

L'educació física inclusiva i sensibilitzadora: un espai per a totes

Helena Garcia Astor
Carmen Solé Resano
Abril 2020

Resum

Les societats actuals són diverses i plurals, aquestes característiques es traslladen a l'aula fent que els nostres alumnes presentin diversitats culturals, ètniques, de gènere, de capacitats, entre d'altres. Cada cop més, s'opta per incloure dins la classe a alumnes amb diversitat funcional. Tot i això, sovint ens trobem amb el paradigma d'aïllar-los de l'aula d'educació física. Però, no són aquests infants els que més la necessiten? Els mestres que es dediquen a l'especialitat de l'educació física troben grans dificultats per tal d'integrar als infants amb necessitats educatives especials. A més a més, ens adonem que falten estratègies per a una integració real en els centres educatius ordinaris i que els mestres no disposen de suficient informació ni recursos.

L'article que es presenta a continuació és un estudi que pretén oferir un marc teòric-pràctic de l'educació física des d'una basant inclusiva. A través de les entrevistes a diferents experts, mestres d'educació física i persones amb discapacitat es fa un recull d'estratègies i recursos per orientar les pràctiques docents perquè l'alumne amb diversitat funcional prengui un paper actiu a l'aula d'educació física i s'eduqui des de la sensibilitat a la diversitat.

Paraules clau: Inclusió, jocs sensibilitzadors, discapacitat, diversitat, participació.

Abstract

Today's societies are diverse and plural. These characteristics are transferred to the classroom making our students present cultural, ethnic, gender, and skills diversity, among others. Increasingly, students with functional diversity are included in the class. However, we often encounter the paradigm of isolating them from the physical education classroom. But it's not these children who need it the most? Physical education teachers face great difficulties in integrating children with special educational needs. In addition, we realize that there is a lack of strategies for real integration into mainstream schools and that teachers do not have sufficient information and resources.

The purpose of the following article is an educational action study that aims to provide a theoretical-practical framework for physical education from an inclusive basis. Through interviews with different experts, physical education teachers and persons with disabilities is made a compilation of strategies and resources to guide teaching practices so that the student with functional diversity takes an active role in the classroom of physical education and educates from sensitivity to the diversity.

Key words: Inclusion, Sensitizing game, disability, diversity, participation.

Introducció

Les societats actuals són diverses i plurals. Aquestes característiques es traslladen a l'aula, fent que els nostres alumnes presentin diversitats culturals, ètniques, de gènere, de capacitats, entre d'altres. Cada cop més, s'opta per incloure dins la classe a alumnes amb diversitat funcional. Tot i això, els mestres mostren el seu neguit pel que fa a l'escassa formació en la matèria i per la falta d'estratègies per aconseguir una inclusió real de tot l'alumnat. Així mateix, arran de la falta de recursos i coneixements, ens trobem amb el paradigma d'aïllar-los de l'aula d'educació física. Però, no són aquests infants els que més necessiten aquesta assignatura? Els mestres que es dediquen a l'especialitat de l'educació física troben grans dificultats per tal d'integrar als infants amb discapacitat. A més a més, els mestres mostren la seva angoixa davant la falta de formació en el tema d'integració. De manera que a continuació, la cerca ofereix una guia per orientar les pràctiques docents perquè l'alumne amb diversitat funcional prengui un paper actiu dins l'aula d'educació física. A més a més, també s'ofereix una reflexió sobre els jocs sensibilitzadors, els quals pretenen educar des de la sensibilitat a la diversitat.

L'article que es presenta a continuació pretén oferir un marc teòric-pràctic de l'educació física des d'una basant inclusiva. Així doncs, s'ofereixen estratègies per acollir infants amb diversitat funcional i es mostra l'anàlisi de la metodologia de jocs sensibilitzadors per tal de fer l'àrea d'educació física un espai inclusiu i sensibilitzador.

El tema del treball de recerca va sorgir arran de diverses experiències amb infants amb discapacitat dins l'àrea d'educació física. Tots ells, alguns amb síndrome de Down i d'altres amb alguna discapacitat física, eren apartats de les classes d'esport. A partir d'aquí sorgeix l'interrogant de com podem fer de l'aula d'educació física un espai per a tots, indistintament

de les capacitats dels nostres alumnes, fer que tots siguin subjectes de millora. Tanmateix, a partir d'aquí es delimiten els objectius de recerca. D'una banda, recollir diferents estratègies i tècniques que utilitzen els mestres per a fer l'educació física inclusiva. D'altra, analitzar jocs sensibilitzadors per afavorir que tots els infants respectin la diversitat. Tots dos prenen la finalitat de servir d'ajuda als mestres de l'àrea, es trobin amb infants amb discapacitat funcional o no. D'aquesta manera, es proporcionen noves respostes per tal que els alumnes amb necessitats educatives especials disposin d'una educació de qualitat adequada a les seves capacitats, motivacions i interessos.

El contingut es divideix en dos grans blocs. La primera part mostra el marc teòric on es pretén situar al lector en el tema central, la inclusió. Tot seguit, es mostra la realitat escolar al voltant del tema cabdal i les problemàtiques que es presenten. Seguidament, es mostren dos subtemes. D'una banda, l'atenció a la diversitat funcional des de l'àrea d'educació física. Així mateix, s'explica el procediment que s'ha de seguir un cop dins l'aula d'esport ens trobem amb alumnes amb discapacitat. D'altra, l'educació física sensibilitzadora. L'apartat mostra diferents metodologies per treballar el respecte a la diversitat i crear empatia a partir de jocs i esports adaptats. El segon bloc ofereix el marc pràctic on, a través d'entrevistes a professionals, mestres i persones amb discapacitat, és crear un recull d'estratègies, tècniques i jocs sensibilitzadors per fer de l'educació física una àrea inclusiva.

Marc teòric

Si d'algun tret es caracteritza Catalunya és per ser una societat plural. Així doncs, aquesta gran varietat es trasllada a les aules on podem trobar infants amb habilitats i característiques diferents; ja siguin per sexe, cultura, ètnia, socials, habilitats, entre d'altres.

Segons indica el marc legal vigent, al llarg dels anys que un infant està escolaritzat, s'ha de garantir una resposta educativa adequada a desenvolupar al màxim les capacitats de l'alumne i oferir diversos recursos per tal que aquest sigui capaç de desenvolupar-se en el seu entorn. Per tal d'aconseguir-ho, actualment s'aposta per un model d'escola inclusiva on es vetlla perquè tots els infants aprenguin junts, independentment de les seves característiques, diferències i dificultats, sempre que sigui possible (UNESCO, 2017). Així mateix es va reconèixer l'any 1948 a través de la Declaració Universal dels Drets Humans en el principi d'igualtat, on s'explica que les persones amb discapacitat són persones amb

ple dret a gaudir dels beneficis socials. Per tant, la inclusió és considerada un dret bàsic, no un privilegi (J.J.Carrión, 2001). No obstant això, no n'hi ha prou en col·locar a la mateixa aula a estudiants amb diferents discapacitats sinó que des del centre s'ha de procurar donar resposta a les necessitats de cada alumne, sense excepció, i que aquest participi activament (Arnaiz, 2003). Així doncs, comprenem aquest fet com inclusió, la idea que dins d'una mateixa aula tenim una gran varietat d'infants on cadascun d'ells té unes característiques, habilitats, necessitats i interessos diferents els quals els docents hem de cobrir de la millor manera. Ara bé, Higenio F. Arribas Cubero i David Fernández Atienzar (2015) indiquen que:

Nos gustaría hacer patente la creencia de que la inclusión es un concepto mucho más amplio que todo lo que puedan arrojar las innumerables definiciones que existen. No es simplemente lo contrario a la exclusión o una forma de compensar la desigualdad. Es una forma de pensar, una actitud interiorizada que nos hace ver a todas las personas como miembros activos y valorados de una sociedad, cada uno con sus riquezas y con sus defectos, pero en esencia, con la misma legitimidad para salir del mismo punto de partida. Solo así podremos construir una sociedad abierta y responsable, y en esto, el deporte y la educación física deben ayudarnos a conseguirlo. (pàg. 76)

És necessari parlar d'inclusió en el segle XXI, ja que és una resposta necessària que s'ha de traslladar a la realitat del nostre dia a dia escolar. Segons el cens oficial de l'Institut Nacional d'Estadística, l'any 2007 a Espanya es va estimar que hi havia 3,8 milions de persones amb discapacitat, dels quals 60.000 eren infants menors de 6 anys. Explicat amb altres paraules, dos de cada cent infants pateixen algun tipus de discapacitat. El fet de trobar-nos un alumne amb discapacitat dins l'aula ordinària suposa un repte; no obstant això, és un dret del nen i de la nena el fet de poder rebre una escolarització de qualitat en l'aula ordinària. Amb tot, sovint ens trobem factors que condicionen molt la pràctica docent com per exemple les infraestructures, alguns components socials, pels mateixos alumnes o la pràctica docent (Higinio i David, 2015). D'una banda, l'escola ha de desenvolupar un seguit de recursos adaptats a l'alumne amb limitacions perquè aquest es pugui desenvolupar amb normalitat. D'altra, com a educadors hem de prendre consciència de la nostra responsabilitat i intentar fer un treball cooperatiu juntament amb l'infant, el grup de mestres, la família, els alumnes, entre d'altres. Tot i això, sent conscients de les barreres i dificultats, el mestre ha d'adaptar-se a les característiques del centre en el qual treballa i treure el major partit possible als recursos espacials, al material i al temps. Com indica Miguel Ángel Torres Navarro (2010), l'objectiu de l'educació no pot ser un altre que

aconseguir el màxim potencial de cada alumne, i això no és possible si no es realitza a través d'una educació inclusiva.

L'educació física inclusiva: atenció a la diversitat funcional

“Junto al proceso de socialización del alumno, de indudable trascendencia, la adquisición de los aprendizajes relativos a las denominadas áreas instrumentales básicas era lo que más preocupaba, en general, al profesorado implicado en procesos de integración. Y ello no era más que la traducción de una percepción sesgada del currículum escolar común a buena parte del profesorado, en la las áreas más vinculadas a la expresión no verbal, y más en concreto la Educación Física, se percibían como áreas complementarias. Para rizar más el rizo, recuérdense, por ejemplo, los no lejanos tiempos en que se facilitaba la exención de la asignatura de Educación Física al alumnado con determinadas discapacidades, entre ellas las motoras. Acaso dichos alumnos y alumnas no necesitaban una buena Educación Física? El sentido común nos dice todo lo contrario: si algún alumno necesita más que cualquier otro una buena Educación Física, es aquel que ve limitadas sus funciones motoras o alterada su postura y/o tono muscular por alguna afectación.” (Hernández, 2007, pàg. 10).

Així doncs, centrant la idea d'inclusió, *l'educació física és una de les àrees que més ajuda a desenvolupar la formació integral de la persona, la maduració i la integració, ja que treballa majoritàriament mitjançant activitats col·lectives que permeten que l'infant es conegui més a si mateix, participi, resolgui problemes i convisqui amb el grup classe* (Torres Navarro, 2010). A més a més, Petrus citat per Torres Navarro (2010) planteja que *“Si els alumnes amb discapacitat s'han integrat a les nostres aules, si conviuen normalment amb els seus companys de la seva edat, quin sentit té que l'esport escolar els discrimini?”*.

És llavors, que els mestres tenen el compromís d'adequar les classes d'educació física per tal de fer-les accessibles a l'alumne amb discapacitat i ajudar-lo a afavorir el desenvolupament de les seves capacitats. Segons Ríos Hernández (2003), per tal d'aconseguir que tot l'alumnat practiqui educació física, hem de tenir en compte les característiques dels infants que trobem dins l'aula, acceptar-les i planificar, crear recursos, activitats i material segons aquestes. A continuació, haurem de tenir clar quins són els objectius que voldrem aconseguir i, a partir d'aquí, anar cercant adaptacions i estratègies metodològiques. Així mateix, treballarem per a una inclusió social i educativa en l'àrea d'educació física. El fet de treballar a través d'agrupaments inclusius, presenta un gran ventall de beneficis. Entre elles trobem que permeten que l'alumnat amb i sense

discapacitat millori el rendiment acadèmic i el desenvolupament de les seves habilitats socials, promouen l'equitat, la conscienciació social i l'acceptació de la diversitat (Bunch i Valeo, 2004).

No obstant això, com ja s'ha esmentat anteriorment, segons Calvo (2013), el mestre es troba en dificultats arran de la falta de formació en el tema. Per aquest motiu, la XTEC crea unes pautes anomenades Disseny Universal per a l'Aprenentatge (DUA) el qual es divideix en tres principis:

- P. 1: Proporcionar múltiples maneres de representació:
 - Donar opcions d'autoregulació.
 - Donar opcions per mantenir l'esforç i la persistència.
 - Proporcionar oportunitats per a generar interès.
- P. 2: Proporcionar múltiples maneres per a l'acció i l'expressió:
 - Proporcionar opcions per a la comprensió.
 - Oferir diverses opcions de llenguatge, expressions matemàtiques i símbols.
 - Proporcionar diverses opcions per a la percepció.
- P. 3: Proporcionar múltiples maneres de comprometre's
 - Proporcionar diverses opcions per a les funcions executives.
 - Oferir diverses opcions per a l'expressió i la comunicació.
 - Proporcionar diverses opcions per a la interacció física.

Així mateix, tenint en compte la pauta DUA, en l'àrea d'educació física haurem de realitzar les adaptacions necessàries per apropar el procés d'aprenentatge a les diverses necessitats específiques de cada infant de la classe. És llavors, quan el mestre haurà de fer adaptacions pel que fa a objectius, continguts, metodologia, avaluació, material, temps, entre d'altres. Cumelles i Estrany (2006) puntualitzen que si volem disminuir i compensar les diferències dins l'aula ordinària, haurem de tenir en compte els següents ítems:

- Evitar grans espais.
- Evitar desplaçaments llargs.
- Reduir distància de llançament.
- Reduir l'altura de la xarxa pels jocs.
- Jocs i moviments no molt ràpids. Utilitzar pilotes grans i lents (desinflat, lleugers, de roba, globus, etc.).
- Modificar els elements i posicions: porteria, cistella, etc.

Així doncs, segons Toro i Zarco (1998) aconseguirem individualitzar el procés d'ensenyament-aprenentatge per tal d'aconseguir el màxim potencial de cada alumne i

d'aquesta manera estarem afavorint una participació activa, afectiva i real de tots els infants. En contra, si no adequem les classes d'educació física a tots els infants de l'aula, estarem limitant les seves possibilitats motrius i, per tant, disminuirà el seu nivell de competència motriu.

D'aquesta manera, farem una classe d'educació física per a tots, tenint en compte les característiques dels infants i tenint la concepció que tots són subjectes amb possibilitats de millora. Ríos Hernández (2003) puntualitza que "no hem d'entendre la inclusió com una assimilació de models, absorció o etnocentrisme. No es tracta d'una manera de fer sobre l'altra, sinó d'una convivència en la diversitat. Ni tots farem la classe a fosques per tenir un infant amb baixa visió, ni a un alumne cec l'exclourem perquè no veu". Tot i això, els alumnes han de comprendre que són diferents i, per tant, l'infant amb discapacitat ha d'acceptar les seves limitacions (Cumelles i Estrany, 2006).

Existeixen diverses metodologies per fomentar el respecte a la diversitat dins l'aula d'educació física. Entre elles destaquem les estratègies participatives, proposades per Echaíta i Ainscow (2011), la metodologia cooperativa i el joc. A més a més, destacar la importància de conèixer als infants de l'aula en general, però més en concret a l'alumne amb alguna discapacitat. Per aconseguir-ho és important establir diàleg amb ell i preguntar-li quines són les adaptacions que necessita. Ell millor que ningú ens podrà ajudar en fer més accessible les classes d'educació física.

L'educació física sensibilitzadora

Com s'ha esmentat anteriorment, vivim en societats plurals on trobem una gran diversitat de persones, cadascuna d'elles amb les seves característiques. Des de l'àrea d'educació física, hem de potenciar el descobriment i el reconeixement de l'altre tot creant vincles de respecte en la diversitat i per les persones diferents. Un gran obstacle és la por a allò que desconeixem. Citant a Van Zanten (2009), existeixen barreres que s'han de convertir en connexions entre la diferència, veure la riquesa en la diversitat, la diferència. Així doncs, tot i que a la nostra aula d'educació física trobem o no infants amb discapacitat, també és important promoure valors inclusius. Per tant, des de l'àrea, podem crear propostes orientades a la sensibilització cap a les persones amb diversitat funcional. Així els nostres alumnes creixeran des del respecte i acceptaran les realitats plurals.

Així mateix, la idea central són les pràctiques sensibilitzadores. Entre elles, segons Echaita i Ainscow (2011), dues bones eines per tal d'aconseguir uns infants amb respecte per les minories són, la teoria de contacte (estratègia participativa) i els jocs sensibilitzadors. D'una banda, la teoria de contacte fa esment al fet d'introduir un infant amb diversitat funcional dins l'aula. D'aquesta manera, per tal d'aconseguir crear un contacte real entre els infants de l'aula ordinària i l'alumne amb discapacitat, s'utilitza l'estratègia participativa esmentada en l'apartat anterior. D'altra, i aquesta és la part que volem donar èmfasi, són els jocs sensibilitzadors. Tanmateix, els jocs sensibilitzadors pretenen entendre les limitacions que viuen les persones amb discapacitat d'una manera lúdica. Dit amb altres paraules, a través d'experimentar les limitacions, es creen valors com l'empatia. David Fernández Atienzar (2007) enumera els objectius d'aquest jocs:

- Sensibilitzar a l'alumne sobre les persones amb discapacitat, mostrant les seves possibilitats a través de l'esport i de l'activitat física, experimentant i vivint situacions al voltant d'esports adaptats.
- Experimentar les barreres que les persones amb discapacitat superen dia a dia, per a realitzar una activitat tan quotidiana com l'esport.
- Compartir experiències a través de la pràctica comuna, orientada a la presa de consciència sobre l'oci i l'esport de les persones amb discapacitat.
- Fomentar actituds de respecte a la diversitat, valorant l'esforç i els èxits aconseguits.

Llavors, a través de la pràctica de jocs i esports sensibilitzadors creem consciència de la realitat que viuen les persones amb diversitat funcional, els mateixos alumnes experimenten les limitacions i, per tant, ajudem al fet que valorin les capacitats de les persones amb discapacitat a través de la vivència. Alguns exemples de jocs/esports sensibilitzadors són la boccia, el goalball i el volei amb les natges a terra.

Objectius

A partir d'aquí, l'article pren el paradigma socio-crític, ja que l'objectiu és identificar el potencial de canvi a través d'una anàlisi d'una realitat dinàmica com ho és l'educació. En concret, l'article pren dos grans objectius. D'una banda, és analitzar les estratègies i els recursos per tal que una classe d'educació física sigui inclusiva. D'altra, analitzar la metodologia de jocs sensibilitzadors per tal d'observar si aquest són una estratègia que

afavoreix que tots els infants respectin la diversitat.

Mètode

La metodologia triada per tal de donar resposta als dos objectius d'estudi és un mètode de recerca, ja que se centra a fer un recull d'estratègies. A més a més, és un estudi qualitatiu perquè s'orienta a l'estudi i a la comprensió dels significats de les accions humanes i de la vida social, és interpretativa, pretén comprendre allò particular i individual i és un anàlisi descriptiu/explicatiu a nivell qualitatiu. Per tant, el mètode de recerca és un estudi de camp, transversal i descriptiu.

Instruments

Pel que fa als instruments, s'han dissenyat diverses entrevistes per a cadascun dels participants. Les entrevistes eren en format semiestructurat i amb barem qualitatiu. Entre ells, s'ha procurat veure les diferents perspectives dels diferents implicats. És a dir, s'ha realitzat entrevistes a mestres, a experts en el tema de la inclusió i l'educació física i a persones amb discapacitat. D'aquesta manera podem observar la visió dels mestres davant del paradigma de trobar-se un alumne amb discapacitat a l'aula, conèixer les estratègies i consells dels experts, i considerar l'experiència en la classe d'educació física de diferents persones amb discapacitat.

Participants

Així mateix, la mostra de la recerca han estat 9 persones implicades en el camp d'estudi. Primerament, es van fer entrevistes a tres mestres d'educació física. D'una banda, un d'ells era professor d'esport a primària a l'escola Thau i creador del projecte "Impossible is nothing". Així doncs, és una persona que com a mestre ha viscut diferents experiències relacionades amb la discapacitat dins l'aula d'educació física. D'altra, es va realitzar una entrevista a un mestre d'educació física de l'escola Maristes de Sants. Es va realitzar la xerrada per dues raons. La primera va ser perquè al llarg de la seva carrera universitària va rebre classes de la pionera en el camp de l'educació física i la inclusió, Merche Ríos. I el segon motiu és perquè com a mestre ha tingut diferents alumnes amb diversitat funcional. Més tard, es va entrevistar al Rubén, mestre de l'escola Padre Damià SSCC el qual va tenir una alumna amb síndrome de down. A més a més, es va entrevistar a la Cristina, la qual es troba dins el món de la inclusió i forma part de l'organització de l'ONCE, on organitza jornades inclusives i acompanya i guia als infants amb ceguesa del centre. El

motiu pel qual he decidit incloure a la Cristina en el grup de mestres és perquè ella mateixa no es descriu com una experta sinó com una educadora.

Segonament, es van realitzar dues entrevistes de manera telemàtica a dos experts en el camp de l'educació física i la inclusió. El primer, és el coordinador nacional i internacional del programa "Deporte Inclusivo en la Escuela". I el segon expert és un dels escriptors de "Deporte adaptado y escuela inclusiva" i mestre de l'escola Els Pinetons de Ripollet.

En tercer lloc, s'ha realitzat diferents entrevistes a tres persones amb discapacitat. Els tres han tingut experiències a escoles ordinàries. Tot i això, dos d'ells són esportistes paralímpics. La tercera persona entrevistada és una noia, l'Iris. Primerament, esmentar que no estava previst realitzar l'entrevista, però després d'observar que tots els entrevistats són homes i, a més a més, les dues persones amb discapacitat eren esportistes d'elit, vaig trobar la necessitat de cercar a una dona que estigués fora del món de l'esport però dins del món de la discapacitat.

Procediment

A través de les lectures dels articles, de la cerca en la xarxa, i de coneguts, vaig iniciar un llistat de noms i organitzacions a les quals vaig enviar un correu tot informant de l'elaboració de l'article i a mode d'invitació a participar. Entre aquest podem trobar a diferents mestres, a organitzacions com Fundación También i DIE, escriptors com en Raúl, i persones amb discapacitat.

Així mateix, es van crear diferents formats d'entrevista, tot depenent dels objectius i el destinatari. Esmentar que es van realitzar entrevistes presencials amb Iris, Marcos, Alberto, Omar, Álvaro, Rubén; i entrevistes en línia amb Ignacio, Cristina i Raúl.

Les persones entrevistades han sigut seleccionades a través de diferents filtres. Per començar, el meu interès principal era conèixer quines estratègies utilitzaven els mestres d'educació física per fer de les classes uns espais sensibilitzador i inclusiu. Així doncs, a través de parlar-ho amb els companys de carrera vaig aconseguir el contacte de diferents mestres que havien tingut infants amb discapacitat a l'aula d'educació física. Més tard, em vaig adonar que uns agents que em podrien ajudar molt en la meva recerca serien les entitats i els experts que es dediquen a fer formacions de jocs sensibilitzadors i esports adaptats. Per tant, em vaig posar en contacte amb en Raúl, un dels escriptors del llibre "Deporte adaptado y escuela inclusiva", amb la fundació También i amb la Merche Ríos, pionera de l'educació física adaptada. Tot i això, arran de la pandèmia del covid-19, no es

va poder realitzar l'entrevista a la Merche Ríos i no es va poder assistir a unes jornades sensibilitzadores que aquesta mateixa organitzava.

Al llarg del procés em vaig adonar que estava deixant de banda una de les opinions més important, el de les persones amb discapacitat. Arran d'una experiència com a voluntària amb l'ONCE vaig tenir l'oportunitat de fer l'entrevista a l'Omar, el qual forma part de la fundació. Després, a partir d'aquí, l'Omar em va facilitar el contacte d'una altra companya amb ceguesa (per tal de tenir una opinió femenina). A més a més, a través d'una amiatat, vaig conèixer a l'Alberto, esportista d'elit paralímpic.

A partir d'aquí, d'acord amb els objectius d'estudi, es fa el recull d'estratègies per tal que les classes d'educació física siguin inclusives i sensibilitzadores. Finalment, s'estableixen unes conclusions a tall de tancament de l'article.

Resultats

Pel que fa als resultats de l'anàlisi de les dades, s'ha dividit als entrevistats en tres grups. Primerament, els mestres d'educació física. Segonament, els experts. I per últim, l'opinió de les persones amb discapacitat.

Així mateix, tenint en compte el primer objectiu d'estudi, analitzarem les adaptacions, les estratègies i la metodologia des de les perspectives dels tres grups. D'una banda, pel que fa a les adaptacions, els mestres d'educació física esmenten que s'ha de fer les mínimes adaptacions possibles pel que fa a implements, normes i espais. Tot i això, puntualitzen que si es fa algun tipus adaptació, l'ha de seguir tot el grup classe per no crear desigualtats. No obstant això, Marcos, va necessitar fer adaptacions pel que fa al material. Entre ells, va crear una rampa perquè un infant amb espina bífida pogués fer llançaments, una raqueta amb una tela per poder recepcionar, i una cistella de bàsquet baixada i adaptada a les seves potencialitats (vegeu annex 1). A més a més, en Rubén, va tenir una alumna amb síndrome de down amb la qual no va saber integrar-la al grup classe i, per tant, la seva vetlladora li feia fisioteràpia. En Rubén ho explicava amb aquestes paraules *“ese día estaba con la “vetlladora” con ejercicios de movilidad y articulaciones. Hacia un poco de clase de fisioterapia, y le ayudaba mucho. Si no hubiera sido muy difícil. Porque yo no tengo el suficiente conocimiento y no podría estar con 25 alumnos y uno de ellos con unas características tan específicas”*.

Els experts esmenten que s'ha de crear adaptacions facilitadores per a la participació de tots. A més a més, donen importància a conèixer a l'infant, les seves potencialitats i limitacions. Raúl, escriptor de "Deporte adaptado y escuela inclusiva", esmentava *"La primera és confiar en ell, en les seves possibilitats. Conèixer les seves limitacions i també les seves potencialitats. O sigui, que sigui responsable dels seus actes i, com a tots, que doni el màxim de les seves possibilitats"*.

Les persones amb discapacitat van esmentar el mateix que els dos grups anteriors. Arran de les seves experiències, comenten que s'ha de fer les mínimes adaptacions, únicament les que siguin necessàries, i que les adoptin tots els infants del grup classe. Tanmateix, puntualitzen que cada discapacitat és diferent i, per tant, un infant amb espina bífida necessitarà unes adaptacions diferents a un alumne que tingui ceguera.

D'altra, pel que fa a la metodologia i les estratègies, els mestres utilitzen jocs cooperatius, de descoberta i exploració, i el joc lliure. L'Àlvaro, mestre d'educació física a Maristes, ho explicava tot dient *"és proposar material, tu tens un objectiu que vols treballar, i més o menys són ells els que van fent i tenen una fase de descoberta i de joc. (...) Llavors, això fomenta molt que hi hagi ajuda entre iguals, molt d'aprenentatge entre ells mateixos, descoberta d'ells mateixos, exploració, llavors això facilita que quan tens casos que requereixen una ajuda puguis atendre-ho millor"*.

Els experts recomanen utilitzar estratègies participatives i activitats sensorials. A més a més, recomanen l'aprenentatge cooperatiu i utilitzar propostes multinivell. Raúl diu *"L'aprenentatge cooperatiu i les propostes multinivell han sigut les millors eines inclusives. Paral·lelament un treball amb el grup-classe sobre valors empàtics, de tolerància, de respecte... no només amb la persona amb discapacitat, sinó també amb les que no tenen discapacitat"*.

Els entrevistats que tenen algun tipus de discapacitat estan d'acord amb l'opinió dels mestres i dels experts. A més a més, segons la seva experiència, puntualitzen que el joc lliure era un espai que afavoria el joc cooperatiu i la descoberta d'ells mateixos i, per tant, se sentien molt còmodes.

Fent referència a l'altre objectiu, "analitzar la metodologia de jocs sensibilitzadors per tal d'observar si aquest són una estratègia que afavoreix que tots els infants respectin la diversitat", ens hem adonat que hi ha diversitat d'opinions dins dels entrevistats. Pel que fa als mestres d'educació física, en Marcos i l'Àlvaro no han realitzat jocs sensibilitzadors relacionats amb la discapacitat. Tot i això, el mestre del Thau ha realitzat jocs inclusius. I

l'Àlvaro esmenta que ha utilitzat els jocs sensibilitzadors per a reforçar conductes feministes. En Rubén i la Cristina estan a favor dels jocs sensibilitzadors. A més a més, esmenten la importància de la reflexió final.

Seguidament, els dos experts entrevistats estan en contra dels jocs sensibilitzadors i creuen que l'eina més efectiva per sensibilitzar són els jocs inclusius. D'una banda, Ignacio puntualitza *“las propuestas prácticas que proponemos nosotros a los docentes que participan en el programa no son sensibilizadoras. Sensibilización implica la simulación de un tipo de diversidad funcional de todos los alumnos. Inclusión implica la práctica con conjunta de personas con y sin diversidad funcional. En aquellos centros donde no hay ningún alumno con diversidad funcional, se permite al docente que cierto alumnado “simule” un tipo de discapacidad y otros alumnos no. Esto permite un primer contacto con la inclusión; que los alumnos que “simulen” se sientan incluidos en una misma práctica deportiva que aquellos compañeros que no la simulen”*. D'altra, Raúl també comenta que *“els jocs sensibilitzadors serveixen per fer una petita simulació que no té res a veure amb el que sent, experimenta i viu una persona realment discapacitada. Personalment intento fugir”*.

Pel que fa a l'opinió de les persones amb diversitat funcional, ens hem adonat que hi ha diferents opinions. D'una banda, trobem l'Alberto que esmenta que no s'ha de realitzar jocs sensibilitzadors. Tot i això, esmenta que si s'han de practicar esports adaptats i treballar-los com un esport més. Un exemple seria treballar el bàsquet en cadira de rodes o el tàndem. A més a més, esmenta que no cal fer una reflexió posterior d'aquests, sinó treballar-los amb total normalitat. L'Alberto comenta que *“Utilizaría deporte normal... Los juegos sensibilizadores es que jueguen normal. Si tuvieras un alumno con discapacidad visual, jugaría al goalball. ¿Pero porque sensibilizar? Puedes utilizar diferentes deportes. Deportes que gustan exactamente igual. Baloncesto, por ejemplo. Todo lo que sea deporte. Y que vean que hay deportes paralímpicos que son igualmente divertidos y buenos. No sensibilizadores, sino divertidos”*. En canvi, l'Iris i l'Omar creuen que els jocs sensibilitzadors són una bona eina per a crear una sensibilitat respecte a les persones amb discapacitat sempre que hi hagi una reflexió posterior. Tanmateix, també estan a favor dels jocs inclusius. A més a més, tots dos al llarg de l'entrevista proposen exemples de jocs sensibilitzadors. Entre ells, el joc del mocador amb els ulls tapats i el mocador és un objecte que fa soroll, el joc de posar-se tot en fila i passar-se una pilota de cascavell, el joc dels senyals on cada parella té uns senyals establertes i s'han de trobar, jocs de reacció amb els ulls tapats, el joc de la granja on els infants s'han de trobar a través del so d'un animal, el maquinista, tàndem, boccia, bàsquet en cadira de rodes. Després, tots dos van donar molta

importància al fet de practicar el goalball amb els infants, ja que té molts beneficis com desenvolupar la velocitat de reacció, millora la concentració, s'adquireix una millora de l'habilitat d'orientació en l'espai, millora la percepció auditiva, entre molts d'altres. Per aquests motius i perquè és un exercici de sensibilització, recomanen treballar-lo a qualsevol edat. L'Omar explicava *“creo que se ha de enfocar desde un buen contacto con ellos. Una explicación, entender que todos tenemos una necesidades diferentes, compararlo con las necesidades básicas o quien es mas alto, o más bajo... Que vean que hay diferencias entre todos. Y que hay gente o niños que necesitan otro tipo de ayudas. Entonces desde allí, enfocarlo con el deporte(...). Se ha de pactar muy bien todo, dejar las normas claras, un poquito de sensibilización, la escucha de la pelota, por donde está, un poquito de Goalball”*.

Així mateix, ens adonem que dels 9 entrevistats, 5 estan a favor de realitzar jocs sensibilitzadors. Tanmateix, 4 dels entrevistats estan en contra i prefereixen els jocs inclusius. Cal puntualitzar, que tots els entrevistats que han estat a favor dels jocs sensibilitzadors també ho estan dels jocs inclusius, segons les seves respostes.

És interessant incorporar l'aportació del col·lectiu entrevistat de l'Omar, la Iris i l'Alberto els quals van donar importància al llenguatge. Alberto deia *“Completamente en contra de cierto lenguaje de buenismo. De no decir “discapacidad” o “pobrecito tiene menos capacidad”... Estas cosas que están muy de moda. O ciertas palabras que suenan tabús(...) Pues sí, ella tiene discapacidad y no pasa nada. La persona que no utiliza estas palabras no significa que tengas más sensibilidad o mayor respeto. Al contrario, tú utilizas ciertas palabras para no ofender, no porque realmente lo sientas. Entonces lo estas tratando diferente”*. Iris comentava que *“Que es una mierda. Que las cosas son como son. Con todo el amor del mundo. Lo que importa es que no lo digas a malas, que no le pongas un tono despectivo, con respeto siempre. Pero yo creo que las cosas son como son. Las palabras crean realidades”*. Podem observar que tots dos no estan a favor de la paraula discapacitat. A més a més, consideren que la paraula “diversitat funcional” no engloba a tot el col·lectiu. Omar ho comentava amb les següents paraules *“Bueno temas como la palabra “diversidad funcional” es muy bonito pero al final la palabra funcional, la ceguera no acaba de encajar en ese concepto de diversidad funcional. No porque seria diversidad sensorial o diversidad en uno de los sentidos. Pero la vista, yo creo que no es una función. Una parálisis cerebral sí que encaja en la diversidad funcional, una discapacidad física sí que encaja en una diversidad de las funciones. Pero sordos, ciegos, ... que afecta a un sentido, no acaba de encajar bien esa palabra”*.

És per aquest motiu, que tenint en consideració l'opinió de l'Iris, l'Omar i l'Alberto és més favorable referir-nos al col·lectiu com "persones amb discapacitat" en comptes de "persones amb diversitat funcional".

Discussió

Com hem pogut observar al llarg de la recollida de dades ens hem adonat de la diversitat d'opinions respecte als dos objectius plantejats. Sovint aquest coincideixen amb el que els teòrics afirmen, però d'altres trobem que són idees oposades.

D'una banda, seguint el primer objectiu "analitzar les estratègies i els recursos per tal que una classe d'educació física sigui inclusiva", podem confirmar que els resultats obtinguts a través de les entrevistes van molt acord amb el marc teòric. A escala general, els mestres d'educació física i els experts opten per realitzar les classes força acord amb les pautes DUA. Així doncs, pel que fa al principi 1 "Proporcionar múltiples maneres de representació", tots els mestres ofereixen als seus alumnes amb necessitats específiques especials diverses opcions d'autoregulació i per mantenir l'esforç. Tot i que segons Rubén, molt sovint és una tasca complexa arran de l'alt nombre d'infants i les característiques de l'alumne amb discapacitat. No obstant això, pel que fa al principi 2 "Proporcionar múltiples maneres per a l'acció i l'expressió", podem veure que segons els casos que han tingut els mestres entrevistats, cap d'ells ha necessitat proporcionar diferents mètodes per a la comprensió de l'activitat. Cal recordar que l'educació física, fa ús de diferents materials que ajuden a la comprensió de les dinàmiques. Pel que fa al principi 3 "Proporcionar múltiples maneres de comprometre's", podem veure que aquest fonament és el que més tenen en compte els mestres i els experts. A més a més, les persones amb discapacitat també recomanen tenir en compte les capacitats de l'infant i a partir d'aquí ajusta la dinàmica. Tot i això, donen molt èmfasi a exigir el mateix a tot el grup classe i procurar fer les mínimes adaptacions, per tal de no mostrar més diferències entre l'infant i el grup.

Centrant el tema en les adaptacions, Cumelles i Estrany recomanen fer adaptacions pel que fa a objectius, continguts, metodologia, avaluació, material, temps, entre d'altres. Ara bé, els mestres entrevistats esmenten que només han fet modificacions pel que fa al material, al temps i a l'avaluació. En contra, els tres grups (mestres, experts i persones amb discapacitat), recomanen fer les mínimes adaptacions. Com bé deia l'Alberto, entrevistat

que pateix TAR, *“para mí es hacer las mínimas adaptaciones. La mínima que sea sumamente necesaria porque su discapacidad no se lo permite realmente”*.

Cristina afegia *“cuando hay una diferencia importante entre un alumno con el resto la hora de realizar correctamente la práctica. (...)La dificultad está en hacer las adaptaciones necesarias para aquellas personas que las necesiten pero al mismo tiempo sin perjudicar al resto de alumnado. Hay que hacer adaptaciones/modificaciones de la actividad para incluir todo el grupo pero intentando no bajar el nivel de ésta (intensidad, dificultad...)”*.

Tot seguit, podem observar que els mestres s'han d'adaptar a les capacitats de cada alumne per tal d'individualitzar el procés d'aprenentatge, tal com indiquen Toro i Zarco (1998). Els entrevistats s'adonen que tenint presents les potencialitats i limitacions de tots els seus alumnes i ajustant-se a aquestes, s'afavoreix una participació activa, afectiva i real de tots els infants. Ignacio Polo, expert entrevistat, diu *“Lo primero de todo es conocer a la persona en vez de conocer la discapacidad. Bien es cierto que debemos de tener conocimiento sobre las características de cada discapacidad pero más importante es la persona y saber qué es lo que puede hacer para adaptar todo lo posible nuestras clases de educación física. La premisa fundamental en cualquier contexto inclusivo en el ámbito deportivo es maximizar la participación de todos los participantes”*.

Pel que fa a les metodologies, els entrevistats prenen coherència amb el marc teòric. Echaíta i Ainscow (2011) són partidaris de realitzar estratègies participatives, metodologies cooperatives i el joc. Tot i això, els entrevistats afegixen com a bones pràctiques el joc lliure, jocs de descoberta i exploració. A més a més, Iris recomana crear un espai de diàleg en acabar les sessions per tal que els alumnes puguin mostrar els seus sentiments i es coneguin a ells mateixos i als companys. *“Porque todos tenemos cosas que nos cuestan más. Y creo que escucharnos es algo muy bonito y que nos abre emocionalmente. Quizás había una persona que no sabías que se sentía apartada, y puedes descubrirlo a partir de aquí, o que no sabías que tenía otros problemas, o que se siente inferior. Y a partir de aquí, puedes descubrirlo, y lo podemos ayudar”* esmenta Iris.

D'altra banda, pel que fa als jocs sensibilitzadors, podem observar una discordança. És a dir, tant els teòrics, com els mestres, els experts i les persones amb discapacitat, tenen una gran varietat de pensaments entre ells. D'una banda, en el marc teòric hem pogut observar que els jocs sensibilitzadors són una bona eina per tal de poder entendre les limitacions que

viuen les persones amb discapacitat. Iris, Cristina, Àlvaro, Rubén i Omar estan d'acord en realitzar pràctiques de jocs sensibilitzadors. En canvi, Marcos, Alberto, Ignacio i Raúl estan en contra dels jocs sensibilitzadors, ja que pensen que es realitza una simulació que no té a veure amb el que sent, experimenta i viu una persona amb discapacitat. Dit amb altres paraules, consideren que és més efectiu que una persona amb discapacitat es trobi dins de la pràctica. A més, creuen que és més eficaç sensibilitzar si la persona que dirigeix les activitats i jocs és una persona amb diversitat funcional que explica la seva experiència en primera persona. Per consegüent, no estan d'acord amb les paraules de David Fernández Atienzar (2007), les quals fan esment que *a través de la pràctica de jocs i esports sensibilitzadors creem consciència de la realitat que viuen les persones amb diversitat funcional, els mateixos alumnes experimenten les limitacions i, per tant, ajudem al fet que valorin les capacitats de les persones amb discapacitat a través de la vivència*; ja que consideren que són unes pràctiques superficials i llunyanes a la realitat.

A més a més, els instruments també han servit per conèixer l'opinió dels entrevistats sobre diferents assumptes. Entre ells, el tema de com l'educació física pot ser una bona eina per a la inclusió. Així mateix, tots els entrevistats consideren que l'educació física és una matèria cabdal per al desenvolupament de tot infant, tant físic com psíquic. Tenint en compte a Torres Navarro (2010), l'educació física ajuda a la maduració i integració, a fer que l'infant es conegui a ell mateix, participi, resolgui problemes i convisqui amb el seu grup classe. És per aquest motiu, que com a mestres d'educació física tenim el deure i el compromís de procurar que tot l'infant de la nostra classe participi activament a la classe. Sovint, com indica Rubén (mestre d'educació física entrevistat), arran de la poca formació i de les característiques dels infants, és complicat gestionar tot el grup-classe. Per tant, com indica Ríos Hernández (2003), s'ha de tenir en compte les característiques de l'alumnat, acceptar-les i planificar segons aquestes i els nostres recursos. A més a més, tal com s'ha comentat als resultats, un tema que m'ha sobtat ha sigut el del llenguatge. Si més no, al llarg de la carrera es realitza una assignatura d'atenció a la diversitat on expliquen que és millor referir-se a les persones amb discapacitat com a "persones amb diversitat funcional" per tal de no ofendre o donar a entendre que són un col·lectiu amb menors capacitats que la resta. Tot i això, al llarg de les entrevistes ens hem adonat que tant l'Iris, com l'Omar i l'Alberto estan completament en contra de l'expressió "persones amb diversitat funcional". És per aquest motiu, que és més aconsellable utilitzar la paraula "persones amb discapacitat" sempre que s'utilitzi amb respecte.

En respecte als punts forts de les entrevistes, ens adonem de les ganes de tots els participants en realitzar les classes d'educació física inclusives. És un aspecte que cal destacar, ja que tots ells han mostrat molta il·lusió i entusiasme en fer de l'educació física un espai sensibilitzador i inclusiu, tot i tenir diferents dificultats com els recursos i la formació. Llavors, convé ressaltar que els entrevistats no tenien coneixements dels termes centrals com "jocs sensibilitzadors" i que, per tant, no sabien la diferència entre aquests i els jocs inclusius. Aquest motiu ha pogut propiciar confusió a l'hora de respondre les preguntes. Tanmateix, pot donar a interpretar l'escassa formació que els mestres han rebut en el camp de la inclusió en l'educació física. En contra, la gran majoria d'entrevistats que tenen formació en inclusió, com ara els experts, estan totalment en contra dels jocs sensibilitzadors, aspecte el qual m'ha sorprès.

Conclusions

Una vegada realitzada la discussió dels resultats es pot concloure tot dient que trobem un gran ventall de metodologies per a realitzar les classes d'educació física de manera inclusiva. Així mateix, a continuació es fa una breu síntesi de les aportacions del treball.

És per aquest motiu que, a través de la resolució dels dos objectius, podem observar que els mestres tenim a l'abast un gran nombre de recursos i estratègies que faciliten la inclusió a l'aula. Entre ells, els experts, els mestres d'educació física i les persones amb discapacitat ens recomanen utilitzar estratègies participatives, cooperatives, propostes multinivell, el joc en la seva gran varietat (lliure, de descoberta, d'experimentació, sensorials, etc). Amb relació a les adaptacions, les hem d'utilitzar únicament quan la diferència entre l'alumne amb discapacitat i el grup classe sigui molt notable i impedeixi a aquest desenvolupar la classe amb normalitat.

En canvi, pel que fa als jocs sensibilitzadors ens hem adonat de diversos aspectes. Seguint el consell dels experts, els jocs sensibilitzadors són una aïllada simulació que no té res a veure amb el que sent, experimenta i viu una persona amb discapacitat. En conseqüència, recomanen realitzar pràctiques en jornades o jocs inclusius els quals es basen en la teoria participativa. Podríem esmentar, per tant, que els jocs inclusius van més enllà de sensibilitzar, ja que tenen una tasca d'inclusió de les persones amb discapacitat. Dit amb altres paraules, en comptes de realitzar jocs sensibilitzadors, s'ha de vetllar per treballar jocs inclusius on els infants de l'aula ordinària participin i juguin conjuntament amb persones amb discapacitat. Tot i això, en cas de no tenir l'oportunitat de participar en jornades

inclusives o no tenir un infant amb discapacitat a l'aula, s'ha de seguir vetllant per realitzar la tasca sensibilitzadora en l'educació física. És per aquest motiu que, segons els resultats, no s'ha de descartar l'opció de realitzar jocs sensibilitzadors, ja que a través de la reflexió posterior també es pot conscienciar als infants.

En relació al llenguatge, com bé esmentaven Iris, Omar i Alberto, la paraula "persones amb diversitat funcional" no identifica la realitat del col·lectiu. Així mateix, sembla contradictori la seva cerca per la inclusió. En conseqüència, se senten més còmodes i més identificats amb la paraula "discapacitat". No obstant això, tot coneixent que hi ha diversitat d'opinions, és important tenir en compte la importància de l'educació per a una societat respectuosa i inclusiva per entendre que ambdues paraules no defineixen a la persona en la seva totalitat. Com bé esmentaven els experts Raúl i Ignacio, primer hem de conèixer a la persona i després la seva discapacitat.

Amb tot el que s'ha dit fins ara, podem entendre les grans aportacions i rellevàncies que té el tema en la tasca docent. D'una banda, ens dona a conèixer les tècniques i les estratègies que afavoreixen la inclusió a l'aula, esmentades paràgrafs a dalt. D'altra, podem veure que hem de vetllar per a realitzar jocs inclusius, on tant infants com persones amb discapacitats juguin cooperativament. I per últim, recomanar a totes les persones que eduquen en valors inclusius, que no tinguin por d'utilitzar la paraula persones amb discapacitat, ja que tot i ser un terme que sovint és qüestionat, és la paraula que aquest col·lectiu se sent identificat. Així mateix, les aportacions que s'ofereixen a través de l'article, de ben segur que ajudaran als mestres d'educació física a fer de la seva tasca docent una feina més inclusiva. M'agradaria acabar amb les paraules que Raúl va dir en la seva entrevista, *"Y es que yo fui de esos que quería cambiar el mundo pero aprendí que primero tenía que cambiar yo mismo"*. Com feia Paulo Freire (1976), l'educació no canvia el món, canvia a les persones que canviaran el món. Però abans, per poder-ho fer, com a mestres hem de fer un canvi de mentalitat.

Això és el que l'article ha significat per a mi. A l'inici de la cerca em trobava plena d'inexperiència però amb totes les ganes del món d'aprendre i gaudir del procés. Ara, un cop finalitzat, puc agrair a totes les persones meravelloses que m'han brindat la seva ajuda. Com deia Marcos, aquest treball simbolitza 10 quilòmetres en aquesta llarga cursa que és la inclusió. Desitjo, de bon cor, trobar-nos a la meta on, entre tots, aconseguim una societat equitativa on tots tinguem les mateixes oportunitats, indistintament de la procedència, gènere, capacitats ni cultura.

Limitacions i prospectiva

El treball de recerca ha sigut realitzat l'any 2019-2020, un any el qual s'ha vist afectat per la pandèmia del covid-19. Arran del coronavirus, el món s'ha vist obligat a confinar-se a les seves cases, fet que ha afectat la recerca. Es tenien plantejades varies entrevistes les quals no s'han pogut realitzar. Tanmateix, tenia concertada una entrevista amb la pionera en el món de l'educació física i la inclusió, Merche Ríos, la qual també em va brindar l'oportunitat de poder assistir a unes jornades inclusives amb escoles. Tot i això, no es va poder realitzar. Finalment, plantejo una qüestió oberta perquè es pugui seguir estudiant. Aquesta és: com aconseguir una inclusió de manera transversal, no només en l'educació física (estratègies, mètodes, ...)?

Referències

Arnaiz, P. (2003). *Educación inclusiva: una escuela para todos*. Málaga: Aljibe

Arribas, H., Fernández, D. (2015). *Deporte adaptado y escuela inclusiva*. Barcelona, España: Graó.

Bunch, G., Valeo, A. (2004). *Student attitudes toward peers with disabilities in inclusive and special education schools*. Disability Et Society, núm 19, pp.61-77.

Calvo, G. (2013). La formación de docentes para la inclusión educativa. Recuperat 21 d'abril, 2020, de http://www.scielo.edu.uy/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1688-74682013000100002

Carrión, J. J. (2001). *Integración escolar. ¿Plataforma para la escuela inclusiva?* Málaga: Aljibe.

Cumellas, M., Estrany, C., (2006). *Discapacidades motoras y sensoriales en primaria: la inclusión del alumnado en educación física. 181 juegos adaptados. Unidad didáctica: deporte adaptado.* Barcelona, Espanya: INDE.

Dalmau, M., Sala, I., Llinares, M. *Pautes sobre el Disseny Universal per a l'Aprenentatge (DUA). Text Complet (Versió 2.0).* Recuperat 18 desembre, 2019, de <https://drive.google.com/file/d/0B9TjPRfUZJUsZmNDVm5zOGNKak0/view>

Echeita, G, Ainscow, M. (2011). *La educación inclusiva como derecho: marco de referencia y pautas de acción para el desarrollo de un revolución pendiente.* Tejuelo, n. 12, pàg. 26-46.

Hernández, M. R. (2007). *Manual de educación física adaptada al alumno con discapacidad.* Barcelona, Espanya: Paidotribo.

Instituto Nacional de Estadística. *Encuesta sobre discapacidades, autonomía personal y situaciones de dependencia.* Recuperat 3 gener, 2020, de https://www.ine.es/dyngs/INEbase/es/operacion.htm?c=Estadistica_C

Petrus, A (1998). *El deporte escolar hoy. Valores y conflictos.* Aula de innovación educativa, 68.

Toro, S., Zarco, J. (1998). *Educación física para niños y niñas con necesidades educativas especiales.* Màlaga, Ediciones Aljibe.

Torres Navarro, M. A. (2010). *Recursos metodológicos en educación física con alumnos con discapacidad física y psíquica.* Madrid, Espanya: Pila Teleña.

UNESCO. (2017). *Educación para personas discapacitadas.* Recuperat 3 gener, 2020, de <https://es.unesco.org/themes/inclusion-educacion/personas-discapacitadas>