

El desarrollo de habilidades físicas en escolares con discapacidad intelectual moderada

Marlie Pérez Pupo

Universidad de Holguín, Centro Universitario Municipal Mayarí. Cuba. marliepp@uho.edu.cu
<https://orcid.org/0009-0001-7403-0363>

Ermes Rosales Ramírez

Universidad de Holguín. Centro Universitario Municipal Mayarí. Cuba. ermesrr@uho.edu.cu
<https://orcid.org/0009-0000-8636-9818>

Tatiana Laurencio Pérez

Universidad de Holguín. Centro Universitario Municipal Mayarí. Cuba. tatianalp@uho.edu.cu
<https://orcid.org/0009-0002-8981-4248>

Recibido: 9/II/2023
Aceptado: 21/IV/2023
Publicado: 1/VII/2023

Resumen: El desarrollo de habilidades físicas en escolares con discapacidad intelectual moderada es de gran importancia para desarrollar los músculos de forma general y lograr el fortalecimiento de la salud y el temple físico, así como la formación y el fortalecimiento de los hábitos y habilidades motoras. Al detectar insuficiencias en el desarrollo de habilidades motoras en escolares con estas características, nos propusimos elaborar juegos que potenciaran la recuperación y regeneración de sus facultades motoras. Para cumplir con el proceso de investigación se emplearon métodos teóricos como: análisis - síntesis, inducción - deducción y empíricos: observación y prueba pedagógica, que permitieron comprobar el estado inicial del problema y las transformaciones luego de la implementación de la propuesta. De forma general la aplicación de estos juegos y ejercicios permitió en los escolares una mayor independencia, las habilidades motrices las realizaron con mejor técnica, se mejoró el aspecto físico y postural, y mejoró las relaciones entre los participantes.

Palabras clave: habilidades físicas motrices; discapacidad intelectual

The development of physical skills in students with moderate intellectual disabilities

Abstract: The development of physical skills in students with moderate intellectual disabilities is of great importance to develop muscles in general and achieve the strengthening of health and of the body, as well as the formation and strengthening of motor habits and skills. Upon detecting insufficiencies in the development of motor skills in students with these characteristics, the development of a set of games that enhanced the recovery and healing of their motor skills began. To comply with the research process, theoretical methods such as: synthesis and induction-deduction, and empirical methods such as: observation and pedagogical test were used; they allowed the verification of the initial state of the problem and of the transformations after the implementation of the proposal. In general, the use of these games and exercises allowed more independence in students, motor skills were carried out with better technique, the physical and postural aspect was improved, and relationships between participants were enhanced.

Keywords: motor physical skills; intellectual disability

O desenvolvimento de habilidades físicas em escolas com deficiências intelectuais moderadas

Resumo: O desenvolvimento de habilidades físicas em crianças em idade escolar com deficiências intelectuais moderadas é de grande importância para desenvolver músculos de maneira geral e alcançar o fortalecimento da saúde e da temperatura física, bem como a formação e o fortalecimento dos hábitos e habilidades motoras. Ao avaliar a importância atribuída a esse assunto, foram detectadas insuficiências no desenvolvimento de habilidades motoras em crianças em idade escolar com deficiências intelectuais moderadas; portanto, este trabalho se destina como objetivo: desenvolver jogos que aprimoram o desenvolvimento de habilidades motoras em crianças em idade escolar com deficiências intelectuais moderado. Para cumprir com o processo de pesquisa, foram utilizados métodos teóricos como: síntese, indução-dedução e métodos empíricos: observação e teste pedagógico, que permitiram verificar



El desarrollo de habilidades físicas en escolares con discapacidad intelectual moderada/ The development of physical skills in schools with moderate intellectual disabilities/ O desenvolvimento de habilidades físicas em escolas com deficiências intelectuais moderadas

o estado inicial do problema e as transformações após a implementação da proposta. Em geral, a aplicação desses jogos e exercícios permitiu mais independência em crianças em idade escolar, as habilidades motoras foram realizadas com uma melhor técnica, o aspecto físico e postural foi melhorado e melhorou as relações entre os participantes.

Palavras -chave: habilidades físicas do motor; discapacidad intelectual.

Introducción

El Sistema Nacional de Educación ha logrado niveles importantes en su desempeño. Le corresponde al subsistema de Educación Especial como parte del perfeccionamiento educacional en Cuba la tarea de formar a los escolares que presentan alteraciones psíquicas y/o físicas con un sistema de conocimientos, habilidades, capacidades y hábitos a través de las asignaturas consignadas en el Plan de Estudio, que contribuyen a desarrollar la personalidad integral de los educandos con una red de escuelas en el país que brindan servicio para todos (Bell, 2002).

En correspondencia con lo anterior, le corresponde a la Educación Especial la atención a los escolares con discapacidades. Existen diferentes tipos de discapacidad intelectual, ya sea que se le conoce como retraso mental, oligofrenia o discapacidad intelectual, todas remiten a un único concepto, es aquel en el que se engloba a todas aquellas personas cuyos recursos cognitivos suelen ser menores a lo esperable en su edad cronológica (Mimenza, 2017). Esta educación cumple diferentes misiones, Guerra precisa que:

Las personas que presentan tal condición son cuestiones sujetas a discrepancia acerca de elementos relevantes y en su carácter orientador para la atención educativa. El desarrollo histórico social ha variado de la misma forma que los modelos y concepciones que lo han sustentado. (2012)

Por otra parte, Díaz et al. (2016) plantea que “en los escolares con discapacidad se observa un desarrollo insuficiente en diferentes áreas de habilidades de adaptación como la comunicación, independencia, salud y habilidades sociales, que desempeñan un papel fundamental en la formación de habilidades indispensables para las actividades prácticas”.

Ahora bien, el estudio dinámico del escolar que presenta deficiencias no puede limitarse a la determinación del grado y la gravedad de la dificultad, pero incluye indispensablemente el control de los procesos de compensación, sustitución, procesos edificadores y equilibradores en el desarrollo y en la conducta de los escolares como es el juego dentro de la clase de Educación Física. Sobre este tema Cornejo et al. (2016) puntualiza:

La Educación Física como proceso pedagógico, tiene como finalidad contribuir al perfeccionamiento de los niños, adolescentes y jóvenes mediante las actividades físicas, deportivas y recreativas y coadyuvar de esta manera a la instrucción y a la educación de un joven saludable con un desarrollo multilateral de sus cualidades y habilidades físicas.

Por otra parte, Martín (2021) refiere que existen componentes que deben mejorarse para alcanzar una condición física favorable, se habla de las capacidades físicas básicas: fuerza, resistencia, flexibilidad, velocidad. El contenido en cada uno de los niveles adopta las peculiaridades en correspondencia con la edad y el sexo, teniendo como medio principal el ejercicio físico en sus tres manifestaciones fundamentales: el juego, la gimnasia y el deporte.

En referencia a la salud, permite un buen funcionamiento del aparato cardiorrespiratorio, previenen la aparición de afecciones en la columna vertebral, y posibilitan que los procesos de crecimiento, desarrollo y maduración se produzcan con normalidad, entre otras cuestiones. Además, cuando se realiza de forma ordenada y sistemática, lleva implícito el progreso de habilidades y capacidades físicas, en este proceso se logran: el mejoramiento de la salud y el temple físico, formación y fortalecimiento de los hábitos y habilidades motoras, mejora la disciplina, el colectivismo y sentimientos de amistad, además se crean hábitos de conducta correcta, formación de las costumbres y de intereses estables a favor de la práctica sistemática del ejercicio físico.

Según Linares (2011) la atención de los escolares con discapacidad intelectual contempla diferentes áreas, las cuales son: la intelectual y cognoscitiva; afectiva y del desarrollo socio – moral; del gusto estético, habilidades y capacidades motrices básicas, y de habilidades laborales. Entre estas áreas se establece un vínculo muy estrecho. En relación con el área del desarrollo de habilidades y capacidades motrices básicas, es importante considerar el desarrollo de la psicomotricidad, las habilidades perceptuales y motoras, las cuales, en ocasiones, están



El desarrollo de habilidades físicas en escolares con discapacidad intelectual moderada/ The development of physical skills in schools with moderate intellectual disabilities/ O desenvolvimento de habilidades físicas em escolas com deficiências intelectuais moderadas

comprometidas en las personas con discapacidad intelectual. Por ello resulta vital la realización de la Educación Física, el deporte y la recreación, así como de todas las actividades encaminadas a este fin.

De otro modo es de interés destacar que en la Educación Física este desarrollo se ve generalmente afectado cuando se habla de escolares con discapacidad intelectual moderada, que necesitan de un grupo de actividades con un alto nivel de motivación que les permita una mayor concentración y que propicie el aprendizaje. Sobre esto Betancourt opina que:

Las dificultades motoras de ellos se manifiestan generalmente en la torpeza, imprecisión de los movimientos, aumento o disminución motriz de los dedos, dificultad en la motricidad fina y gruesa, para realizar actividades básicas cotidianas, poca orientación espacial, presentan incoordinaciones, son excitables e inhibidos y presentan babeo. (2006)

Por lo antes expuesto se considera necesario profundizar en los problemas del aprendizaje en los diferentes niveles educativos, es necesario crear juegos y ejercicios donde se integren los contenidos que de forma aislada reciben en la clase de Educación Física, para que estas sean más dinámicas en el desarrollo de habilidades motrices y capacidades físicas.

Para Pérez Iribar et al. (2013) “el desarrollo de las habilidades motrices, presupone un reto cada vez superior para tributar a la educación integral, para alcanzar una mayor socialización de los resultados de aprendizajes, valorar su inteligencia y creatividad en las actividades motrices”. Sumado a esto Ramos y Gómez consideran que:

El desarrollo de estas habilidades, no solo garantiza la adaptación al medio, sino la estabilidad emocional imprescindible para el desarrollo personal y social en los contextos donde interactúan cotidianamente. Por tanto, el éxito depende de la preparación de los profesores que laboran en esta educación, la sensibilidad y el amor hacia el objeto a transformar: los escolares. (2019)

El objetivo de esta investigación es elaborar juegos y ejercicios que potencien el desarrollo de habilidades motrices y capacidades físicas en escolares con discapacidades intelectuales moderadas.

Métodos

Se emplearon métodos teóricos, como el de análisis - síntesis y el de inducción - deducción; y métodos empíricos como la observación y prueba pedagógica, los cuales permitieron comprobar el estado inicial del problema y las transformaciones luego de la implementación de la propuesta.

La población estuvo conformada por 13 escolares, de edades que oscilan entre 10 y 12 años, con discapacidades intelectuales estables moderadas. Fueron seleccionados los 13 como muestra, lo que representa el 100 %.

Guía de observación:

Objetivo: Apreciar el comportamiento de los escolares con discapacidad intelectual moderado durante la aplicación de ejercicios y juegos durante las clases de Educación Física.

Nivel de motivación. Alto _____ Medio _____ Bajo _____

Nivel de desarrollos de habilidades y capacidades físicas. Bueno __ Regular __ Malo__

Después de conocer de forma general se pasa a la observación de las habilidades.

Las habilidades, analizadas por Castellanos (2004), están presentes en el proceso de obtención de la información y la asimilación de los conocimientos, en su aplicación y su uso, también en la extensión y profundización en que los escolares se apropian de los contenidos recibidos, además estas se forman y desarrollan en forma de sistema, una presupone a la otra.

La observación para diagnosticar las habilidades en los escolares:

➤ Habilidad de lanzar.

Burbano et al. (2017), lo consideran como “uno de los patrones motores más complejos, ya que se necesita de varios elementos para ejecutarlos, como por ejemplo el lanzamiento de la pelota”.

Objetivo: ejecutar lanzamientos por encima del hombro.

Actividad: Lanzar pelotas al frente.

Forma de evaluación: Bien si lanza por encima del hombro hacia el lugar indicado; Regular, logra lanzar por encima del hombro, pero no lo dirige al lugar señalado; Mal si lanza con ambas manos y no lo dirige al lugar señalado.

➤ Habilidad de atrapar.

Objetivo: Ejecutar atrape de la pelota con dos manos.



El desarrollo de habilidades físicas en escolares con discapacidad intelectual moderada/ The development of physical skills in schools with moderate intellectual disabilities/ O desenvolvimento de habilidades físicas em escolas com deficiências intelectuais moderadas

Actividad: El profesor lanza la pelota hacia el escolar para que este lo atrape.

Forma de evaluación: Bien si trapa sin cerrar los ojos, no vira la cara, no se le cae la pelota; Regular, atrapa, pero al hacerlo vira la cara; Mal, no logra atrapar la pelota. Lanza con ambas manos y no lo dirige al lugar señalado.

➤ Habilidad de caminar.

Objetivo: Ejecutar desplazamiento al frente hacia una marca.

Actividad: Caminar libremente al frente.

Forma de evaluación: Bien, mantiene la dirección del movimiento, no detiene la marcha y lo hace con fluidez; Regular, no cambia la dirección del movimiento, no detiene la marcha; Mal, cambia la dirección del movimiento, detiene la marcha y no tiene fluidez.

➤ Habilidad correr

Sailema et al. (2017) consideran la carrera como un patrón general del movimiento locomotor y una forma integral del desarrollo mental, presentándose como un proceso primario, y siendo por demás base para otros aprendizajes.

Objetivo: Ejecutar carrera rápida hasta una marca.

Actividad: Realizar una carrera rápida hasta 10 metros.

Forma de evaluación: Bien, no se detiene durante la carrera, mantiene el ritmo y llega a la meta; Regular, se detiene durante la carrera, no mantiene el ritmo y llega a la meta con dificultad; Mal, se detiene durante la carrera, no mantiene el ritmo y no llega a la meta.

➤ Habilidad saltar

Objetivo: Ejecutar saltos con los dos pies unidos.

Actividad: El escolar situado detrás de una línea con los dos pies unidos toma impulso con los brazos y salta al frente para caer con los pies en un mismo plano.

Forma de evaluación: Bien, el escolar toma impulso para saltar, despegar y cae sobre ambos pies; Regular, el escolar toma impulso para saltar, despegar y cae con los pies en diferentes planos; Mal, el escolar intenta saltar, pero teme caerse.

➤ Equilibrio

Objetivo: Ejecutar desplazamiento por encima de una marca.

Actividad: Caminar sobre una línea trazada en el piso a una distancia de 10 metros.

Forma de evaluación: Bien, el escolar camina sobre la línea sin salirse de esta y mantiene los brazos laterales; Regular, el escolar se tambalea al caminar sobre la línea, no logra mantener la posición de los brazos laterales, además se sale de la línea; Mal, el escolar no logra caminar sobre la línea.

➤ Coordinación

Objetivo: Ejecutar movimientos coordinados de brazos y piernas.

Actividad: Caminar alternando el movimiento de pierna y brazo contrario.

Forma de evaluación a utilizar: Bien, el escolar al caminar alterna el movimiento del brazo con la pierna contraria; Regular, el escolar coordina, pero se equivoca; Mal, el escolar no logra coordinar los movimientos.

➤ Orientación Espacial

Objetivo: Ejecutar movimientos con un brazo para identificar lado derecho y lado izquierdo, así como arriba y abajo.

Actividad: Levantar el brazo derecho o el izquierdo según indique el profesor, de la misma manera arriba o abajo.

Forma de evaluación: Bien, logra identificar el lado derecho e izquierdo, arriba y abajo; Regular, no identifica uno de los lados, pero identifica arriba y abajo; Mal, no identifica ninguno de los lados, tampoco arriba y abajo.

Resultados

Son diversos los autores que consideran que en el juego se aprecian rasgos comunes para aplicarlos en las clases de Educación Física. Vigotsky (1989) se refiere al juego como una actividad donde se enseña y se desarrolla de forma multifacética y específicamente, a través de las clases de Educación Física las habilidades y capacidades necesarias para fortalecer la mente y el espíritu de la misma manera que se robustece el cuerpo.

En el juego, se pueden apreciar rasgos comunes para aplicarlos en las clases de Educación Física como: debe adecuarse al nivel físico e intelectual de cada alumno. Las condiciones externas para su realización se deben preparar con anticipación. Deben participar la mayor cantidad de escolares. Los objetivos y las reglas del juego deben ser asimilados por los participantes antes de



El desarrollo de habilidades físicas en escolares con discapacidad intelectual moderada/ The development of physical skills in schools with moderate intellectual disabilities/ O desenvolvimento de habilidades físicas em escolas com deficiências intelectuais moderadas

comenzar y ser observadas estrictamente durante su realización. Si se realiza por equipos estos deben ser de igual cantidad de participantes y posibilidades físicas. Al terminar el juego se deben dar las conclusiones y estimular al ganador, planteando los aspectos positivos y negativos que fueron observados. Villalón (2006)

Por otra parte, Zhukovskaia (1982) plantea que el juego cumple diferentes funciones como: la preventiva, que favorece la estimulación del desarrollo regulador, inductor y ejecutor de la actividad humana, incluso del desarrollo ontogenético; la diagnóstica, teniendo en cuenta que el diagnóstico es un proceso utilizado para medir, determinar y caracterizar las particularidades del individuo, se pueden profundizar en las potencialidades y necesidades instrumentando una estrategia que se realice a través del juego; y la terapéutica responde a todas las medidas tomadas para prevenir, atenuar, corregir, compensar las dificultades, necesidades y carencias. Sobre la base de estas funciones el juego en las clases de Educación Física tiene un fin recreativo y deportivo, donde se estimula el lenguaje y la comunicación, la motricidad gruesa y fina, el área cognoscitiva y la socialización.

Algunos ejemplos de juegos para realizar con los escolares:

➤ Juego # 1 Busca tu pelota

Objetivo: Mejorar el equilibrio. Se utilizan los materiales: pelotas de trapo pequeñas y medianas. Se organizan formado los alumnos en dos hileras situados detrás de una línea separada entre sí por dos metros, al frente se traza una línea o se pone una cinta de color vivo en el piso. A la señal del profesor el primer niño de cada hilera camina sobre la línea tratando de no salirse de esta, al llegar a la meta hay un cesto con pelotas, toma una y regresa nuevamente por la línea, incorporándose al final, de esta manera todos lo realizan hasta que cada uno tenga una pelota. Reglas: Cada uno debe recoger una pelota, pasar por encima de la marca. Gana el equipo que primero termine.

➤ Juego # 2 Corre, suena y regresa

Objetivo: Mejorar la rapidez y la coordinación de movimientos. Se utilizan como materiales: aros, maracas y sonajeros. Se organizan en equipos, dos hileras, a una distancia de 8 metros se coloca un aro o se traza un círculo con una maraca o sonajero dentro. A la señal del profesor el

primer jugador de cada equipo correrá hacía el aro, al llegar cogen el sonajero o la maraca y la suena, regresan corriendo para tocar la mano del compañero que le sigue de su equipo, para que salga a realizar la misma actividad y así sucesivamente hasta que todos lo hayan realizado. Reglas: Cada uno debe agitar la maraca o sonajero, colocarla nuevamente en el círculo después de sonarlo, gana el equipo que primero termine.

➤ Juego # 3 La argolla

Objetivo: Mejorar la fuerza de brazo, la coordinación y la habilidad de lanzar. Se utilizan como materiales: Argollas de cartulina. Participan varios jugadores con argollas en las manos, en diferentes posiciones. A la orden del profesor cada jugador realiza lanzamientos con tres oportunidades, con el objetivo de introducirla en un medio elaborado con madera y clavos de seis pulgadas de altura, por cada argolla ensartada se le dará un punto al jugador. Reglas: Deben recoger las argollas, se les otorga un punto por cada argolla ensartada, gana el jugador que más puntos acumule.

➤ Juego # 4 El conejo cojo

Objetivo: Mejorar la fuerza de piernas y la coordinación. Participan varios jugadores dispersos en el área apoyados en un solo pie y un jugador designado que hará la función de cazador. A la señal del profesor los conejos huyen por el área para no ser atrapados por el cazador, una vez que este atrape a uno cambian de papel. Reglas: Deben saltar en un pie, si el que atrapa no está en un pie no vale, ganan todos los que no fueron atrapados.

Discusión

Después de realizados los juegos se estableció una comparación entre el estado inicial y final del desarrollo de habilidades físicas en los escolares con discapacidad intelectual estable moderado, donde se pudo apreciar que todos los escolares han mejorado al caminar ya que mantienen la dirección del movimiento, y no detienen la marcha, por lo que se evaluaron de bien 10 escolares, lo que representa el 76,9 %, se aprecia dificultades en la fluidez de sus movimientos, en tres escolares que alcanzan la categoría de regular. En las habilidades de correr y lanzar, se evaluaron de bien 10 escolares para el 76,9 % ya que realizan una correcta ejecución de la técnica, no se detienen en la carrera, mantienen un ritmo adecuado y llegan a la meta, de igual forma al



El desarrollo de habilidades físicas en escolares con discapacidad intelectual moderada/ The development of physical skills in schools with moderate intellectual disabilities/ O desenvolvimento de habilidades físicas em escolas com deficiências intelectuais moderadas

lanzar, lo hacen por encima del hombro hacia el lugar indicado. Solo a tres se les dificulta el ritmo en la carrera y el lanzamiento no lo dirigen al lugar señalado por lo que se evaluaron de regular representando el 23,1 %.

En la habilidad atrapar, muy relacionada con el lanzamiento, se observan avances significativos en sus resultados, atrapan sin cerrar los ojos, no viran la cara y no se les cae la pelota a 10 escolares lo que representa el 76,9 %, a tres escolares se les cayó la pelota en el primer intento lo que representa el 23,1 %. En el salto, capacidad física condicionada, 9 escolares para saltar tomaron impulso, realizaron el balanceo y caen en ambos pies, evaluándose de bien para el 69,2 %. Solo cuatro caen con los pies en diferentes planos, evaluándose de regular, esto representa el 30,8 % de la muestra.

En la evaluación del equilibrio, se observan avances significativos, el 69,2 %, es decir 9 escolares logran caminar sobre la línea sin salirse de esta y mantienen los brazos laterales respetando la distancia. Solo el 30,8 % se tambalean y no logran mantener los brazos en posición lateral. En la orientación espacial se aprecian cambios, logran identificar las posiciones: derecha, izquierda, arriba y abajo 9 escolares para el 69,2 % y solo cuatro no identifican uno de los lados izquierdo o derecho, pero sí reconocen arriba y abajo.

La coordinación es una capacidad física bastante lograda, ya que 9 escolares alcanzan buenos resultados en su evaluación al alternar el movimiento de la pierna con el brazo contrario, esto es muy importante porque cuando hay coordinación en sus movimientos hay menor gasto energético y las técnicas se adquieren con mayor facilidad. En el caso de cuatro escolares, aunque coordinan en ocasiones se equivocan y vuelven a comenzar la actividad. Esto representa el 30,8 % de la muestra con la que se trabajó.

En sentido general se aprecian cambios cualitativos como: realizan actividades básicas cotidianas con mayor independencia, las habilidades motrices que reciben en clases y las físicas las realizan con mejor técnica, se observa mejor aspecto físico y postural en cada uno de ellos, y una mejoría notable en la motórica fina y gruesa. De forma general se observan mejores relaciones entre los participantes y han aprendido a ganar y a perder.

Conclusiones

El estudio realizado sobre el juego demuestra que el juego es distracción, diversión, investigación, creación y evolución. Crea placer, afectividad, entusiasmo y gusto por la vida. Genera imaginación, ingenio, fantasía y comunicación. Aporta información y experiencia, y ejercita habilidades corporales, naturales y mentales. Por otra parte, el diagnóstico de los escolares investigados, demuestra el poco desarrollo de habilidades motrices y físicas considerándose en este sentido oportuno la elaboración de estos juegos. Los juegos elaborados están estructurados de manera tal que potencian el desarrollo de habilidades en los escolares con discapacidad intelectual estable moderada. Además, la efectividad de la puesta en práctica de estos juegos evidencia que si se realizan de acuerdo con las posibilidades físicas y características de los escolares se puede lograr el desarrollo de habilidades motrices y físicas que los prepara para una vida adulta e independiente.

Referencias

- Bell, R. (2002). *Convocados por la diversidad*. Pueblo y Educación.
- Burbano Benavides, M. A., Rubio Villalba, T. F., Yar Saavedra, R. L. y Coral Apolo, E. G. (2017). Estudio biomecánico del lanzamiento de granada entre deportistas principiantes y de alto rendimiento. *Revista Cubana de Investigaciones Biomédicas*, 36 (2), 228-238. <https://www.medigraphic.com/pdfs/revcubinvbio/cib-2017/cib172r.pdf>
- Betancourt, J. (2006) *Fundamentos psicológicos generales de la Educación Especial*. Pueblo y Educación.
- Castellanos, D. (2004). *Aprendizaje y desarrollo*. Pueblo y Educación.
- Cornejo L., J. A., Manteiga L., L. E., Blanco P., J., Cornejo M., J. J. y Campusano L., A. (2016) *La educación física en la escuela cubana contemporánea*. Curso 58. Educación Cubana. Ministerio de educación. <https://silo.tips/download/la-educacion-fisica-en-la-escuela-cubana-contemporanea-curso-58>
- Díaz, D., López, V. y Deroy, D. (2016). Construyendo espacios de inclusión para personas con discapacidad intelectual en Cuba. *Estudios del desarrollo social: Cuba y América Latina*, 4 (Extra). <https://revistas.uh.cu/revflacso/article/view/6018>



El desarrollo de habilidades físicas en escolares con discapacidad intelectual moderada/ The development of physical skills in schools with moderate intellectual disabilities/ O desenvolvimento de habilidades físicas em escolas com deficiências intelectuais moderadas

Guerra, S. (2012). *El contexto escolar, familiar y comunitario en el currículo para escolares con retraso mental*. Pueblo y Educación.

Linares, C. A. (2011). *Una propuesta de plan de estudio para la educación de los escolares con retraso mental*. Pueblo y Educación.

Martín Romero, R. D. (2021). Capacidades físicas básicas. Tipos, ejemplos y ejercicios. *Revista PadelStar*. <https://padelstar.es/preparacion-fisica-padel/capacidades-fisicas-basicas-concepto-y-clasificaciones/>

Mimenza, O. (2017). Tipos de discapacidad intelectual (y características). Una clasificación de rangos de bajo Cociente Intelectual, con sus características y limitaciones. *Psicología y Mente*. <https://psicologiaymente.com/clinica/tipos-discapacidad-intelectual>

Pérez Iribar, G., Beleño Fuentes, M. y Ramírez Guerra, D. M. (2013). El desarrollo de las habilidades motrices en la Educación Física Escolar. *OLIMPIA*, 10 (33), 57-70. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=6210850>

Ramos Gutiérrez, I. y Gómez Cardoso, A. L. (2019). Desarrollo de la habilidad intrapersonal autoconocimiento en niños con discapacidad intelectual leve. *Revista Roca*, 15 (3), 130-140. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=7121640>

Sailema Aníbal, A., Sailema Torres, M., Amores Guevara, P., Navas Franco, L., Mallqui Quisintuña, V. y Romero Frómata, E. (2017). Juegos tradicionales como estimulador motriz en niños con síndrome de Down. *Revista Cubana de Investigaciones Biomédicas*, 36 (2), 1-11. https://www.researchgate.net/publication/324784325_Traditional_games_as_motor_stimulator_in_children_with_Down_syndrome#:~:text=Juegos%20tradicionales%20como%20estimulador%20motriz%20en%20ni%C3%B1os%20con,Quisintu%C3%B1a%20Edgardo%20Romero%20Fr%C3%B3meta%20IUniversidad%20T%C3%A9cnica%20de%20Ambato.

Vigotsky, L. S. (1989). *Obras Completas*. Pueblo y Educación.

Villalón, G. (2006). *La lúdica, la escuela y la formación del educador*. Pueblo y Educación.

Zhukovskaia, R. (1982). *El juego y su importancia pedagógica*. Pueblo y Educación.