepto más humanista, en el que tanto éstas como otras quedan integradas por una intencionalidad significativa, creadora y ética propia del ser humano Freire, citado por Yanza (2008). También se utilizaron actividades lúdicas y el juego como camino formativo ya que está inmerso en el mundo de los niños.

Por lo anterior se puede decir que se consolidó como acción pedagógica, donde se reflexiona con los niños desde la multidimensionalidad, explorando sus vivencias donde se manifiestan sentires, pensares, quererres y lo que aman, entendiéndolos como seres únicos e irrepetibles.

El desarrollo de la propuesta pedagógica fue planteada desde un modelo pedagógico, pero sin apartarse de las diversas miradas pedagógicas según las necesidades del contexto y la puesta en situación de todos los actores, al facilitar un amplio manejo de personalidades que permitieron enriquecer la práctica y de esta forma contribuir con la formación de los niños, apoyados por estilos de enseñanza creativos que permitieron la participación, la resolución de problemas y favorecieron la exploración y creatividad de ellos.

#### **9.5.4 Juego**

Es una actitud, un camino, una forma de vida del niño todas estas definiciones que abarcan una serie de conceptos y principios, por medio del cual se pretende en un contexto más integrado y moral. El aspecto moral está unido al juego. En este espacio donde se puede transformar valores que hacen más grande al ser humano.

Por ello el juego como deporte es óptimo para la socialización de sus practicantes, donde su finalidad no es la técnica si no de transformación de valores a través de él. De este modo es un espacio de intersubjetividades donde de esta manera se puede comenzar a recuperar la creatividad e imaginación de las prácticas del Taekwondo.

Palacios, citado por Yanza (2008) lo define “Como actividad con finalidad de si misma en la que el objetivo prioritario es obtener el placer. Favorecedor de la expresión, y la comunicación, regulado por una normativa de rigidez variable” (p.35)

#### **9.5.5 Evaluación**

Teniendo en cuenta la propuesta a desarrollar se aplicara una evaluación de carácter formativo en la cual es fundamental el seguimiento permanente de los niños y niñas con relación a los aprendizajes propuestos. Esto permitirá verificar si los participantes del programa “han adquirido los conocimientos necesarios para aplicarlos en un momento determinado, y especialmente contribuyo en la toma de decisiones y la solución de problemas que se presentan en la vida cotidiana” (La Francesco. citado por Yanza 2008, p. 45).

Para el desarrollo de las sesiones del trabajo y la puesta en situación de los actores. (Educandos, educador). Se tuvo en cuenta los siguientes criterios:

1. Trabajo personal y en equipo,
2. Capacidad critica, creadora y propositiva.
3. Comprensión, análisis, interpretación de las experiencias compartidas, en las sesiones de clase,
4. Reflexión de cada sesión, sucesos y actos.

5. Búsqueda creativa de solución a problemas
6. Autonomía en el desarrollo de la propuesta.
7. Iniciativa en todas las actividades a trabajar.

## **10.PROGRAMA PARA LA PROPUESTA PEDAGOGICA DE TAEKWONDO-POOMSES**

- ✓ Las unidades abarcaron un periodo de 4 meses a partir del mes de septiembre de 2009. Con observaciones, orientación de las clases y sistematización desde la reflexión educandos - educador de actos y acontecimientos.

Las sesiones de entrenamiento se realizaron tres veces por semana, distribuidos entre los días martes, jueves y sábados, la duración de las mismas serán de 2 horas.

El total de sesiones de trabajo programadas fueron 43 para un total de 76 horas distribuidas así:

Cuadro No 1. Sesiones de trabajo.

Meses	Sesiones	Horas
Septiembre	3	6
Octubre	11	22
Noviembre	11	22
Diciembre	8	16
Enero	10	20
<b>TOTAL</b>	<b>43</b>	<b>76</b>

Cuadro No 2. Contenidos construidos para los niños y niñas limitados visuales

Meses/ 2008	Contenidos	Subtemas	Intención	Sesiones
Septiembre.	Ambientación y familiarización	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Presentación del programa</li> <li>• Reconocimiento del espacio (dojo taekwondo)</li> <li>• Relación profesores y participantes.</li> </ul>	Conocer y relacionarse con el lugar de trabajo (C.D.U- Dojo). A igual que con las personas con quien se comparte el espacio y el trabajo.	3
Octubre	Esquema corporal  Introducción a las poomses	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Imagen corporal</li> <li>• Conciencia corporal</li> <li>• segmentación e independenci a corporal.</li> <li>• Poomses</li> </ul>	Reconocer e identificar las diferentes partes del cuerpo para realizar movimientos de forma independiente utilizados en los gestos técnicos de los poomses y en la vida cotidiana.	11

Noviembre	Temporalidad  Introducción a las poomses	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Orientación temporal (ritmo)</li> <li>• Estructura temporal.</li> <li>• Poomses</li> </ul>	Estimular y reforzar el sentido auditivo para la distinción y asociación de los componentes temporales necesarios en la secuencia de movimientos del poomse y en la vida cotidiana.	11
Diciembre	Espacialidad  Introducción a las poomses	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Orientación espacial (Lateralidad)</li> <li>• Estructura espacial.</li> <li>• Poomses</li> </ul>	Estimular y reforzar la capacidad de orientación y estructuración espacial necesarios en el diagrama de la secuencia de movimientos del poomse y en la vida cotidiana.	8
Enero	Integración de las poomses con las capacidades perceptivas	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Integración de las Poomses con las capacidades Perceptivas</li> </ul>	Aplicación de los logros obtenidos en las capacidades perceptivas trabajadas directa o indirectamente en la realización de la secuencia completa de los poomses.	10

## **11. REFLEXION DE LA PROPUESTA PEDAGOGICA**

Una vez desarrolla la propuesta pedagógica para el programa de taekwondo con los niños y niñas limitados visuales se recurrió a la estrategia de sistematización haciendo un análisis descriptivo de los diarios de campo, reflexión de las profesoras y los observadores de los niños y niñas, desde donde emergen cuatro temas principales que son:

### **11.1 La confianza: medio para lograr independencia en la práctica del taekwondo.**

Inicialmente se observó que las personas con baja visión no presentan mayores inconvenientes para desplazarse en lugares desconocidos, debido a que tienen una imagen visual del espacio, pero muestran un poco de inseguridad en el momento de ejecutar algunos movimientos. En cuanto a los invidentes su inseguridad es más notoria para realizar desplazamientos por que piden ayuda para realizar actividades que impliquen desplazamientos en diferentes direcciones, lo cual es lógico al estar un entorno desconocido, pues finalmente los seres humanos empleamos “la visión para garantizar nuestra propia seguridad”. (Smith, 2003, p.474). Sin embargo, el niño invidente demostraba confianza al expresarse sin prejuicio acerca de su discapacidad al hacer comentarios como *“profe porque no te vi en las carreras de motos”* (ON.17-R2-E3-CDU), lo que generó confianza en las profesoras para trabajar con él.

Debido a la inseguridad en los desplazamientos que presento el niño fue necesario hacer un trabajo personalizado para mejorar este aspecto. Por tanto se realizaron actividades como darle indicaciones precisas, hacer un reconocimiento de los espacios para que interiorizara dentro de su esquema

corporal todos los objetos y lugares en donde se desarrollarían las clases. Con relación a lo anterior Fraiberg (citado por Barraga, 1992) afirma que los niños ciegos totales necesitan comprometer a todo el cuerpo para poder recibir información sobre sí mismos y de los objetos existentes en el ambiente. De igual manera se hizo un trabajo similar fuera del dojo, para que el niño adquiriera confianza en sus desplazamientos y así generar en él lo que Griffin y Keogh (citado en Dosil, 2004) describen como “confianza en el movimiento” que hace referencia a un tipo de confianza que describe la sensación de un individuo de que hará adecuadamente un movimiento de ejecución. Lo cual se podría describir como una confianza corporal hacia el movimiento. Este sentir se evidencio cuando el niño adquiere la confianza necesaria para desplazarse y le propone una actividad a la profesora para realizarla con ayuda de sus compañeras.

En la fase final del programa se observo que afianzar las capacidades perceptivas en los niños y niñas con limitación visual trasciende la práctica del taekwondo porque se gana confianza y autoestima que son importantes en todos los aspectos de la vida. En el niño invidente los resultados en cuanto a confianza y seguridad fueron positivos, ya que realizó gestos técnicos de la poomse con facilidad y fluidez en las clases lo cual era uno de los objetivos. Respecto a esto Martínez, (2007) afirma que “el ejercicio físico tiene un impacto positivo en diversas esferas como: el fortalecimiento de la autoestima, aumento de la independencia y mejora la autoconfianza” (p.25). Aspectos en los cuales el estudio logró avances significativos que se vieron reflejados frente al comportamiento del niño y el deseo de continuar con la práctica del taekwondo, a través de esta experiencia él descubrió que puede adquirir capacidades para desplazarse y que estas influyen de manera positiva en aspectos de su vida, como admitir la posibilidad de aprender a manejar el bastón para lograr un poco de independencia.

En general los niños y niñas limitados visuales exploraron sus habilidades motrices y descubrieron que son capaces de desempeñarse con confianza y seguridad en el deporte y en la vida cotidiana.

## **11. 2 La visión y postura del limitado visual, dos aspectos que influyen en el desarrollo de la clase de taekwondo.**

Los niños y niñas que participaron del programa presentan diferentes tipos de limitación visual. El niño es ciego congénito, la mayor de las niñas tiene estrabismo y baja visión severa la cual varía de acuerdo a la cantidad de luz o distancia, la menor presenta baja visión moderada lo que se puede mejorar con ayuda óptica. Frente al tema de baja visión Smith (2003) afirma que “las personas con baja visión aunque pueden utilizar el sistema visual para aprender su discapacidad interfieren seriamente en su vida cotidiana” (p.476)

Además de la discapacidad visual los participantes presentan inconvenientes posturales, en el niño son más acentuados debido a que tiene un problema en su cadera y es ciego total; respecto a esta condición Kano (1996) afirma que estos inconvenientes se relacionan con:

*La cabeza desviada hacia delante, hombros caídos, en algunos casos la columna presenta una cifolordosis, en otros casos la pelvis es asimétrica o protuberante, las rodillas permanecen flexionadas, los pies pueden ser planos, contraídos, cavos y supinos y suelen presentar problemas de alineamiento debido al acortamiento de ciertos grupos musculares(p.46 ).*

En cuanto a las niñas estas características no se evidencian debido a que tienen un sistema visual limitado lo que les permite adquirir posturas teniendo como referencia lo que observan en las otras personas.

Teniendo en cuenta la discapacidad visual y los problemas de postura que presentaron los participantes se inicio con un trabajo de flexibilidad donde el niño invidente presento mayores dificultades que sus compañeras. Por lo cual se intensificó los ejercicios para mejorar esta capacidad, lo que genero inconformismo en los participantes y fue necesario incentivar con información acerca de la importancia de la flexibilidad en el aprendizaje del taekwondo, de esta forma creció el interés por realizar los ejercicios logrando avances en el desarrollo de la flexibilidad.

Para superar las dificultades en las posturas y movimientos se optó trabajar por separado con el niño debido a que sus inconvenientes posturales son más severos que en sus compañeras. Al él se le pido que memorizara los movimientos y posturas de su cuerpo tanto en la realización de la poomse como en su vida cotidiana. Mientras que en las niñas era posible que observaran el trabajo e hicieran los ejercicios por imitación. Durante el trabajo los tres participantes presentaron inconvenientes para realizar adecuadamente los ejercicios. Finalmente se logró corregir algunas dificultades en sus posturas corporales para la realización de los gestos de la poomse y así se contribuyó a mejorar sus hábitos posturales en la práctica deportiva y en la vida cotidiana. Lo cual genero manifestaciones de alegría por parte de los participantes.

### **11.3 La motivación, un elemento clave en el aprendizaje del taekwondo.**

Para los niños y niñas limitados visuales la motivación es un elemento determinante para el progreso en cualquier actividad, ya que “es un aspecto central en la regulación de la conducta que aporta energía, dirección y persistencia”. (Valdes, 1996, p.113).

Desde el inicio de las clases se hicieron evidentes las actitudes que se generan “ante una deficiencia visual severa y que afectan seriamente el desarrollo tanto psicológico como motriz de estas personas (Hudson, citado por Smith, 2003), por lo cual fue posible identificar algunos temores significativos en el niño invidente como ; el temor e inseguridad para realizar cualquier movimiento de forma independiente, el temor a la soledad, que manifestaba balanceándose hacia adelante y atrás de forma brusca, además del temor a agitarse comentando...*“me da miedo sentir el corazón acelerado porque me han dicho que me puede dar un infarto”*(ON.17-R3-E4- CDU). Esta situación según Kano (1996, p.40) es muy frecuente entre las personas con este tipo de discapacidad, ya que estos comportamientos particulares son hábitos y características que indican una protección inconsciente por miedo a lo que los rodea.

Por parte de las profesoras surgieron temores frente a la condición postural del niño invidente, pues era inevitable no sentir preocupación por causar lesiones que agravaran su situación. Este temor “puede estar fundamentado en la falta de confianza en las posibilidades de adaptación y recuperación del organismo posterior a la aplicación de un ejercicio” (Valdes, 1996, p. 102), para superarlo fue necesario hacer las precisiones pertinentes ante los problemas posturales para poder aplicar los ejercicios adecuados, y con los que finalmente se lograron avances en este aspecto.

Ahora bien, teniendo en cuenta la mejor forma de impulsar a una conducta positiva de los niños y niñas limitados visuales era mantenerlos motivados, fue de gran ayuda saber el agrado que ellos y ellas sentían por compartir la práctica del deporte con niños y niñas en su misma condición e incluso con personas sin ninguna clase de discapacidad, ya que así lo manifestaron los niños y niñas que participaron del programa de taekwondo, esto contrario a lo que afirma Buhrow (citado por Smith, 2003) al comentar que “los niños y niñas con deficiencias visuales no disfrutaban plenamente al compartir actividades con niños videntes, ya que sufren un cierto aislamiento debido a que no comprenden muchas interacciones sociales”.(p.499)

Otros elementos para mantener la motivación en la clase fueron, la utilización del material y el lenguaje propio de esta disciplina (términos técnicos en coreano), esto “resulta interesante para las personas con limitación visual porque se crea una asociación verbal, una codificación para la mediación entre la palabra y el movimiento aportando elementos de estímulo y referencia para sus practicantes generando un ambiente durante la clase” (Kano, 1996, p.62)

El reconocimiento al esfuerzo por parte de la profesora, familiares o alguna persona que observara a los niños y niñas limitados visuales, también fue un elemento para la mantener una actitud positiva en las clases. Este tipo de conducta es muy necesaria cuando se pretende utilizar la práctica de la actividad física como medio manejar estados de ansiedad, depresión y situaciones de discapacidad, con respecto a esto comenta que “el reconocimiento de lo positivo más que el castigo de lo mal hecho incrementan la posibilidad de que ocurran emociones positivas aportando así a la auto-superación del practicante” (Valdes, 1996, p. 123)

Por otra parte, el cambio de actitud constante de los niños y niñas con problemas visuales fue un aspecto que influyó en la dinámica de las clases, pues “la participación en un deporte o actividad física se convierte para ellos y ellas en el espacio perfecto para desinhibirse y experimentar sensaciones nuevas que pueden generar un mal comportamiento en la clase” (Smith, 2003, p. 496). Por tanto fue necesario que los niños y niñas comprendieran la importancia de tener una buena actitud para avanzar en el aprendizaje, lo que permitió integrar todo lo aprendido durante el p

#### **11.4 El transcurrir de las capacidades perceptivas: de las dificultades al logro.**

El programa aplicado fue planteado con la posibilidad de hacer del taekwondo una herramienta que les permitiera a los niños y niñas con limitación visual desarrollar o afianzar algunas de sus capacidades perceptivas (Esquema corporal, temporalidad y espacialidad) y así conseguir una mejor orientación y movilidad que les permitiera ser menos dependientes. Por tanto, al observar los problemas más significativos de los niños y niñas, se optó por iniciar el trabajo sobre los componentes del esquema corporal, definida como: “la toma de conciencia del espacio y el tiempo, es decir, la recopilación de sus vínculos con el mundo de los seres y los objetos” (Castañer y Camerino, 1991, p.60). Dentro de esta noción corpórea se pueden distinguir; la imagen corporal, como la concepción subjetiva del propio cuerpo condicionada por los caracteres físicos de la persona y que se desarrolla de manera paralela a la concepción objetiva que los demás establecen de nuestro cuerpo. En este aspecto la invidencia ocasiona mayores dificultades con relación a la baja visión, lo que se debe a que para las personas con limitaciones visuales severas al no verse, “al no poderse comparar con otros es muy difícil que puedan hacer una representación analítica de los movimientos de cada parte de su cuerpo,

mientras que la baja visión puede aprender por medio de la imitación que juega un papel importante en la estructuración de la propia imagen” (Kano, 1996, p. 36). En cuanto a la segmentación e independencia corporal los niños y niñas con limitación visual presentaron dificultades como: no diferenciar entre las partes de cuerpo y por ende problemas para moverlas de forma independiente al realizar posiciones técnicas. Estas dificultades fueron tratadas con ejercicios y juegos para el conocimiento del propio cuerpo, sus partes y posibilidades de movimiento.

Un problema que surge en las personas con deficiencias visuales al no tener una buena definición de su esquema corporal es el equilibrio, es decir, “la capacidad para controlar el propio cuerpo en el espacio y en el tiempo para recuperar la correcta postura tras la intervención de una fuerza desequilibrante” (Castañer. M. y Camerino, 1991, p.89), por tanto se estimuló esta capacidad desde su aplicación en ejercicios básicos encaminados al aprendizaje de las posiciones técnicas utilizadas en la Poomse, en los cuales se requiere del control del propio cuerpo para lograr un ajuste después de cada movimiento.

Para el desarrollo de la siguiente unidad, referida a la temporalidad, se recurrió a la buena sensibilidad auditiva de los niños y niñas con deficiencias visuales permitiendo trabajar la orientación y movilidad, facilitando un desplazamiento de manera eficaz e independiente, ya que “el oído será el medio primario de aprendizaje para los niños invidentes por el resto de sus vidas y será un fuerte medio de apoyo para quienes tienen baja visión” (Barraga, 1992. p.12).

La temporalidad que consiste en la percepción de lo sucedido teniendo en cuenta los aspectos cualitativos (percepción de orden y organización), y los cuantitativos (percepción del intervalo y duración). (Castañer y Camerino, 1991,

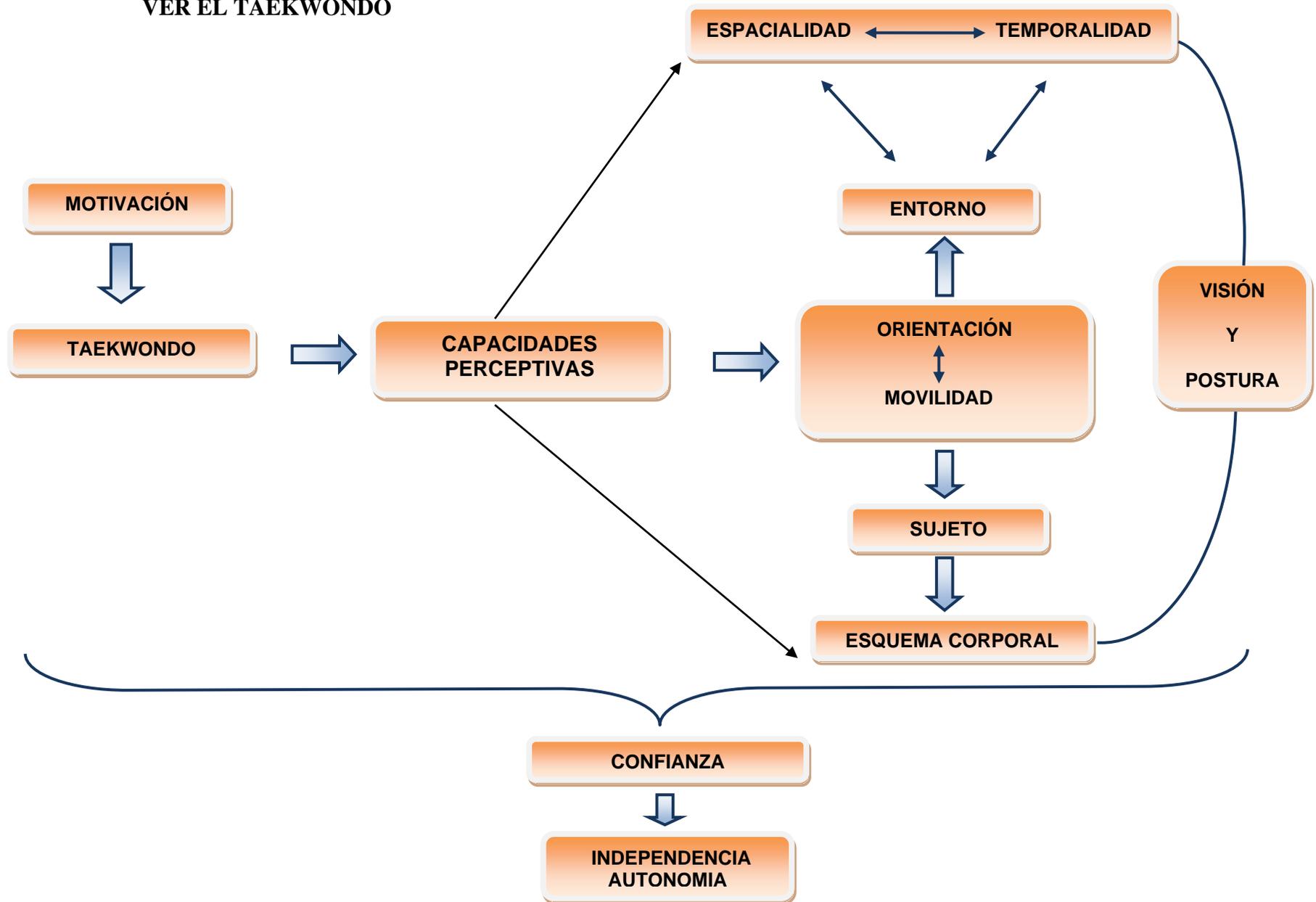
p.85). Se trataron componentes de la percepción temporal como la noción de “antes” y el “después” (organización temporal), al igual que el orden y la duración de los movimientos (estructuración temporal), en lo que no se presentaron mayores inconvenientes, sin embargo los niños y niñas con problemas de visión demostraron dificultades al asociar el sonido que percibían con el movimiento, mantener el ritmo con regularidad y alternancia en una secuencia (orientación temporal).

Al observar esta situación se enfatizó el trabajo de esta unidad en la coordinación y el ritmo, lo cual estuvo inmerso en el desarrollo paralelo con la espacialidad, una capacidad que “pretende potenciar en el niño la capacidad de reconocimiento del espacio que ocupa su cuerpo y dentro del cual es capaz de orientarse” (Castañer. M. y Camerino, 1991, p.78). Además de tener en cuenta que en las personas con limitaciones visuales la orientación espacial es un elemento fundamental para su movilidad, ya que forma la representación mental que las personas tienen del entorno en el que actúan. (Hill citado por Smith, 2003), lo que se evidenció en varias sesiones en las niñas con baja visión, quienes presentaban falencias en este aspecto tal como se menciona en uno de los últimos registros de clase “ *las niñas saben la secuencia y los bloqueos respectivos, pero se equivocan con frecuencia del lado hacia el cual deben girar para continuar con los pasos*” (RP.24-R2-IM-CDU)B, definiendo esta capacidad como lateralidad; un componente importante en el progreso de la orientación, es “la sensación interna de la dirección corporal en relación al espacio circundante representando un proceso de maduración”. (Castañer y Camerino, 1991, p.79). El niño invidente no presentó problemas en cuanto a la lateralidad, pero sí en lo que respecta a la estructuración espacial, es decir, en su capacidad para dominar determinadas relaciones espaciales referidas a lo topológico, proyectivo y métrico. Por tanto se trabajó por medio de repeticiones y la ejecución de posiciones básicas de la poomse de forma mecánica superando en gran parte este problema.

Se puede concluir que la organización del espacio y del tiempo debe correr paralelamente a la maduración corporal, es decir, que el limitado visual conozca las partes de su cuerpo (noción del esquema corporal) para poder ubicarse, con respecto a los otros y a los objetos (espacialidad) organizando e identificando la secuencia de movimientos (temporalidad).

Finalmente, al aumentar las sesiones y elaborar un trabajo personalizado con el niño que presentaba una limitación visual severa fue posible desarrollar el programa de forma paralela a las niñas con baja visión, logrando superar en gran parte las dificultades en cuanto a su esquema corporal, temporalidad y espacialidad, y por lo cual los niños y niñas limitados visuales aprendieron a conocer mejor su cuerpo, y por ende a explorar sus habilidades motrices, demostrando lo que afirma Smith (2003); “los niños y niñas con limitaciones visuales necesitan un entrenamiento especial en orientación y movilidad para desempeñarse de manera independiente y llevar una vida autónoma” (p.502).

**Grafica N° 1. RELACIÓN DE LA ESPACIALIDAD, TEMPORALIDAD Y ESQUEMA CORPORAL CON LA LIMITACION VISUAL; UNA FORMA DIFERENTE DE VER EL TAEKWONDO**



### **13. INTERPRETACION DE LA RELACIÓN DE LA ESPACIALIDAD, TEMPORALIDAD Y ESQUEMA CORPORAL CON LA LIMITACIÓN VISUAL; UNA FORMA DIFERENTE DE VER EL TAEKWONDO**

Afianzar algunas capacidades perceptivas a través del deporte en limitados visuales contribuye al mejoramiento de la orientación y la movilidad, que son algunos de los problemas más graves que se pueden evidenciar en las personas con este tipo de discapacidad, además de presentar actitudes como: baja autoestima, inseguridad y poco interés por participar en actividades físicas, lo que influye en su aspecto motriz y por ende afecta su movilidad y el desarrollo de una vida autónoma.

Dentro de los aspectos a tener en cuenta al realizar algún tipo de actividad física y deporte con personas que presenten problemas visuales es importante saber que aquellas que tienen baja visión aprenden más fácil debido a que los residuos visuales les permiten aprender por medio de la imitación, mientras que a los y las invidentes se le dificulta más al requerir de indicaciones precisas y sencillas para tener una representación mental tanto de su cuerpo como del entorno.

En el proceso de mejorar la orientación y movilidad para que el limitado visual alcance una mejor independencia es fundamental que adquiera confianza corporal, entendiéndose esta como la capacidad que ellos tienen de expresarse a través de todo su cuerpo, la cual se logra trabajando sobre su esquema corporal, ya que debido a su limitación estas personas necesitan comprometer todo el cuerpo para poder recibir información de sí mismos, y a su vez les permita realizar entre otras actividades, desplazamientos con seguridad para lograr el reconocimiento del entorno. Para lograr esta confianza corporal, es fundamental hacer un trabajo de sensibilidad, recurriendo a los otros sentidos como el oído, el olfato y el tacto que les permita enfrentarse a diversas situaciones en su vida cotidiana.

Dentro de la práctica deportiva de limitados visuales es muy importante crear y mantener la motivación para cualquier actividad, ya que demuestran agrado al compartir la práctica del deporte con otras personas sin ningún tipo de discapacidad al igual que con sus iguales, siendo esta la forma como se verá reconocido su esfuerzo incrementando la posibilidad de que ocurran emociones positivas que aporten a la auto-superación del practicante. Contrario a lo que plantea Buhrow (citado por Smith 2003), al afirmar que “los niños y niñas con deficiencias visuales no disfrutaban plenamente al compartir actividades con niños videntes” (p.499). Por tanto, es necesario demostrar la importancia de destacar en ellos y ellas sus capacidades más que sus limitaciones para obtener resultados que cumplan con los objetivos planteados en los programas que incluyen a personas en situación de discapacidad.

En conclusión, elaborar un trabajo en el área de deporte para personas con limitación visual, debe ir acorde a las necesidades particulares que se presenten, ya que algunas deficiencias requieren de mayor esfuerzo que otras. Teniendo en cuenta que para esta población es fundamental afianzar sus capacidades perceptivas, siendo esta la forma de aprender a conocer mejor su cuerpo y por ende a explorar sus habilidades motrices para enfrentar con seguridad y confianza los obstáculos que se presentan, demostrando que solo necesitan oportunidades y herramientas acordes a sus limitaciones para proyectarse como personas independientes y creativas a la sociedad.

## 14. CONCLUSIONES

- La práctica deportiva es medio óptimo para mejorar las capacidades perceptivas en personas en situación de discapacidad que a su vez contribuyen en su desarrollo integral.
  
- Estimular las habilidades motrices permite que las personas en situación de discapacidad aumenten la confianza en sí mismos ayudándoles a ser independientes y autónomos.
  
- Afianzar las capacidades perceptivas en personas con limitación visual contribuye a desarrollar su capacidad de orientación y movilidad para desenvolverse de forma independiente en cualquier situación.
  
- El taekwondo a través de su modalidad de poomses brinda la posibilidad de ser practicado por personas en situación de discapacidad atendiendo a las necesidades de cada sujeto.
  
- El deporte es un medio favorable para trabajar diferentes aspectos en personas en situación de discapacidad, ya que es flexible de modificaciones dando prioridad a sus beneficios más que a su componente técnico.

## 15. RECOMENDACIONES

Para realizar un trabajo de actividad física y deporte con personas que presenten algún tipo de limitación visual es importante tener en cuenta los siguientes aspectos:

- Buscar información precisa acerca del tipo de limitación que se presentan dentro del grupo para encontrar la metodología adecuada y lograr los objetivos propuestos con cada persona.
  
- Generar acciones para superar las barreras arquitectónicas, actitudinales, físicas y culturales que se presentan en la cotidianidad de las personas en situación de discapacidad y así poder desarrollar todos los procesos que implique el mejoramiento de la calidad de vida de esta población.
  
- Es indispensable diseñar y crear el material adecuado para trabajar con personas en situación de discapacidad visual y así fortalecer la estimulación de sus sentidos.
  
- Dialogar constantemente con la familia de las personas con quienes se realiza el trabajo para enterarse de posibles patologías diferentes a la limitación visual, además de conocer gustos y temores que pueden ser útiles en el desarrollo de las clases.

## **16. ENSANCHAMIENTO DE HORIZONTES**

Durante la práctica social adquirí conocimientos acerca de la discapacidad, la educación especial y experiencia sobre el trabajo en deporte con personas en situación de discapacidad.

También me di cuenta de la importancia de incluir dentro del currículo de la educación física programas de actividad física, formación deportiva y recreación para este tipo de población, ya que brinda nuevas expectativas de vida y genera motivación en estas personas. Además se crea una satisfacción personal al saber que lo aprendido durante la formación profesional, aporta a mejorar la calidad de vida de las personas discapacitadas potenciando sus capacidades, aumentando su autoestima, mejorando los procesos de socialización y los ayuda a ser autónomos, logrando que su discapacidad sea un pequeño inconveniente frente a todo lo que pueden hacer.

Con este estudio se siembra un precedente para incentivar a los profesionales en el área de la Educación Física, Deporte y Recreación para generar nuevos conocimientos que contribuyan al desarrollo de programas alternativos que vinculen a la población discapacitada que al igual que el resto de las personas necesitan de nuestra atención.

Idaly Martínez Ruíz

Este proyecto fue creado al relacionar los conocimientos adquiridos durante la trayectoria como estudiantes de Licenciatura en Educación básica con énfasis en Educación Física, Recreación y Deportes, y los beneficios que ha traído para mi vida la práctica del taekwondo, es así como nace la idea de hacer de éste deporte un medio para afianzar algunas capacidades perceptivas en niños y niñas con limitación visual que contribuya al desarrollo de una autovaloración positiva para una vida menos dependiente.

En mi caso, aprender y ampliar el conocimiento de todo lo que implica trabajar con personas en situación de discapacidad, incrementó la motivación para participar en este proyecto, aunque debo admitir que en algunas ocasiones no pude evitar sentir temor al enfrentar cara a cara la realidad de estas personas. Razón por la que hoy pienso que es de gran importancia reflexionar acerca de la forma como se está tratando dentro de la Educación Física el tema de la discapacidad, pues tal vez nuestra área sea la salida que estas personas buscan en medio de tantos obstáculos.

Compartir charlas, juegos y ejercicios con los niños y niñas limitados visuales durante las clases de taekwondo fue muy satisfactorio, ver la alegría y el esfuerzo que ellos y ellas demostraban por realizar cada actividad, sintiéndose libres y seguros como pocas veces pueden hacerlo en lugares diferentes a sus casas, pues es innegable las pocas formas de accesibilidad y oportunidades que nuestro entorno social ofrece para las personas en situación de discapacidad, ya que al parecer siempre es más fácil dirigir la atención a sus limitaciones que valorar sus capacidades.

En fin, siento que gracias a esta experiencia hoy puedo tener una perspectiva más clara y significativa de la discapacidad al igual que de los aportes de la Educación Física en el desarrollo como personas.

Milena Muñoz Dorado

## BIBLIOGRAFIA

1. Acosta, F y Muñoz, J. (2001): Programa de Reforzamiento de las Capacidades Perceptivo motrices en niños. Trabajo de grado en Educación Física. Programa Licenciatura en Educación Física, Recreación y Deportes. Universidad del Cauca. Popayán.
2. Akilian, F (2002). "Taekwondo para todos". Uruguay. 27 de diciembre de 2008. <http://www.ferakilian.com.ar/principal.htm>
3. Barraga, N. (1992). Desarrollo senso-perceptivo. En ICEVH, N° 77. Córdoba (Argentina): ICEVH. 27 de diciembre de 2008. [http://sapiens.ya.com/eninteredvisual/ftp/desarrollo\\_senso\\_perceptivo.htm](http://sapiens.ya.com/eninteredvisual/ftp/desarrollo_senso_perceptivo.htm)
4. Castañer M. y Camerino. (1991). La Educación Física en la Enseñanza Primaria. "una propuesta curricular para la reforma". Editorial INDE
5. Chun, R. (1986). Taekwondo el arte marcial coreano. México. Editorial Diana.
6. DANE (2005). 20 de diciembre de 2008. [http://www.dane.gov.co/daneweb\\_V09/](http://www.dane.gov.co/daneweb_V09/)
7. Da Silva, K (2007). "El Tae Kwon –Do como una estrategia metodológica en el desarrollo de la coordinación motora gruesa en los niños con deficiencias

visuales y/o ciegos, de la II etapa de educación básica de la U.E.E.E.B. Mevorah Florentin". Caracas (Venezuela). 27 de diciembre de 2008. <http://www.ferakilian.com.ar/resumentesisni%F1osciegosTKD.pdf>.

8. Díaz, E. Otálora, A (2003). "La Educación Física un reto en el manejo de los estudiantes especiales". Bucaramanga (Colombia). 27 de diciembre de 2008. <http://bucaramanga.ucc.edu.co/BIBLIOTECA/archivos/ING%20SISTEMAS/sis%20097.pdf>
9. Doria, Y. Serrano, L. Gómez, Y. Limitación visual. Recuperado el 30 de junio de 2010. <http://www.slideshare.net/jakelinevanessa/limitacin-visual>
10. Dosil, J. (2004). Psicología de la Actividad Física y el Deporte ed. McGraw-Hill. España.
11. Fernández, D (2009). El esquema corporal en niños y niñas. Recuperado el 30 de junio de 2010. <http://www.csifrevistad.net/davidfpradas/psicologiaevolutiva>
12. García, C. Sánchez, A. (2001). Clasificaciones de la OMS sobre la discapacidad. 16 de junio de 2008. <http://usuarios.discapnet.es/disweb2000/art/ClasificacionesOMSDiscapacidad.pdf>
13. Giles, B. Puerto, F. Torres, A. Ortega, R. (2004). "Propuesta pedagógico-didáctica para la formación deportiva de personas con discapacidad física" Colombia. 27 de diciembre de 2008. <http://www.pedagogica.edu.co/porta1/resumenproyecto.php?py=139>

14. Guía Curricular para la Educación Física. Modulo1. Referente Conceptual (2003) Instituto Universitario de Educación Física de la Universidad de Antioquia. Editorial Marín Vieco Ltda.
15. Kano, J (1996). "Judo para deportistas ciegos". 11 de marzo de 2010. [http://www.integrando.org.ar/datosdeinteres/it\\_guia\\_acompañante.htm](http://www.integrando.org.ar/datosdeinteres/it_guia_acompañante.htm)
16. Martínez, J (2007). Beneficios psicológicos de la práctica del deporte adaptado. 10 de abril de 2010. <http://www.slideshare.net/joanlleonart/beneficios-psicolgicos-de-la-prctica-de-deporte-adaptado>.
17. Mejía, A. y González, G. (2006). atención a la diversidad. (Cap 01) Educación especial. Ministerio de educación y ciencia- centro nacional de información comunicacón educativa [http://www.ite.educacion.es/w3/recursos2/atencion\\_diversidad/index.htm](http://www.ite.educacion.es/w3/recursos2/atencion_diversidad/index.htm)
18. Pierre, J. (2007). Educación física y discapacidades motrices. Editorial INDE
19. Ríos, M. (2005). Manual de Educación Física Adaptada al alumno con Discapacidad Barcelona: Editorial Paidotribo.
20. Rodríguez, A (2004). Aprendiendo a sistematizar una propuesta metodológica. COSUDE. Editorial: dimensión educativa.

21. Smith D. Deborah (2003). Bases Psicopedagógicas de la Educación Especial “Enseñando en una época de oportunidades” ed. Pearson educación, S.A. Madrid (España)
22. Troyano, M. (2007). Propuesta Pedagógica Basada en la Creatividad en discapacitados. Trabajo de grado en Educación Física. Programa Licenciatura en Educación Física, Recreación y Deportes. Universidad del Cauca. Popayán.
23. Valdés. Hiram M. (1996). Personalidad, actividad física, y deporte. Avances imprescindibles para el educador físico y el entrenador. Colombia. Editorial Kinesis.
24. Yanza, P. (2008). Documento de trabajo. Camino hacia la propuesta pedagógica. Documento en construcción. Universidad del Cauca. Popayán.
25. Zamanillo, J. (2004). “Judo mental como mediación generadora de bienestar y autoestima de las personas con discapacidad intelectual” Burgos (España) 27 de diciembre de 2008.  
<http://judomental.org/programa%20de%20grados%20de%20Judo%20Mental.pdf>

