



The relevance of Physical Education to working the social skills of Down syndrome children in the second stage of infantile education

La importancia de la educación física para trabajar las habilidades sociales de los niños/as con síndrome de Down en el segundo ciclo de educación infantil

Trujillo, J.M.¹; Fernández, C.R.²; Rodríguez, C.³.

Resumen

El presente trabajo trata de dar información al maestro de Educación Infantil sobre los beneficios que tiene la Educación Física para trabajar las habilidades sociales con niños con Síndrome de Down (SD). Las ventajas o beneficios de la actividad deportiva sobre los niños con discapacidad son muy variadas, desde el correcto desarrollo psicomotor hasta el aprendizaje y control de las habilidades emocionales. El método pedagógico que se utilice es esencial para conseguir una Educación Inclusiva, pues el trabajo que se hace con niños con edades comprendidas entre los 3 y 6 años es vital para su correcto desarrollo integral. Es aquí, en esta etapa, donde los conocimientos se integran de forma sencilla a partir del juego, por lo que la Educación Física va a ser el medio de transmisión en ese proceso de enseñanza/aprendizaje, además no podemos olvidar que tiene que estar adaptada a todos los niños.

Palabras clave: educación infantil; educación física; habilidades sociales; síndrome de Down; educación inclusiva.

Abstract

The present work tries to give information to the teacher of Infantile Education on the benefits that the Physical Education has to work the social skills with children with Down Syndrome (DS). The advantages or benefits of sports activity on children with disabilities are very varied, from the correct psychomotor development to the learning and control of emotional skills. The pedagogical method used is essential to achieve Inclusive Education, since the work done with children between the ages of 3 and 6 is vital for their proper integral development. It is here, in this stage, where knowledge is integrated in a simple way from the game, so Physical Education will be the means of transmission in this teaching / learning process, also we cannot forget that it has to be adapted to all the children.

Keywords: children's education; physical education; social skills; Down syndrome; inclusive education.

Tip: Original

Section: Physical activity and health

Author's number for correspondence: 3 - Sent: 01/06/2019; Accepted: 10/06/2019;

¹ Department of Didactics and School Organization, faculty of Education Sciences, University of Granada – Spain – Juan Manuel Trujillo Torres, jttorres@ugr.es, ORCID <https://orcid.org/0000-0002-2761-3523>

² Department of Didactics and School Organization, faculty of Education Sciences, University of Granada – Spain – Carmen Rocío Fernández Fernández, carmen1873@correo.ugr.es, ORCID <https://orcid.org/0000-0002-8077-414X>

³ Department of Didactics and School Organization, faculty of Education Sciences, University of Granada – Spain – Carmen Rodríguez Jiménez, rodri96@correo.ugr.es, ORCID <https://orcid.org/0000-0001-8623-8316>



A importância da educação física para trabalhar as habilidades sociais de crianças com síndrome de down no segundo ciclo de educação infantil

Resumo

O presente trabalho procura dar informações ao professor de Educação Infantil sobre os benefícios que a Educação Física tem para trabalhar as habilidades sociais com crianças com Síndrome de Down (SD). As vantagens ou benefícios da atividade esportiva em crianças com deficiência são muito variadas, desde o correto desenvolvimento psicomotor até o aprendizado e o controle das habilidades emocionais. O método pedagógico utilizado é essencial para alcançar a Educação Inclusiva, uma vez que o trabalho realizado com crianças entre 3 e 6 anos é vital para o seu desenvolvimento integral. É aqui, nesta etapa, onde o conhecimento é integrado de forma simples a partir do jogo, para que a Educação Física seja o meio de transmissão nesse processo de ensino / aprendizagem, também não podemos esquecer que tem que ser adaptado para todas as crianças.

Palavras-chave: educação infantil; educação física; habilidades sociais; síndrome de Down; educação inclusiva.



I. Introduction / Introducción

Para favorecer un cambio educativo hacia la inclusión del alumnado, lo que deberíamos de hacer como profesionales de la educación es potenciarlo desde ambos contextos, tanto el social como el educativo. Tomando como referencia el planteamiento social, ¿qué líneas de trabajo podemos elegir para fomentar la participación social? Una posible respuesta podría girar en torno al trabajo mediante la Educación Física y el deporte, pues mediante esta actividad, tanto los niños con discapacidad como los que no la tienen pueden desarrollar y trabajar positivamente las habilidades sociales dentro y fuera del aula. Los maestros de Educación Infantil tienen que conocer y saber cómo trabajar los conceptos de Atención a la Diversidad y Educación Inclusiva, para ello, es importante conocer diferentes herramientas para poder emplearlas en su propia práctica. En el caso de los niños con Síndrome de Down pueden mejorar los aspectos cognitivos, afectivos y sociales mediante la práctica de deporte, porque se trata de una actividad con múltiples beneficios. Por un lado, nos encontramos con los beneficios personales (calidad de vida, salud, postura corporal, coordinación), por otro lado, el deporte aumenta las habilidades de autonomía personal y el funcionamiento intelectual (Guerrero, Gil, y Perán, 2006).

II. Desarrollo

1. La Atención a la Diversidad

Este concepto ha ido sufriendo importantes cambios a lo largo del tiempo mediante diferentes leyes educativas, por lo que su significado ha ido variando en función de lo que las leyes dictaban y exigían como respuesta educativa.

Actualmente, la Atención a la diversidad, está contemplada desde diferentes perspectivas. Si tomamos el enfoque a nivel estatal (España), podemos tomar como referencia la *Ley Orgánica 2/2006, de 3 de mayo, de Educación. (Texto consolidado con la LOMCE). Última modificación: 7 de diciembre de 2018:*

De esta ley, hay que destacar el *Título II, sobre equidad en educación*. En este título se señala que hay que asegurar: Los recursos necesarios para que los alumnos/as que quieran una atención educativa diferente a la ordinaria, por presentar necesidades educativas especiales entre otras (LOE-LOMCE, 2006, Art. 71).

Como podemos observar, la ley contempla que los centros deben de tener a su disposición los recursos (materiales y humanos) necesarios para hacer frente a la Atención a la Diversidad de todo el alumnado. Considero que es en este punto donde podemos incluir el concepto de la Educación Inclusiva, pues la relación existente entre ambos conceptos va de la mano. Más adelante vamos a tratar con profundidad



esta relación, pues nos tiene que quedar claro qué procedimientos, actitudes, técnicas...podemos emplear cómo maestros para conseguir que la Educación inclusiva sea de calidad.

Por otro lado, a nivel autonómico (Andalucía), vamos a tomar como referente las siguientes instrucciones de la Junta de Andalucía, pues dan respuesta educativa ajustada a las necesidades del alumnado en el marco de una escuela inclusiva. *Las instrucciones de 8 de marzo de 2017 sobre protocolo a seguir con alumnado con necesidades educativas específicas de apoyo educativo* nos refieren que los ámbitos sobre los que debería centrarse la intervención para una adecuada estimulación del desarrollo son: el desarrollo psicomotor, el desarrollo de la comunicación y el lenguaje, el desarrollo cognitivo (atención, memoria, razonamiento...) y el desarrollo de habilidades sociales y emocionales (Miñán, 2018).

Estas líneas de trabajo se van a centrar en el primer aspecto y en el último, se trabajará el desarrollo psicomotor (esquema corporal/lateralidad, orientación espacio-temporal y equilibrio, coordinación dinámica general, respiración/relajación y psicomotricidad fina), también las habilidades sociales y emocionales (autoconocimiento, conocimiento, identificación y expresión emocional y habilidades sociales) y para ello utilizaremos la Educación Física, se describirá con profundidad más adelante.

Por último, hay que tener en cuenta que la Atención a la Diversidad también es objeto de estudio partiendo de la importancia que tiene dentro de una Educación Inclusiva, quedando la adopción de medidas ordinarias y extraordinarias en los centros docentes, recogidas en el plan de atención a la diversidad, que forma parte del proyecto educativo de centro (Araque y Barrio, 2010). Como aquí queda reflejado, el maestro de Educación Infantil tiene que llevar a cabo las medidas recogidas en el plan de centro, pero no sólo eso, pues es importantísimo que haga uso de su creatividad para conseguir buenos resultados en los niños.

2. La Educación Inclusiva

¿Qué entendemos por Educación Inclusiva? “Hablar de inclusión es pensar en una educación que garantice los apoyos necesarios pedagógicos, terapéuticos, tecnológicos y de bienestar para minimizar las barreras en el aprendizaje y promover el acceso y la participación” (Garnique, 2012, p.102). El enfoque de educación inclusiva plantea la necesidad de que los centros educativos sean capaces de acoger, educar y atender a todo el alumnado independientemente de sus capacidades personales, sociales, económicas y socio-culturales (Lozano, Cerezo y Alcázar, 2015). En otras palabras, la Educación Inclusiva se correspondería con la capacidad del sistema educativo para dar respuesta a todos los estudiantes sin



excepción de ningún tipo. Una escuela inclusiva, sería, por tanto, aquella donde se de una Atención a la Diversidad en todos los sentidos, en la que el centro docente mediante el uso de programas y medidas de una respuesta educativa adecuada al alumnado y a sus familias.

En estas edades (desde los 3 a los 6 años) el niño comienza a relacionarse con los demás, a vivir la socialización primaria, en su entorno familiar y escolar, y es aquí donde el sujeto va a empezar a tomar conciencia sobre el concepto de socialización e integración en la comunidad. Resulta vital que, durante los primeros pasos en el entorno social, los maestros creen un clima de confianza, un entorno con una verdadera igualdad de oportunidades. Para ello, es necesario que haya un profundo cambio de perspectiva en el entorno social, que conlleve a la eliminación de barreras mentales, prejuicios e ideologías (Sosa, 2007). De esta forma se podrá conseguir que la sociedad en su conjunto apueste por la inclusión.

Además, todos los niños tienen derecho a participar en las actividades y juegos del aula, así como formar parte del grupo para conseguir la inclusión en estos primeros años de escolarización. Para que una escuela sea inclusiva, debe reconocer las diferentes necesidades de sus alumnos y responder a ellas, adaptarse a los diferentes estilos y ritmos de aprendizaje de los niños y garantizar una enseñanza de calidad ajustando la metodología a sus destinatarios (Garnique, 2012).

3. El Síndrome de Down y la Educación Física

El síndrome de Down (SD) es una condición humana ocasionada por la presencia de 47 cromosomas en los núcleos de las células, en lugar de 46. Hay tres cromosomas 21 en lugar de los dos habituales (Angulo, Gijón, Luna y Prieto, 2008). Dicha condición se diagnostica mediante la genética, pues este es el método más claro para averiguar si un niño tiene un cromosoma 21 de más, también podremos observar determinadas características físicas y conductuales que se identificarán después del nacimiento. El síndrome de Down afecta al físico, a la parte cognitiva, sensorial y adaptativa del niño. Puede causar limitaciones en las actividades y participación en la adolescencia y edad adulta y afecta la calidad de vida relacionada con la salud y bienestar de forma negativa. Por otro lado, los niños con SD suelen sufrir debilidad muscular general, reacciones posturales lentas y tiempo de respuesta, además de articulaciones muy flexibles (El-Hady, El-Azim y El-Aziem, 2018).

Si nos centramos en las características generales del Síndrome de Down desde una perspectiva psicológica, emocional y social, podemos decir lo siguiente:



Desde el aspecto psicológico, las personas con SD tienen un umbral más alto para el dolor. Suelen tener falta de atención, pues les cuesta mantener la atención en una tarea y además se distraen con facilidad. Tienen una memoria operativa pequeña con lo cual hay que darle instrucciones cortas, precisas, prácticas, visualizables... También necesitan que se les dé tiempo para responder, lo conveniente es hablarles despacio.

Desde el aspecto emocional y social, las personas con SD tienen una capacidad emocional muy grande, además, suelen ser responsables, puntuales, colaboradores, sociales y persistentes. En el lenguaje, presentan un retraso significativo, su nivel de comprensión es mejor que el nivel de expresión. El habla es fundamental de cara a su comunicación y desarrollo social por lo que es importante trabajar este aspecto desde los primeros años de vida.

La experiencia educativa induce a conclusiones como pensar que todos los niños con trisomía 21 son iguales. Pues hay que dejar claro que no existen dos personas iguales en el mundo, tampoco con los niños y personas con síndrome de Down (Quintanal, 2018), incluso en el caso de hermanos gemelos tienen diferentes características, pues el ambiente es el elemento determinante de la forma de actuar de cada persona. Desde el punto de vista educativo, la estrategia más efectiva a emplear con niños entre 3-6 años tanto si tienen como si no tienen SD es el juego, mediante éste aprenden fácilmente a la vez que se divierten.

La Educación Física trabajada mediante el juego en educación infantil junto con otras actividades diarias del niño puede dar como resultado una mejor calidad de vida. La Educación Física, se entiende como una práctica social impregnada en una diversidad de prácticas tanto en ámbitos formales y no formales, y de diferentes prácticas corporales, con el objetivo de encontrar respuestas para la atención de los sujetos en la diversidad (Sosa, 2007). Lo principal que los maestros tienen que conocer es que es muy importante que los niños con discapacidad convivan junto con los niños sin discapacidad en la misma aula ordinaria porque la sociedad se enriquece con la diversidad.

A día de hoy, nunca había sido tan socialmente reconocido el deporte para personas con discapacidad en España. Es determinante el proceso de inclusión en el aula a partir de un modelo de atención a la diversidad basado en las competencias del alumnado, y no tanto en los déficits que estén presentes, los puntos que se tendrían en cuenta para este tipo de educación son los siguientes: a) mejorar el acceso a la información; b) establecer estrechos vínculos entre la teoría y la práctica; c) realizar una investigación de



mayor calidad; d) intensificar la colaboración y cooperación para la investigación en el ámbito internacional (Pérez, García y Garrido, 2002).

Según esta clasificación, la principal labor del maestro de infantil consistiría en mantenerse informado de todos los tipos de discapacidad y cómo o desde qué perspectivas se pueden trabajar con ellos. Otro punto importante es que la teoría que conoce el maestro la lleve a la práctica siendo capaz de unirlos y no dejando la práctica en un segundo plano. Por último, la investigación y la cooperación son también imprescindibles para mejorar esta práctica en infantil, con la finalidad de que la información y el conocimiento esté al alcance de todos, y saber cómo un maestro puede actuar.

Dicho esto, para trabajar las habilidades sociales de los niños con SD la evaluación tiene que ser compartida en la Educación Física, pues la autoevaluación y la coevaluación es recomendable que se haga por grupos de alumnos y la evaluación del proceso y el profesor como formas colaborativas de perfeccionamiento profesional (López, 2007). Lo que da un papel activo a los niños y serán ellos mismos lo que valoren su esfuerzo y capacidad para hacer los ejercicios que proponga el maestro. El papel de éste quedaría en un segundo plano meramente orientador en la tarea educativa.

La Educación Física desde el ámbito de actividad social, sería la responsable de conseguir la plena integración e inclusión de los niños con SD trabajando así en el aula las habilidades sociales. Cuando el maestro/a está trabajando los aspectos sociales de manera intencional, y éstos están concretados en las capacidades de las relaciones interpersonales y de la inserción social, se establecerá la posibilidad de desarrollar al individuo de manera integral (López, Pérez y Monjas, 2007). “Es, también, un ámbito adecuado para el cultivo y desarrollo de actitudes positivas y de valores individuales y sociales de gran entidad; por lo tanto, tiene su propia importancia y aporta su contribución a la educación integral de las personas” (Gil, Contreras y Gómez, 2008, p.74). Además de esto, a los niños con síndrome de Down desde el nacimiento hay que proporcionarles una estimulación necesaria para la actividad motora, Miñán (2001) afirma: “ya desde el nacimiento, hay que proporcionar la estimulación necesaria para que disminuya progresivamente la hipotonicidad muscular” (p.302).

En esta etapa educativa, donde los niños comienzan su periodo de escolarización y por tanto de socialización, hay que estimularlos. A partir de estos primeros años, cuanto mayor sea el número de estímulos recibidos por parte del niño con SD, mayor posibilidad de desarrollo y progreso tendrá. Por esta razón, a medida que el niño madura es conveniente que participe de manera activa en nuevas experiencias que favorezcan el establecimiento de las bases fundamentales de sus aprendizajes y para ello



la Educación Física en general y el juego motriz en particular se convierten en herramientas de gran utilidad (Chiva, Gil y Salvador, 2015). Estaríamos trabajando a partir de las capacidades de cada niño. Al trabajar con capacidades, la capacidad motriz se convierte en el medio y no en el fin del trabajo de nuestra área, además de la capacidad de inserción social, pues ello implica que ambas áreas serían igual de importantes para el desarrollo del individuo y deben ser trabajadas simultáneamente. La realidad demuestra que la escasa intencionalidad con la que se diseñan las actividades respecto a estas capacidades, hace muy difícil la consecución de resultados positivos en los alumnos.

En muchos de los casos, la atención a los alumnos con discapacidad no está siendo de lo más eficaz porque aún hoy en día sigue existiendo una formación inicial deficiente en el profesorado. Por esto, debemos plantearnos cuales deben ser las medidas a adoptar para dar una respuesta educativa adecuada a las necesidades de nuestros alumnos, tanto desde el currículo, desde la organización del centro y desde el desarrollo profesional (Durán y Sanz, 2007). Además de plantear las diferentes medidas para trabajar la educación especial, hay que saber también que la clave estaría más en la dedicación del profesorado, en el tiempo empleado por los maestros, en las ganas que pongan, y no tanto en los recursos materiales que se utilicen (Ruiz, 2004). Así que la disposición y el empeño es primordial para trabajar con niños con SD.

3.1. La importancia de las habilidades sociales

El desarrollo social es imprescindible para que las personas se sientan bien consigo mismas y con aquellos que les rodean, los niños con SD no son iguales y sus capacidades sociales y comunicativas varían en función de las características personales. Actualmente, son muchas las asociaciones que se encargan de hacer posible que los niños con SD se integren en sociedad. El objetivo de su trabajo es ofrecer las herramientas necesarias a las familias e hijos con SD, para desenvolverse en sociedad. Junto con la escuela, las asociaciones serían las segundas instituciones encargadas de hacer esta labor posible, empleando diferentes talleres o actividades, como el deporte. Es así, que la asociación Asnimo (Asociación de Síndrome de Down de Baleares, España), expone que el juego deportivo “proporciona a niños, adolescentes y adultos el equilibrio psíquico; mejora su capacidad y estado físico; aumenta el desarrollo de la motricidad, los contactos sociales y favorece la socialización y amistades. Al fin y al cabo, aumenta su integración social”.

El juego se considera como uno de los primeros lenguajes de los niños de Educación Infantil, a través de éste conoce el mundo y los elementos que forman parte de él. El juego y las actividades físicas que utilice el maestro en los primeros años escolares van a ser determinantes en el desarrollo del niño.



Algunos autores como Triguero y Rivera (2004) afirman:

El juego contribuye de forma significativa al proceso de socialización de los niños y niñas, favoreciendo la autonomía y responsabilidad en los mismos y promoviendo la imaginación y creatividad de los niños al tener que adecuarse en cada ocasión a las necesidades espaciales, temporales, materiales y personales. (p. 6)

Otros autores como Aranda (2007) nos indican que la utilización del juego para el desarrollo de las habilidades sociales va a contribuir desde múltiples perspectivas:

- a) Conocimiento de sí mismo y de los demás. En las interacciones con los iguales el niño aprende mucho sobre sí mismo, sobre su propia identidad y se forma una idea sobre su valor. El niño llega a conocer su propia competencia al relacionarse con los demás y al compararse con ellos; juzgan su capacidad al comparar sus resultados con los que obtienen los demás compañeros y en definitiva se forman su autoconcepto.
- b) Desarrollo de determinados aspectos del conocimiento social y determinadas conductas, habilidades y estrategias que se han de poner en práctica para relacionarse con los demás. Entre ellos:
 - Reciprocidad.
 - Empatía y habilidades de adopción de roles y perspectivas.
 - Intercambio en el control de la relación.
 - Colaboración y cooperación.
 - Estrategias sociales de negociación y de acuerdos.
- c) Autocontrol y autorregulación de la propia conducta en función del feedback que se recibe de los otros. Los iguales actúan como agentes de control reforzando o castigando determinadas conductas.
- d) Apoyo emocional y fuente de disfrute. Las relaciones entre iguales se caracterizan porque son mutuamente satisfactorias, contienen afectos positivos y reflejan preferencia recíproca. (p.115)

Es por ello por lo que es tan importante el juego trabajado desde el área de Educación Física, pues tiene un papel determinante en la capacidad para desarrollar en los niños las habilidades sociales, con el objetivo de mejorar su integración en sociedad.

Una vez planteada la idea de cómo se desarrollan las habilidades sociales mediante la Educación Física en los primeros años de escolarización, coincido con los siguientes autores. Gil, Contreras y Barreto (2008) afirman:

Trujillo, J.M.; Fernández, C.R.; Rodríguez, C. (2019) *La importancia de la educación física para trabajar las habilidades sociales de los niños/as con síndrome de Down en el segundo ciclo de educación infantil. ESHPA - Education, Sport, Health and Physical Activity. 3(3): 384-400. doi:*
ESHPA - Education, Sport, Health and Physical Activity - ISSN: 2603-6789



Hoy en día está suficientemente claro que, en los primeros años, unas apropiadas clases y cantidades de actividades físicas pueden no solo enriquecer la vida de los niños, sino también contribuir al desarrollo físico, social y cognitivo. Así, en ninguna otra etapa de la vida es tan importante la educación física como en los años preescolares. La clave para este desarrollo es, por tanto, «una apropiada variedad y cantidad». (p.75)

Está claro, que la forma de trabajo o metodología más conveniente para utilizar el maestro de infantil dependerá de las características de los niños, así como de la etapa madurativa en la que se encuentren en ese momento.

También habría que señalar que para que estas relaciones sociales sean lo más adecuadas posibles, el maestro tiene que conseguir siempre el apoyo emocional entre los niños, pues es determinante para que los aquellos con SD, se sientan seguros de sí mismos y consigan que las relaciones entre iguales sean satisfactorias. El objetivo sería conseguir el disfrute del niño, elemento clave para su desarrollo y participación futura en sociedad.

4. Posibles actividades para trabajar las habilidades sociales a partir de la Educación Física

Una vez que conocemos las características de los niños con SD y cómo podemos intervenir con ellos desde una perspectiva basada en la educación inclusiva, vamos a poder llevar esta teoría a la práctica con varios ejemplos de trabajo a partir de la Educación Física. El juego cooperativo sería la clave para comenzar a trabajar con los niños de Educación Infantil las habilidades sociales, gracias a esto, los niños van a enriquecerse con el contacto directo entre su grupo de iguales. De este modo, el aprendizaje y la capacidad para relacionarse de los niños con SD será más rápida y efectiva. Los ejercicios que se van a proponer están caracterizados por su sencillez de aplicación y facilidad para la preparación de materiales a la hora de su planificación por el maestro/a de Educación Infantil.

Ejemplo 1º: Mi pareja de baile

Objetivos:

- Establecer lazos de unión en el grupo.
- Perder el miedo y ganar confianza en los demás y en uno mismo/a.
- Aprender a coordinar movimientos con nuestro cuerpo.

Materiales:

Ordenador y altavoces o cualquier otro medio de reproducción de música.

Desarrollo:



Este ejercicio físico se va a llevar a la práctica de forma grupal y cooperativa, participando todos los niños y niñas. El maestro/a seleccionará un tipo de música con ritmo y cuando comience a sonar los niños tendrán que buscar su pareja de baile lo más rápido posible para bailar al son de la música en ese momento. Cuando el maestro/a cambie de canción, los niños tendrán que cambiar también de pareja, así se irá haciendo sucesivamente.

❖ Otra modalidad de baile sería la siguiente:

Se colocará todo el grupo en forma circular y el maestro/a elegirá a un niño al azar para que se coloque en medio del círculo formado por sus compañeros. A continuación, el maestro elegirá una canción y el niño del centro tendrá que comenzar a bailar moviendo las partes de su cuerpo que el elija, los demás tendrán que imitar sus movimientos. Cuando el maestro/a señale con el dedo a otro niño, éste tendrá que cambiarse con el que estaba en el centro, y se vuelve a repetir la acción. No se trata de que los niños hagan coreografías, sino de que realicen movimientos corporales sencillos, unido a la propia actividad física que conlleva dicha práctica. Lo recomendable sería que hiciesen paradas a lo largo de las sesiones para que recuperen el posible estado de fatiga.

Ejemplo 2º: Juntos llegamos a la meta

Objetivos:

- Establecer lazos de confianza y ayuda entre los niños/as.
- Iniciar vínculos de trabajo cooperativo.
- Ejercitar las diferentes partes del cuerpo.

Materiales:

20 cartulinas grandes, 2 colchonetas, tijeras y cinta adhesiva.

Desarrollo:

Este ejercicio físico se va a llevar a la práctica de forma grupal. La actividad consiste en pasar obstáculos con ayuda de nuestro compañero hasta llegar a la meta. Para ello el maestro/a con la utilización de las cartulinas, elaborará diferentes obstáculos y los dispondrá por todo el espacio (los niños podrán saltar por encima, a pata coja, pasar por debajo, rodear los obstáculos...). Esta actividad se puede hacer en el interior del aula o en el patio del colegio. Cuando todos hayan llegado a la meta se intercambiarán las parejas, el maestro cambiará algunos obstáculos (si lo ve necesario) y volverán a realizar el recorrido. Lo más importante de esta actividad es que los niños necesitarán de la ayuda de su compañero, esto creará un clima de cooperación y sociabilidad.



Ejemplo 3º: ¿A mí también me gusta eso!

Objetivos:

- Propiciar un clima de sociabilidad y desinhibición.
- Conseguir que los niños trabajen de forma cooperativa.
- Fomentar la sociabilidad entre compañeros.

Materiales:

8 ladrillos cuadrados de plástico y 4 picas.

Desarrollo:

Este ejercicio, se va a llevar a la práctica en el patio del colegio. Consiste en que los niños tienen que conseguir llegar a la meta con ayuda de su grupo de compañeros. No gana ni pierde ningún equipo, sino el que consiga hacer todo el recorrido de forma correcta. En primer lugar, el maestro/a, va a dividir la clase en dos grupos en función de los gustos, por ejemplo, preguntará a quien le gusta las fresas y a quien le gusta las naranjas, y se formarán dos equipos. Una vez que tenemos los dos grupos bien diferenciados, volverá a formular otra pregunta dentro de cada grupo, como hemos hecho antes, tendremos como resultado cuatro grupos que tendrán en común algo, se puede preguntar por los deportes, por las estaciones, etc. A continuación, cada grupo tendrá que hacer una prueba que consiste en lo siguiente: Tendrán que pasar unos por debajo de otros colocados de pie y con las piernas abiertas, después tendrán que saltar un obstáculo y pasar por debajo de éste. Cuando acaben el recorrido, tienen que discutir por grupos, porqué han elegido la opción que el maestro/a les ha dado, además de explicar a sus compañeros otros gustos o habilidades que tengan y estén relacionadas.

Ejemplo 4º: Los escaladores de la torre

Objetivos:

- Propiciar un clima de cooperación entre parejas y entre el grupo.
- Conseguir que los niños trabajen de forma cooperativa.

Materiales:

2 cajas de poca profundidad y 40 piezas de construcción.

Desarrollo:

Este ejercicio, se va a llevar a la práctica en el interior del aula. La clase se divide en dos grupos, se puede utilizar la estrategia anterior para la división.

A continuación, tendrán que formar parejas de dos, dentro de cada grupo. La actividad consiste en coger las piezas de construcción de las cajas por parejas, la dificultad estaría en que esas piezas se encuentran a una altura a la que los niños no llegan fácilmente. Tendrían que ingeniárselas para conseguirlas, por



ejemplo, sujetándose uno a otro y elevándose para poder llegar a ellas. Después de conseguir la pieza tendrán que ir corriendo hasta el lugar indicado por el maestro/a y construir su propia torre. El juego se finalizará cuando ambos grupos hayan acabado su construcción. Ningún equipo gana o pierde, porque el objetivo de la actividad es trabajar cooperativamente para conseguir las piezas.

5. Guía para las familias

El objetivo de incorporar una guía para la familia es, hacerlas partícipes de la labor educativa de sus hijos que, junto con la escuela y las asociaciones, son pilares básicos para mejorar la integración de las personas con Síndrome de Down en nuestra sociedad. Esta guía muestra una serie de recomendaciones que las familias podrán poner en práctica con sus hijos.

Cómo mejorar las Habilidades Sociales de nuestros hijos con Síndrome de Down a través del deporte

1. Dejar que el niño explore y experimente diferentes actividades físicas con el objetivo de descubrir qué le gusta para poder trabajar en ello. Por ej. Jugar con la pelota, bailar, correr, saltar...
2. Una vez que hayamos descubierto cual es la actividad que más le gusta, tenemos que dejarle que juegue con los demás niños, de esta forma experimentará sus primeras relaciones sociales. Por ej. Jugar con sus primos, vecinos, amigos...
3. Explicarle de forma breve las normas del juego, tienen que ser concisas y claras para que el niño sea capaz de entenderlas y llevarlas a la práctica. Se empezarán con ejercicios sencillos hasta otros más complejos.
4. Darle confianza para que se desenvuelva naturalmente en el juego. Por ej. Animarse, decirle frases cariñosas, transmitirle que estamos seguros de que puede hacerlo muy bien...
5. Para trabajar la atención en los ejercicios físicos lo recomendable es que el juego atraiga su interés y que durante todo el desarrollo de la actividad sea partícipe, no se quede excluido, es importante que los niños no se “eliminen” si cometen algún error, ya que pueden desviar su interés o sentirse excluidos.
6. Conceder más tiempo para la ejecución de su respuesta en el juego. Por ej. Si tiene que hacer una carrera de obstáculos, hay que animarle para llegar a la meta, no importa lo que tarde en conseguirlo. Lo importante es que llegue a la meta y fije su objetivo en ella. Lo ideal es que lo haga acompañado de otro niño que lo anime cuando tenga alguna dificultad para pasar el obstáculo.
7. Apuntar al niño a alguna actividad extraescolar donde se trabaje el deporte colaborativo y disfrute con el juego.
8. A través de la imitación aprenden muy bien, es recomendable elegir un modelo de aprendizaje, este puede ser un compañero, amigo o familiar (convenientemente de edades parecidas) con la finalidad de



que el niño imite sus movimientos y actividad en el juego. También ayudará a crear lazos de complicidad entre ambos.

9. Lo más importante sería el lenguaje utilizado para dirigirnos a él, tienen que ser palabras de cariño, de fuerza y seguridad. Por ej.: ¡lo estás consiguiendo!, sigue así. Para que empiece a adquirir la autoconfianza. Nunca debemos usar un tono alto de voz.

III. Conclusions / Conclusiones

Los niños con Síndrome de Down o con cualquier otro tipo de discapacidad, merecen una total inclusión, es decir, que sean atendidos en el mismo lugar y de manera normalizada, es por ello, por lo que resulta vital que desde la Educación Infantil se trabajen las habilidades sociales, con el fin en sí mismo de dicha integración en sociedad para el bienestar y bien común de todos. Como hemos visto a lo largo de estas líneas, la Educación Física mejora las habilidades sociales. Aporta a los niños numerosos beneficios, entre ellos; mejora en las relaciones afectivas, en el desarrollo físico, cognitivo y social. Además, de trabajar otros factores como el conocimiento de sí mismo y de los demás, el desarrollo de determinados aspectos del conocimiento social y determinadas conductas, habilidades y estrategias, el autocontrol y el apoyo emocional.

Todas estas capacidades o resultados, tiene que conocerlas el maestro para comenzar a actuar y enseñar a los niños a desarrollarlas mediante el juego.

El contexto social es vital para que se desarrollen como personas, por ello la combinación de la Educación Física con el método de enseñanza con los niños con SD ha sido una forma creativa para conseguir muy buenos resultados. Estos niños tienen que ser atendidos en la misma aula que todos los alumnos y también disponer de las ayudas y apoyos individualizados que necesiten, lo más importante sería que se trabaje con ellos a partir del mismo currículum que se utilice para todo el alumnado, para así evitar cualquier posible tipo de exclusión. Como maestros de Educación Infantil tenemos que conocer diferentes técnicas o estrategias a utilizar en el aula para mejorar y/o crear un ambiente totalmente inclusivo y de aprendizaje. El ambiente es determinante para el desarrollo del niño/a y para su futuro, por eso es tan importante que conozcamos cómo intervenir y qué metodología usar. Es clave que un maestro tenga nociones básicas de la importancia de la Educación Física para trabajar las habilidades sociales, porque realmente aporta numerosos beneficios al niño con SD. Conocer es enriquecerse en conocimiento y enriquecerse es conseguir una sociedad mejor. La escuela, las asociaciones y la familia tienen que trabajar conjuntamente para lograr la inclusión plena de las personas con Síndrome de Down en nuestra sociedad y que éstas tengan las herramientas necesarias para desenvolverse adecuadamente, y con ello el



uso correcto uso de las habilidades sociales. También es determinante que las familias conozcan estrategias para poder trabajar en casa con los niños, porque no sólo es tarea de la escuela integrar y enseñar a los niños con discapacidad sino también de su propia familia.

VII. Conflict of interests / Conflicto de intereses

Los autores declaran que no existen conflicto de intereses.

VIII. References / Referencias

- Angulo, M^a., Gijón, A., Luna, M., y Prieto, I. (2008). *Manual de atención al alumnado con necesidades específicas de apoyo educativo derivadas de síndrome Down*. Junta de Andalucía, Conserjería de Educación. Recuperado de http://www.juntadeandalucia.es/educacion/portaerverros/documents/10306/1513789/neces_apoyo_educativo.pdf
- Aranda, R. (2007). Evaluación diagnóstica sobre las habilidades sociales de los alumnos de Educación Infantil: proyecto de formación del profesorado en centros (Centro 'La Inmaculada' de Hortaleza): primera parte. Recuperado de https://repositorio.uam.es/bitstream/handle/10486/4716/31163_2007_12_05.pdf?sequence=1
- Araque, N. & Barrio, J. L. (2010). Atención a la diversidad y desarrollo de procesos educativos inclusivos. *Prisma Social: revista de investigación social*, (4), 13. Recuperado de <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=3632700>
- Asnimo.com: Página web de la Asociación de Síndrome de Down de Baleares. Incluye: qué es el Síndrome de Down, quienes son, qué hacen...
- Chiva, O., Gil, J., y Salvador, C. (2015). Actividad física y síndrome de Down: el juego motriz como recurso metodológico. *EmásF: revista digital de educación física*, (33), 24-37. Recuperado de <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=5384101>
- Decreto 147/2002 de 14 de mayo, por el que se establece la ordenación de la atención educativa a los alumnos y alumnas con necesidades educativas especiales asociadas a sus capacidades personales. Recuperado de <https://www.juntadeandalucia.es/boja/2002/58/3>
- Durán, D., y Sanz, A. (2007). Dificultades del profesorado de educación física de educación secundaria ante el alumno con discapacidad. *Revista Internacional de Medicina y Ciencias de la Actividad Física y del Deporte/International Journal of Medicine and Science of Physical Activity and Sport*, 7(27). Recuperado de <https://www.redalyc.org/pdf/542/54222960006.pdf>



- El-Hady, S. S. A., El-Azim, F. H. A., y El-Aziem, H. A. E. A. M. (2018). Correlation between cognitive function, gross motor skills and health-Related quality of life in children with Down syndrome. *Egyptian Journal of Medical Human Genetics*, 19(2), 97-101. Recuperado de <https://www.ajol.info/index.php/ejhg/article/view/169815/159257>
- Garnique, F. (2012). Las representaciones sociales: Los docentes de educación básica frente a la inclusión escolar. *Perfiles educativos*, 34(137), 99-118. Recuperado de <http://www.scielo.org.mx/pdf/peredu/v34n137/v34n137a7.pdf>
- Gil, J., y Chiva, O. (2014). *Guía de juegos motrices*. España: Inde
- Gil, P., Contreras, O. R., y Gómez, I. (2008). Habilidades motrices en la infancia y su desarrollo desde una educación física animada. *Revista iberoamericana de educación*, 47(1), 71-96. Recuperado de <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=2736759>
- Guerrero, J.F., Gil, J.L., y Perán, S. (2006). *La educación y la actividad física en las personas con Síndrome de Down*. Málaga, España: Ediciones Aljibe.
- Linares, P. L., y Arráez, J.M. (1999). *Motricidad necesidades especiales*. España: Asociación española de motricidad y necesidades especiales (AEMNE).
- López, V. M. (2007). La evaluación en educación física y su relación con la atención a la diversidad del alumnado. Aportaciones, ventajas y posibilidades desde la evaluación formativa y compartida. Recuperado de https://abacus.universidadeuropea.es/bitstream/handle/11268/3540/kronos_11_7.pdf
- López, V. M., Pérez, A., y Monjas, R. (2007). La atención a la diversidad en el área de Educación Física. La integración del alumnado con necesidades educativas específicas, especialmente el alumnado inmigrante y de minorías étnicas. *Lecturas: Educación física y deportes*, 106(29). Recuperado de https://www.researchgate.net/profile/Victor_Pastor/publication/28225110_La_atencion_a_la_diversidad_en_el_area_de_Educacion_Fisica_la_integracion_del_alumnado_con_Necesidades_Educativas_Especificas_especialmente_el_alumnado_inmigrante_y_de_minorias_etnicas/links/560fedbd08ae6b29b49a855b/La-atencion-a-la-diversidad-en-el-area-de-Educacion-Fisica-la-integracion-del-alumnado-con-Necesidades-Educativas-Especificas-especialmente-el-alumnado-inmigrante-y-de-minorias-etnicas.pdf
- Lozano, J., Cerezo, M.C., y Alcaraz, S. (2015). *Plan de Atención a la Diversidad*. Madrid, España: Alianza editorial.
- Miñán, A. (2001). La educación de las personas con síndrome de Down. En Lou, M. A. & López, N. (Ed.), *Bases psicopedagógicas de la educación especial* (pp. 291-313). Madrid, España: Pirámide.



- Miñán, A. (2018). *Atención a la diversidad en el aula de Educación Infantil*. España: Avicam.
- Pérez, J., García, J. M., Garrido, C.F. & Berruezo, P.P. (2002). *El discapacitado físico en el aula*. Murcia, España: Diego Marín.
- Quintanal, J. (2018). *El síndrome de Down en la familia y en la escuela*. Madrid, España: Sanz y Torres.
- Ruiz, E. (2004). La integración escolar de los niños con síndrome de Down en España: algunas preguntas y respuestas. *Revista síndrome de Down*, 21(4), 122-133. Recuperado de http://revistadown.downcantabria.com/wp-content/uploads/2004/12/revista83_122-133.pdf
- Sosa, L. (2007). Los “Cuerpos discapacitados”: Construcciones en prácticas de Integración en Educación física. *Educación Física y Discapacidad: Prácticas corporales inclusivas*. Funámbulos Editores. Medellín. Colombia, 93-105. Recuperado de [https://books.google.es/books?hl=es&lr=&id=-J3Aq-worLAC&oi=fnd&pg=PA93&dq=RSosa,+L.+\(2007\).+Los+“Cuerpos+discapacitados”:+Construcciones+en+prácticas+de+Integración+en+Educación+física.+Educación+Física+y+Discapacidad:+Prácticas+corporales+inclusivas.+Funámbulos+Editores.+Medellín,+Colombia,+93-105.+&ots=GD-0N0RuvL&sig=3f074hco0JKjCQyYHKnBmgySKm4#v=onepage&q&f=false](https://books.google.es/books?hl=es&lr=&id=-J3Aq-worLAC&oi=fnd&pg=PA93&dq=RSosa,+L.+(2007).+Los+“Cuerpos+discapacitados”:+Construcciones+en+prácticas+de+Integración+en+Educación+física.+Educación+Física+y+Discapacidad:+Prácticas+corporales+inclusivas.+Funámbulos+Editores.+Medellín,+Colombia,+93-105.+&ots=GD-0N0RuvL&sig=3f074hco0JKjCQyYHKnBmgySKm4#v=onepage&q&f=false)
- Trigueros, C., y Rivera, E. (2004). El desarrollo de las habilidades motrices a través del juego. *Didáctica de la educación física: una perspectiva crítica y transversal* (pp. 95-122). Biblioteca Nueva. Recuperado de <https://blogdejosefranciscolauracordoba.files.wordpress.com/2010/01/7-librofraile.pdf>