

UNIVERSIDAD DE SONORA

**DIVISIÓN DE CIENCIAS BIOLÓGICAS Y DE LA SALUD
DEPARTAMENTO DE CIENCIAS DEL DEPORTE Y DE LA
ACTIVIDAD FÍSICA**

**“ACTIVIDAD FÍSICA Y DEPORTE ADAPTADO COMO
MEDIO DE RECREACIÓN EN NIÑOS CON PÁRALISIS
CEREBRAL”**

**MEMORIA DE:
PRÁCTICAS PROFESIONALES**

Que para obtener el Título de:

LICENCIADO EN CULTURA FÍSICA Y DEPORTE

Presenta:

ISIDRO MEXIA SOLER

Hermosillo, Sonora; México

Agosto de 2016

Repositorio Institucional UNISON



**"El saber de mis hijos
hará mi grandeza"**



Excepto si se señala otra cosa, la licencia del ítem se describe como openAccess

VOTOS APROBATORIOS

Los miembros del jurado calificador del examen profesional de:

ISIDRO MEXIA SOLER

Hemos revisado detenidamente su trabajo escrito titulado:

**“ACTIVIDAD FÍSICA Y DEPORTE ADAPTADO COMO MEDIO DE
RECREACIÓN EN NIÑOS CON PÁRALISIS CEREBRAL”**

MEMORIA DE PRÁCTICAS PROFESIONALES

Y encontramos que cumple con los requisitos para la presentación de su examen profesional. Por tal motivo recomendamos se acepte dicho trabajo como requisito parcial para la obtención de título de:

LICENCIADO EN CULTURA FÍSICA Y DEPORTE

Atentamente:

M.A.P.E. MARÍA JULIA LEÓN BAZÁN

Nombre y firma del Presidente del jurado

DRA. ENA MONSERRAT ROMERO PÉREZ

Nombre y firma del Secretario

M.A.P.E. CARLOS ERNESTO OGARRIO PERKINS

Nombre y firma del Vocal

DR. OMAR IVÁN GAVOTTO NOGALES

Nombre y firma del Suplente

DEDICATORIA

A mis padres, por apoyarme en los momentos difíciles y por mantenerme
en el Camino correcto.

A mis hermanos, por creer en mi capacidad, a pesar de las
dificultades que como familia hemos pasado.

A mi futura familia, este es el primer paso de muchos.

A mi tía Graciela por ser mi principal inspiración en
este camino, por ser ella quien me demostró el
poder de la superación personal al ser
atleta de alto rendimiento en sus
diferentes participaciones dentro
del deporte adaptado, gracias
tía por todos tus consejos.

A mis Alumnos.

A la señora Aida.

A mi Familia.

A Edgar Picos.

AGRADECIMIENTO

A nuestra alma mater la Universidad de Sonora, por darme la oportunidad de cursar la Licenciatura en tan prestigiosa Institución.

A mis Maestros de la Licenciatura en Cultura Física y Deporte, gracias por sus enseñanzas.

A Crit Sonora por haberme abierto las puertas de su Institución.

A colaboradores del Centro de Rehabilitación Infantil Teletón, Sonora (CRIT) por haberme llenado de consejos día a día y por hacerme sentir parte de ellos.

A pacientes y padres de familia de Crit Sonora por prestarme la confianza y por apoyarme en cada práctica.

A mis Maestros, Carlos Ernesto y Carlos Antulio por inculcarme el conocimiento teórico-práctico necesario y por mantenerme en esta área colaborando con personas con Discapacidad.

A la Maestra María Julia León Bazán, quien me ayudó en la realización y presentación de este trabajo, gracias por brindarme sus conocimientos, tiempo, apoyo y tener tanta paciencia en mí y por recibirme la cantidad de veces necesarias.

Aprovechando el espacio para agradecer a la maestra María Elena Chávez Valenzuela por haberme tomado en cuenta para realizar las Prácticas Profesionales en Crit Sonora.

ÍNDICE

DEDICATORIA.....	i
AGRADECIMIENTOS	ii
CONTENIDO.....	iii
LISTA DE TABLAS.....	v
LISTA DE FIGURAS	vi
OBJETIVOS	vii
Objetivo general:	vii
Objetivos específicos:	vii
RESUMEN	viii
I. INTRODUCCIÓN.....	01
II. LA ACTIVIDAD FÍSICA, EL DEPORTE ADAPTADO Y LA RECREACIÓN.....	04
Actividad física	04
Actividad física adaptada (AFA).....	05
Deporte adaptado	06
Recreación.....	07
Definiciones de parálisis Cerebral.....	08
CLASES DE PARÁLISIS CEREBRAL	09
Parálisis cerebral epástica.....	09
Parálisis cerebral dusquinética o atetoide	09
Parálisis cerebral atáxica.....	10
Parálisis cerebral mixta	10
ALTERACIONES ASOCIADAS EN PARÁLISIS CEREBRAL.....	11
Alteraciones cognitivas	11
Alteraciones perceptivas	11
Alteraciones en la comunicación.....	11
Alteraciones de la consciencia	11
Alteraciones en la conducta	11

ACTIVIDADES REALIZADAS DENTRO DEL CRIT	12
Boccias	12
Natación	15
Beisbol.....	18
OTROS DEPORTES QUE SE PRACTICAN.....	20
Baloncesto en sillas de ruedas.....	20
Fútbol.....	21
Tenis de mesa.....	21
Ajedrez	21
DESCRIPCIÓN DEL CONTEXTO.....	22
MARCO TEÓRICO.....	27
III. MATERIALES Y MÉTODOS	31
IV. RESULTADOS.....	35
V. CONCLUSIONES.....	41
RECOMENDACIONES	42
REFLEXIONES PERSONALES	43
BIBLIOGRAFÍA.....	44
ANEXOS.....	47

LISTA DE TABLAS

Tabla	Página
1. Cronograma de actividades 4ta. convivencia deportiva.....	47
2. Horario de actividades del Taller de Deporte Crit Sonora.....	57
3. Ficha técnica de boccias.....	59
4. Ficha técnica de natación.....	60

LISTA DE FIGURAS

Figura	Página
1. 4ta. convivencia deportiva Inter-Crit Sonora, torneo de Boccias.....	14
2. Actividades terapéuticas dentro del tanque.....	16
3. Primer torneo convivencia de Béisbol para niños especiales.....	19
4. Reconocimiento Primer torneo convivencia de béisbol para niños Especiales, liga sonora A.C.....	19
5. Centro de Rehabilitación Infantil e Inclusión Teletón (CRIT) Hermosillo.....	22
6. Multicancha Crit Sonora.....	26
7. Deportistas de boccia.....	34
8. Deportista de natación.....	34
9. Inclusión.....	35
10. El deporte o actividad física adaptada funciona como herramienta de recreación.....	36
11. El deporte adaptado funciona como medio competitivo para su hijo.....	37
12. El deporte adaptado funciona como medio inclusivo para su hijo.....	38
13. El lugar donde realiza las actividades es adecuado para la práctica del deporte.....	39
14. Recomendaría a otros padres de familia que sus hijos realicen deporte adaptado.....	40

OBJETIVOS

Objetivo General:

- Contribuir en el desarrollo físico de los niños con parálisis cerebral a través de la actividad física y el deporte adaptado como medio de recreación, fomentando en ellos un estilo de vida saludable.

Objetivos Específicos:

- Promover la actividad física y el deporte adaptado como medio de inclusión social en los niños.
- Fortalecer sus aptitudes psicológicas a través de competencia recreativa que fomenten la voluntad.
- Contribuir al desarrollo social, físico, deportivo y psicológico por medio de la intervención de programas de actividad física dirigidas a niños con discapacidad.

RESUMEN

Actualmente uno de los retos de las instituciones de educación superior (IES) es lograr establecer mecanismos permanentes que permitan al proceso enseñanza – aprendizaje para alcanzar el aseguramiento del perfil del egresado; además la sociedad reclama una mayor vinculación con los diferentes sectores que la conforman. Para ello, las prácticas profesionales tienen el objetivo formativo de permitir al estudiante interactuar con el medio laboral.

El presente trabajo refleja la memoria de prácticas profesionales realizadas en el centro de rehabilitación infantil e inclusión teletón Sonora, en el área de proyectos especiales en donde se imparte las clases de actividad física y deporte adaptado enfocados en un aprendizaje mutuo con personas con parálisis cerebral, siempre buscando desarrollar aptitudes y habilidades en la práctica deportiva- recreativa en ellos fomentando un estilo de vida activo. Durante la estancia como practicante dentro del CRIT Sonora consideré importante enfocar mi preparación hacia las personas con parálisis cerebral, estas personas tienen muchas limitantes en el área de la psicomotricidad, nosotros realizamos el ejercicio adecuado y repetidamente para que el niño o joven pueda desarrollar mejor su habilidad en el campo deportivo alentándole siempre a ser mejor cada día, tanto personal como deportivamente.

El programa de prácticas profesionales cumplió con su objetivo, permitiendo relacionar a los alumnos practicantes con el medio laboral, brindándoles la oportunidad de aplicar conocimientos y habilidades adquiridas a través de la formación académica brindadas por el programa educativo (Licenciatura en Cultura Física y Deporte). Además de proporcionar las herramientas de aprendizaje que dieron origen al desarrollo de nuevas aptitudes.

I. INTRODUCCION

El CRIT Sonora (Centro de Rehabilitación Infantil Teletón) se preocupa por darle a sus pacientes una rehabilitación completa, no solo física, sino también mental y emocional, es por eso que para ello existe la Coordinación de Proyectos Especiales, este departamento se encarga de buscar la forma de llevar a los pacientes hacia la inclusión social, entre otras cosas.

Para que la inclusión social se lleve a cabo, en la Coordinación de Proyectos especiales CRIT Sonora, existen diferentes talleres que les ayudan a los pacientes del centro a adquirir y desarrollar habilidades que les servirán para poderse integrar poco a poco a la vida real, el objetivo principal de los talleres en general es que los pacientes adquieran seguridad e independencia, ya que por su discapacidad muchos de los niños son muy apegados a sus familias, en ocasiones solo están rodeados de los familiares y no tienen contacto con nadie más que sea ajeno a la familia, pero para esto también existe el Club Amigos Teletón y el taller de deporte.

Nuestro objetivo a lograr en este proyecto de trabajo, se enfoca en un aprendizaje mutuo con personas con parálisis cerebral, siempre buscando desarrollar aptitudes y habilidades en la práctica deportiva- recreativa en ellos y a través de ella fomentar Un estilo de vida activo. Pero ¿por qué realizar un proyecto así? Nuestro principal interés es demostrar que el deporte y la actividad física adaptada son un medio de inclusión social para los niños con parálisis cerebral, queremos aportar también sugerencias y métodos de enseñanza para estar conscientes de la sensibilidad del trato y del uso adecuado de nuestra actitud frente a ellos, para que de esta forma, quienes estén interesados en relacionarse e intervenir en este hermoso medio obtengan una perspectiva más clara de cómo inculcar un estilo de vida activo y deportivo en niños con discapacidad y lograr los objetivos.

Las personas con parálisis cerebral tienen muchas limitantes en el área de la psicomotricidad, nosotros realizamos el ejercicio adecuado y repetidamente para

que el niño o joven pueda desarrollar mejor su habilidad en el campo deportivo, alentándole siempre a ser mejor cada día, tanto personalmente como deportivamente. Las preguntas más comunes que realizan los pacientes y sus familiares, va desde ¿de qué me sirve practicar deporte? ¿En qué me puede ayudar? ¿Jugar, yo? ¿Deporte para discapacitados? Preguntas que son excelentes para aprovechar nuestros conocimientos y motivarlos con respuestas que sean alentadoras para ellos y sus familiares, es precisamente el momento para fomentar los beneficios de mantenerse activos.

Dejemos claro que no hay barreras o limitantes para enseñar la práctica deportiva. La diferencia motora de cada paciente hace enfocarnos en cuál de sus extremidades tiene más habilidad y entonces ahí, es donde somos repetitivos en cada ejercicio, haciendo un trabajo personalizado pero a la vez grupal como medio de inclusión y recreación.

La pérdida del miedo a realizar alguna actividad física es fundamental para su progreso motor, pero sobre todo debemos enfatizar que se realiza como una convivencia recreativa entre los mismos pacientes. Para el apoyo de las actividades, utilizamos material didáctico como pelotas, bates, aros, conos, pines de bolos, tablas, guantes, es lo que se utiliza para las actividades adaptadas, el joven deberá tomar esa iniciativa para realizar las actividades por sí solo, intentando encontrar la mejor manera posible de realizar el ejercicio y sin ayuda de algún familiar, con esto se pretende que el joven con parálisis cerebral tenga mayor independencia para realizar la actividad física.

Las actividades son totalmente planificadas y adaptadas para los jóvenes que con anterioridad pasan por un proceso de entrevista para guiarlos a un deporte en específico. El más practicado es Boccia que es un deporte característico para personas con Parálisis Cerebral (P.C), si sus habilidades psicomotoras lo permiten, mediante la entrevista previa se puede canalizar a otro deporte encontrando entre ellos, Basquetbol, Béisbol, futbol, natación, ajedrez, tenis de mesa.

En los siguientes párrafos se detallan las acciones que se llevaron a cabo desde el principio hasta el final de la aplicación del proyecto. En el apartado I de introducción se describe el trabajo realizado con personas con parálisis cerebral, siempre buscando desarrollar aptitudes y habilidades en la práctica deportiva-recreativa en ellos y así fomentar un estilo de vida, en el apartado II de actividad física, deporte adaptado y recreación se presenta la revisión teórica que da soporte al proyecto la cual tiene que ver con investigaciones sobre la práctica de la actividad física, actividad física adaptada, deporte adaptado, recreación y actividades realizadas durante el período, mientras que en el apartado de descripción del contexto se describen los antecedentes de CRIT Sonora, donde dan atención a niñas, niños y adolescentes con discapacidad neuromusculoesquelética mediante un modelo de rehabilitación integral centrado en la familia. Tienen como objetivo la independencia funcional en las actividades de la vida diaria, así como la Inclusión social y educativa.

En el apartado del marco teórico se incluye información sobre el programa de Prácticas Profesionales dentro del Plan de Estudios. En el apartado III materiales y métodos, se habla de la asesoría y supervisión de las prácticas profesionales realizadas en el CRIT Sonora, así como los apoyos recibidos; se describe también la duración de la estancia en el centro y la aplicación del proyecto de actividad física adaptada, deporte adaptado y recreación durante todo el proceso de intervención.

En el apartado de resultados, se muestran el rendimiento obtenido en los deportes que se desarrollaron y la encuesta aplicada a los padres de familia, misma que fue elaborada con el fin de conocer las opiniones sobre el deporte y la actividad física adaptada.

Por último, se presentan las conclusiones, recomendaciones y reflexiones personales, así como la bibliografía y anexos.

II. ACTIVIDAD FÍSICA, DEPORTE ADAPTADO, RECREACIÓN

Actividad física

La actividad física (AF) tiene influencia en la salud, principalmente en tres formas: como un medio para prevenir enfermedades, como parte de la rehabilitación en sujetos que presentan alguna discapacidad y como fuente de bienestar físico y psicológico en quienes la realizan. (González, IA.Op.cit).

Se reconoce que, además de los beneficios físicos y psicológicos, también produce efectos en la función cognitiva y social, como en las relaciones interpersonales. Es así que la AF contribuye a reducir la depresión, mejora el estado de ánimo. La emotividad, la percepción del individuo sobre sí mismo y la autoestima, reduce la ansiedad, mejora la calidad del sueño, las reacciones ante el estrés, la memoria a corto plazo, la planificación y la toma de decisiones. (Ibáñez I. 2000).

En consecuencia, la AF aporta beneficios en todas las etapas de la vida, durante la niñez y la adolescencia, es una herramienta de prevención de muchas enfermedades que se manifiestan en etapas más avanzadas. De la misma manera, en los adultos previene ciertas patologías y actúa como tratamiento de enfermedades cardiovasculares, dolores de espalda y previene estados de ansiedad y depresión. Finalmente, en los adultos mayores, desempeña un papel fundamental en el tratamiento de la disminución de las capacidades psicofísicas. (Bouchard C. Op. cit.)

Por su parte, la Organización Mundial de la Salud (2014) define la actividad física por un lado y hace la diferencia respectiva sobre el concepto de ejercicio físico, que hasta hoy sigue siendo tema de que hablar con respecto a su definición: se considera actividad física cualquier movimiento corporal producido por los músculos esqueléticos que exija gasto de energía.

La "actividad física" no debe confundirse con el "ejercicio". Esta es una variedad de actividad física planificada, estructurada, repetitiva y realizada con un objetivo relacionado con la mejora o el mantenimiento de uno o más componentes de la aptitud física. La actividad física abarca el ejercicio, pero también otras actividades que entrañan movimiento corporal y se realizan como parte de los momentos de juego, del trabajo, de formas de transporte activas, de las tareas domésticas y de actividades recreativas. Aumentar el nivel de actividad física es una necesidad social, no solo individual. Por lo tanto, exige una perspectiva poblacional, multisectorial, multidisciplinaria, y culturalmente idónea.(citado por Chávez,2015).

Actividad Física Adaptada (AFA)

La actividad física adaptada es un proceso integral flexible y dinámico con orientaciones para individualizar y adaptar un programa de ejercicios o actividades a las necesidades, posibilidades e intereses de cada persona. Su objetivo principal, es brindar a las personas con discapacidad, la oportunidad de aprender y practicar actividades y técnicas específicas que les permitan mejorar su nivel de salud, movilidad, independencia, integración, socialización, educación, habilitación y por ende mejorar la calidad de vida. Se busca la obtención de experiencias agradables, significativas y positivas que aumentan su autoestima y promueven su interacción social (UNESCO, primera conferencia internacional 1976). La actividad física adaptada puede presentar una marcada interrelación con diversas disciplinas, las cuales están integradas por características y servicios profesionales ofrecidos, como son la ocupacional, rehabilitador, deportivo y recreativo, que tienen en esencia la posibilidad de enfocarse en lo terapéutico, la promoción y prevención. También desarrolla las capacidades perceptivo-motoras, las habilidades físicas y las capacidades coordinativas, lo cual se evidenciará en un mejor desempeño individual y colectivo. Les dará una sensación de bienestar al realizar actividades con niveles de exigencia acorde a sus posibilidades, potenciará las relaciones interpersonales, fomentando la amistad y afecto con personas del entorno, servirá, para que identifiquen sus propias capacidades a

través de la realización de actividades elegidas libremente y que le son motivantes (UNESCO,1976)

Partiendo de nuestro principal objetivo que es fomentar un estilo de vida saludable a través de la actividad física y el deporte adaptado como medio de recreación en niños con Parálisis Cerebral, nos encontramos con la cita basada en Sherril (2004) *AFA es un término global al servicio de la promoción de un estilo de vida activo y saludable, con el fin de mitigar problemas psicomotores que interfieren en el desarrollo personal del ser humano. (p.4)*

Deporte adaptado

El deporte adaptado se entiende como aquella modalidad deportiva que se adapta al colectivo de personas con discapacidad o condición especial de salud, ya sea porque se han realizado una serie de adaptaciones y/o modificaciones para facilitar la práctica de aquellos, o porque la propia estructura del deporte permite su práctica (Reina, 2010). Es por ello que algunos deportes convencionales han adaptado alguna de sus características para ajustarse a las necesidades de un determinado colectivo de personas con discapacidad que lo va a practicar, mientras que otros casos, se ha creado una modalidad deportiva nueva a partir de las características específicas de un determinado colectivo de personas con discapacidad.

Ejemplificando lo anterior, tendremos por ejemplo el caso del baloncesto, que adecuó sus características para ser practicado por personas con discapacidad física mediante el uso de sillas de ruedas y algunas modificaciones reglamentarias respecto de la modalidad a pie, definiendo como tal un nuevo deporte (Pérez, 2012). Por otro lado tendríamos por ejemplo el caso de la boccia, deporte diseñado específicamente para personas con parálisis cerebral o discapacidad física severa). Normalmente un deporte dado se suele adaptar modificando:

- El reglamento (por ejemplo, permitiendo el doble regate en el baloncesto en silla de ruedas respecto de la versión a pie).
- El material (por ejemplo, el uso de un balón sonoro en modalidades

- deportivas para personas con discapacidad visual).
- Las adaptaciones técnico tácticas (que tendrán en cuenta las exigencias Formales y funcionales del deporte adaptado que se trate).
 - La instalación deportiva (más allá de la adaptación en relación a su uso accesibilidad universal- suelen utilizarse adaptaciones según la modalidad, como por ejemplo los relieves en las líneas del campo en deportes como el goalball o el dibujo de las líneas del terreno de juego en la instalación de la que se trate, como en el caso del deporte anterior o la boccia).

Podemos decir que el deporte adaptado a personas con discapacidad se entiende bajo el paraguas de las Actividades Físicas Adaptadas (AFA), es necesario aquí recordar que esta disciplina es una de las áreas de conocimiento dentro del directorio de las Ciencias del Deporte, según el vademécum del Comité Internacional de la Educación Física y las Ciencias del Deporte de la UNESCO (ICSSPE, 2007). Las AFA se entienden como movimiento, actividad física y deporte con especial énfasis en los intereses y capacidades de los individuos con condiciones limitantes como una discapacidad, problemas de salud o envejecimiento (Doll-Tepper y DePauw, 1996). Más actualmente, para Hutzler (2008), la AFA es un conjunto de conocimientos que engloba las actividades físicas realizadas por personas con discapacidad.

Recreación

Para hablar del concepto de recreación puede ubicarse si pensamos que desde el principio del mundo, hombres y mujeres han estado sujetos a diversos tipos de presiones que con el tiempo crean cansancio y por ende, desánimo. Es por ello que las personas han buscado maneras de escapar de las presiones del diario vivir y darse espacios en los que puedan descansar y disfrutar.

La Real Academia Española define recreación como acción y efecto de recrear y como diversión para alivio del trabajo. Además, recrear significa divertir, alegrar o deleitar. En términos populares a esta diversión también le llamamos entretenimiento. Según esa definición, recrearse necesariamente debe incluir la diversión o el

pasarlo bien, con el objetivo de distraerse de las exigencias, especialmente laborales y así conseguir un alivio necesario para conllevar nuevamente, otra etapa de responsabilidades, con energías renovadas que permitirán un mejor resultado de ellas.

La recreación se asocia también con el factor intelectual y educativo; algunas investigaciones han demostrado que los niños aprenden mucho más en ambientes relajados, sin presión. Es por ello que la recreación es fundamental para el desarrollo intelectual de las personas. A la vez, el recrearse proporciona en sí, una forma de aprendizaje, a través de experiencias propias y de la relación de la persona con el exterior.

Finalmente, es importante saber que la recreación es voluntaria, ya que cada persona es diferente y por ende, se recrea como considere necesario. Por eso también se dice que las actividades recreativas son tan numerosas como los intereses de los seres humanos. Algunas de las áreas de la recreación son: la difusión, el arte, la cultura, la música, el baile, la lectura, el servicio a la comunidad, los deportes, los juegos y la vida al aire libre, entre otras.

Recreación viene de recreo que se refiere a lo que uno hace por el placer que encuentra en ello, sin otra recompensa que la pura actividad; por lo que no incluye ganarse la vida. La diferencia entre trabajo y recreación no depende de la acción que se realiza, sino de la finalidad con que se hace. Se refiere entonces al conjunto de experiencias corporales y emocionales que derivan de la práctica organizada y permanente de actividades de tiempo libre de carácter deportivo, artístico, social y cívico.

Definiciones de Parálisis Cerebral

Según Sugden y Keogh (1990), la parálisis cerebral es un trastorno persistente, pero no invariable, de la postura, tono y el movimiento debido a una disfunción en el encéfalo antes de que su crecimiento y desarrollo se complete.

La Asociación Española de Pediatría por Pilar Póo Argüelles (2008) define PARALISIS CEREBRAL: “como un grupo de trastornos del desarrollo del movimiento y la postura, causantes de limitación de la actividad, que son atribuidos a una agresión no progresiva sobre un cerebro en desarrollo, en la época fetal o primeros años” (p.271).

La Asociación Internacional de Deporte y Recreación de Parálisis Cerebral (CP-ISRA, 2010) habla de una lesión cerebral no progresiva que causa daños en la coordinación, tono muscular y fuerza muscular, con el resultado de incapacitar a las personas para mantener una postura normal y para ejecutar movimientos normales. En definitiva, la Parálisis Cerebral parte de una afección y disfunción puramente física, Las connotaciones psíquicas que pueden aparecer son, en gran medida, producto del trato que la persona ha recibido (limitación de experiencias, falta de estimulación,...).

CLASES DE PARÁLISIS CEREBRAL

La parálisis cerebral se caracteriza por dificultar la transmisión de los mensajes enviados por el cerebro a los músculos. Atendiendo a este hecho, Eric Denhoff realizó la siguiente clasificación atendiendo al tono y la postura de la persona:

- **Parálisis cerebral espástica**

Espasticidad significa rigidez; las personas que tienen esta clase de parálisis cerebral encuentran dificultad para controlar algunos o todos sus músculos, que tienden a estirarse y debilitarse, y que a menudo son los que sostienen sus brazos, sus piernas o su cabeza.

- **Parálisis cerebral disquinética o atetoide**

Se caracteriza, principalmente, por movimientos lentos, involuntarios (que se agravan con la fatiga y las emociones y se atenúan en reposo, desapareciendo con el sueño) y descoordinados, que dificultan la actividad voluntaria.

- **Parálisis cerebral atáxica**

Las personas con parálisis cerebral atáxica tienen dificultades para controlar el equilibrio debido a una lesión en el cerebelo. Según el alcance de la lesión, estas personas pueden llegar a caminar, aunque lo harán de manera inestable.

- **Parálisis cerebral mixta**

La parálisis cerebral mixta se produce cuando el cerebro presenta lesiones en varias de sus estructuras, por lo que, en general, no se manifestarán las características de los diferentes tipos en sus formas puras, sino que existirán combinaciones.

- Hemiplejia: Se produce cuando la discapacidad se presenta únicamente en la mitad izquierda o derecha del cuerpo.
- Paraplejia: Afectación sobre todo de miembros inferiores
- Tetraplejia: Están afectados los dos brazos y las dos piernas.
- Displejia: Afecta a las dos piernas, estando los brazos nada o ligeramente afectados.
- Monoplejia. Únicamente está afectado un miembro del cuerpo.

Por último, en función de la severidad con la que se manifiesta la parálisis cerebral, podemos dividirla en:

- Parálisis cerebral **leve**: se produce cuando la persona no está limitado en las actividades de la vida diaria, aunque presenta alguna alteración física.
- parálisis cerebral **moderada**: en este caso el individuo tiene dificultades para realizar las actividades diarias y necesita medios de asistencia o apoyos.

Parálisis cerebral **severa**: La persona requiere de apoyos para prácticamente todas las actividades de la vida diaria.

ALTERACIONES ASOCIADAS EN PARÁLISIS CEREBRAL.

Los problemas asociados más comunes que podemos encontrar entre las personas con Parálisis Cerebral son:

Alteraciones cognitivas: Disminución de las capacidades intelectuales debido a una lesión temprana o falta de experiencias, aunque existen bastantes sujetos con Parálisis Cerebral que no presentan ninguna afectación de inteligencia.

Alteraciones perceptivas: Alteraciones sensoriales en la audición, visión y atención. También aparecen alteraciones perceptivo motrices como la discriminación fondo-figura, la orientación espacial y el ejercicio de completar figuras.

Alteraciones en la comunicación: Presentan dificultad en la fonación y articulación. Los atetósicos tienen dificultad de audición, una mímica facial exagerada y arritmia respiratoria. Los espásticos presentan una hipertonia de lengua y músculos faciales, y rigidez facial. Los atáxicos tienen una perturbación del habla, una voz monótona y sinsinecias en los músculos bucofaciales.

Alteraciones de la consciencia: Presentan crisis de epilepsia y con mayor frecuencia en espásticos y atetósicos. - **Alteraciones articulares:** Presentan un aumento permanente del tono muscular, luxación de cadera, escoliosis, manos en garra y cifosis.

Alteraciones en la conducta: Existen limitaciones de la comunicación, una imagen externa peculiar, reducción de relaciones sociales y cierta tendencia a depresión y ansiedad.

ACTIVIDADES REALIZADAS DENTRO DEL CRIT SONORA

Boccia

De origen griego, son los ingleses quienes lo desarrollan y adaptan a deportistas discapacitados. En un juego parecido a la petanca con sus reglas y características específicas. Requiere una habilidad motriz específica significativa (concentración mental y precisión) que hacen de este juego uno de los más indicados para incluir en la programación de alumnos con lesiones cerebrales y/o cerebelosas, actualmente es deporte paralímpico.

La boccia, es una compleja combinación de táctica y habilidad. Se practica de forma individual, por parejas o equipos, sobre un área rectangular con una medida de 12.5m de largo y un ancho de 6 m. En la que los jugadores tratan de lanzar sus pelotas (azul o roja) lo más cerca posible de la pelota blanca (Diana) que sirve de objetivo, a la vez que intentan alejarlas de sus rivales, en un ejercicio continuo de tensión y precisión.

La competición se estructura por clases de discapacidad

BC1 corresponde a deportistas que lanzan con manos o pies y precisan ayuda de un asistente

BC2 son aquéllos que pueden lanzar sin ayuda

BC3 precisa asistencia y realiza los lanzamientos a través de una canaleta o punteros de mano o cabeza; todos ellos tienen parálisis cerebral.

BC4 engloba a los deportistas con discapacidad física grave.

Actividades

Iniciación: Con calma y paciencia explicar detalladamente los objetivos de la boccia así como realizar movimientos de instigación o guiados si el jugador lo requiere para una buena precisión y control de los movimientos.

- 1.- calentamiento puede ser guiado o por sí solo.
- 2.- preguntar al jugador que color de pelota desea jugar (roja o azul).
- 3.- indicar objetivos del juego (crear un juego dinámico que logre la completa atención del jugador)
- 4.- indicar movimientos, control y fuerza de lanzamiento, si el jugador de iniciación no puede hacerlo, ayudamos a realizar el movimiento.
- 5.- ser creativo, voz explicativa y expresivo para lograr la atención del jugador.
- 6.- se debe de trabajar en la modificación de la conducta del jugador como método de aprendizaje.
- 7.- utilizar reforzadores sociales como método de la enseñanza como lo son expresiones positivas, felicitaciones, “muy bien”, aplausos y sobre todo hacerle saber que también que cuando toma una actitud negativa se lo haremos saber, no prestándole la pelota, regañarle, hacerle saber que el padre y el maestro tienen el control sobre el alumno.

Juego de iniciación:

Tomamos un aro y con un gis de color (que el jugador logre identificar), marcamos un círculo frente al jugador. Dentro del círculo colocamos las bolas de color azul que equivalen a 1 punto, más la pelota blanca que equivale a 2 puntos. El objetivo del juego consiste en sacar las bolas blanca y azules del círculo marcado con gis y sobre todo realizar movimientos precisos y ejercer la fuerza adecuada para realizar los más puntos posibles.

Colocamos pinos de Bolos sobre una línea horizontal, el objetivo del juego es derribar todos los pinos posibles, realizar movimientos precisos y con la fuerza adecuada para lograr derribarlos. Los pinos pueden acomodarse de diferentes maneras para hacer un juego más dinámico.

En la Boccia individual un partido constará de cuatro parciales, Cada jugador iniciará dos parciales (lanzando la bola blanca). Los jugadores ocuparán los boxes de lanzamiento 3 y 4.

En la Boccia por Equipo un partido constará de seis parciales, Cada jugador iniciará un parcial (lanzando la bola blanca). Cada equipo contará con seis bolas de color rojo y azul, dependiendo de las casillas que ocupen. Las seis bolas serán repartidas entre los miembros de cada equipo (dos bolas a cada uno)

Ninguna bola, ya sea blanca o de otro color, podrá ser lanzada si el árbitro no ha dado la señal de inicio de juego, o haya indicado el color que debe jugar.



Figura 1.- 4ta.convivencia deportiva Inter- CRIT Sonora
Torneo de boccia

Natación

Los beneficios que se pueden conseguir a través de ella son muy grandes, pero es altamente recomendable que la actividad sea guiada por un especialista cualificado. Igualmente, somos conscientes de las dificultades que entraña la inclusión de este contenidos dentro de nuestras programaciones, pero ya son muchos los centros que establecen convenios con los diferentes ayuntamientos para utilizar las instalaciones deportivas de este tipo, ya sean en el último mes del curso, o a lo largo todo el año, siempre que la instalación lo permita. La razón es obvia, el medio acuático es muy gratificante cuando se domina, pero puede ser portador o causante de experiencias muy traumáticas si no se manipula correctamente. Como bien dicen Medina, Prieto y Fernández-Río (2000), “cuando se habla de natación, no se busca únicamente el “aprender a nadar” y ésta es la razón por la que se le dé el matiz de adaptada, ya que se pretende que “conozcan al máximo las posibilidades del cuerpo en el agua”, y no sólo la natación como disciplina deportiva”.

Los principales aspectos que podemos trabajar, siguiendo a los anteriores autores son: - Esquema corporal. - Desarrollo del tono muscular. - Control de la fatigabilidad. - Conocimiento del propio cuerpo, ya que al ir en bañador enseñamos y percibimos la imagen real del mismo, lo cual nos ayuda a aceptarnos y conocernos tal y como somos. - Desarrollo de la desinhibición (muy relacionado con el anterior aspecto).

La natación adaptada busca brindar una prevención, aprendizaje y rehabilitación para los mismos pacientes, como deporte es una de las disciplinas que fortalecen su sistema óseo y cardiovascular.

El estilo de enseñanza que se imparte en CRIT Sonora se enfoca principalmente en la rehabilitación, recreación y prevención de accidentes cuando se esté cerca de una alberca o sienta ansiedad de nadar. Su objetivo principal es la independencia del alumno dentro del tanque o en una alberca común o hasta en el mar, empezando por la iniciación al medio acuático y siempre buscando la

perdida de miedo tanto del alumno como del propio padre de familia. Cabe señalar que a través del diagnóstico ya obtenido por el fisioterapeuta se le da seguimiento al alumno por medio de la natación adaptada.

Es muy importante enfatizar a los padres y alumnos los beneficios de cada estilo y sobre todo dar ejemplos que sean fáciles de comprender, usando términos como Nado de “Perrito”, flotar como estrellita, pedalear o correr y hacer una clase más recreativa para lograr una confianza y por ende una buena interacción con el maestro.

Las estrategias de aprendizaje son el nado libre, el llamado “perrito” es su principal método de enseñanza, hacer “bucitos”, flotar como “estrellita” (boca abajo) o boca arriba, también flotar “parado” sacando su cabeza solo para respirar y moviendo sus pies casi como pedaleando una bicicleta ya que así puede lograr flotar aún más. El estilo de dorso también se imparte ya que es un método fundamental para evitar cualquier accidente al caer en una alberca y dar ejemplo como si hiciera un angelito en la arena o la nieve, buscando siempre hacer la clase atractiva para el alumno



Figura 2.- Actividades terapéuticas dentro del tanque

Actividades:

Ejercicios de respiración “bucitos” agregando conteos de 3 a 5 o hasta 10 segundos.

- Si el alumno es muy temeroso al meter la cara al agua, se puede hacer recreativamente con un aro, ejemplo: buscar que el niño logre pasar por debajo del aro y al mismo tiempo que meta su carita al agua, siempre hacer énfasis en su logro.

-Ejercicios de relajación y flotación como, “estrellita” boca arriba y boca abajo.

-Flotar estando verticalmente y la cabeza fuera del agua y moviendo las piernas simulando estar en una bicicleta para lograr flotar.

- buscar objetos dentro del agua y que meta su carita poco a poco e ir perdiendo un poco de miedo.

- Siempre enfatizar sobre el control de la respiración que es importante para lograr un menor cansancio y poder flotar de una manera ligera.

- simular que hacemos movimientos como angelitos en la arena.

Combinado (libre y dorso)

Se busca combinar estos estilos ya que les permite a los alumnos prevenir algún accidente al momento de entrar, caer en una alberca, tanque o hasta el Mar.

-calentamiento y ejercicios de respiración “bucitos”

- Iniciamos nadando boca arriba simulando angelitos en la nieve y al conteo de 5 tomamos aire y giramos para nadar de “perrito” volvemos al conteo de 5 y volvemos a la posición inicial de dorso haciéndole repetitivamente de extremo a extremo del tanque.

- enfatizar sobre el control de la respiración que es importante para disminuir cansancio y poder flotar de una manera ligera.

Béisbol

El objetivo en este deporte es principalmente recreativo, basándonos siempre en las necesidades físicas de los niños (a) que comienzan a practicarlo, sin espíritu competitivo y sobre todo enfatizar en los aspectos de la atención, ejecución, autocontrol y comunicación entre sus mismos compañeros.

Necesitamos conocer lo básico respecto a los materiales como el Tee- ball, que es un soporte donde se mantiene la pelota y logra una mejor enseñanza del bateo, el Bate, guante, pelotas y sobre todo como correr las bases. Se busca siempre que participe a los padres para apoyar a los niños (a) mediante gritos y porras así se logra un mayor aprendizaje desde una edad temprana y a jugar en grupo.

Bateo: iniciamos con la enseñanza para tomar de la mejor manera posible el bate, con sus piernas separadas buscando una mayor estabilidad y equilibrio, basándonos en sus necesidades específicas, continuamos con el swing del bateo y la corrida de bases.

Correr las bases: busca que el niño(a) se enfoque en el recorrido de bases cuando hace el swing al batear correr a primera, segunda, tercera y home, sobre todo que tenga un autocontrol y ejecución de sus movimientos, cabe recordar que algunos alumnos tienen que ser guiados para el recorrido de las bases.

Atrapada y lanzamiento: El defensor tiene que partir hacia la bola y tomarla de acuerdo a su mejor comodidad, Tendrá que dar un paso con el pie derecho o con el pie izquierdo de acuerdo a sus necesidades, Flexionará el cuerpo hacia adelante y extenderá los brazos hacia el frente.

En este deporte los alumnos se preparan para el “Torneo Convivencia para Niños Especiales” Organizado por la Liga de Béisbol Infantil y Juvenil Sonora A.C.



Figura 3.- Primer Torneo convivencia de Béisbol para niños Especiales
Liga Sonora A.

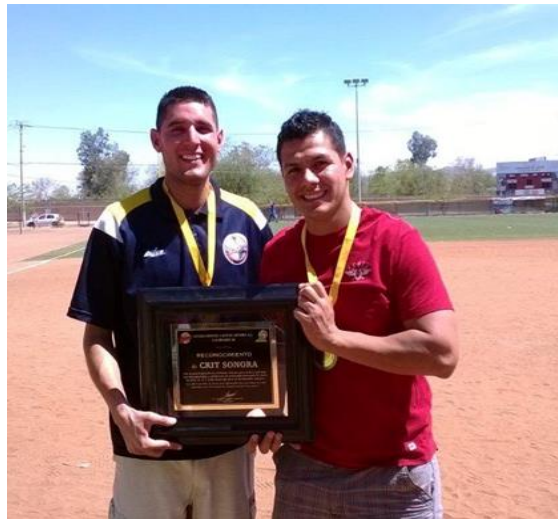


Figura 4.- Reconocimiento: Primer Torneo convivencia de Béisbol para niños Especiales Liga Sonora A.C

OTROS DEPORTES QUE SE PRACTICAN

Baloncesto en Sillas de Ruedas

El baloncesto sobre sillas de ruedas es el deporte más popular en todo el mundo de personas con capacidades diferentes, aquellas personas que lo practicaron en sus inicios jamás se dieron cuenta de la fuerza que éste obtendría a lo largo y ancho del planeta. El baloncesto sobre silla de ruedas fue incluido en el programa de los primeros Juegos Paralímpicos, en 1960, aunque se jugaba ya desde algunos años antes.

En México actualmente existen unos 50 equipos y son unas 800 personas de las ramas femenil y varonil en todo el país las que conforman los equipos representativos de su asociación. El único requisito para jugar el Baloncesto sobre silla de ruedas es tener una lesión de manera permanente y usar una silla de ruedas.

Generalmente son personas con discapacidad física las que usan una silla de ruedas en sus desplazamientos diarios o permanentemente, algunos se sienten motivados a jugar en su tiempo libre. A nivel de competición, sólo pueden participar personas con una discapacidad física consolidada, como puede ser lesión medular, espina bífida, poliomielitis, amputación y otras. Sin embargo, a nivel recreativo en México no se ha dado la apertura para que personas con discapacidad mínima practiquen este deporte, tanto personas con discapacidad y sin discapacidad pueden practicar este deporte sentándose en la silla para experimentar nuevas sensaciones mientras juegan.

www.deposoft.com.ar/repo/publicaciones/manualentrenadorsilladeruedas.pdf

Fútbol

El objetivo principal es buscar la movilidad musculo-esquelética del alumno y que a través del taller de fútbol puede iniciarse en la práctica de este e iniciar un buen desarrollo que incluya aspectos psicomotores, físicos, psicológicos (emocional) y técnico, además inculcar valores que son parte de la formación de cada persona. El fútbol puede hacer una contribución significativa en la ayuda para que los discapacitados participen plenamente en la inclusión a la sociedad.

Tenis de Mesa

Siempre buscando la integración y a su vez la inclusión de los alumnos, este deporte puede ser practicado por la mayoría de personas con discapacidad y sobre todo fusiona los valores personales y colectivos además se puede practicar en cualquier área teniendo los instrumentos y equipo adecuado.

Modalidades.- El tenis de mesa se practica en dos modalidades: de pie y en silla de ruedas.

Ajedrez

El principal objetivo de esta enseñanza es la ocupación del tiempo libre e involucrarlos en las actividades deportivas y recreativas de acuerdo a sus habilidades y capacidades cognitivas con el resto de sus compañeros para así contribuir a una buena salud física y sobre todo mental. Los beneficios en este deporte son: cognoscitivos, didácticos, sociales. Contribuye también al desarrollo creciente de la autoestima en los jugadores ya que crea un hábito de superación partida tras partida.

DESCRIPCIÓN DEL CONTEXTO



Figura 5.- CRIT Sonora (Centro de Rehabilitación Infantil Teletón).

HISTORIA

Teletón es un proyecto de unidad nacional. Amor, generosidad y solidaridad, son los valores que han logrado convocar a todo México con el firme propósito de fomentar una mejor calidad de vida para los niños y jóvenes con discapacidad, cáncer y autismo.

Teletón representa la oportunidad de renovar la confianza en las personas y en las instituciones, simboliza la unión y el compromiso de diferentes sectores de la sociedad en torno a esta causa social.

El 12 de diciembre de 1997, en México, Fernando Landeros, hoy presidente de Fundación Teletón, convocó por primera vez a 70 medios de comunicación, personalidades del espectáculo, diversas empresas y a toda la nación para realizar el primer evento Teletón.

Desde entonces, cada año se organiza un maratón televisivo para recaudar los

fondos que nos permitan cumplir nuestro fin último: trabajar arduamente por la rehabilitación y tratamiento de los niños y jóvenes con discapacidad, cáncer y autismo.

Somos muchas personas las que hacemos posible que Fundación Teletón crezca cada día. Gracias al amor de cada mexicano nació Teletón y desde entonces, la suma de voluntades hace posible su labor.

El Sistema de Centros de Rehabilitación Infantil Teletón (CRIT) conforma el sistema de rehabilitación infantil privado más grande del mundo. Los 21 Centros que actualmente operan en toda la República Mexicana benefician a más de 35,000 mil personas al año, mediante servicios de rehabilitación que buscan promover el pleno desarrollo e inclusión a la sociedad de los menores atendidos, dan atención a niñas, niños y adolescentes con discapacidad neuromusculoesquelética mediante un modelo de rehabilitación integral centrado en la familia. Tienen como objetivo la independencia funcional en las actividades de la vida diaria, así como la inclusión social y educativa.

En todos los CRIT se atienden a niñas, niños y adolescentes de 0 a 18 años de edad y sus familias, sin importar su raza, sexo, condición social o económica, cultura o religión. Los servicios especializados en Rehabilitación Pediátrica se brindan en las instalaciones de cada uno de los Centros ubicados a lo largo de la República Mexicana.

Desde la apertura del primer Centro en 1999, se han atendido a más de 85,740 beneficiarios. En noviembre de 2015 se inaugurará el CRIT número 22 en el Estado de Baja California.

Misión Fundación Teletón

Servir a nuestras niñas, niños y adolescentes con discapacidad y cáncer, promoviendo y salvaguardando los valores humanos a través de acciones que promuevan la justicia, verdad, paz, fraternidad y progreso.

MisiónSIT

Reconociendo y salvaguardando la dignidad de la persona, servimos a niñas, niños y adolescentes con discapacidad y cáncer, a través de un tratamiento integral, promoviendo su pleno desarrollo e inclusión en la sociedad.

VisiónSIT

Ser un sistema de atención pediátrico con los más altos estándares de calidad mundial, especializado en discapacidad neuromusculoesquelética, autismo y cáncer, bajo un modelo que promueva la dignidad de la persona y su inclusión a la sociedad para que goce a plenitud del ejercicio de sus derechos humanos.

Lema

El amor y la ciencia al servicio de la vida.

Objetivos

- Promover la unidad nacional en torno a una causa común.
- Servir a niños con discapacidad, cáncer y autismo en centros de atención especializados que basen sus acciones en los principios de calidad y calidez.
- Fomentar una cultura de inclusión de las personas con discapacidad y autismo en todos los ámbitos de la vida.
- Fortalecer la prevención y la detección temprana del cáncer, la discapacidad y el autismo en nuestro país.
- Contribuir con la labor de instituciones que trabajan en el sector de la discapacidad, el cáncer y el autismo en México a través del Fondo de Apoyo a Instituciones (FAI).

CRIT Sonora

El 15 de noviembre de 2010 se inauguró el Centro de Rehabilitación Infantil Teletón (CRIT) Sonora, el cual está ubicado en esta ciudad capital (Hermosillo). El centro es de los más grandes del país y cuenta con la más avanzada tecnología en aparatos y técnicas para atender a personas, niños principalmente, que enfrentan alguna discapacidad.

En CRIT Sonora las actividades que se llevan a cabo son: terapia física, terapia ocupacional, terapia psicológica y social, diferentes talleres como: Lúdico, de ballet, valores, reportaje, computación, deportes y otros. En el taller de deportes es donde se contempla la actividad física y el deporte adaptado y recreación. El área que se contempla para llevar a cabo nuestras actividades deportivas es la multicancha y aulas dentro de las mismas instalaciones, dentro las aulas en donde se practica ajedrez, iniciación a la Boccia y tenis de mesa.

La multicancha cuenta con dos canastas móviles para adecuarlas a los alumnos de baloncesto en silla de ruedas, también cuenta con tres canchas marcadas de boccia, dentro de la misma practicamos béisbol en donde adaptamos el terreno de juego para colocar las bases y el tee-ball, por último tenemos el tanque de rehabilitación donde se practica la natación adaptada.

También nos enfocamos en lo social ya que colaboramos en el Club Amigos Teletón donde el principal objetivo es incluir a los pequeños pacientes en la sociedad pero sobre todo buscar una conciencia social sobre las áreas de accesibilidad para personas con discapacidad, Aquí se desarrollan paseos dentro de la ciudad cada sábado durante un mes, apoyados por empresas locales y jóvenes voluntarios que no buscan algún beneficio económico ni educativo.



Figura 6.- Multicancha CRIT Sonora

MARCO TEÓRICO

Prácticas Profesionales dentro del Programa de Estudios

En los últimos años la Universidad de Sonora ha tenido grandes transformaciones y retos que enfrentar en sus diferentes funciones sustantivas, se constituye en un mecanismo que permitirá a los sonorenses en situación de vulnerabilidad social gozar de las condiciones necesarias para el aprovechamiento de las oportunidades económicas, políticas y sociales ofrecidas por nuestro sistema de organización social, y que los hará capaces de proveerse de medios para la generación de riqueza y bienestar. El proceso de vinculación es posible lograrlo mediante alianzas entre diferentes sectores e instituciones, de manera que se trabaje en objetivos comunes y con diferentes aporte, con alianzas que se establecen para cooperar en el desarrollo de políticas y prácticas mediante el intercambio y disposición de recursos, teorías, metodologías, equipos profesionales y de apoyos en red en el proceso de inclusión

Así mismo, la Universidad de Sonora, se ha mantenido atenta a estos cambios y ha estado a la vanguardia de las IES en México en varios aspectos de la modernización de la educación superior; en este contexto, se han formulado propuestas político-académicas institucionales, que permitan consolidar el tránsito hacia la construcción de una Universidad moderna, capaz de incorporar a sus procesos de docencia, investigación y extensión, de manera eficiente, los nuevos conocimientos científicos, tecnológicos y humanísticos.

Los lineamientos Generales para el Modelo Curricular de la Universidad de Sonora, tienen como propósito central sentar las bases para construir un modelo curricular donde la enseñanza se desarrolle en función del aprendizaje que realiza el alumno. De esta manera, el objetivo estratégico de las políticas académicas es la generación de un estudiante con nuevo perfil, con sentido de actualización y actitud de autoaprendizaje, capaz, competente, proclive a la interdisciplinariedad y al trabajo en equipo, responsable, consciente de sus deberes y exigente en

compartir actitudes, habilidades y conocimientos cada vez más certificados y acreditados.

Aunque no es posible que en pocas experiencias de aprendizaje el alumno alcance en su totalidad los valores, actitudes, conocimientos y habilidades planteados, los nuevos planes de estudio de la Universidad de Sonora deben provocar que los estudiantes realicen prácticas e intervengan en proyectos de investigación en instituciones externas, de tal forma que al egresar integren a su formación, experiencia y un mejor conocimiento del medio profesional donde deberán desenvolverse. Por esta razón, los planes de estudio deben considerar actividades en los sectores productivo y social con valor en créditos.

En la búsqueda por fortalecer los lazos de vinculación con organismos de los sectores productivos y gubernamentales, en la institución se han operado programas para el ofrecimiento de asesorías, servicios científicos, técnicos y transferencia de tecnología, principalmente. Esta labor ha posibilitado a los universitarios aportar soluciones viables a problemáticas del medio productivo gubernamental e industrial de la región, así como con empresas dedicadas a la prestación de bienes y servicios. Para ello, la Universidad de Sonora cuenta con instancias formales de vinculación y programas emprendidos desde las divisiones académicas.

En el Plan de Desarrollo Institucional de la universidad de sonora para el período 2013-2017(PDI), se contempla a la práctica profesional como un programa estratégico para contribuir con la renovación de las relaciones con el entorno en beneficio del desarrollo social, económico y cultural del estado y de la región. Considera como objetivo general: **consolidar la formación profesional de los estudiantes a través de modalidades de aprendizaje para el desarrollo de competencias profesionales en contextos laborales vinculados estrechamente con su formación, como recurso didáctico que integre los conocimientos, habilidades y actitudes adquiridos en el aula.**

Una de las principales actividades que ha permitido el avance del programa de prácticas profesionales fue la aprobación del Reglamento de Prácticas Profesionales (RGPP), que ha servido de base para organizar y promover que esta tarea se realice de manera adecuada en las empresas e instituciones, con la cual la Universidad de Sonora mantiene acuerdos ó convenios.

Los nuevos planes de estudio de la Universidad de Sonora deben posibilitar que los estudiantes realicen prácticas e intervengan en proyectos de investigación en instituciones externas, de tal forma que al egresar tengan experiencia y un mejor conocimiento del medio profesional donde deberán desenvolverse.

Las prácticas profesionales forman parte de la currícula de la mayor parte de los programas educativos de licenciatura a partir de la aprobación del nuevo modelo curricular de la Universidad. La inclusión de las prácticas profesionales en la currícula obedece a la intención de consolidar la formación profesional, acercando al estudiante a contextos laborales para que pueda integrar conocimientos, habilidades y actitudes aprendidos en el aula (Informe Anual, (2013-2014)).

La estructura del Programa de la Licenciatura en Cultura Física y Deporte, está basada en los lineamientos generales para un modelo Curricular de la Universidad de Sonora, que tiene como propósito sentar las bases para construir un modelo curricular donde la enseñanza se desarrolle en función del aprendizaje que realiza el alumno, en este sentido, la estructura está conformada por cinco ejes formativos (Común, Integrador, Básico, Profesionalizante y especializante).

El eje de formación profesionalizante de acuerdo con los lineamientos, proporciona los conocimientos, habilidades y destrezas que forman a los estudiantes para el ejercicio profesional en el mundo del trabajo, Este eje está compuesto por 19 materias (16 obligatorias y 3 optativas) valoradas con un total de 127 créditos.

Por lo anterior, las Prácticas Profesionales son la culminación de la formación como futuros profesionales de la licenciatura de Cultura Física y Deporte.

En los últimos cinco años se logró elevar la participación de los estudiantes en prácticas profesionales. En el periodo 2011-2015 realizaron sus prácticas profesionales 270 con un crecimiento a lo largo del periodo de 155%, lo que indica un avance en su consolidación. Así como también han participado 154 instituciones: 52 educativas, 46 del sector social y 56 privadas

El incremento de las instituciones participantes ha sido resultado de los convenios de colaboración firmados para que los estudiantes puedan desarrollar sus prácticas profesionales.

III. MATERIALES Y MÉTODOS

La asesoría y la supervisión de la práctica profesional del estudiante de licenciatura en cultura física y deporte, fueron elementos centrales de un proceso dinámico que tuvieron como objetivo: guiar, orientar y asesorar las acciones que se realizaron, con el fin de cumplir con los objetivos trazados en el programa de actividad física y deporte adaptado para niños con parálisis cerebral en el centro de rehabilitación Infantil e inclusión teletón. El tutor de las prácticas profesional fue el responsable de supervisar y dar seguimiento a las actividades del practicante.

Seguimiento y evaluación

Como parte del método administrativo, el seguimiento fue una responsabilidad compartida entre el centro de rehabilitación Infantil teletón (CRIT Sonora) y la universidad de sonora. Para la realización de las prácticas profesionales se contó con el apoyo del profesor del taller de deportes, en coordinación con el tutor, quien tuvo las siguientes funciones:

- Asesorar al estudiante para la realización de su práctica profesional.
- Asesorar al estudiante con relación a los objetivos trazados y procedimiento para la realización de la práctica.
- Asegurar que las actividades realizadas por el estudiante se llevaran acabo de acuerdo a lo establecido con el programa de prácticas profesionales, para lo cual debió comunicarse periódicamente con la unidad receptora.
- Evaluar la práctica en el marco del reglamento escolar así como los lineamientos emanados de los planes de estudio y los criterios aprobados por el consejo divisional correspondiente.
- Relacionar al estudiante con la unidad receptora: Centro de rehabilitación Infantil e inclusión teletón.

Actividades realizadas

La duración de estancia en el Centro de rehabilitación Infantil e inclusión teletón fue de cinco meses dosificados por 7 horas diarias haciendo un total de 380 en el periodo del 10 de febrero al 11 de julio de 2014, de lunes a viernes en un horario de 8:00am a 15:00 horas. Cumpliendo con los procedimientos establecidos por el reglamento general de prácticas profesionales. Las intervenciones que se realizaron correspondieron a la atención y/o necesidades detectadas durante el proceso de entrevista misma que se realiza en el momento en que el niño es inscrito en el centro.

La Boccia que es el deporte en específico para personas con P.C. Su objetivo a lograr es modificar la técnica de lanzamiento para dar una mayor amplitud a la extremidad superior derecha.

Conforme se va adquiriendo mayor técnica se van realizando modificaciones en el lanzamiento así como ejercicios específicos sobre las extremidades de mayor habilidad del jugador, logrando mejorar en la táctica del juego, donde se nota una mejora en la amplitud del lanzamiento y en el anclaje de sus extremidades inferiores para así lograr un mejor resultado en cada set del partido.

Con la aplicación de la técnica y la táctica del juego, este jugador logro controlar su ansiedad en cada partido, obteniendo, gracias a su dedicación, ser deportista de alto rendimiento, representando a Sonora, contando ya con 3 participaciones en olimpiadas nacionales.

Otro de los deportes con más demanda en participación es la **Natación**, en el cual el principal objetivo es buscar la pérdida del miedo y la prevención de un accidente, Así mismo fortalecer el sistema óseo y tener más coordinación en sus movimientos. Una vez planteado los objetivos que queremos conseguir, nos adentramos al tanque terapéutico para la práctica de la natación, Iniciando con ejercicios específicos para tronco superior y extremidades superiores.

Habiendo obtenido el control del tronco superior, se dio paso a la práctica de la técnica de espalda para coordinar sus movimientos al momento de girar para culminar en nado de Crol.

La deportista mejoro en la autoconfianza, gracias a ello se logró una clase más recreativa e imaginativa, la clase de natación abrió camino para que ella ingresara a otros deportes como béisbol, boccia, tae kwon do y defensa personal, como dato, logro ganar el premio municipal del deporte adaptado.

El material que utilizamos es: Balones de básquetbol, sillas de ruedas deportivas, balones de futbol, conos, portería, pelotas de béisbol, bates, bases, guantes y un tee-ball, 2 juegos de boccia, una cinta métrica, paletas de ping pon diseñadas para la Boccia así como 2 canaletas, Juego completo de ajedrez, juego de tenis de mesa (mesa, red y paletas), carrito transportador de material deportivo y tanque terapéutico para natación.

Se aplicó una encuesta, misma que fue elaborada con el fin de conocer las opiniones que tienen los padres de familia sobre el deporte y la actividad física adaptada brindada en el CRIT Sonora.



Figura 7.- Deportistas de Boccia



Figura 8.- Deportista de Natacion

IV. RESULTADOS

En las figuras siguientes muestran los resultados obtenidos en la encuesta aplicada a los padres de familia con el fin de conocer los beneficios de la actividad física y deporte adaptado como medio de recreación. Los padres están de acuerdo en que se deben realizar estas actividades por ser el medio de inclusión para una rehabilitación del tipo social.

En base a las encuestas aplicadas a los padres de familia de los niños con parálisis cerebral se obtuvieron los resultados generales de cada dimensión que a continuación se presentan.

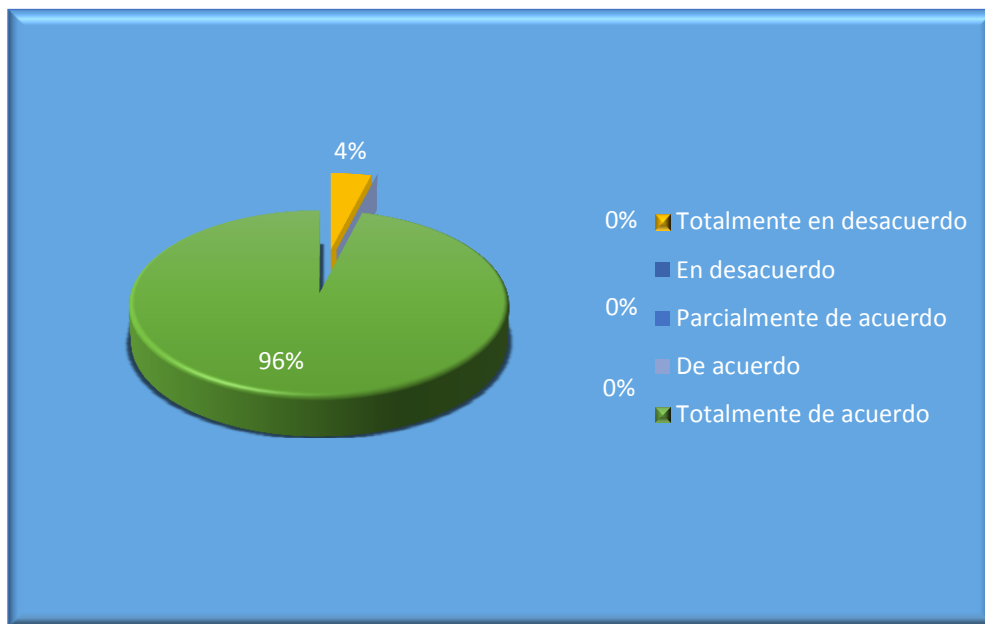


Figura 9.- Inclusión

En esta grafica general acerca de la dimensión de inclusión, se observa que la mayoría de la población encuestada dice estar totalmente de acuerdo con un 96%, al igual que estar de acuerdo, parcialmente de acuerdo se tiene el 0%, mientras que en desacuerdo con el 0% y en totalmente en desacuerdo un 4%.

En base a la encuesta aplicada a la población encuestada basada en la variable 1 que corresponde a la inclusión, se obtuvieron los resultados que a continuación se

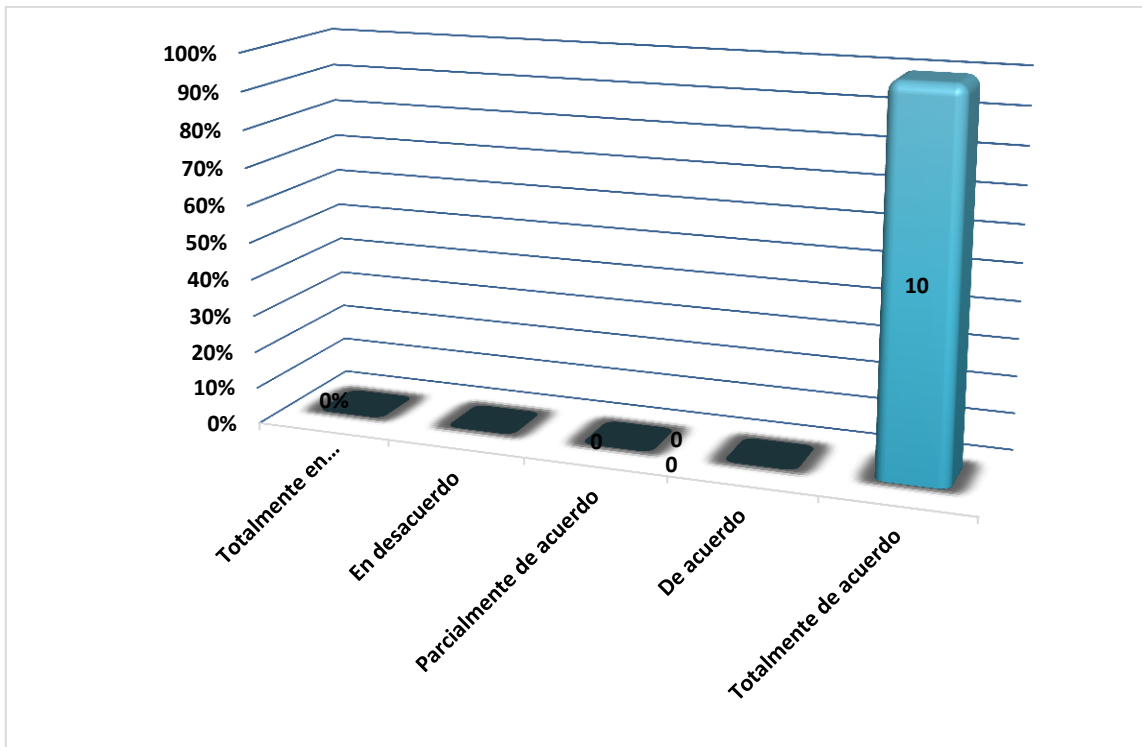


Figura 10. El deporte y la actividad física adaptada funciona como herramienta de recreación?

En esta gráfica se refleja que el 100% de las personas encuestadas están totalmente de acuerdo de que el deporte o actividad física adaptada funciona como herramienta de recreación, mientras que el 0% está parcialmente de acuerdo y de acuerdo, así como también 0% está totalmente en desacuerdo y en desacuerdo.

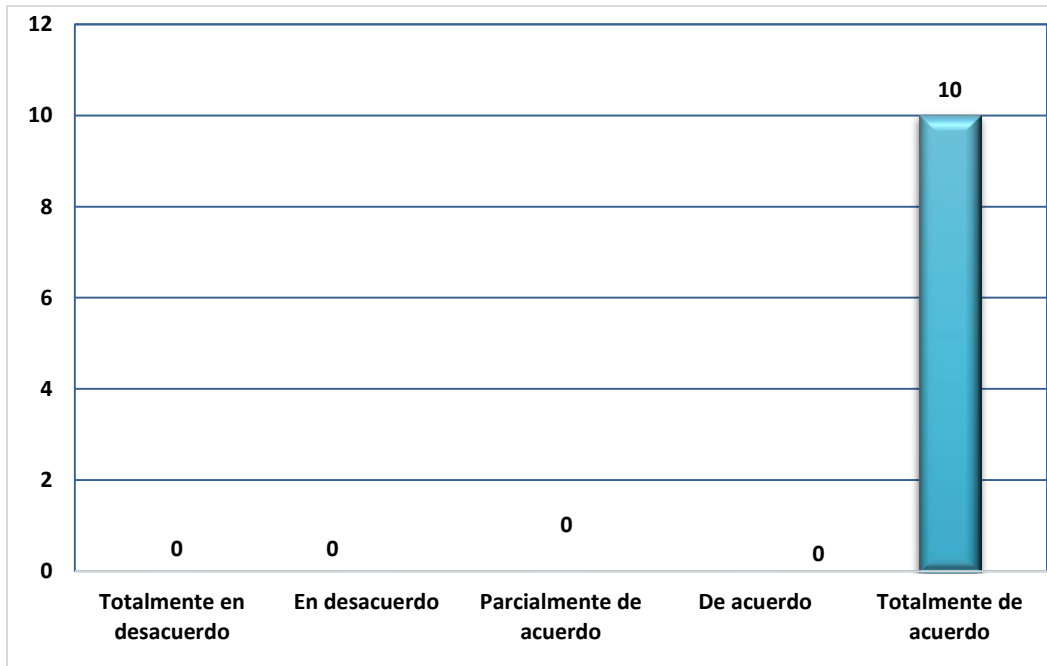


Figura 11.El deporte adaptado funciona como medio competitivo para su hijo?

En esta gráfica se observa que el 100% de las personas encuestadas están totalmente de acuerdo en que el deporte adaptado funciona como medio competitivo para su hijo, mientras que el 0% está parcialmente de acuerdo y de acuerdo, así como también 0% está totalmente en desacuerdo y en desacuerdo.

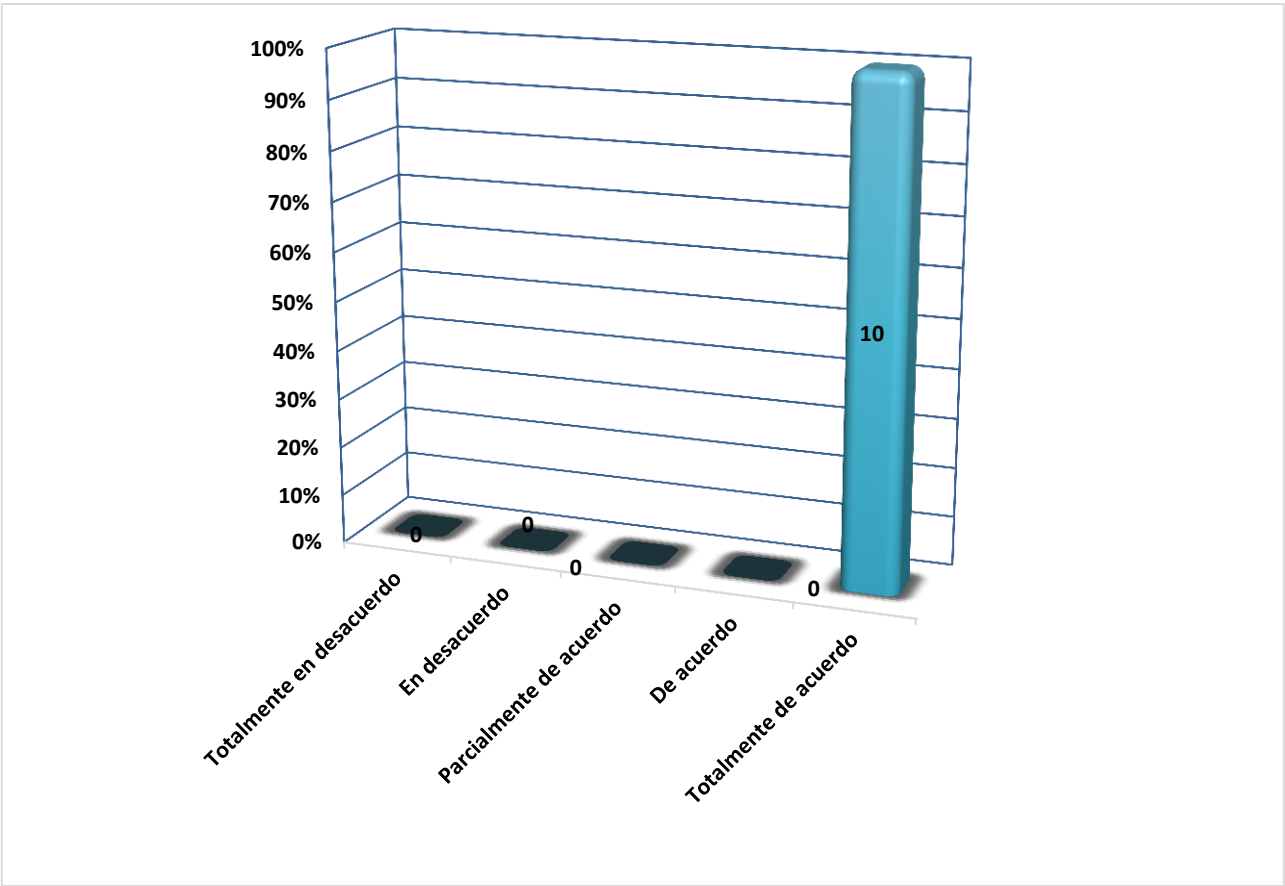


Figura 12. El deporte adaptado funciona como medio inclusivo para su hijo?

En esta gráfica podemos observar que el 100% de las personas encuestadas están totalmente de acuerdo de que el deporte adaptado funciona como medio inclusivo para sus hijos, mientras que el 0% está parcialmente de acuerdo y de acuerdo, así como también 0% está totalmente en desacuerdo y en desacuerdo.

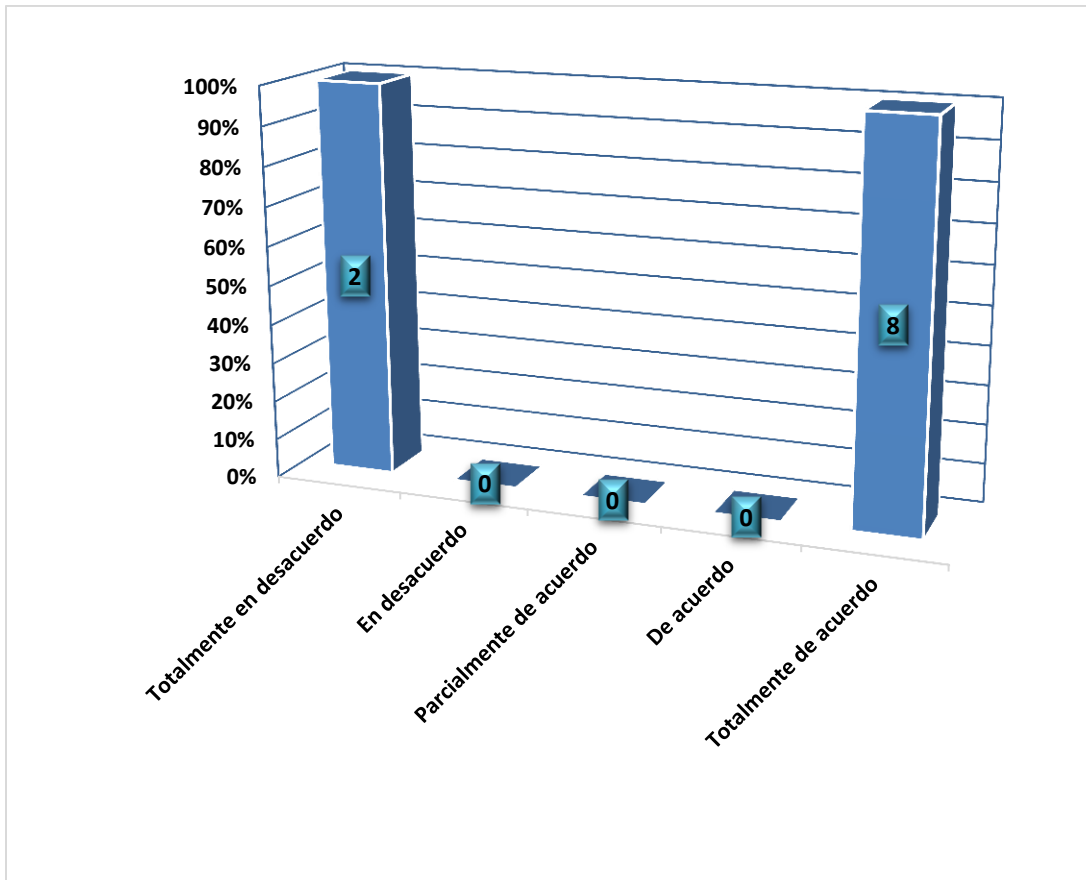


Figura 13. El lugar donde realiza las actividades es adecuado para la práctica del deporte?

La gráfica nos muestra que el 80% de los padres de familia encuestados están totalmente de acuerdo que el lugar donde realizan las actividades es adecuado para la práctica del deporte, el 0% están parcialmente de acuerdo y de acuerdo y en desacuerdo, el 20% está totalmente en desacuerdo.

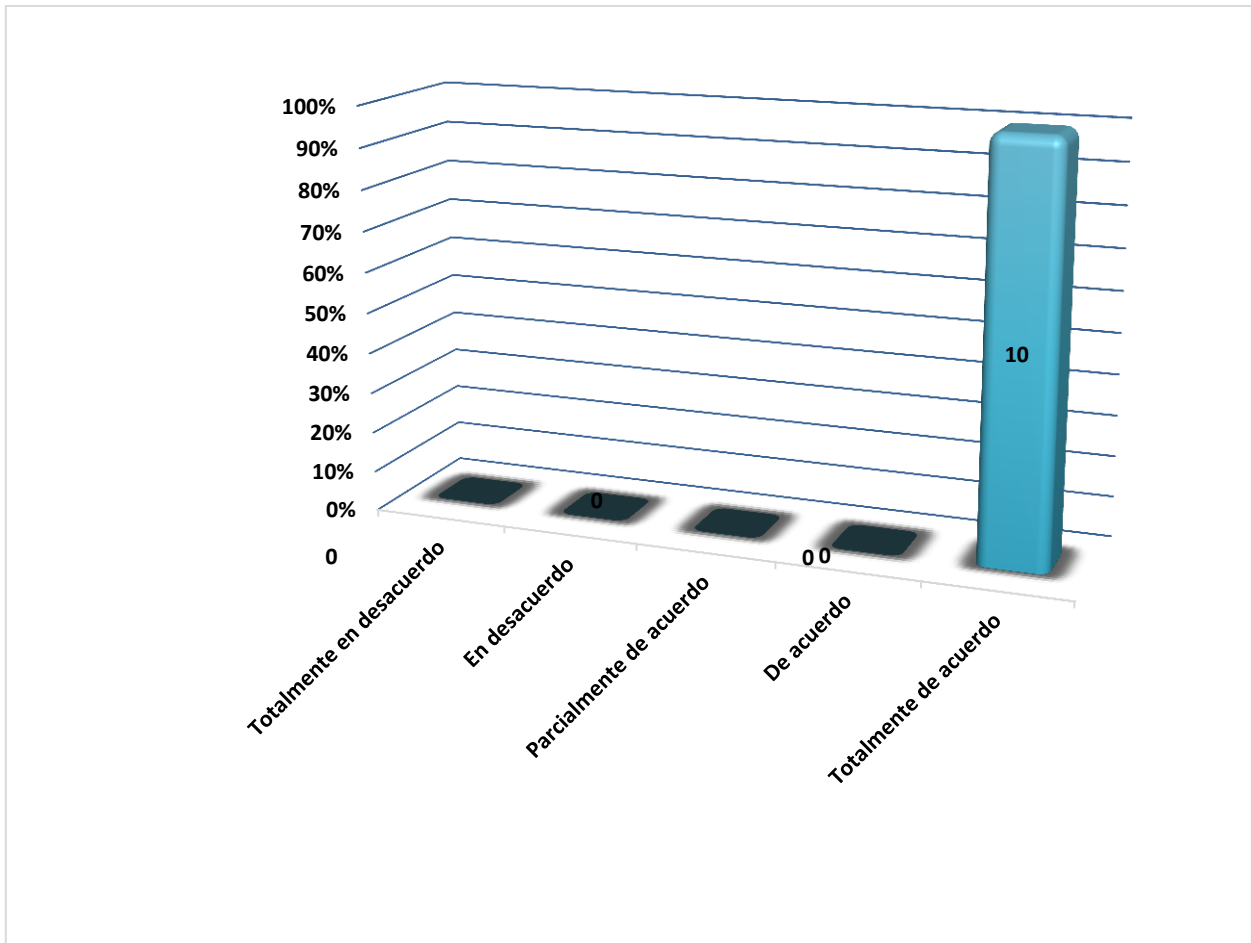


Figura 14. Recomendaría a otros padres de familia que sus hijos realicen deporte adaptado?

En esta gráfica podemos observar que el 100% están totalmente de acuerdo de recomendar a otros padres de familia que sus hijos realicen deporte adaptado, mientras que el 0% está parcialmente de acuerdo y de acuerdo, como también el 0% está totalmente en desacuerdo y en desacuerdo.

V. CONCLUSIONES

El programa de prácticas profesionales cumplió con su objetivo, permitiendo relacionarme con el medio laboral, brindándome la oportunidad de aplicar conocimientos y habilidades adquiridas a través de la formación académica brindadas por el programa educativo.

La realización de las prácticas profesionales facilitó:

- Adquirir experiencia profesional
- Interactuar con profesionales del ramo del área de trabajo
- Experimentar las responsabilidades profesionales
- Acceder a diferentes tecnologías
- Incentivar la toma de decisiones en diferentes situaciones
- Obtener conocimientos y experiencia profesional de una fuente real (unidad receptora), fortaleciendo los conocimientos teóricos, habilidades y actitudes obtenidas en la formación académica.
- Oportunidad de poner en práctica algunos atributos personales como son: iniciativa, responsabilidad, disciplina, capacidad de integrarse a trabajar en equipo, entre otras. Además, de desempeñarse con ética profesional.

La experiencia adquirida en el centro de rehabilitación infantil e inclusión teletón en el taller de deportes me permitió desarrollarme como profesional pero al mismo tiempo desarrollarme en el sentido humano, gracias a ello vamos generando una conciencia sobre la inclusión en todos los ámbitos y en este caso especial, en lo deportivo. El esfuerzo y la dedicación hicieron que este proyecto se llevara a cabo satisfactoriamente, además me permitió conocer las necesidades específicas de cada paciente y así adaptarlas a los diferentes deportes practicados.

RECOMENDACIONES

- En especial para padres de familia, ya que son un poco escépticos de los beneficios de la actividad física adaptada o algún deporte para sus hijos, se les pide un poco de más confianza hacia los maestros especializados en deporte para discapacitados.
- A partir de mi experiencia en la participación en estas actividades que se desarrollan en el crit considero que es muy importante dar seguimiento a los proyectos y seguir conservando el convenio que se tiene con la Universidad de Sonora y el Centro de Rehabilitación Infantil e Inclusión Teletón para que se sigan dando buenos resultados y seguir creciendo en este y otros programas.
- Considero también que es pertinente que los estudiantes se involucren desde que empiecen sus prácticas profesionales y aprovechar al máximo su tiempo dentro de la unidad receptora, para ampliar sus conocimientos y experiencias logrando una formación más integral.
- Para los alumnos próximos a egresar en esta área de la discapacidad, debemos empaparnos día a día de nueva información y sobre como emplearla en nuestras actividades, no sólo es la información adquirida dentro de la escuela sino también la práctica es lo que nos hace buenos maestros, ya que a lo largo de mi experiencia laboral se han presentado algunos casos extremos en la forma de cómo tratar al niño y al padre de familia, no necesariamente tiene que ser sobre parálisis cerebral sino también en los demás tipos de discapacidad ya sea sensorial o intelectual.
- Que la Universidad de Sonora siga realizando proyectos en beneficio de los alumnos para mejor desempeño en el campo laboral.

REFLEXIONES PERSONALES

Al realizar las prácticas profesionales como un paso final de nuestra formación como futuros profesionistas, ha sido muy satisfactorio, ya que me permitió adquirir la experiencia y experimentar el paso de ser un estudiante a un practicante en esta profesión. Esta experiencia me ayudo a concluir mi eje profesional para poder desenvolverme en un futuro en el área de investigación.

Las prácticas profesionales contribuyeron a culminar la Licenciatura de Cultura Física y Deporte, donde es un reto salir del aula hacia la vida laboral, brindándonos la oportunidad de conocer un nuevo equipo de trabajo, compañeros y amigos dentro de una institución como es el centro de rehabilitación infantil e inclusión teletón quienes me brindaron sus conocimientos, apoyo, experiencia y amistad.

La mejor experiencia y mi mayor satisfacción es haber trabajado con niños con parálisis cerebral y de haber incluido a una persona en el ámbito deportivo, es lo mejor que me ha pasado en mi vida. Ya que en tiempos pasados yo viví un caso similar con un familiar cercano, la cual también tiene Parálisis cerebral.

Desde el primer momento de entrar al CRIT Sonora se siente una energía de colaboración, me hicieron sentir con una confianza extrema gracias al apoyo de sus colaboradores, sobre todo hacerme sentir con una gran responsabilidad, me di cuenta que no sólo es la rehabilitación física para una persona con discapacidad motriz, sino que conlleva una serie de acciones para poder salir adelante, es interesante la comunicación entre cada uno de los colaboradores para así hacer un trabajo único, sólo me resta dar gracias a los padres de familia por hacerme sentir parte de la rehabilitación de sus hijos y por darme esa confianza día con

BIBLIOGRAFÍA:

- Casajús J.A., Rodríguez G.(2011) Ejercicio físico y salud en poblaciones especiales. Exernet. consejo superior de deportes.
- Chávez,M.(2015) *Nivel de actividad física en relación con el estado de salud general del estudiante universitario de Sonora-México.*(tesis doctoral).Universidad de Extremadura, España.
- David Sanz Rivas y Raúl Reina Vaíllo (2012), *Actividades Físicas y Deportes Adaptados para personas con discapacidad* Barcelona. Editorial Paidotribo
- Federación Andaluza de Deportes para Minusválidos Física (2005) *Deporte y Discapacidad*. Junta de Andalucía.
- Gutierrez, M. y Caus, N. (2006). Análisis de los motivos para la participación en actividades físicas de personas con y sin discapacidad. *Revista Internacional de Ciencias del Deporte*. 2(2), 49-64. <http://www.cafyd.com/REVISTA/art4n2a06.pdf>.
- GAREL, J-P. (Dir.) (2007). "Educación Física y discapacidades motrices". Inde, Barcelona.
- Hutzler, Y. (2007). Investigación Basada en la Evidencia sobre Actividad Física Adaptada: un Análisis de la Literatura. II Conferencia Internacional sobre Deporte Adaptado. Málaga.[//www.cafyd.com/REVISTA/art4n2a06.pdf](http://www.cafyd.com/REVISTA/art4n2a06.pdf)
- Hernández Vázquez, F.J. (coord..) (2012). *Inclusión en Educación Física*.
- Javier Pérez Tejero *La Actividad Física Adaptada para personas con discapacidad en España: perspectivas científicas y de aplicación actual*. Centro de Estudios sobre Deporte inclusivo, Facultad de Ciencias de la Actividad Física y el Deporte Universidad Politécnica de Madrid C/ Martín Fierro nº 7. 28040 Madrid j.perez@upm.es
- OMS report obesity. Preventing and managrig the global epidemic. Who consultation on obesity. Genova: World health organization. 2000.
- Raúl Reyna Vaíllo (2010), *la actividad física y deporte adaptado ante el espacio europeo de enseñanza superior*, sevilla, wanceulen editorial deportiva s.l.

- Jean-Pierre Garel (Director), (2007), Educación Física y discapacidades motrices, España, editorial:2007 inde publicaciones.
- Pérez, J., Coterón, J., Sampedro, J. (eds.) (2010) “Discapacidad, actividad física y deporte: clave para la calidad de vida”. Publicaciones CEDI 1, Centro de Estudios sobre Deporte Inclusivo, Universidad Politécnica de Madrid. Madrid. 397.
- RIOS HERNÁNDEZ, M. (2003): “Manual de educación física adaptada al alumnado con discapacidad”. Editorial Paidotribo.
- Sanchez Bañuelos F. La actividad física orientada hacia la salud. Madrid: biblioteca nueva. 19.
- TORRALBA JORDÁN, M.A. (2004): “Atletismo adaptado para personas ciegas y deficientes visuales”. Editorial Paidotribo, Barcelona
- UNESCO, Primera conferencia internacional de ministros y líderes en actividad física, derechos específicos para las personas en situación de discapacidad en cuanto a la práctica de la actividad física. 1976. 27.
- Universidad de Sonora. 2014. Reglamento Escolar. Consultado en septiembre2014 http://www.uson.mx/institucional/marconormativo/reglamento_sescolares/reglamentodepracticaprofesionales.pdf.
- V.V.A.A. (2003) “Deporte y discapacidad”, Federación Andaluza de Deportes para Minusválidos Físicos; Diputación de Córdoba.

Referencias de internet:

<https://books.google.com.mx/books?id=8h7jCgAAQBAJ&pg=PA37&lpg=PA37&dq=AFA+para+Sherrill&source=bl&ots=VDNSiTH3XJ&sig=k1SmS6sXsHU6xDMc24SFy2-7UE8&hl=es->

[419&sa=X&ved=0ahUKEwjwhIPyjc3KAhXpvIMKHcYgAkQQ6AEIHTAA#v=onepage&q&f=false](https://books.google.com.mx/books?id=8h7jCgAAQBAJ&pg=PA37&lpg=PA37&dq=AFA+para+Sherrill&source=bl&ots=VDNSiTH3XJ&sig=k1SmS6sXsHU6xDMc24SFy2-7UE8&hl=es-419&sa=X&ved=0ahUKEwjwhIPyjc3KAhXpvIMKHcYgAkQQ6AEIHTAA#v=onepage&q&f=false)

Teletón México <http://www.teleton.org/home/contenido/filosofia-y-valores-teleton>

Asociación Española de Pediatría <http://www.aeped.es/>

<https://www.aeped.es/sites/default/files/documentos/36-pci.pdf>

<http://www.aspace.org/paralisis-cerebral/tipos-de-paralisis-cer>

www.deposoft.com.ar/repo/publicaciones/manualentrenadorsilladeruedas.pdf

ANEXOS

CENTRO DE REHABILITACIÓN INFANTIL E INCLUSIÓN TELETON

COORDINACIÓN DE PROYECTOS ESPECIALES

NOMBRE DEL PROGRAMA: CUARTA CONVIVENCIA DEPORTIVA INTERCRIT SONORA				FECHA: VIERNES 23 DE OCTUBRE DEL 2015	
DATOS GENERALES					
LUGAR DE LA EVENTO.		COEGIO LARREA			
HORARIO APROXIMADO		8:00-13:00 HRS.			
PROGRAMA DE ACTIVIDADES					
HORA					
7:00	✓ Llegada de voluntarios.				
7:10	✓ Lectura de la orden del día.				
7:40	✓ Instalación de jueces, personal de registro y apoyo para actividades				
Inicio	Tema	Duración	Fin	Material	Responsable
8:00	Recepción de participantes	20 min.	8:20	-Identificador	Equipo de Proyectos Especiales
8:20	Integración de equipos	10 min.	8:30	-Hojas de registro -Plumas	
8:30	Palabras de bienvenida	10 min.	8:35	-Equipo de Sonido -Pódium -Mampara CRIT	Lic. Jorge Alcantara Aguilera Director General CRIT
8:35	Presentación de Equipo de Boccia	15 min.	8:50	-Equipo de sonido -Relación de jugadores por equipos	Dario Brau
8:50	Torneo de Boccia.	2: 40 horas	11:30	-Cacha de boccia -4 juegos de boccias - 2 cintas métricas -Bancos para auxiliares. -2 canaletas - 4 jueces -Mesa de jueces	ISIDRO MEXIA Jueces
8:50	Presentación de los equipos de Beisbol	20 min.	9:10	-Equipo de sonido -Relación de jugadores por equipos	MARTIN MEZA.
9:10	Inicio de Juego de Beisbol	1:40 min	10:50	Pendiente	Carlos Gonzalez
11:30	Entrega de medallas y Trofeos 1.- 1er. Equipo Beisbol 2.- 2do. Equipo de Beisbol 3.- Participantes Boccia 4.- Tercer Lugar Boccia 5.- Segundo Lugar Boccia 6.- Primer Lugar Boccia	40 min.	12:10	Medallas y Trofeos	Papás de Niños y Jóvenes Patrocinadores
12:10	Clausura del evento y Entrega de agradecimientos	10 min.	12:20	Equipo de Sonido	Patrocinadores y Jueces

Tabla 1.- Cronograma de actividades de la cuarta convivencia deportiva Inter – Crit Sonora

ACTIVIDADES POR DEPORTE

Baloncesto en sillas de ruedas

El lanzamiento: se debe hacer a la altura de la cintura y por un lado ya que así se logra obtener una mayor fuerza de impulso para lograr que el balón enceste.

Ejercicios: se colocan en medio de la cancha y avanzan al punto de tiro libre a velocidad media y otro compañero que esta de lado izquierdo o derecho lanza un pase (picado o de pecho) y al momento de atrapar el balón tiene que lanzarlo y tratar de encestar el balón

El pase.- se tiene que buscar la mejor posición del compañero de equipo ya que es muy probable un bloqueo de balón porque todos están al mismo nivel. El pase picado tiene que ser preciso ya que tiene que llegar al compañero a la altura del pecho.

Bloqueo del balón

Se busca estar lo más cerca posible del contrario para impedir que haga un pase levantamos las manos si quiere realizar un pase flotado o bien ponemos la mano en el balón cuando este lo tenga en las piernas, el bloqueo de la silla se tiene que hacer por un lado intentando enganchar las ruedas de ambas sillas ya que si atacamos de frente se puede cometer una falta.

Ejercicios de Dribleo.

De extremo a extremo de la cancha en 3 diferentes velocidades (baja, media y alta) al llegar al centro de la cancha y cuando los jugadores se estén lo más cerca posible driblar hacia el lado derecho de cada jugador para evitar un choque.

Ejercicios de lanzamiento a la canasta.

Los alumnos a la línea central de la cancha, el maestro al silbatazo lanza el balón al aire y el alumno intenta atrapar el balón antes de que de 5 botes, ya controlado el balón dirigirse a la canasta y hacer un lanzamiento intentando

Fútbol

Control y dirección del balón.

-Calentamiento

- Movimientos sin balón de extremo a extremo de la cancha simulando traer el balón de fútbol así logramos identificar los movimientos que pueden dificultarse a los alumnos al momento de hacer la práctica.

- Colocamos dos filas de conos, buscando dirigir el balón por dentro de las dos filas hasta llegar a la portería para realizar un tiro a gol y tratar de anotar.

- Colocamos una fila de conos separados, buscando como objetivo el control y dirección del balón haciendo movimientos de zig- zag y hacer un tiro a gol y tratar de anotar.

- Las filas de conos podemos acomodarlas a placer o comodidad del alumno y también conseguir un grado de dificultad para ellos mismos buscando siempre el valor del esfuerzo.

-Realizar tiros penales para corregir posturas corporales y tener control total al momento de tomar la postura para el tiro.

Tenis de mesa

Iniciación, control y manejo de la paleta: círculos con la paleta y por debajo de esta, la pelota así podremos identificar los límites de movimiento del alumno, también incorporando ejercicios para dirigir la pelota al frente, atrás y a ambos lados.

-Colocamos a los jugadores por las líneas laterales, pasar la pelota de extremo a extremo logrando así un calentamiento activo.

- El maestro se coloca en la línea base de la mesa y lanza pelotas como saque al alumno y este intenta devolver la pelota a la cancha contraria.

- Buscar siempre objetivos fijos para que el alumno busque dirigir el tiro hacia esa zona de la cancha, ejemplo: poner objetos, pintar la zona donde queremos que el alumno direcciona su tiro.
- Siempre debemos tomar en cuenta las necesidades de la personas y hasta donde es su límite para realizar las actividades.
- No limitarse a su discapacidad, debe buscar el alumno la manera adecuada como practicar dichas actividades.

Ajedrez

Iniciación: Se requiere mucha paciencia por parte del instructor atendiendo a las necesidades del alumno. NO debemos saturar la mente del alumno con reglas y reglas lo que ellos quieren es jugar, así que juguemos con ellos.

Las 16 piezas de color claro se denominan piezas blancas, distribuidas en las filas 1 y 2. Las 16 piezas de color oscuro se llaman piezas negras, dispuestas en las filas 7 y 8.

Las dos torres blancas se sitúan frente a las dos torres negras en oposición y se colocan en las esquinas del tablero.

Los caballos se ubican al lado de las torres. Los dos alfiles se ubican al lado de los caballos.

La dama se coloca en la casilla central de su color, la casilla central blanca para la dama blanca y la casilla central negra para la dama negra.

El rey blanco se sitúa en la casilla central negra y el rey negro se ubica en la casilla central blanca.

Los peones blancos se colocan en la segunda fila y en la séptima fila se ubican los peones negros

Fin del juego: El ganador es el que da jaque mate al Rey del jugador contrario.

- Los peones se colocan en la segunda fila, los movemos uno a uno, el adversario también hace el mismo juego, solo con peones.

Poco a poco le hacemos ver las reglas. El peón captura en forma diferente a como se mueve: avanza de frente y captura en diagonal, ataca hacia adelante las dos casillas contiguas diagonalmente y es la única pieza que no puede retroceder, avanza desde la posición inicial, si lo desea el jugador, una o dos casillas y a partir del segundo movimiento avanza sólo una casilla por movimiento. El peón requiere para su desplazamiento que la casilla a la que se ha de mover esté libre (despejada de piezas propias y/o del adversario).

- Las torres son la segunda pieza de mayor movilidad sobre el tablero, Son las piezas más fuertes de que dispone cada bando para concretar los ataques contra el rey adversario.

La torre se desplaza en línea recta sin límite de casillas. Su radio de acción, o puntos que controla y/o ataca, están dirigidos en cuatro direcciones. Por la columna hacia delante y atrás, y por la fila hacia la derecha y la izquierda.

La torre requiere para su desplazamiento que las vías por donde se ha de mover estén libres de piezas propias y del adversario. Recorren las columnas y filas, sin límites de casillas, siempre que no encuentren obstáculos.

- El caballo ataca únicamente la casilla final, que siempre es de color contrario al de la casilla donde está ubicado inicialmente. Su forma de salto se ejecuta de la siguiente manera: se levanta el caballo de la casilla de origen, se avanza en línea recta en dirección similar a la torre pero únicamente una casilla por la columna o por la fila; luego continúa con el movimiento simulando una “L”, para ser ésta la casilla final controlada o atacada por el caballo.

Otra forma de indicar su desplazamiento es moviéndolo dos casillas hacia adelante, atrás, la derecha o la izquierda y luego un cuadro hacia un lado.

El caballo no requiere que las vías por donde se desplaza estén libres de piezas propias o del adversario.

El desplazamiento de los caballos es saltando sobre todo tipo de obstáculos, piezas propias y piezas enemigas.

- **El alfil** utiliza en su desplazamiento como vías principales las diagonales. Es el responsable de cuidar las casillas de color por donde se desplaza y no le está permitido cambiar de color de diagonal.

El desplazamiento del alfil es en diagonal y sin límite de casillas. Su radio de acción está dirigido en cuatro direcciones: por la diagonal mayor hacia adelante y atrás y de igual manera, por la diagonal menor. Formando la gráfica en su andar del signo matemático x

- **La Reyna** es una de las piezas de mayor movilidad sobre el tablero, el movimiento de la dama es muy potente y está dirigido en todas las direcciones, se representa gráficamente por la suma de los movimientos de torre y del alfil.

La dama, al igual que la torre y el alfil, requiere para su desplazamiento que las vías por donde se ha de mover, estén libres de piezas propias o del adversario

- **El rey** es la pieza fundamental de la partida de ajedrez, es el objetivo final de la batalla y es una pieza irremplazable.

Los dos reyes no podrán, durante la partida, estar ubicados en casillas contiguas. Siempre debe haber por lo menos una casilla libre, u ocupada por otra pieza, entre ellos.

Por ser el objetivo del juego, esta pieza debe estar fuertemente custodiada por todas las demás.

El rey se desplaza en línea recta una sola casilla por movimiento, su radio de acción o puntos está dirigido en ocho direcciones, por la columna, la fila y las dos diagonales. Para su desplazamiento requiere que las vías por donde se ha de mover estén libres de piezas propias o del adversario.

Al ser la pieza indispensable del juego, es imposible asignarle un valor numérico, por esta razón se le atribuye el valor de infinito o absoluto.

Hermosillo, Sonora. 29 de Septiembre del 2015.

**INGENIERO. CARLOS EDUARDO GUTIERREZ SOTO.
GERENTE DE VENTAS PLANTA HERMOSILLO.
P R E S E N T E.-**

Actualmente el **Centro de Rehabilitación Infantil Teletón, Sonora**, está atendiendo a más de **990 pacientes** de entre **0 y 18 años de edad** con al menos una **discapacidad neuromusculo-esquelética**, a través de una **rehabilitación integral** que no solo se centra en el aspecto **físico** del menor, sino también el **psicológico, espiritual y social** (pacientes y familiares).

El área de **Proyectos Especiales**, con el fin de seguir ofreciendo más oportunidades de **integración social** para nuestros niños y jóvenes con discapacidad, continua con el programa de Talleres Teletón cuyo objetivo es que a través de diversas actividades reforzamos habilidades sociales, físicas y emocionales en los Niños y Jóvenes con discapacidad a través de la adquisición de habilidades, destrezas y del uso del tiempo libre. Entre los talleres que ofrecemos en nuestro centro se encuentra el Taller de Deporte. En el cual se llevan a cabo diversas disciplinas deportivas, entre ellas: Iniciación deportiva, Boccia, Fútbol, Basquetbol en Silla de Ruedas, Ajedrez y Natación.

El día **23 de Octubre del presente año** a partir de las 8:00 horas, se llevará a cabo la **4ta. Convivencia Deportiva Inter CRIT Sonora** con la participación aproximada de **80 pacientes** y sus familias, con el objetivo de realizar una demostración de las actividades que se realizan en cada taller y promover entre nuestras familias la integración social de nuestros niños y jóvenes con discapacidad, a través del deporte adaptado.

Por lo anterior, solicitamos su apoyo con dos área de hidratación y 80 suvenires (playeras o gorras) las cuales serán utilizadas de forma significativa para nuestros pacientes en las actividades a desarrollar. Conociendo la filosofía de Teletón, somos un programa el cual depende de la buena fe de aquellos mexicanos comprometidos con su labor y respaldados por valores que nos fortalecen como personas, por ello solicitamos que dicho material sea donado para beneficio de nuestros niños.

Agradeciendo la atención a ésta solicitud y en espera de una respuesta favorable quedo a sus órdenes para cualquier duda o aclaración.

Para que el amor siga haciendo milagros lo invitamos a ser parte de éste esfuerzo...

Atentamente

**LIC. Carlos Antulio González Almaraz
Maestro de Educación Física
Teléfono: (662)2365500
Email: gonzaleza@teletón-son.org.mx**

Hermosillo, Sonora. 29 de Septiembre del 2015.

**LIC. NORMA DEL CARMEN LOPEZ ARMENTA
COORDINADOR DE DEPORTE DEL COLEGIO LARREA.
P R E S E N T E.-**

El amor hace milagros... es un lema que gracias a la suma de millones de mexicanos ha sido posible comprobar en los eventos TELETÓN. Como fruto de estos eventos, nace en México el sistema CRIT (Centro de Rehabilitación Infantil Teletón), que busca elevar la calidad de vida de niños con discapacidad física y de sus familias a través de un proceso de rehabilitación y de la promoción de su adaptación e integración a la sociedad.

Como parte de estos esfuerzos surge, dentro del CRIT, el programa de Talleres Teletón cuyo objetivo es que a través de diversas actividades reforzamos habilidades sociales, físicas y emocionales en los Niños y Jóvenes con discapacidad a través de la adquisición de habilidades, destrezas y del uso del tiempo libre.

Entre los talleres que ofrecemos en nuestro centro se encuentra el Taller de Deporte, en el cual se llevan a cabo diversas disciplinas deportivas, entre ellas: Iniciación deportiva, Boccia, Futbol, Basquetbol en Silla de Ruedas, Ajedrez, Tenis de Mesas, Beisbol y Natación.

El día **23 de Octubre del presente año**, se llevará a cabo la **4ta. Convivencia Deportiva Inter CRIT Sonora** con la participación aproximada de 80 pacientes y sus familias, con el objetivo de realizar una demostración de las actividades que se realizan en el taller de Beisbol y Boccia, promoviendo entre nuestras familias la integración social de los niños y jóvenes con discapacidad, a través del deporte adaptado.

Por lo anterior, requerimos de su apoyo para que dichas actividades se realicen en las **instalaciones del Colegio LARREA** el día mencionado, en un horario de 7:00 a 13:00 horas. Conociendo la filosofía de Teletón, somos un programa el cual depende de la buena fe de aquellos mexicanos comprometidos con su labor y respaldados por valores que nos fortalecen como personas, por ello solicitamos que el uso de dichas instalaciones sea donada para beneficio de nuestros niños.

Agradeciendo la atención a ésta solicitud y en espera de una respuesta favorable quedo a sus órdenes para cualquier duda o aclaración.

Para que el amor siga haciendo milagros lo invitamos a ser parte de éste esfuerzo...

Atentamente

**LIC. Carlos Antulio González Almaraz
Maestro de Educación Física.
Teléfono: (662)2365500
Email: gonzaleza@teletón-son.org.mx**

Hermosillo, Sonora. 29 de Septiembre del 2015.

**CLUB DE LEONES HERMOSILLO KINO
P R E S E N T E.-**

ATN. Lic. Marcos Johnson

El amor hace milagros... es un lema que gracias a la suma de millones de mexicanos ha sido posible comprobar en los eventos TELETÓN. Como fruto de estos eventos, nace en México el sistema CRIT (**Centro de Rehabilitación Infantil Teletón**), que busca elevar la calidad de vida de niños con discapacidad física y de sus familias a través de un proceso de rehabilitación y de la promoción de su adaptación e integración a la sociedad.

Como parte de estos esfuerzos surge, dentro del CRIT, el programa de Talleres Teletón cuyo objetivo es que a través de diversas actividades reforzamos habilidades sociales, físicas y emocionales en los Niños y Jóvenes con discapacidad a través de la adquisición de habilidades, destrezas y del uso del tiempo libre. Entre los talleres que ofrecemos en nuestro centro se encuentra el Taller de Deporte. En el cual se llevan a cabo diversas disciplinas deportivas, entre ellas: Iniciación deportiva, Boccia, Futbol, Basquetbol en Silla de Ruedas, Ajedrez y Natación.

El día **23 de Octubre del presente año** a partir de las 9:00 horas, se llevará a cabo la **4ta Convivencia Deportiva Inter CRIT Sonora** con la participación aproximada de 80 pacientes y sus familias, con el objetivo de realizar una demostración de las actividades que se realizan en cada taller y promover entre nuestras familias la integración social de nuestros niños y jóvenes con discapacidad, a través del deporte adaptado.

Por lo anterior, solicitamos su apoyo con 80 medallas (40 de de Boccia y 40 de Beisbol), tres trofeos que serán utilizados para premiar simbólicamente a los participantes de dicho evento, los trofeos consisten en: 1 de primer lugar, 1 de segundo lugar y 1 de tercer lugar. Conociendo la filosofía de Teletón, somos un programa el cual depende de la buena fe de aquellos mexicanos comprometidos con su labor y respaldados por valores que nos fortalecen como personas, por ello solicitamos que dichos productos sean donados para beneficio de nuestros niños.

Agradeciendo la atención a ésta solicitud y en espera de una respuesta favorable quedo a sus órdenes para cualquier duda o aclaración.

Para que el amor siga haciendo milagros lo invitamos a ser parte de éste esfuerzo...

Atentamente

**LIC. Carlos Antulio González Almaraz
Maestro de Deporte de Educación Física.**

Teléfono: (662)2365564

Email: gonzaleza@teletón-son.org.mx

Hermosillo Sonora. A 2 de septiembre de 2013

Lic. Educación Física Cristóbal Vargas Ibarra
Director General del Instituto del Deporte de Hermosillo.
Presente.

Como parte de tratamiento integral de nuestros pacientes del Centro de Rehabilitación Infantil Teletón Sonora existe el área de Proyectos Especiales, en la cual por medio del deporte adaptado se busca el desarrollo de habilidades tanto físicas como sociales promoviendo la independencia y fortalecimiento de su autoestima.

Es por ello que se llevara a cabo el día 25 de octubre del año en curso la segunda convivencia deportiva INTERCRIT siendo nuestros pacientes los protagonistas de este evento.

Por tal motivo y conociendo de ante mano su labor social y generosidad solicitamos su patrocinio de 60 medallas no importando el color del metal y 6 trofeos los cuales se requiere que sean 2 de primer lugar, 2 de segundo y 2 de tercero para poder premiar dicho encuentro deportivo.

Esperando contar con su apoyo.

Quedando a sus órdenes.

Atte. Coordinación de Proyectos Especiales.

TALLER DE DEPORTE					
Hora	Servicio (LUNES)		Hora	Servicio (MARTES)	
08:00	PE Taller Beisbol		08:00	PE Taller Futbol	
09:00	PE Taller Boccia		09:00	PE Taller Boccia	
10:00	PE Taller Iniciación		10:00	PE Taller Alto Rendimiento	
11:00	PE Taller Alto Rendimiento		11:00	PE Taller Ajedrez	
12:00	PE Entrevista Inicial Taller Deportes		12:00	PE Taller Boccia	
02:00	PE Taller Defensa Personal		02:00	PE Taller Defensa Personal	
Hora	Servicio (JUEVES)		Hora	Servicio (VIERNES)	
08:00	PE Taller Basquetbol		08:00	PE Taller Beisbol	
09:00	PE Taller Atletismo		09:00	PE Taller Atletismo	
10:00	PE Taller Iniciación		10:00	PE Taller Boccia	
11:00	PE Taller Tenis de mesa		11:00	PE Entrevista Inicial Taller Deportes	
12:00	PE Taller Boccia		11:30	PE Entrevista Inicial Taller Deportes	
02:00	PE Taller Defensa Personal		12:00	PE Entrevista Inicial Taller Deportes	
			02:00	PE Taller Defensa Personal	
TALLER LÚDICO Y COMPUTACIÓN					
Hora	Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
08:00-10:00					

Tabla 2. Horarios de actividades del taller de deporte Crit Sonora

ENCUESTA

Objetivo: conocer las opiniones que tienen los padres de familia sobre el deporte y la actividad física adaptada como medio de inclusión brindada en el Centro de rehabilitación infantil e inclusión teletón.

Instrucciones: le solicitamos su colaboración para responder los siguientes cuestionamientos. Seleccione con una X la opción correcta. Toda información recabada será única y exclusiva para fines de este trabajo.

Por favor conteste de acuerdo a la siguiente escala

1. Totalmente en desacuerdo.	2. En desacuerdo.	3. Parcialmente de acuerdo.	4. De acuerdo	5. Totalmente de acuerdo.
------------------------------	-------------------	-----------------------------	---------------	---------------------------

Nombre: _____ Edad: _____

Inclusión.

1- El deporte o actividad física adaptada funciona como herramienta de recreación.

1 ___ 2 ___ 3 ___ 4 ___ 5 ___

2- El Deporte adaptado funciona como medio competitivo para su hijo.

1 ___ 2 ___ 3 ___ 4 ___ 5 ___

3- El Deporte adaptado funciona como medio Inclusivo para su hijo.

1 ___ 2 ___ 3 ___ 4 ___ 5 ___

4- El lugar donde realiza las actividades es adecuado para la práctica del deporte.

1 ___ 2 ___ 3 ___ 4 ___ 5 ___

5- Recomendaría a otros padres de familia que sus hijos realicen deporte adaptado.

1 ___ 2 ___ 3 ___ 4 ___ 5 ___

Ficha Técnica.

PARTE	CONTENIDO	PARTE	CONTENIDO
Nombre del Profesor:		Isidro Mexia Soler	
Deporte:	Boccia	Fecha:	20 de Febrero de 2014
Objetivo: Modificar la técnica de lanzamiento así como dar una mayor amplitud del brazo.		Técnico:	Lanzamiento.
		Físico:	Flexibilidad.
INICIAL	<ul style="list-style-type: none"> ➡ Explicar del contenido de la clase y para que nos servirá. Plantear los objetivos que queremos conseguir. ➡ Iniciación al deporte de la boccia. ➡ Ejercicios específicos para extremidad superior derecha. ➡ Enseñanza de la Técnica de Lanzamiento. ➡ Táctica de juego. 	FINAL	<ul style="list-style-type: none"> ➡ Notable mejora en la amplitud del lanzamiento. ➡ Mejora en su anclaje de sus extremidades inferiores al momento del lanzamiento. ➡ Controla de mejor manera la ansiedad en un set.
OBSERVACIONES	<ul style="list-style-type: none"> ➡ Los primeros entrenamientos el deportista tenía demasiadas indicaciones ya que contaba con 2 entrenadores incluido su auxiliar. ➡ Rafael logro llegar a ser deportista de alto rendimiento, representando a Sonora. ➡ 2 participaciones en olimpiadas nacionales. 		

Tabla 3. Ficha técnica de Boccia

Ficha Técnica

Nombre del Profesor:	Isidro Mexia Soler		
Deporte:	Natación	Fecha:	20 de Febrero de 2014

Objetivo: Buscar la pérdida del miedo y la prevención de un accidente.	Técnico:	Espalda.
	Físico:	Fuerza y coordinación.

PARTE	CONTENIDO	PARTE	CONTENIDO
INICIAL	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Explicar del contenido de la clase y para que nos servirá. Plantear los objetivos que queremos conseguir. ➤ Ejercicios específicos para tronco superior y extremidades superiores. ➤ Enseñanza de la Técnica de Espalda. ➤ Táctica de giro. ➤ Nado de Crol. 	FINAL	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Mejoro en la pérdida del miedo. ➤ Mejoro en la autoconfianza e independencia. ➤ Notable mejora en la coordinación para dar giro.
OBSERVACIONES	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Rosita mejoro en la autoconfianza, gracias a ello se logró una clase más recreativa e imaginativa. ➤ La clase de natación abrió camino para que ella ingresara a otros deportes como béisbol, boccia, tae kwon do y defensa personal. ➤ Gano premio municipal del deporte adaptado. 		

Tabla 4. Ficha técnica de natación