



# Propuesta didáctica:

## Juegos Paralímpicos: Inclusión y diversidad en el deporte para 5<sup>to</sup> y 6<sup>to</sup>



### Descripción:

Esta propuesta está diseñada para estudiantes de quinto y sexto grado de primaria, con el objetivo de fomentar la conciencia y el entendimiento sobre los Juegos Paralímpicos. Se busca promover valores de inclusión, diversidad y empatía a través de actividades que involucren la exploración de los deportes paralímpicos y la participación en simulaciones de experiencias deportivas paralímpicas.



## FUNDAMENTACIÓN:

Los Juegos Paralímpicos son un evento multideportivo que se celebra cada cuatro años, en el que participan atletas con discapacidades físicas, sensoriales e intelectuales de todo el mundo. Este evento destaca no solo por su nivel de competencia, sino también por su capacidad de promover la inclusión y la igualdad.

La Boccia es uno de los deportes más emblemáticos de los Juegos Paralímpicos y está diseñado específicamente para atletas con parálisis cerebral o discapacidades severas que afectan la movilidad.

### Historia y precursores:

El primer evento deportivo organizado para veteranos de la Segunda Guerra Mundial con lesiones medulares tuvo lugar en 1948 en Londres, gracias al médico alemán Ludwig Guttmann.

Los primeros Juegos Paralímpicos oficiales se celebraron en Roma en 1960.

La Boccia se introdujo como deporte paralímpico en 1984 y ha crecido en popularidad desde entonces.

### Características del deporte Boccia:

**Participantes:** Es un deporte inclusivo que puede ser jugado por atletas con discapacidades físicas severas, incluyendo aquellos con parálisis cerebral.

**Equipos:** Los partidos pueden ser individuales, en parejas o por equipos de tres.

**Objetivo:** El objetivo es lanzar bolas de cuero lo más cerca posible de una bola blanca llamada "jack".

**Reglas básicas:**

Cada jugador o equipo tiene seis bolas (rojas o azules) que deben lanzar en turnos. Gana el jugador o equipo que logre posicionar más bolas cerca del jack.

Los jugadores pueden lanzar la bola con la mano, el pie, o con la ayuda de una rampa asistida por un asistente.

<https://www.youtube.com/watch?v=goc7Via3XJY>



**ANEP**

DIRECCIÓN GENERAL  
DE EDUCACIÓN  
INICIAL Y PRIMARIA

DIVISIÓN  
PLANEAMIENTO  
EDUCATIVO

Departamento  
de Tecnologías Educativas  
aplicadas y virtualidad

**Formato:** Propuesta didáctica

**Fecha de creación:** 2024

**Ciclo:** 2<sup>do</sup>



**Tramo:** 3

**Grado:** Quinto y Sexto grado

**Competencia general:** Comunicación, relacionamiento con el otro, Intrapersonal.



Espacio	Unidades Curriculares	Competencias específicas	Contenidos	Criterios de Logro
<b>Desarrollo personal y conciencia corporal</b>	<b>Educación Física</b>	<p><b>CE1.</b> Identifica y crea prácticas motrices reflexivas, emocionales y observables del cuerpo humano que implica conocimientos, procedimientos, actitudes y sentimientos, con relación al deporte, el juego, recreación, gimnasia y expresiones del movimiento motriz que promuevan un estilo de vida saludable</p> <p><b>CE2.</b> Explica su esquema corporal, nociones perceptivas (motrices y afectivas) en situaciones concretas para dar respuesta a las distintas situaciones en su entorno desde una corporeidad integra</p> <p><b>CE4.</b> Indaga, analiza y explica saberes propios de la Educación Física para generar espacios de comprensión de las diferentes concepciones del área.</p>	<p><b>Conciencia corporal</b> • El encadenamiento de movimientos corporales con emociones y sentimientos en diferentes medios</p> <p><b>Deporte Diferentes</b> deportes, sus reglas y su práctica deportiva de forma autónoma</p>	<p><b>Para 5to año:</b> Explora y analiza el encadenamiento de los movimientos de su cuerpo permitiéndole tomar decisiones asertivas resolviendo las diferentes situaciones del entorno</p> <p><b>Para 6to año:</b> Reflexiona sobre los movimientos de su cuerpo y el del otro interviniendo, transformando e interactuando con el entorno</p> <p><b>Para 5to año:</b> Explica y practica los diferentes deportes y sus reglas en su práctica deportiva de forma autónoma.</p> <p><b>Para 6to año:</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>• Identifica los sistemas tácticos de los diferentes deportes.</li></ul>
<b>Técnico Tecnológico</b>	<b>Ciencia de la Computación y Tecnología Educativa</b>	<p><b>CE1.</b> Selecciona y utiliza medios y formatos digitales, generando producciones, adecuándose a diferentes contextos e interlocutores, para presentar</p>	<p>Tecnología educativa. Alfabetización digital: Tecnologías de la información y la comunicación: identificación, selección, utilización y creación de recursos digitales (aplicaciones,</p>	<p>Busca y selecciona información en diferentes fuentes digitales.</p>



		información y comunicarse.	lenguajes o dispositivos), para comunicarse con distintos fines, de forma sincrónica y asincrónica, con distintos actores de la comunidad.	
--	--	----------------------------	--	--

**Metas de aprendizaje:**

Los estudiantes practicarán deportes paralímpicos, como Boccia, y reflexionarán sobre las barreras físicas y sociales enfrentadas por los atletas, promoviendo el respeto hacia la diversidad y la inclusión en la actividad física, para fomentar la empatía y la inclusión a través de la práctica deportiva y la reflexión sobre la diversidad en el deporte.

Los estudiantes utilizarán tecnologías educativas para buscar, seleccionar y registrar información sobre deportes paralímpicos, documentando sus aprendizajes y experiencias durante las actividades adaptadas, para desarrollar competencias digitales y habilidades de alfabetización tecnológica mediante la exploración y registro de contenidos relacionados con los deportes paralímpicos.

*(Metas de aprendizaje sugeridas. Se deben adaptar por cada docente a las actividades puntuales que se propongan)*



## Plan de aprendizaje:

Esta propuesta intenta abordar actividades físicas adaptadas para que los estudiantes vivencien propuestas inclusivas y conozcan sobre los Juegos Paralímpicos.

### Actividad 1:

#### ***Carrera de velocidad con ojos vendado y ayuda:***

**Meta de la actividad:** Los estudiantes experimentarán los desafíos de los atletas paralímpicos con discapacidades visuales, fomentando la empatía y la cooperación entre pares.

En esta carrera los estudiantes llevarán los ojos vendados y un compañero los ayudará a realizar el recorrido.



### ***Evidencia de aprendizaje***

*Participación activa y reflexión grupal sobre la experiencia y los sentimientos al depender de otro.*

#### ***Pruebas de atletismo con obstáculos:***

**Meta de la actividad:** Vivenciar los obstáculos y adaptaciones presentes en el deporte paralímpico para desarrollar una comprensión más profunda de las barreras enfrentadas por los atletas.

El docente creará un circuito de obstáculos adaptado Incluyendo vallas bajas, conos y cintas en el suelo.

Los estudiantes pueden correr, saltar y sortear los obstáculos simbolizando lo que hacen los atletas paralímpicos. Se le puede agregar carteles con palabras que representen los distintos obstáculos que tienen que superar los deportistas en situación de discapacidad.



El recorrido puede realizarse con restricciones físicas simuladas, o con los ojos vendados y un compañero acompañando al corredor para pasar los obstáculos.

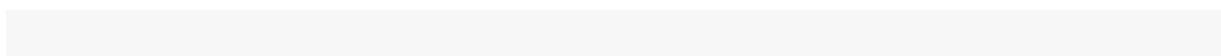
*Esto les permitirá experimentar de manera práctica algunos de los desafíos que enfrentan los atletas paralímpicos.*

*Al finalizar, se reflexionará sobre la importancia de la confianza y la comunicación.*

*Se pretende fomentar la cooperación, la estrategia y la inclusión.*

### **Evidencia de aprendizaje**

*Participación en el circuito y creación de un pequeño informe visual o escrito sobre cómo se sintieron al enfrentar los desafíos.*



## Actividad 2

### Exploración de boccia

#### Meta de la actividad

Aprender sobre Boccia, sus reglas, y desarrollar la habilidad para practicarlo en un entorno inclusivo.

De ser posible sería muy valioso invitar a atletas paralímpicos locales o mostrar videos de ellos compitiendo en Boccia. Se invita a los estudiantes a investigar más sobre este deporte y a comprender cómo se adaptan las reglas y los equipos.



#### Primera parte: ( fuera del aula)

Los estudiantes buscarán información sobre el deporte Boccia y lo dejarán registrado en el aula virtual que utilizan siempre (Crea u otros), donde el docente previamente dejará un espacio para dejar dicha información.

Luego en la clase se compartirá el material encontrado y se realizará una puesta en común.

Para finalizar esta primera parte se realiza la visualización de un video para afianzar conocimientos



[https://youtu.be/9laKCUch-QE?si=bKj7p3\\_qdLunxGUv](https://youtu.be/9laKCUch-QE?si=bKj7p3_qdLunxGUv)

#### Evidencia de aprendizaje

Registro de la investigación en la plataforma y participación en una puesta en común en clase.



## Segunda parte:

### Práctica de Boccia en el aula

Se puede organizar un mini-torneo de Boccia en el aula o en el patio de la escuela. Los estudiantes se dividirán en equipos y aplicarán las reglas del juego para competir entre ellos.

Esta propuesta se puede realizar utilizando materiales como sillas comunes.

### Reflexión sobre la superación personal

Después de las actividades, promueve una conversación sobre la superación personal y la importancia de no rendirse ante los desafíos. Se crea un espacio con el clima adecuado para pedirle a los estudiantes que compartan sus experiencias y cómo se sintieron al enfrentar las adaptaciones

Se implementarán actividades adaptadas a la edad de los estudiantes, enfocadas en la sensibilización sobre los Juegos Paralímpicos y la participación inclusiva en juegos adaptados, para que todos participen.

### Evidencia de aprendizaje

Participación en el torneo y una reflexión escrita sobre lo que aprendieron acerca del trabajo en equipo y la superación personal.



### Actividad 3:

## Actividad de investigación sobre los Juegos Paralímpicos 2024

### Meta de la actividad

Desarrollar habilidades de investigación y presentar información relevante sobre los próximos Juegos Paralímpicos.

### Descripción

Los estudiantes investigarán sobre la ubicación de los Juegos Paralímpicos 2024, los atletas uruguayos que han participado en ediciones anteriores y los que participarán en estos, y otros datos relevantes. Compartirán su investigación en el aula virtual utilizada frecuentemente por el docente. Posteriormente, en clase, se realizará una puesta en común y reflexión sobre la información obtenida.

### Evidencia de aprendizaje

Presentación digital o física de los resultados de la investigación y participación en la discusión en clase.



## Actividad final: Organización de un evento paralímpico escolar

### Meta de la actividad

Integrar todo el aprendizaje para organizar un evento inclusivo que celebre los valores paralímpicos en la comunidad escolar.



### Descripción

Las y los estudiantes, guiados por el docente, planificarán y ejecutarán un mini evento paralímpico en la escuela, donde se incluirán actividades adaptadas como Boccia, carreras con ojos vendados, y otros juegos inclusivos. Se invitará a otros estudiantes, docentes y familias a participar.

Evidencia de aprendizaje

Desarrollo del evento y reflexión grupal después de la actividad sobre el impacto del proyecto en la percepción de la inclusión y diversidad.

### Evaluación

Se utilizará una rúbrica para evaluar los diferentes aspectos del aprendizaje, centrada en la participación activa, la colaboración, la aplicación de competencias motrices y tecnológicas, y la capacidad de reflexión crítica sobre los valores de inclusión y superación personal.

**Competencias desarrolladas en la propuesta:** CE2, CE3, Comunicación, Relacionamiento con el otro

### Sugerencias metodológicas y de evaluación:

Se espera promover prácticas educativas contextualizadas con la realidad de cada grupo y de cada centro, con la finalidad de que los estudiantes puedan vivenciarlas y sentirlas como un aporte para su vida y que trasciendan el espacio escolar.



## Metodología, Aprendizaje Basado en Proyectos (ABP)

El enfoque metodológico principal que se propone es el ABP, donde los estudiantes participarán activamente en un proyecto integral que culminará en la creación y presentación de un evento inclusivo inspirado en los Juegos Paralímpicos. A través de actividades secuenciadas, los estudiantes desarrollarán competencias sociales, motrices y tecnológicas, aplicando lo aprendido de manera práctica y colaborativa.

Se sugiere la siguiente rúbrica de evaluación

Criterio	Logrado (3 puntos)	En proceso (2 puntos)	No logrado (1 punto)
<b>Participación activa</b>	Participa activamente en todas las actividades, aportando ideas y colaborando de forma constante.	Participa de manera intermitente, con algunas contribuciones significativas.	Participa poco o nada, sin contribuciones relevantes a las actividades.
<b>Respeto e inclusión</b>	Demuestra constantemente respeto y apoyo a todos los compañeros, promoviendo un ambiente inclusivo.	Muestra respeto en la mayoría de las ocasiones, con algunas fallas en la inclusión.	Frecuentemente muestra falta de respeto o exclusión hacia los compañeros.
<b>Colaboración en grupo</b>	Trabaja de manera efectiva en equipo, facilitando la cooperación y el logro de objetivos comunes.	Colabora en el grupo de manera inconsistente, con algunas dificultades en la cooperación.	Rara vez colabora con el grupo, obstaculizando el trabajo colectivo.
<b>Comprensión de conceptos</b>	Demuestra un entendimiento claro y profundo de los deportes paralímpicos y su relevancia social.	Muestra comprensión básica de los conceptos, pero con algunas ideas confusas o incompletas.	No demuestra comprensión adecuada de los conceptos abordados en la propuesta.



<b>Aplicación de competencias motrices</b>	Aplica de manera adecuada y segura las habilidades motrices necesarias en las actividades propuestas.	Aplica las habilidades motrices con algunas dificultades, pero participa en las actividades.	Muestra dificultades significativas en la aplicación de habilidades motrices.
<b>Uso de tecnologías</b>	Utiliza herramientas tecnológicas eficientemente para investigar, comunicar y presentar información.	Utiliza las herramientas tecnológicas con algunas dificultades, pero logra realizar las tareas.	Muestra dificultades importantes en el uso de tecnologías, afectando su desempeño.
<b>Reflexión y empatía</b>	Reflexiona de manera crítica sobre la superación personal y muestra empatía hacia las experiencias de otros.	Reflexiona superficialmente sobre los desafíos enfrentados, mostrando empatía limitada.	No participa en la reflexión o no demuestra empatía hacia las experiencias compartidas.

**Bibliografía:**

ANEP. (2022). *Educación Básica Integrada (EBI): Plan de estudios*

[documento en línea]. Disponible en:

<https://www.anep.edu.uy/sites/default/files/images/2022/noticias/setiembre/220927/EBI%202022%20v7.pdf>

ANEP. (2022). *Progresiones de Aprendizaje* [documento en línea]. Disponible en:

<https://www.anep.edu.uy/sites/default/files/images/Archivos/publicaciones/progresiones/Progresiones%20de%20Aprendizaje%202022.pdf>

ANEP. (2022). *Marco Curricular Nacional* [documento en línea]. Disponible en

<https://www.anep.edu.uy/sites/default/files/images/Archivos/publicaciones/Marco-Curricular-Nacional-2022/MCN%202%20Agosto%202022%20v13.pdf>

Comité Paralímpico Español(s,f). *Boccia*. [Documento en línea]. Disponible en :

<https://www.paralimpicos.es/deportes-paralimpicos/boccia#:~:text=Se%20practica%20de%20forma%20individual,continuo%20de%20tensi%C3%B3n%20y%20precisi%C3%B3n>

Freepik. (s.f.). *Atleta haciendo salto con pasaje de valla*. [Imagen]. Disponible

en: [https://www.freepik.es/vector-gratis/atleta-haciendo-saltos-sobre-fondo-blanco\\_6831733.htm#fromView=search&page=1&position=22&uuid=068bb722-b820-453b-8833-281aadb09acd](https://www.freepik.es/vector-gratis/atleta-haciendo-saltos-sobre-fondo-blanco_6831733.htm#fromView=search&page=1&position=22&uuid=068bb722-b820-453b-8833-281aadb09acd)

Freepik. (s.f.). *Ilustración de voleibol sentados*. [Imagen]. Disponible en:

[https://www.freepik.es/vector-gratis/ilustracion-concepto-voleibol-sentado\\_25182743.htm#fromView=search&page=1&position=34&uuid=1f1513b5-3175-4aad-8ed4-f92477ffce15](https://www.freepik.es/vector-gratis/ilustracion-concepto-voleibol-sentado_25182743.htm#fromView=search&page=1&position=34&uuid=1f1513b5-3175-4aad-8ed4-f92477ffce15)

Freepik.(s,f). *Ilustración concepto boccias, paralímpicos*. [Imagen]. Disponible

en: [https://www.freepik.es/vector-gratis/ilustracion-concepto-boccia-paralimpica\\_44951369.htm#fromView=search&page=1&position=2&uuid=d482be84-731e-461f-8967-ba30feeb8dd7](https://www.freepik.es/vector-gratis/ilustracion-concepto-boccia-paralimpica_44951369.htm#fromView=search&page=1&position=2&uuid=d482be84-731e-461f-8967-ba30feeb8dd7)

Programa de atención a personas con discapacidad. (s. f.). montevideo.gub.uy.

<https://th.bing.com/th/id/OIP.8LJfNTcxWebqcnqndABk0AHaE8?pid=ImgDet&w=174&h=116&c=7&dpr=1,3>

**Autores: Marcos Díaz y Cecilia Nuñez**

**Licenciamiento:** [Atribución-NoComercial-CompartirIgual 4.0 Internacional \(CC BY-NC-SA 4.0\)](https://creativecommons.org/licenses/by-nc-sa/4.0/)