

La recreación como estrategia pedagógica y medio de inclusión en personas con discapacidad cognitiva reflejado en calidad de vida

Norma Lizeth Gonzalez Algarra

Universitaria Agustiniana
Facultad de Humanidades, Ciencias sociales y Educación
Programa de Especialización en Pedagogía
Bogotá, D.C.
2020

La recreación como estrategia pedagógica y medio de inclusión en personas con discapacidad cognitiva reflejado en calidad de vida

Norma Lizeth Gonzalez Algarra

Director

Nubia Constanza Arias Arias

Trabajo para optar al título de Especialista en Pedagogía

Universitaria Agustiniana

Facultad de Humanidades, Ciencias sociales y Educación

Programa de Especialización en Pedagogía

Bogotá, D.C.

2020

Resumen

Este artículo de revisión busca interpretar el uso de la recreación como estrategia pedagógica, pero también como medio inclusión para mejorar la calidad de vida de las personas con discapacidad cognitiva, a través del paradigma socio crítico, con un enfoque de tipo cualitativo se hace revisión documental con base en tres categorías de conocimiento, a saber; la recreación, la pedagogía y la discapacidad cognitiva. El método empleado es la triangulación de información que es una técnica de análisis de datos que se centra en el contrastar visiones o enfoques a partir de los datos recolectados. Por medio de esta se mezclan los métodos empleados para estudiar el fenómeno, para esta investigación de tipo cualitativa. De otro lado la particularidad del problema que se presenta nace de la experiencia como docente. Ser docente es una labor titánica que demanda un alto grado de compromiso, horas extras de investigación, una fuente inagotable de energía y una caja renovable con respuestas para todo. Sin embargo, la inclusión educativa demanda un proceso de enseñanza y aprendizaje particular a cada estudiante, que en ocasiones no resulta eficaz, por las peculiaridades de la discapacidad diagnosticada. Los principales hallazgos en medio de este proceso de reflexión permitieron identificar a la recreación como una estrategia pedagógica que potencia la inclusión para el mejoramiento de la calidad de vida de personas con discapacidad cognitiva, porque las personas pueden llegar a experimentar alegría y euforia, siendo estos componentes importantes ya que permiten descubrir un sin número de aprendizajes por medio del gusto y de la sensación. Las didácticas relacionadas con la recreación hacen que la persona se ejercite y genere nuevas posibilidades para desarrollar la actividad física mejorando las habilidades motrices y expresando sentimientos al exteriorizar emociones, sensaciones, alegrías, miedos o angustias sin la necesidad de un lenguaje fluido y claro sino a través del movimiento. Además, favorece el desarrollo psicomotor y socio afectivo, consiguiendo armonía en la estructura del esquema corporal, espacial y temporal, constituyendo un buen medio para establecer relaciones y vínculos sanos y de esta forma aporta confianza y un mayor conocimiento sobre los límites y capacidades personales, desarrollando la sensibilidad y estimulando la capacidad de nuevos aprendizajes.

Palabras clave: recreación, estrategia didáctica, calidad de vida, discapacidad cognitiva.

Introducción

Cuando seguimos realizando un trabajo o realizando una actividad de forma regular y continua durante horas, se produce fatiga y tensión física y mental. La actividad recreativa libera de la sensación de fatiga, restaura la energía y promueve una sensación de alegría. Sin recreación, la vida sería aburrida y miserable.

Así pues, participar en actividades recreativas, especialmente al aire libre, puede mejorar enormemente la salud física. Las personas que participan en actividades de parque, como caminar, hacer senderismo o correr, programan menos visitas al consultorio médico, mantienen porcentajes más bajos de grasa corporal y tienen niveles más bajos de presión arterial y colesterol

De ahí que quizás nada revele tanto sobre los individuos como la forma en la que eligen invertir su tiempo y energía en los espacios libres de las exigencias de la escuela, del trabajo o las actividades requeridas de la vida diaria. Cabe resaltar que todos los seres necesitan recreación regular que desarrolle habilidades, promueva la buena salud, alivie el estrés, facilite las interacciones sociales y proporcione una alegría general de vivir.

Particularmente para la recreación, elegimos actividades en las que podemos tener éxito. Los buenos lectores leen. Los atletas buscan actividades deportivas. Los músicos se pierden en la música. Los artistas visuales pintan o dibujan. Los artesanos crean. Los individuos sociales participan en actividades grupales. Los observadores aprecian los esfuerzos de los demás, ya sea un partido de baloncesto, una pintura, una buena comida o un concierto.

Los niños, adolescentes y adultos con discapacidades de aprendizaje pueden encontrarse con oportunidades limitadas para disfrutar plenamente del tiempo libre. Esto debido a la falta de habilidades perceptivas, motoras, de memoria, lingüísticas u organizativas que pueden causarles tanta dificultad para el ocio tanto en la escuela o en el trabajo. Aquí el miedo al fracaso en las actividades que otros hacen por placer puede limitar el alcance de la persona con discapacidad para acceder a actividades recreativas.

Con relación a lo anterior la participación en actividades recreativas ayuda a mejorar el bienestar físico, la salud emocional y el funcionamiento cognitivo. También ofrece oportunidades para socializar con compañeros y aumenta el nivel general de actividad. Los beneficios físicos incluyen una mayor fuerza y resistencia muscular, mejor memoria, desarrollo de la empatía y un alto nivel de energía.

En concreto la recreación es un método potencial para mejorar calidad de vida, motiva a que los estudiantes a vincularse de forma activa en los procesos de enseñanza y aprendizaje, además de que combina diversos componentes del desarrollo integral en cualquier edad y grupo.

En cuanto a la pedagogía como el medio de ser del docente en el proceso de educación, la innovación debe ser inherente a esta labor. Generalmente se refiere a la creación de mejores o más efectivos productos, procesos, tecnologías o ideas que potencien las habilidades de los estudiantes,

pero innovación también significa buscar recursos que generen espacios que respondan a las particularidades de cada estudiante.

Especialmente en la pedagogía de inclusión, los procesos son particularizados según la condición de cada estudiante, pues el mismo niño o joven en diferentes etapas de su vida aprenderá diferente. Aquí es donde se debe señalar que enseñar a personas discapacitadas, requiere de elementos didácticos que conduzcan a la adaptación al medio que es fundamental, no basta solo con transmitir el conocimiento específico del área curricular.

Entonces, así como se enseña a leer a los niños con dislexia, a los que tienen trastorno de atención a entender las matemáticas, a los que tienen problemas lingüísticos a comprender y usar mejor el lenguaje, se deben enseñar habilidades y proporcionar práctica para que las personas con discapacidad cognitiva puedan lograr algunas competencias, entre ellas las recreativas, que exigen de una interacción social que no es natural en todas las situaciones. De ahí que cuando las habilidades del estudiante no están tan bien desarrolladas, se puede ayudar a realizar las adaptaciones necesarias en cada persona según su estado particular.

Es así como el objetivo general de este artículo es identificar a la recreación como estrategia pedagógica y medio de inclusión en personas con discapacidad cognitiva reflejado en calidad de vida mediante una revisión sistemática de literatura. Para conseguir este objetivo se propone delimitar que es la recreación y como se emplea desde la pedagógica, además reflexionar sobre cómo la recreación permite la inclusión y mejora calidad de vida de personas con discapacidad cognitiva.

De otro lado la particularidad del problema que se aborda nace de la observación activa como docente de población discapacitada, en esa interacción diaria con la situación, la familia y el medio. Ser docente es una labor titánica que demanda un alto grado de compromiso, horas extras de investigación, una fuente inagotable de energía y una caja renovable con respuestas para todo. Sin embargo, ser docente de inclusión va un tanto más allá porque demanda una particularización del proceso de enseñanza y aprendizaje, que en ocasiones no resulta eficiente o eficaz, por las particularidades de la condición de los niños, niñas y jóvenes que reclaman ser incluidos y tratados en los contextos educativos con equidad.

Con respecto a lo anterior a continuación, se presentan los antecedentes de la problemática que se trata en el artículo, guiados por el interrogante de investigación; ¿es la recreación una estrategia pedagógica que potencia la inclusión y mejora de la calidad de vida de personas con discapacidad cognitiva?, se exponen los referentes teóricos, la metodología, los resultados y conclusiones.

Antecedentes

A nivel internacional Gutiérrez (2019), en su publicación es titulada “Necesidades recreativas y socioculturales, para promover cohesión social mediante un Centro Polifuncional Inclusivo en el Centro Poblado el Trópico, Huanchaco”, explora a la recreación como medio de educación inclusiva, el autor se enfocó en explicar cómo el déficit de espacios de recreación afectaba la inclusión de personas con discapacidad. Los principales hallazgos se dan entre categorías participación comunitaria, cohesión social y e inclusión. E indicó que, si los programas de recreación integrados y especializados en los centros comunitarios de la ciudad brindan a los niños, jóvenes y adultos con necesidades especiales la oportunidad de participar en la recreación comunitaria, estos deben recibir el apoyo de la financiación de asociaciones políticas y privadas porque mejoran la calidad de vida de la persona con discapacidad. Además, manifestó que, si la participación en un programa presenta algún riesgo grave para la salud y la seguridad, es posible que también deba asistir una persona de apoyo, que es alguien que acompaña al participante para ayudar con la comunicación, la movilidad, el cuidado personal o las necesidades médicas.

Con respecto a los antecedentes de investigación Ardila y Vásquez (2018) publicaron una investigación sobre las creencias de maestros, padres de familia y niños sobre educación inclusiva en dos instituciones educativas del distrito capital publicado en Bogotá en la Pontificia universidad Javeriana, esta tesis tiene como finalidad caracterizar las creencias e imaginarios sobre inclusión de los maestros, padres de familia y niños de jardín y transición de dos instituciones educativas públicas, a la luz de los presupuestos del Índice de Educación Inicial Inclusiva.

Ahora bien los hallazgos más relevantes de Ardila y Vásquez (2018) atienden a que los maestros consideran que los niños con discapacidad alteran la dinámica en el aula y deben estar en colegios especializados, admiten que aún falta mayor formación para el reconocimiento y atención de los niños que presenten alguna situación de vulnerabilidad y más específicamente, de discapacidad, por lo cual prefieren abstenerse y no intervenir en la labor pedagógica con estos alumnos así mismo señalan que los esfuerzos por crear políticas para la inclusión en Colombia son evidentes, si bien se observa que en los maestros aún hay un desconocimiento del marco normativo, la gran mayoría los docentes encuestados afirman que no es labor suya realizar procesos de flexibilización curricular, dar los lineamientos para el trabajo con los niños en situación de vulnerabilidad, ni dar a conocer las políticas a padres de familia, todavía consideran que la responsabilidad frente a la los procesos de inclusión en los colegios debe ser principalmente del departamento de orientación escolar.

A nivel nacional Santana y Mendoza (2017) estudiaron procesos de inclusión en instituciones educativas del municipio de Neiva, se enfocaron en caracterizar los procesos orientados por la secretaría de educación del municipio para lograr la implementación de políticas nacionales de inclusión, los autores revisaron la tendencia en prácticas administrativas, el estudio se realizó en cinco instituciones oficiales, Normal Superior de Neiva, Ricardo Borrero Álvarez, Ceinar, El Limonar y El Departamental Tierra de Promisión.

Además Santana y Mendoza (2017) entrevistaron a cinco funcionarios de la secretaría municipal de educación, que adelantan acciones de educación inclusiva, esta investigación etnográfica de enfoque cualitativo se ejecutó con base en dos instrumentos básicos, la entrevista semiestructurada y el análisis documental, en cuanto a las conclusiones mencionan que los funcionarios asumen el rol necesario en los procesos de inclusión, bajo la exigencia normativa estipula que el proceso debe tener flexibilidad curricular, de procedimientos, poseer estrategias pedagógicas, materiales, infraestructuras, metodologías y personal idóneo, aunque el proceso de inclusión requiere de sensibilización y flexibilidad para generar interacciones sociales y pedagógicas con estudiantes diversos a sus condiciones particulares.

De igual manera Santana y Mendoza (2017) registraron insuficiencia de actividades por parte de la Secretaría de Educación Municipal dado el desconocimiento de los lineamientos del marco normativo vigente de inclusión a nivel nacional se crea entonces la necesidad que la gestión se dirija hacia el cumplimiento administrativo de la norma que regula el proceso de inclusión dando un lugar de participación más allá de lo operativo y normativo.

Así pues los hallazgos más significativos en Santana y Mendoza (2017) son que se debe “acelerar el reconociendo de los niños y niñas como sujetos de derechos que reclaman igualdad de oportunidades y atención integradora que aporte al desarrollo como personas también se evidenció que las instituciones educativas que ofertan atención de estudiantes con NEE” (p.90), las autoridades deben evaluar el accionar que han llevado para el fortalecimiento del proceso de inclusión, como la capacitación continua de docentes sobre formación pedagógica y metodológica para este tipo de estudiantes, y la constante reevaluación y flexibilización curricular estos últimos procesos con el objetivo de alcanzar una mejora continua sobre la educación inclusiva.

Con respecto a la recreación como estrategia pedagógica Aldana y Cardona (2016), en la tesis titulada “La recreación como estrategia de enseñanza-aprendizaje para el fortalecimiento de las dimensiones del desarrollo humano”, retomando el aspecto educativo de la recreación, diseñaron y aplicaron una metodología pedagógica donde la diversión y el goce se articulan con los procesos

educativos. De los principales hallazgos Aldana y Cardona (2016), señalaron que; “ el espacio lúdico diseñado para los estudiantes se apartó lo evaluativo o instrumental para acercarse a la construcción de nuevas experiencias, innovando espacios para tener una mayor interacción con el estudiante y habilitando diversas posibilidades creativas de enseñanza y aprendizaje” (p.66).

Ahora bien, la investigación de Barbosa (2015) denominada experiencias de inclusión en la Institución Educativa Distrital Sierra Morena, se trata también de una investigación cualitativa de la Universidad Santo Tomas, realizada en la ciudad de Bogotá, en la cual participaron docentes, padres de familia y estudiantes. Su objetivo general fue interpretar los discursos sobre la experiencia de la comunidad educativa con respecto al proceso de inclusión de estudiantes con necesidades educativas especiales, en el lapso de diez años(p.10).

En términos de conclusión Barbosa (2015) señaló una apropiación escasa de la comunidad educativa respecto de la normativa marco de la época, así como de la existencia y desarrollo de un programa específico en la institución. Esto implica cierta ruptura o distancia entre la disponibilidad normativa y la ocurrencia de los efectos esperados de esta manera cobra sentido y validez la intención actual de realizar ese contraste realidad versus normatividad en el que las ideas y apreciaciones de los docentes son fundamentales.

La investigación de Barbosa (2015) reconoció la existencia de un tipo de docente que se destacó bajo el perfil de docente inclusivo, coincidiendo con el primer antecedente citado en este apartado. Sin embargo, en este caso el interés se centró más en señalar los aspectos necesarios para el fortalecimiento de ese tipo de perfil docente. Se reitera entonces en la revisión de los antecedentes, ese continuo progreso de adaptación de docentes en sus prácticas educativas, hacia la inclusión.

En otro sentido no se puede ignorar lo señalado por los docentes participantes del estudio sobre su formación disciplinar y asignación de responsabilidades relativas a procesos de educación inclusiva de población con necesidades educativas especiales. La investigación señala escasa formación y poca asertiva asignación con lo cual difícilmente se pueden esperar los mejores resultados, un punto que no se podrá perder de vista en la investigación proyectada.

Referente conceptual o teórico

Recreación

Son muchos los autores que han definido la recreación se van a tomar algunas de estas. Al respecto Fernandez, (1999), dijo que la recreación es “cualquier forma de actividad o experiencia en la cual el ser humano consigue auto expresarse; fortalecer su cuerpo, mente y espíritu gastados por el ritmo de la vida diaria; permitiéndole un desarrollo integral máximo” (p. 2).

Para Fernandez, (1999) la recreación es un medio que potencia el desarrollo integral de las personas, puesto que la participación en actividades organizadas, deportivas y recreativas desarrolla a su vez la autoformación, ya que, al interactuar con otras personas, se podrán adquirir experiencias y conocimientos fortaleciendo de esta manera el cuerpo y la mente, a la vez que les permitan salir de su rutina.

Cabe resaltar que para Fernandez, (1999) la recreación proporciona satisfacción y motivación al participar de las actividades que realiza, además porque permite manifestar libremente deseos, necesidades de cada proceso de enseñanza y aprendizaje en los seres humanos como parte de su vida diaria.

Por su parte Infante (1991) manifestó que la recreación es entendida como; “todas aquellas actividades tendentes a proporcionar al individuo medios de expresión natural de profundos intereses, que buscan su espontánea satisfacción, con las características de ser constructivas de mejor uso del tiempo y recuperadoras de la vitalidad” (p. 24). Es decir que a través de la recreación las personas pueden transmitir sentimientos, intereses y necesidades a la vez que manifiestan diversos medios de expresión y comunicación mediante del cuerpo, mediante la participación de actividades fundamentadas en la expresión artística, que a su vez les generan satisfacción personal.

Al igual que Fernández (1999) e Infante (1991), también perciben la recreación como mediadora importante en la potenciación del desarrollo humano y social. De otro lado La Alcaldía de Medellín. Instituto de Deportes y Recreación - INDER (2007) señalo que,

La recreación se encuentra atravesada por toda la riqueza cultural en que el individuo es insertado como miembro de una sociedad, allí encuentra no sólo conocimientos, valores, tradiciones, costumbres, procedimientos y técnicas, normas y formas de relación que se transmiten y adquieren a través del aprendizaje, sino también el conjunto de significaciones que se ponen en el acto cotidiano de la convivencia y que se presentan, especialmente, en el campo de actividades y experiencias que se realizan en el tiempo libre de manera voluntaria, con la potencialidad de enriquecer la vida mediante la satisfacción de necesidades básicas del individuo (p. 14).

Es decir, y de acuerdo con lo anterior, la recreación concentra una serie de actividades que permiten la potenciación física, mental, social, cultural de las personas y que además conducen a un aprendizaje; se realizan para aprovechar el tiempo libre de una manera espontánea y voluntaria, generando bienestar, cambio de rutina, a la vez que proporciona diversión, entretención, distracción y satisfacción de sus necesidades básicas (Alcaldía de Medellín. Instituto de Deportes y Recreación – INDER, 2007).

La recreación igualmente debe ser vista como inversión social ya que permite mejorar la calidad de vida de las personas en general, puesto que es un componente de desarrollo integral, por los grandes beneficios que aporta, además de ser un complemento en los procesos de enseñanza-aprendizaje pues ayuda al fortalecimiento de valores y habilidades sociales necesarias para convivir en una sociedad. Al respecto Oliveros (2015) argumento;

La recreación es una práctica social con enfoque en procesos pedagógicos de transformación dentro de diversos contextos sociales, culturales, deportivos, de educación formal y no formal o de otros contextos en los cuales permite el encuentro con las demás personas, deja una experiencia significativa, gratificante y de aprendizaje recíproco (p. 28).

Sintetizando lo expuesto en este apartado y analizado cada uno de los conceptos emitidos por los autores referenciados, la recreación es una herramienta pedagógica que hace parte del diario vivir en diferentes espacios y momentos, que debe ser involucrada como metodología en procesos como los de inclusión educativa. Partiendo de la integración y organización para que las comunidades se movilicen y participen en la realización de actividades recreativas de acuerdo con sus intereses, necesidades y preferencias, con el objetivo de utilizar su tiempo libre y de esta forma lograr no solo su crecimiento personal, sino para fomentar su educación inclusiva.

La recreación como estrategia pedagógica

Ahora bien, si la pedagogía es la disciplina que conceptualiza, aplica y experimenta conocimientos referentes a la enseñanza de los saberes específicos en las diferentes culturas. Se refiere tanto a los procesos de enseñanza propios de la exposición de las ciencias como el ejercicio del conocimiento en la interioridad de una cultura. Según el programa “Colombia Aprende” (2016);

La pedagogía es la ciencia encargada de estudiar la formación y cómo los seres humanos aprenden. Esto se relaciona con la educación: es el proceso de socialización de conocimientos entre individuos, que implica no solo saberes específicos como matemáticas o lectura, sino también tiene influencia de conductas y comportamientos culturales. La educación, por ejemplo, se puede dar en contextos diversos como el hogar o el trabajo, mientras que la pedagogía tiene una relación directa con la docencia (p. 2).

Por ello, la actividad profesional del maestro se hace realidad en su práctica pedagógica, con respecto al concepto de la práctica y su inherencia en el que hacer del docente autores como Atria (2020) señalan “ella se configura en el conjunto de conocimientos que dan forma a los contenidos que se enseñan, pero también en la formación de habilidades necesarias para enfrentar el hecho pedagógico” (p.9). La naturaleza de esos conocimientos y habilidades da autonomía al docente y

define las acciones de su situación profesional, el maestro es ese sujeto autónomo dotado de habilidades específicas y conocimientos racionales o explícitos que se ponen en práctica al momento de mediar en una situación de enseñanza-aprendizaje.

La pedagogía es la Ciencia de la educación, según Sao (2020) se ha discutido sobre su carácter científico y se ha dicho que es un arte, una teoría o una técnica la cual tiene los elementos necesarios para ser considerada una ciencia en la actualidad. Esta ciencia, a su vez, se aplica a la educación mediante una serie de procedimientos y reglas debidamente experimentadas y comprobadas convirtiéndose la pedagogía a su vez en una técnica o tecnología.

Por todo lo anterior esta ciencia cobra cada vez mayor sentido en su existencia, pues se encuentra en un proceso de evolución, expansión, profundización e innovación en diversos ámbitos, tales como: planes de estudio de todos los niveles escolares, así como sistemas y métodos de enseñanza, orientación educativa, técnicas de enseñanza y aprendizaje, formación y actualización, lo que ha contribuido decisivamente en la constitución del Sistema Educativo Nacional y en la formación de ciudadanos al servicio de los intereses nacionales.

Es importante relacionar la recreación con la educación para que los estudiantes encuentren un aprendizaje más agradable, ya que y como lo dice Ramos (1997), “la educación y en ella la recreación como un medio de educación no formal, es una función social que involucra una creatividad, iniciativa, liderazgo, toma de decisiones y autoestima” (p. 12). En la educación formal la recreación es de mucha importancia ya que a través de las actividades los estudiantes pueden aplicar normas y valores, además de permitirles salir de la rutina diaria; es decir que la recreación a nivel educativo ofrece a los docentes la posibilidad de acogerla para propiciar situaciones de aprendizaje significativas, motivantes y agradables y se puede implementar en todas las áreas del conocimiento.

Al respecto Fernandez (1999), agrego que la recreación es un “complemento en la educación que puede formar parte de otras actividades técnicas acentuando el cambio de actitudes” (p. 7). Igualmente expone Fernandez (1999) que la recreación es un “medio educativo que orienta al niño a canalizar sus emociones, reducir el stress que le causan las rutinas cotidianas, factor importante para el crecimiento del niño y para el logro de un equilibrio psíquico” (p.13), esto porque a través de actividades recreativas involucradas durante el quehacer pedagógico, les ayuda a estar motivados y atentos, facilitando el proceso de enseñanza-aprendizaje, a la vez que estos momentos dedicados a la recreación se constituyen en un proceso ordenado que educa a través del movimiento, mediante una serie de actividades espontaneas, organizadas y fundamentadas en diversas estrategias metodológicas y formativas.

En este escenario, Jiménez, Dinello y Alvarado (2004), argumentaron que la recreación debe ser percibida como una práctica social y pedagógica, puesto que a través de las actividades planteadas se fomenta la cooperación, la solidaridad que a la postre se traduce en una sana convivencia dentro del grupo. Jiménez, Dinello y Alvarado (2004) señalaron que “es un proceso que debe implicar la comprensión del otro para poderlo ayudar y reconocer lúdicamente el niño y la pasión que existe en el otro” (p. 14).

Es por eso por lo que la recreación involucrada en el ámbito de la pedagogía requiere de profesionales que la acojan como una estrategia fundamental e importante, no solo para el desarrollo de habilidades y destrezas sino para potenciar la capacidad del ser, conocer, hacer y convivir a partir de una comunicación asertiva y el desarrollo de competencias cognitivas.

Además de potenciar el aprendizaje de habilidades afectivas y psicomotoras en los individuos, proporcionándoles conocimientos útiles para la vida que busquen la consolidación de personas mentalmente positivas, críticas, participativas y solidarias, en donde el saber-hacer les permite involucrarse con los contextos sociales y culturales, con un sentido ético, mejorando sus condiciones de vida, porque las competencias educativas buscan desarrollar las destrezas, aptitudes, habilidades, capacidades, actitudes, inteligencia, aprendizaje y conocimiento, dado que estas se desarrollan más no se aprenden.

Discapacidad cognitiva

Actualmente se conoce un tipo de discapacidad caracterizada por cierto tipo de limitaciones cognitivas presentadas en las conductas y habilidades de las personas; según lo expuesto en el “Documento de orientaciones técnicas, administrativas y pedagógicas para la atención educativa a estudiantes con discapacidad en el marco de la educación inclusiva” del Ministerio de Educación Nacional (2017);

Discapacidad intelectual/cognitiva: en esta categoría, se encuentran aquellas personas que, de forma permanente, presentan alteraciones en las funciones intelectuales y de aprendizaje, relacionadas con la comprensión de procesos académicos, sociales, de conciencia, orientación, energía e impulso, entre otros. Se refiere a quienes podrían presentar en el desarrollo de sus actividades cotidianas, diferentes grados de dificultad en la adquisición y aplicación de los elementos del aprendizaje para la ejecución de actividades de cuidado personal, del hogar, comunitarias, sociales; dificultades en el nivel de desempeño de una o varias funciones cognitivas,

entre otras; y dificultades para interactuar con otras personas de una manera apropiada dentro de su entorno social (p.247).

Es decir que las personas con discapacidad cognitiva son aquellas que presentan dificultades generalizadas en los procesos de aprendizaje, por lo tanto, requieren de ajustes razonables que les permitan llegar al promedio de aprendizaje respecto a la edad y es complejo de afirmarlo ya que los estilos y ritmos de aprendizaje independiente de los ajustes son diferentes, por eso es necesario ante todo programar y desarrollar actividades y estrategias acordes a las características especiales que cada una de las patologías requiere. Meléndez (2013) dice que el déficit cognitivo;

Hace referencia a limitaciones substanciales en el desenvolvimiento corriente. Se caracteriza por un funcionamiento intelectual significativamente inferior a la media que tiene lugar a limitaciones asociadas en dos o más de las siguientes áreas de habilidades adaptativas posibles: comunicación, cuidado personal, vida en el hogar, habilidades sociales, utilización de la comunidad, autogobierno, salud y seguridad, habilidades académicas, funcionales, ocio y trabajo (p. 100).

Por lo tanto, el déficit cognitivo afecta no en todos los casos, el lenguaje, la memoria, el comportamiento emocional o de la personalidad y la capacidad intelectual, presentando disminución en sus facultades cognitivas, manifestando cambios en su estado anímico sin razón aparente, puesto que una persona tranquila, puede pasar a la irritabilidad o mostrarse temerosa o deprimida; a su vez puede presentar pérdida de la memoria y algunas dificultades para realizar tareas cotidianas, así mismo les es difícil mantener una conversación fluida y coherente, además de presentar poca iniciativa para ejecutar diferentes actividades.

Aunque son varios los factores que influyen en la causa del déficit cognitivo a continuación se explicaran las más comunes:

Factores Genéticos: Existen diferentes modos de transmisión genética, se efectúa a partir de un recesivo. La mayor parte de los síndromes de retraso con origen genético pertenecen a condiciones causadas por genes recesivos. Prieto, Díaz, Astorga y Estay (2018) exponen que; Los trastornos recesivos se heredan de ambos progenitores, el gen anormal es recesivo mientras que el gen normal es dominante. Se refiere a las anomalías cromosómicas, genéticas y metabólicas. Por cada embarazo hay tres posibilidades sobre cuatro de tener un niño clínicamente normal y una probabilidad sobre cuatro de engendrar un hijo anormal.

Causas Prenatales: Los principales factores prenatales de incidencia de discapacidad intelectual según Prieto, Díaz, Astorga y Estay (2018) son; la edad materna avanzada, el color negro de la piel de la madre, la baja educación de la madre, tres o más partos, el abuso de alcohol durante el

embarazo, el tabaquismo durante el embarazo y la diabetes de la madre, hipertensión arterial, epilepsia y asma. También por exposición a radiaciones, el factor Rh o las intoxicaciones que son causadas por el consumo de alcohol y drogas alucinógenas durante el embarazo.

Causas Perinatales: Las causas perinatales que de acuerdo con según Prieto, Díaz, Astorga y Estay (2018) algunas de las causas conocidas más comunes de discapacidad intelectual incluyen “el síndrome de alcoholismo fetal; condiciones genéticas y cromosómicas, como síndrome de Down y síndrome de X frágil ; y ciertas infecciones durante el embarazo”(p. 262). Traumas craneoencefálicos ocurridos durante el alumbramiento o en el transcurso de su vida, ambas causas están estrechamente ligadas ya que afectan el desarrollo neuronal del niño afectando su maduración y desarrollo.

Causas postnatales: según Prieto, Díaz, Astorga y Estay (2018) son problemas durante el embarazo, problemas durante el parto, enfermedad o lesión, meningitis. Donde las manifestaciones clínicas agudas pueden provocar el estado de coma, cuando la persona sobrevive se presentan anomalías como el retraso mental, parálisis cerebral y ceguera. También puede ocurrir por;

- Desnutrición de privación infantil
- Malos hábitos de higiene
- Vivienda insegura (Sánchez, 2011, p 284)

Según lo anterior, son varias las causas para que una persona posea déficit cognitivo, ya que estas pueden ser congénitas o adquiridas y se puede diagnosticar hasta los dieciocho años, ya sea por el bajo rendimiento del estudiante, su comportamiento no acorde con su edad; está asociado con otras patologías y su desarrollo no es compatible con su edad cronológica.

Por otra parte, el déficit cognitivo se clasifica según las características que presente la persona, esta se mide por el coeficiente intelectual de cada persona, por sus habilites y/o dificultades agrupándolas por niveles. Se debe tener en cuenta que estas clasificaciones son generales por lo tanto no todas las personas con discapacidad presentan las mismas características.

Particularmente Sánchez (2011) en el manual de Estadísticas de enfermedades; dice que “las categorías, dependen de la capacidad intelectual de la persona, dentro de la clasificación no aparecen los casos que presente un C.I. por debajo de 90 y por encima de 70 que agrupan a las personas por debajo del promedio” (p. 286).

De acuerdo con lo anterior, el ejercicio investigativo tendrá en cuenta cada una de las características que presentan las personas con déficit cognitivo, desde la recreación y así mejorar su bienestar social con el fin de fortalecer el proceso de acción didáctica con la población.

Metodología

Paradigma y tipo de investigación

Este es un artículo de revisión; donde se presenta la postura, valoración y análisis sobre un determinado asunto o acontecimiento de interés para el contexto del investigador. Mediante este se busca identificar las nociones y definiciones respecto a la pedagogía como ciencia y disciplina a partir de la revisión del cuerpo documental establecido para plantear como la recreación es una estrategia pedagógica y un medio de inclusión, para establecer dentro del universo documental que características tienen la pedagogía y la recreación, especialmente en los documentos que abordan la inclusión para el mejoramiento de la calidad de vida de personas con discapacidad cognitiva. Se enfoca la revisión desde el paradigma socio crítico que permite establecer relaciones entre el investigador y el fenómeno de estudio delimitado, la implementación se da en la práctica que permite la comprensión social de las necesidades, problemas e intereses del grupo humano que se encuentra en estudio (Taylor y Bogdan, 1986).

Este tipo de artículos enfocados mediante el paradigma socio crítico están orientado siempre en la búsqueda de una transformación de las estructuras sociales, basada en la autonomía y liberación de los individuos que conforman el contexto social de investigación para este caso específico; examinar las características de la pedagogía y la recreación que se encuentran en el universo documental establecido, especialmente en los que abordan como tema la inclusión de personas con discapacidad cognitiva (Hernández, 2015).

Enfoque de investigación

Esta publicación tiene un enfoque cualitativo según Taylor y Bogan (1986) que se puede definir como la investigación que produce datos como las propias palabras de las personas, habladas o escritas, y la conducta observable (p.23). Se selecciona el enfoque cualitativo, cuando el propósito es examinar la forma en que los individuos perciben y experimentan los fenómenos que los rodean, profundizando en sus puntos de vista, interpretaciones y significados en estos varios factores independientes relacionados con un problema particular de la relación entre la pedagogía, la recreación y la inclusión (Hernández, 2015).

Método de investigación

El método empleado es la triangulación de información que es una técnica de análisis de datos que se centra en el contrastar visiones o enfoques a partir de los datos recolectados. Por medio de esta se mezclan los métodos empleados para estudiar el fenómeno, para esta investigación de tipo cualitativa (Hernández, 2015).

Fases

La metodología del artículo de revisión se dividió de tres fases; en la primera fase se recolectó información secundaria para establecer las nociones y definiciones respecto a la pedagogía como ciencia y disciplina a partir de la revisión del cuerpo documental establecido para diferenciar la recreación como estrategia pedagógica en los procesos de inclusión. Esta información se consultará en bases de datos y páginas oficiales.

Para la segunda fase, se planteó entender el rol de la recreación y su lugar pedagógico en los procesos de establecido en el universo documental.

Técnicas e instrumentos de investigación

Se revisaron bases de datos indexadas como ScienceDirect, SPORTDiscus, Scopus, Google Académico, Medline, ResearchGate, Scielo, PubMed y otros con carácter académico arrojando 1230 títulos, se identificaron como funcionales (16) artículos y publicaciones. De estos son Locales (6), Regionales (4), Nacionales (2) e internacionales (4).

Posteriormente se realizó una triangulación a través de la metodología cualitativa donde se estableció la relación entre la pedagogía y recreación y su funcionalidad en la mejora de la calidad de vida de personas con discapacidad cognitiva basado en los documentos de revisión establecidos.

Resultados

En este ejercicio académico al confrontar el universo documental a nivel internacional, nacional y local, en la **fase uno** propuesta para diferenciar la recreación como estrategia pedagógica en los procesos de inclusión, es frecuente encontrar cómo ha evolucionado la pedagogía para generar procesos de inclusión a personas con discapacidad o con necesidades educativas especiales, en pro de mejorar su calidad de vida a la luz de los ajustes en políticas públicas que han realizado los gobiernos alrededor del mundo,

En cuanto a las nociones o conceptos de autores como Aldana y Cardona (2016), Moncayo, Muñoz, Narváez y Vásquez, (2016), Martínez (2017) o Mantilla (2019) se logró revisar que respecto a la pedagogía como ciencia y disciplina, se abre una constante discusión académica que enfoca su mirada en las convergencias y divergencias entre educación y pedagogía, dicha discusión plantea nociones y definiciones de diferentes autores en diferentes épocas que nutren la visión del debate demostrando la evolución del mismo.

Vale aclarar que en este texto no sería posible abarcar las distintas aristas de esta discusión académica, sin embargo, la intención es identificar cuál es la idea que más se acerca a la pedagogía asociada a la recreación como estrategia pedagógica. Y aquí son reducidas las posibilidades de presentar una larga trayectoria de la recreación como estrategia porque se ha pensado siempre, como un método didáctico falto de estructura y se ha desconocido como medio edificador y constructor de experiencias desde lo creativo, lo fantasioso y la felicidad (Carreño, Rodríguez y Gutiérrez, 2014).

Aquí cabe resaltar que el universo documental permite inferir, que la recreación despide un sin número de aristas didácticas, es tan adaptable como el número de individuos que la exploren pues da la inmensa posibilidad de crear, con pocos o muchos materiales, con estructuras o sin ellas, desde lo organizado o lo explorado. Y aun así es posible de ajustar en las planeaciones de área, en las estructuras curriculares, permite evaluar desde lo formativo y lo sumativo, pero con el componente extra de que es un método que siempre mantiene la atención y genera motivación en el estudiante para aprender (Alcaldía de Medellín. Instituto de Deportes y Recreación INDER, 2007).

Particularmente de la triangulación de información se logra ver que, en espacios de educación inclusiva, la recreación debe ser adaptada desde lo pedagógico de forma progresiva, en la discapacidad cognitiva la transición se debe orientar en enseñarle al niño a como jugar, como explorar el mundo, desestructurando el método que por lo general se maneja donde la rutina y las reglas son el eje fundamental del proceso pedagógico. Los beneficios de la actividad física que generan los espacios de recreación son universales para todos los niños, incluidos los que tienen discapacidades. La participación de niños con discapacidades en actividades deportivas y recreativas promueve la inclusión, minimiza el desacondicionamiento, optimiza el funcionamiento físico y mejora el bienestar general (Estupiñan, 2013).

A pesar de estos beneficios, los niños con discapacidades tienen una participación más restringida en actividades recreativas, tienen niveles más bajos de condición física y tienen niveles más altos de obesidad que sus compañeros sin discapacidades. Enseñarle al estudiante con discapacidad desde la recreación propicia una experiencia esperanzadora, significativa y de calidad en los entornos educativos.

Recíprocamente las personas con discapacidad necesitan valorarse y ser valoradas, dentro de un ambiente de sana convivencia y en relación con su entorno, las intervenciones pedagógicas en esta población se deben direccionar con medios que motiven al estudiante a vivir las experiencias, a aprender y mejorar su calidad de vida. La recreación en los seres humanos produce algún tipo de estímulo que al ser interpretado por los segmentos corporales en el movimiento transmite de una manera

más armónica, dinámica y segura cualquier tipo de aprendizaje porque permite expresarse libremente (Estupiñan, 2013).

De otro lado para la **fase dos** de este artículo, se planteó entender el rol de la recreación y su lugar pedagógico en los procesos, entonces lo establecido en el universo documental refleja que la recreación consiste en actividades o experiencias desarrolladas dentro del tiempo libre, generalmente elegidas voluntariamente por el participante, ya sea por satisfacción, placer o enriquecimiento creativo derivado, o porque percibe ciertos valores personales o sociales que se obtienen de ellos. También puede percibirse como el proceso de participación o como el estado emocional derivado de la participación.

Particularmente en los contextos educativos los estudiantes con discapacidades cognitivas pasan la mayor parte en estado de sedentarismo, sentados en los espacios de descanso porque las instituciones educativas tienen estructuras limitadas para la recreación, o no se les deja mover porque no se quiere correr el riesgo de que se lesionen. Por lo tanto, en el escenario actual, el mejor lugar para incluir actividades recreativas es el lugar de educación, esto no solo brinda la oportunidad de incluir recreaciones en la vida, sino que también ayuda a los estudiantes con discapacidad a socializar y a volverse menos dependientes de los padres. En esta categoría publicaciones de autores como Aldana y Cardona (2016), Carreño, Rodríguez y Gutiérrez (2014), Fernández (1999) y de Infante (1991) fueron base al triangular la información.

Antes de analizar el efecto de las recreaciones en el currículo educativo, es importante conocer los impactos y la necesidad de las recreaciones en la vida como un todo. Debido a las complejidades de la sociedad actual y la forma de vida, los estudiantes de hoy en día son más débiles que sus generaciones anteriores, tanto física como emocionalmente. Esto se refleja en su salud física, emocional y mental, así como en su comportamiento y desarrollo, lo que exige, sobre todo, otorgar a la recreación la importancia que se merece. Varios estudios han demostrado la importancia de las recreaciones, específicamente en tres aspectos: salud física, salud mental y mejora de la calidad de vida.

Por consiguiente, la recreación tiene numerosos beneficios para los niños con discapacidad cognitiva, por ejemplo, en casos de parálisis cerebral puede mejorar la funcionalidad física, mejorar las conexiones neurológicas asociadas con las actividades de procesamiento y brindar oportunidades de inclusión. Los niños que participan en la terapia recreativa se benefician tanto en entornos grupales como individuales. El tiempo dedicado a las actividades de interés disminuye las oportunidades de depresión, soledad y frustración, proporcionando un mayor sentido de autoestima y logro.

Otro beneficio que disfrutará un niño en los espacios de recreación es la posibilidad de participar en actividades con su familia, niños del vecindario, compañeros de escuela y otras personas con intereses similares. Cuando un individuo es aceptado en un grupo, otros miembros de ese grupo están expuestos a las capacidades cada vez mayores de las personas con discapacidad. A menudo, a los hermanos, amigos y compañeros de trabajo les gustaría interactuar con personas con parálisis cerebral, pero se sienten desanimados por su capacidad de saber cómo hacerlo y a menudo se convierten en ejemplos de posibilidad humana, comprensión e inspiración para aquellos con y sin discapacidad (Hawkins, Cory, McGuire, y Allen, 2012).

De hecho, las actividades recreativas en un entorno educativo serán académicamente más enriquecedoras para el estudiante de muchas maneras; están más entusiasmados por aprender en actividades de aprendizaje al aire libre en comparación con los entornos tradicionales y también más motivados. También desarrollan una mejor actitud hacia el medio ambiente y un comportamiento más responsable. Ayuda a desarrollar habilidades de comunicación y trabajo en equipo, ya que los estudiantes tienen que trabajar en grupos para resolver problemas. Habrá más discusiones de ideas y comentarios y ayuda a los estudiantes a resolver conflictos entre ellos.

También ayuda a estimular la memoria, ya que hay más experiencia práctica y el cerebro puede absorber la información por completo en un entorno más fresco y fascinante. Además, ayuda en el desarrollo moral, ya que los estudiantes tienen la oportunidad de asumir el liderazgo, cuestionar acciones y regulaciones y aceptar la responsabilidad de su propio comportamiento.

En este escenario la recreación como estrategia pedagógica mejora las relaciones con los compañeros y las habilidades interpersonales, permite a los estudiantes con discapacidad cognitiva sobresalir en áreas distintas a las académicas en las que tienen interés. Las actividades recreativas pueden brindar la oportunidad de descubrir talentos además de la excelencia académica que luego pueden ayudar en la vida en general. Se puede decir que las actividades recreativas ayudan en el desarrollo general de los estudiantes, física, mental y emocionalmente. No solo ayuda a recopilar conocimientos, sino a utilizarlos de manera ética para llevar una vida mejor y saludable, sino que enseña a pensar con razón y vivir con un enfoque más práctico de la vida. También mejora el desarrollo integral, lo que ayuda a lograr el éxito en los procesos de enseñanza y aprendizaje (Gutiérrez, 2019).

En este escenario en la **fase tres** al realizar la triangulación de la información, al establecer la relación entre la pedagogía y recreación y su funcionalidad en la mejora de la calidad de vida de personas con discapacidad cognitiva, es posible decir que los efectos de la recreación son múltiples, pues enriquece la autoexpresión, la capacidad de realización personal, las habilidades interpersonales, las técnicas y los métodos de uso del ocio, la fuerza física, la expresión creativa y el sentido estético. Tales atributos tienen un efecto favorable en los seres humanos que tienen límites en la vida cotidiana, como por ejemplo en los estudiantes con discapacidad cognitiva. Para esta fase autores como Aldana y Cardona (2016), Martín(2017), Martínez (2017), Najmanovich (2018), Sao (2020), además sucesivas publicaciones de la UNESCO, del MEN permitieron delimitar el objetivo de investigación.

Por lo tanto, al utilizar la recreación como herramienta de terapia, basada en la actividad física ayuda a los participantes a recuperarse del deterioro de la fuerza física, causado por la falta de ejercicio, y desarrolla la capacidad latente para lograr la autorrealización. Esto también ayuda a las personas con discapacidad a lidiar con los problemas comunes del día a día de manera más efectiva, ya que hace que las personas sean más optimistas y con una perspectiva positiva de la vida.

Así mismo las actividades recreativas ayudan a controlar el estrés, proporcionan una sensación de equilibrio y autoestima, lo que puede reducir directamente la ansiedad y la depresión. También hay una mayor motivación para aprender ya que puede servir como laboratorio para la aplicación de los contenidos aprendidos en la docencia en las aulas. Proporciona un canal para liberar la tensión y la ansiedad, lo que facilita la estabilidad emocional y la resiliencia. Estas actividades ayudan a los estudiantes con discapacidades cognitivas a ser más autosuficientes, enfáticos y autodisciplinados (Aldana y Cardona, 2016).

Conclusiones

En medio de este proceso de reflexión con relación al objetivo general propuesto, fue posible identificar a la recreación como una estrategia pedagógica que potencia la inclusión para el mejoramiento de la calidad de vida de personas con discapacidad cognitiva, porque las personas pueden llegar a experimentar alegría y euforia, siendo estos componentes importantes ya que permiten descubrir un sin número de aprendizajes por medio del gusto y de la sensación.

De otro lado al completar la fase uno de la investigación, se puede decir que las didácticas relacionadas con la recreación hacen que la persona se ejercite y genere nuevas posibilidades para desarrollar la actividad física mejorando las habilidades motrices y expresando sentimientos al exteriorizar emociones, sensaciones, alegrías, miedos o angustias sin la necesidad de un lenguaje fluido y claro sino a través del movimiento.

Además, la recreación favorece el desarrollo psicomotor y socio afectivo, consiguiendo armonía en la estructura del esquema corporal, espacial y temporal, constituyendo un buen medio para establecer relaciones y vínculos sanos y de esta forma aporta confianza y un mayor conocimiento sobre los límites y capacidades personales, desarrollando la sensibilidad y estimulando la capacidad de nuevos aprendizajes.

En ese sentido para la fase dos, se puede concluir que al delimitar que es la recreación y como se emplea desde la pedagogía, además de reflexionar sobre como la recreación permite la inclusión y mejora calidad de vida de personas con discapacidad cognitiva, se puede entender que es una estrategia pedagógica que se puede enfocar a las aulas de clase de instituciones educativas, a los grupos de atención comunitaria, a espacios terapéuticos e incluso a los refuerzos que los padres o acudientes hacen en sus hogares. La recreación mejora la calidad de vida de todas las personas; en niños, jóvenes y adultos con o sin discapacidad cognitiva.

Es así que la recreación como estrategia pedagógica, facilita a los docentes la utilizan el quehacer, son una amplia gama de actividades y de intervenciones y técnicas comunitarias mejorar el estado físico, cognitivo, las necesidades emocionales, sociales y de ocio de las personas con discapacidad cognitiva.

Este método de estrategia pedagógica se puede utilizar para diferentes razones, tales como; restaurar, remediar y rehabilitar el nivel de funcionamiento de una persona y su independencia en las actividades de la vida, además permite trabajar con personas con diferentes condiciones. Por ejemplo, pueden funcionar con personas que tienen enfermedades mentales, adicciones, medicina general, medicina física y rehabilitación o con discapacidades del desarrollo.

Al respecto de la fase tres de esta revisión documental y como se mencionó anteriormente, existen muchos beneficios de la recreación para personas de todas las edades, con diversas habilidades, físicas o cognitivas. Sin embargo, tiene beneficios especiales para las personas que tienen necesidades especiales de educación o alguna discapacidad. Algunos de sus beneficios incluyen; sentido percibido de libertad, independencia y autonomía, mejora de la autocompetencia a través de la autoestima, la autosuficiencia y la autoconfianza, mejor habilidad para socializar con otros, incluida una mayor tolerancia y comprensión, capacidades enriquecidas para trabajar en equipo, capacidad creativa mejorada.

También mejorar la capacidad de leer las expresiones y sentimientos de los demás, generando así en suma mejor calidad de vida percibida. Los beneficios físicos también incluyen; aumento de capacidad pulmonar, frecuencia cardíaca en reposo reducido, presión arterial más baja, grasa corporal

reducida, aumento de la fuerza muscular y mejor estructura y función del tejido conectivo como ligamentos, tendones, cartílagos y articulaciones.

Asimismo, hay muchas actividades diferentes que se pueden utilizar para la recreación como estrategia pedagógica, en diversos contextos desde los escolares hasta lo comunitario, estos que pueden ser, por ejemplo, relacionadas con la recreación terapéutica como la música, el contacto con los animales, desarrollar un arte o un oficio, teatro, danza y movimiento.

De hecho, les permite ganar confianza en sí mismos y en autoestima. Estos pequeños éxitos atribuyen a la persona con discapacidad, el impulso a de probar cosas nuevas y, con suerte, llevarlos a una vida más independiente.

Entonces la recreación como estrategia pedagógica, se enfoca en diseñar formas en las que un individuo puede participar plenamente en las actividades recreativas de su elección, es aquí donde los docentes deben trabajar sin limitar esfuerzos en identificar el nivel de interés, las capacidades, los enfoques adaptativos y, en algunos casos, los procesos modificados necesarios para completar con éxito las labores de enseñanza y aprendizaje en personas con discapacidad cognitiva, posibilitando la inclusión en actividades que mejoran la calidad de vida mediante experiencias físicas, mentales y sociales en niños, jóvenes y adultos.

Referencias

- Alcaldía de Medellín. Instituto de deportes y recreación INDER, (2007). *Teorías y enfoques aplicados al deporte y la recreación Observatorio del Deporte y la Recreación*. Recuperado de: [file:///C:/Users/Administrador/ Downloads/enfoques%20sociales%20-%20%202007.pdf](file:///C:/Users/Administrador/Downloads/enfoques%20sociales%20-%20%202007.pdf).
- Aldana G. P. J., Cardona, C. M. A. (2016). *La recreación como estrategia de enseñanza-aprendizaje para el fortalecimiento de las dimensiones del desarrollo humano*. Recuperado de: <http://upnblib.pedagogica.edu.co/bitstream/handle/20.500.12209/2991/TE-19329.pdf?sequence=1&isAllowed=y>.
- American Therapeutic Recreation Association. (2016). *What is RT/TR*. Recuperado de: <http://www.atra-online/what/FAQ>.
- Ardila, C., Vásquez, L (2018). *Creencias de maestros, padres de familia y niños sobre educación inclusiva en dos instituciones educativas del distrito capital*. Bogotá: Universidad Pontificia Javeriana.
- Atria, C. S. I. (2020). *Revisión sistemática sobre conocimiento pedagógico general*. Recuperado de: <https://repositorio.uc.cl/xmlui/handle/11534/47383>.

- Liñán, E., Melo, E. (2013). *Las teorías implícitas del profesorado de educación inicial con relación a las necesidades educativas especiales* (Universidad Pontificia Javeriana). Recuperado de: <https://docplayer.es/79481120-Teorias-implicitas-sobre-las-nee-1.html>.
- López, M. (2012). La escuela inclusiva: una oportunidad para humanizarnos. *Revista interuniversitaria de formación del profesorado*, 1, 131-160.
- López, W. (2013). El estudio de casos: una vertiente para la investigación educativa. *Educere*, 17(56), 139-144.
- Mantilla, N. (2019). *Inclusión educativa para niños y niñas de edad preescolar con capacidades especiales diferentes*. Recuperado de: <http://repositorio.uasb.edu.ec/bitstream/10644/6570/1/T2819-MINE-Mantilla-Inclusi%C3%B3n.pdf>.
- Martín, D. (2017). *Teorías que promueven la inclusión educativa*. Recuperado de: <https://atenas.reduniv.edu.cu/index.php/atenas/article/view/325/600>.
- Martínez, G. A. (2017). Diseño Universal de aprendizaje. *Campus educación: Revista digital docente*, 1, 13-20.
- Mellado, M., Chaucono, J., Hueche, M., Kennigs, O. (2016). *Percepciones sobre la educación inclusiva del profesorado de una escuela con programa de integración escolar*. Universidad Católica de Temuco, Chile.
- Ministerio de Educación Nacional. (2019) *Diccionario*. Recuperado de: <https://www.mineduacion.gov.co/1621/article-79413.html>.
- Ministerio de Educación Nacional. (1994). *Decreto 1860 de 1994*. Recuperado de <http://www.suin-juriscol.gov.co/viewDocument.asp?ruta=Decretos/1362321>.
- Ministerio de Educación Nacional. (2003). *Resolución 2565 de 2003*. Recuperado de: https://www.mineduacion.gov.co/1621/articles-85960_archivo_pdf.pdf.
- Ministerio de Educación Nacional. (2003). *Resolución 2565 de 2003*. Recuperado de: <https://www.mineduacion.gov.co/1621/article-85960.html>.
- Ministerio de Educación Nacional. (2007). *Educación para todos*. Recuperado de: <https://www.mineduacion.gov.co/1621/article-141881.html>.
- Ministerio de Educación Nacional. (2007). *Educación para todos*. Recuperado de: <https://www.mineduacion.gov.co/1621/article-141881.html>.
- Ministerio de Educación Nacional. (2017). *Decreto 1421 de 2017*. Recuperado de: <http://www.suin-juriscol.gov.co/viewDocument.asp?ruta=Decretos/30033428>.

- Ministerio de Educación Nacional. (2017b). *Enfoque de educación inclusiva En la actualización pedagógica de los educadores*. Recuperado de: http://web.usbmed.edu.co/usbmed/CURSO_DOCENTE/GUIA_CONCEPTUAL/ANEXO13_EDUCACION_INCLUSIVA.pdf.
- Ministerio de Educación Nacional-MEN (2017). *Documento de orientaciones técnicas, administrativas y pedagógicas para la atención educativa a estudiantes con discapacidad en el marco de la educación inclusiva*. Recuperado de: http://aprende.colombiaaprende.edu.co/sites/default/files/naspublic/cerrandobrechas/ORIENTACIONES_M3_B31_C3%20baja.pdf.
- Moliner, O. (2013). *Educación inclusiva. España: Universitat Jaume I*. Recuperado de: <http://repositori.uji.es/xmlui/bitstream/handle/10234/72966/s83.pdf?sequence=1>.
- Moncayo, N., Muñoz, A., Narváez, Y. M., Vásquez, S. C. (2016). *Concepciones en docentes y directivos sobre educación*. Recuperado de: <https://pdfs.semanticscholar.org/e565/cf8507dad0aa67ee8d582b657fb70fed5572.pdf>.
- Naciones Unidas. (2008). *Convención sobre los Derechos de las Personas con Discapacidad*. Recuperado de: https://www.ohchr.org/Documents/Publications/AdvocacyTool_sp.pdf.
- Najmanovich, D. (2018). *Qué vemos cuando vemos*. Recuperado de: <https://insurgenciamagisterial.com/que-vemos-cuando-vemos/>.
- Nieto, S. (2010). *Principios, métodos y técnicas esenciales para la investigación educativa*. Madrid: Editorial Dykinson.
- Ocampo, A. (2012). *Mejorar la Escuela Inclusiva*. Madrid: Editorial Académica Española.
- Organización Mundial De La Salud (OMS). (2001). *Clasificación Internacional del Funcionamiento, de la Discapacidad y de la Salud*. Recuperado de: https://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/43360/9241545445_spa.pdf;jsessionid=B44322E57A57A11073CD59EB5EE712D6?sequence=1.
- Prieto, D., Díaz, F., Astorga, Y., Estay, J. (2018). Psicosis, Discapacidad intelectual y trastornos conductuales: enfoque biopsicosocial. *Psiquiatría y salud mental*, 35(3/4), 262-267.
- Santana, A., Mendoza, J. (2017). *Procesos de inclusión en instituciones educativas del municipio de Neiva*. Recuperado de: <http://ridum.umanizales.edu.co:8080/xmlui/bitstream/handle/6789/3164/TESIS%20FINAL%20ALIRIO%20ALFONSO%20%281%29.pdf?sequence=1&isAllowed=y>.

- Sao, M. T. (2020). La educación especial en Cuba: entre la integración y la inclusión. Recuperado de: http://ftp.baibrama.cult.cu/Multimedia%20XV%20Congreso/foro_/1603169746.pdf
- Taylor, S., Bodgan, R. (1986). *Introducción a los métodos cualitativos de investigación*. Recuperado de: <http://mastor.cl/blog/wp-content/uploads/2011/12/Introduccion-a-metodos-cualitativos-de-investigaci%C3%B3n-Taylor-y-Bogdan.-344-pags-pdf.pdf>.
- UNESCO. (2009). *Sistema regional de información educativa de los estudiantes con discapacidad*. Recuperado de: <https://unesdoc.unesco.org/ark:/48223/pf0000227500>.
- UNESCO. (2015). *Inclusión en la Educación*. Recuperado de: <https://es.unesco.org/themes/inclusion-educacion>.
- UNESCO-OIE. (2016). *Sobre cuestiones fundamentales y actuales de currículo y el aprendizaje. Que hace un currículo de calidad*. Recuperado de: https://unesdoc.unesco.org/ark:/48223/pf0000243975_spa.