

EL METODO PRAXEOLÓGICO COMO HERRAMIENTA PEDAGÓGICA DE APRENDIZAJE MOTRIZ

THE PRAXEOLÓGICAL METHOD AS A PEDAGOGICAL TOOL OF MOTORIZED LEARNING

Miguel Rojas* Jayson Bernate Ingrid Fonseca***
Milton Betancourt******

*Facultad de Educación, LEFD, Corporación Universitaria Minuto de Dios UNIMINUTO. Sede Principal (Bogotá) Estudiante LEFD. mrojasvarg4@uniminuto.edu.co

**Facultad de Educación, LEFD, Corporación Universitaria Minuto de Dios UNIMINUTO. Sede Principal (Bogotá) Dr. Gerencia y Política Educativa. jayson.bernate@uniminuto.edu

*** Facultad de Educación, LEFD, Corporación Universitaria Minuto de Dios UNIMINUTO. Sede Principal (Bogotá) Dr. Administración Gerencial. ingrid.fonseca@uniminuto.edu

**** Facultad de Educación, LEFD, Corporación Universitaria Minuto de Dios UNIMINUTO. Sede Principal (Bogotá) Dr. Educación. mibetancourt@uniminuto.edu

Resumen

El presente artículo ilustra la sistematización de una experiencia pedagógica, puesta en marcha desde los espacios académicos de Práctica profesional I y el semillero de investigación Calidad educativa de la Licenciatura en Educación Física, Recreación y Deportes, Facultad de Educación, Sede principal UNIMINUTO, Bogotá, Colombia. Desarrollada con un adulto con TEA (trastorno del espectro autista), el cual es miembro de (LICA) Liga Colombiana de Autismo esta experiencia tuvo lugar en el año 2018 con la intención de dar a conocer el impacto positivo que tiene el ejercicio físico en una persona con TEA. El estudio de caso se realizó con un individuo de 21 años de edad, el cual se caracteriza por tener una condición física baja, además de



sistematizar en los diarios de campo; fases de escalación variadas, lenguaje no verbal; comunicación poco expresiva o abstracta, donde se ve afectada la salud, integridad física y autoestima del mismo. La metodología utilizada fue la cualitativa-praxeológica, según Juliao (2007) descrito en (Fase del ver) el cual permitió observar y evidenciar el estado actual del individuo, (Fase del juzgar) tomar decisiones acerca del qué y cómo se desarrollaría la actividad física, (Fase del actuar) ejecutar las actividades planteadas, (Fase de devolución creativa) describir los beneficios de la actividad realizada y sistematizar de forma descriptiva las experiencias vivenciadas. Finalmente, en la sistematización de esta experiencia pedagógica se obtuvieron como principales hallazgos; La regulación emocional del estado de ánimo por medio de las prácticas de actividad física, la unión familiar en torno al desarrollo y acompañamiento permanente en las diferentes prácticas y por último la mejora de su condición física.

Palabras clave

Método, Praxeología, TEA, Pedagogía, Aprendizaje, Motriz

Abstract

This article illustrates the systematization of a pedagogical experience, launched from the academic spaces of Professional Practice I and the research seedbed Educational Quality of the Degree in Physical Education, Recreation and Sports, Faculty of Education, UNIMINUTO Headquarters, Bogotá, Colombia. Developed with an adult with ASD (autism spectrum disorder), which is a member of (LICA) Colombian Autism League this experience took place in 2018 with the intention of publicizing the positive impact that physical exercise has on a person with ASD. The case study was carried out with an individual of 21 years of age, which is characterized by having a low physical condition, in addition to systematizing in field diaries; varied escalation phases, non-verbal language; little expressive or abstract communication, where the health, physical integrity and self-esteem of the same are affected. The methodology used was the qualitative-praxeological, according to Juliao (2007) described in (Phase of seeing) which allowed observing and demonstrating the current state of the individual, (Judging phase) making decisions about what and how physical activity would develop, (Phase of acting) execute the activities proposed,



(Creative return phase) describe the benefits of the activity carried out and systematize in a descriptive way the experiences lived. Finally, in the systematization of this pedagogical experience were obtained as main findings; The emotional regulation of the state of mind by means of the physical activity practices, the family union around the development and permanent accompaniment in the different practices and finally the improvement of their physical condition.

Key Words

Method, Praxeología, TEA, Pedagogy, Learning, Motive

Recibido: 1 de abril de 2019

Aceptado: 20 de junio de 2019



INTRODUCCION

El Trastorno del Espectro Autista es un tema complejo, teniendo en cuenta que cada persona tiene características diferentes y dificultades en el área sensorial, comportamental y de la comunicación. De la misma forma, en el área comportamental se identifican 3 fases de escalación y las características de las fases son diferentes, debido a esto, la mayoría de los adultos tienen problemas al expresar sus sentimientos, pensamientos, necesidades, etc.; por lo cual es complejo poder entenderlos, siendo este uno de los principales motivos para que se inicie su primera fase de escalación. Adicionalmente, es de gran importancia agregar que en todo momento se debe observar y analizar a las personas con TEA para así poder ayudarlos sin hacer suposiciones erróneas, ya que esto puede afectar aún más su calidad de vida pues el suponer equivocadamente genera discusiones y conflictos, y en estos casos puntuales, puede producir escalación en los individuos con TEA. Cabe resaltar, que lo primordial es identificar cuando el individuo se encuentra pleno, enojado o cuando puede llegar a iniciar fase uno de escalación para evitar que se siga en aumento, si esto ocurre, es necesario buscar estrategias para ayudar a neutralizar el estado de escala del individuo.

La LICA (Liga Colombiana de Autismo) tiene como misión trabajar unidos con personas con esta condición, sus familias, profesionales, organizaciones y todos aquellos que se identifiquen con las necesidades de la población con TEA, generando espacios de participación e intervención que faciliten la inclusión social y el desarrollo de esta población, así como defender y proteger sus derechos comprometiendo al estado y a la sociedad civil; así mismo la visión está encaminada en ser reconocida internacionalmente en el año 2023, como una entidad sin ánimo de lucro, que a través de sus acciones de incidencia política, campañas de toma de conciencia, gestión del conocimiento, Investigación, alianzas, servicios y apoyos a las familias, logrará que las personas con TEA, gocen efectivamente de sus derechos.

La Liga Colombiana de Autismo "LICA" y sus políticas están fundamentadas en:

Sus acciones a partir de su credo y una serie de valores éticos, como la verdad, la equidad, la tolerancia, la familia, la



solidaridad, el respeto, la transparencia, la calidad en la gestión y la rendición de cuentas. Contamos con un marco de valores y políticas que definen nuestro quehacer a nivel de procesos misionales y de soporte, con el fin de garantizar la transparencia en nuestra relación con las familias, los aliados, entre otros. El respeto por nuestros valores es fundamental en el cumplimiento de nuestros objetivos. (LICA, 2009)

La Liga Colombiana de Autismo (LICA) desarrolla el plan piloto "potencializando mis habilidades deportivas, jóvenes y adultos" con el propósito de que el sujeto con autismo se encuentre tranquilo y de igual manera genere un ámbito deportivo en su vida; el participante es un hombre que tiene 21 años. En primera instancia, se pretende sustancialmente socializar que son pocos los estudios frente al trastorno del espectro autista relacionado con la regulación emocional, pero, existen varios estudios referentes a la actividad física en adultos. Por ejemplo, en Cali, Colombia se ha realizado estudios dónde se indica que el ambiente es una variable importante para que los adultos o de tercera edad realicen ejercicio. Igualmente, en España se han realizado investigaciones, pero enfocados en la población infantil, por esto es de gran importancia desarrollar una práctica pedagógica con un adulto con autismo, ya que se ha estudiado poco los referentes de regulación emocional en ellos en el área de la educación física.

Por tal motivo, se trabaja el ciclismo como mediador de la actividad física estrategia desarrollada para la regulación emocional, con el fin de identificar qué beneficios trae consigo la realización de ejercicios y/o actividades o hasta qué punto se puede disminuir la constancia de las escalas en el participante.

PROBLEMATICA

El Trastorno del Espectro Autista es un tema muy amplio, teniendo en cuenta que cada persona tiene características diferentes y dificultades en el área sensorial, comportamental y de la comunicación. De la misma forma, en el área comportamental se identifican 3 fases de escalación y las características de las fases son diferentes, debido a esto, la mayoría de los adultos tienen problemas al expresar sus



sentimientos, pensamientos, necesidades, etc.; por lo cual es complejo poder entenderlos, siendo este uno de los principales motivos para que se inicie su primera fase de escalación. Adicionalmente, es de gran importancia agregar que en todo momento se debe observar y analizar a las personas con TEA para así poder ayudarlos sin hacer suposiciones erróneas, ya que esto puede afectar aún más su calidad de vida pues el suponer equivocadamente genera discusiones y conflictos, y en estos casos puntuales, puede producir escalación en los individuos con TEA.

Cabe resaltar, que lo primordial es identificar cuando el individuo se encuentra pleno, enojado o cuando puede llegar a iniciar fase uno de escalación para evitar que se siga en aumento, si esto ocurre, es necesario buscar estrategias para ayudar a neutralizar el estado de escala del individuo.

JUSTIFICACION

Esta investigación se realiza con el fin de descubrir cuando un adulto con Trastorno del Espectro Autista (TEA) puede encontrarse satisfecho, feliz, contento o triste, enojado, por medio de la actividad física, en específico trabajo de acondicionamiento físico; en base a los resultados arrojados con el descubrimiento, las personas que interactúan con estos adultos se pueden ver beneficiadas para saber sobrellevar su regulación emocional; también se identifica que esta población es incomprensible para muchas personas de la sociedad porque se conoce muy poco sobre el tema de los que es verdaderamente el Trastorno del Espectro Autista, quedándose solo con los mitos creados, y debido a esto no existe un apoyo ya que se piensa que tienen dificultades o limitaciones cuando no es totalmente cierto; por otro lado, las investigaciones del autismo se centran más en los niños y poco en los adolescentes, adultos o personas de tercera edad, entonces es importante no dejar olvidada o de lado a esta población ya que son personas que necesitan ayuda para mejorar su calidad de vida y contribuir a facilitar la comunicación que se tenga con otro, puesto que estas personas tienen fases de escalación en las que no logran controlar su estado de ánimo, afectando su integridad y la de otros, es allí donde se deben buscar estrategias como la actividad física para identificar cómo se presenta su regulación



emocional y poder canalizar la energía, igualmente estudios y observaciones han revelado que sí es posible ayudar a todas las personas por medio de la actividad física para su regulación emocional.

CONCEPTUALIZACION Y MARCO TEORICO

En este apartado se da a conocer los conceptos principales sobre la sistematización de la experiencia pedagógica los cuales son: el trastorno del espectro autista, ejercicio físico y regulación emocional. Esto con el fin de profundizar acerca de los temas tratados y cómo estos puede aportar a esta experiencia pedagógica. Con base a esto, se toman artículos con fechas desde el 2009 hasta el 2017 de diferentes autores que profundizan o referencian los conceptos del tema a tratar. De igual manera, se muestra la teoría de Leo Kanner en 1943 ya que es pionero del tema de trastorno autista.

Los artículos expuestos en el siguiente capítulo, son a nivel nacional e internacional, avizorando los estudios realizados en Colombia, España, Cuba, Brasil, etc.; asimismo, se referencia las leyes que contribuyen a respetar los derechos de las personas con este trastorno, como igualdad para todos, plasmada en la Constitución Política de Colombia y en el Ministerio de Educación Nacional.

Se ha demostrado que los programas de intervención en personas con autismo también son buenos para sus familias y personas del entorno; como se indica en el libro "el espectro autista: intervención psicoeducativa" teniendo en cuenta los postulados de Ojea, (2004) los objetivos de la intervención con 10 niños y 2 niñas con Trastorno del Desarrollo Generalizado (TDG) son los de evaluar las necesidades educativas y frente a esto, generar programas de intervención psicoeducativa adecuados; en el que se toma en cuenta dimensiones sociales, procesos psicológicos básicos y de comunicación. El programa de intervención psicoeducativa (PIP) arroja que, a nivel cualitativo se modificó la acción psicoeducativa y el grupo de trabajo hace un seguimiento, estudio y diseño del programa a modificar; a nivel cuantitativo, después de intervenir durante 24 meses, los



18 niños a los que se les realizó el programa mostraron mejoras en su trastorno.

El trastorno del espectro autista, empieza a tener relevancia desde la teoría de Leo Kanner en 1943, el cual indica que la persona con autismo tiene ciertas características específicas; esta teoría la abordan López, Rivas y Taboada (2009) para mostrar cómo han sido los diversos estudios después de Kanner, ya que él señala que las personas con autismo tienen dificultades al comunicarse, socializar y a nivel intelectual, porque ellos pueden ser verbales y no verbales, tener buena memoria pero poca imaginación, a veces los que tiene lenguaje verbal frecuentemente presentan habla repetitiva. De igual manera, los estudios han avanzado para poder aplicar el test DSM-V sobre Trastorno del Desarrollo Generalizado (TDG) a una persona con el fin de poder diagnosticar o no el trastorno.

Además, al trabajar desde la actividad física como herramienta, es de vital importancia saber qué estudios se han realizado en esta área con personas adultas, ya que su cuerpo puede causar una involución a través del tiempo. En el libro de "actividad física y salud para el desarrollo motor en adultos y mayores" de Cristina López de Subijana, del año 2009, en Sevilla ciudad de España, López comenta, en el bloque 1 "desarrollo motor en la edad adulta" que el nivel más alto para el potencial atlético de una persona o deportista va entre los 20 y 30 años; siendo este antecedente un máximo referente para la población a intervenir, ya que tiene la edad adecuada para trabajar en su mayor potencial, esto con el fin de descubrir y analizar las fases de regulación emocional.

En Cuba, se crea una intervención para el desarrollo de las habilidades motrices básicas en escolares con autismo por medio de la equino terapia, en la que se mejoró estas habilidades, las cuales eran muy bajas. Jiménez (2017) menciona que la metodología de intervención también ayuda a mejorar en las áreas sociales, comunicativas y conductuales.

De acuerdo a lo anterior, dentro del Trastorno del Desarrollo Generalizado (TDG) se encuentra el autismo, el cual tiene alteraciones en las áreas de comunicación, el lenguaje, lo social,



lo cognitivo y de conductas adaptativas que exige el diario vivir, mostrándose desde la infancia y permaneciendo hasta la edad adulta, teniendo como consecuencia un atraso en la formación del Sistema Nervioso Central; por otra parte, la intervención de la familia es primordial, porque se conoce a fondo las situaciones o actividades que pueden causar nerviosismo o bienestar para la persona con autismo, tomando en cuenta el entorno, las rutinas, descansos, interacción y demás, evitando el estrés (O.M.S., 2017).

En ese orden de ideas, cabe mencionar el planteamiento de Mazefsky, Herrington, y Siegel (citado por Poenitz y Arizabalo, 2015) donde mencionan que la regulación emocional en una persona con Trastorno del Espectro del Autismo es peculiar, así que la perturbación frente a su empatía en ciertas situaciones podría tener expresión de comportamientos excesivos como la agresión y el enojo, derivada de emociones como la ansiedad o la depresión, ya que sus adaptaciones ante estas emociones no son regularmente adecuadas.

Cabe agregar que, frente a la regulación emocional a nivel de aspectos perjudiciales, en la Liga Colombiana de Autismo se explican las 3 fases de "escalación", las cuales son:

- Fase 1: El individuo demuestra sentirse inconforme con algo en su entorno que lo afecta.
- Fase 2: El individuo manifiesta su inconformidad, ya sea por movimientos bruscos o sonidos guturales fuertes y repetitivos.
- Fase 3: Esta es conocida como la fase de escalación más alta, donde es posible que el individuo la demuestre golpeándose fuertemente y lastimando también a las personas de su entorno.

Por ende, es probable que se entienda la escalación como la regulación emocional perjudicial para las personas con trastorno del espectro autista. Por otra parte, para (Márquez, 1995) los beneficios del ejercicio se han manifestado cada vez más; mostrando que la actividad física contribuye al aumento de la autoconfianza, mejora la salud y el funcionamiento cognitivo,



debido a esto, se identifica que ayuda también como tratamiento para los trastornos psicológicos como lo pueden ser la depresión, el estrés o la ansiedad.

Con base a los beneficios del ejercicio físico, estos pueden provocar cambios en la personalidad, entre ellos, se encuentra una estabilidad emocional, aumento de la euforia y la autoestima, evita agresiones propias, hay alivio emocional evitando la tensión o el estrés, para luego tener una percepción de sí mismo (Ezcurra, 2009); en apoyo a este punto, (Martínez, Pérez y Díaz, 2016) afirman que el ejercicio físico puede ser una alternativa de tratamiento de trastornos, ya que produce efectos beneficiosos a nivel psicológico y físico. Por otro lado, Real (citado por Casimiro, Delgado y Águila, 2014) señala que la actividad física mejora la calidad de vida, aumenta la auto-realización personal y social.

Las políticas en las cuales está guiado este trabajo referencian los derechos de las personas con autismo en Colombia, estas políticas están plasmadas en el Ministerio de Educación Nacional (2017) y en la República de Colombia – Gobierno Nacional (2013)

Políticas públicas que sustentan la praxis pedagógica

Afortunadamente el estado ha gestionado leyes que favorecen a la población con condiciones especiales, reglamentado tanto la atención educativa (MEN) como la atención clínica (Ministerio de Salud).

El Ministerio de Educación mediante el decreto 1421 del 29 de agosto de 2017, reglamenta la educación a nivel preescolar, básica y media en todo el territorio nacional, de tal forma que se garantice el derecho a la educación bajo los principios de inclusión, igualdad, oportunidad, participación e interculturalidad para toda la población con condiciones especiales. Así mismo la Ley 1618 del 27 de febrero de 2013, normaliza el derecho al trabajo de las personas con discapacidad, en términos de equidad que garanticen las condiciones requerida para realizar las labores correspondientes. Desde el Ministerio de Salud se



decretó la Ley 1616 del 21 de enero de 2013 que asegura el derecho a la atención en salud Mental integral de manera que le permita al individuo mejorar su calidad de vida y mantener una vida social activa a nivel familiar, laboral y social.

Diseño metodológico

El estudio se basa en un enfoque cualitativo praxeológico, con metodología de estudio de caso, de corte transversal.

En primera instancia, se escoge un integrante de la Liga Colombiana de Autismo de 21 años de edad, participante del programa "Potencializando mis habilidades deportivas, jóvenes y adultos", como consecuencia de las intervenciones que se realizaron en el espacio de práctica profesional 1, en convenio con la universidad Corporación Universitaria Minuto de Dios – UNIMINUTO. Posteriormente, se desarrollan clases personalizadas dos veces a la semana. Este sujeto presenta el trastorno del espectro autista (TEA), por tal motivo, durante la intervención, se tiene el apoyo de la familia, con el fin de aprender más acerca de él, puesto que son las personas que más lo conocen y saben en qué momento se puede manifestar agrado o desagrado durante la sesión de clase.

Enfoque

El enfoque cualitativo es praxeológico debido a que se cumplen las 4 fases que lo conforman como lo expone Juliao (2007) exponiendo que la primera es el "ver", que nos permite observar la situación y la circunstancia en la cual vamos a trabajar. La segunda es la fase del "juzgar", donde a partir de lo que observamos, planteamos una mejora o solución. La tercera es la fase del "actuar" donde se pone en práctica todo aquello que se planteó en la fase anterior. Por último, la fase 4, está la "devolución creativa", a través de la realización de la experiencia pedagógica los instrumentos utilizados para la sistematización de



la experiencia pedagógica son los diarios de campo, las planeaciones y narrativa de los padres de familia del individuo.

Población y muestra

En primera instancia, la población se escoge de la fundación Liga Colombiana de Autismo (LICA) en la ciudad de Bogotá. Dentro de la liga, se desarrolla el plan piloto "potencializando mis habilidades deportivas jóvenes y adultos" en el que participan 8 (ocho) individuos con autismo, con edades entre los 14 y 38 años; desde ahí, como muestra se escogió a un individuo de 21 años por proceso de selección.

Instrumentos de recolección de datos

Diarios de campo: utilizados para el análisis de la observación realizada durante las intervenciones de la práctica profesional 1 y clases personalizadas 2 días a la semana. Como se puede observar en la imagen 1 y 2



Imagen 1


CORPORACIÓN UNIVERSITARIA MINUTO DE DIOS
FACULTAD DE EDUCACIÓN
DIARIO DE CAMPO

Nº. 13

Nombre del estudiante: Miguel Angel Rojas Vargas Curso: _____

Institución: (LICA) Lixa Colombiana de Autismo Fecha: Viernes 26/10/2018

1. NARRATIVA

Una vez que se llegue por ii tuvo una disposición muy buena para salir, pidió sus dos minutos usuales y al terminar se puso pronto sus tenis y pidió la chaqueta verde, pues era la más cómoda, tomamos las bicicletas y nos dirigimos en dirección hacia la carrera 30, luego tomamos por toda la avenida por el costado orientado hacia la calle 53 por la ciclo ruta que está allí, para continuar con la rutina de la ruta que se usaba, al pasar el puente peatonal para quedar ubicados en el costado occidental de la avenida, compramos la fruta ese día el sujeto escogió piña solamente la compramos y seguimos el camino, luego giramos por la calle 53, cruzando la carrera 50 y luego continuamos por la ciclo ruta, la cual está en medio de muchos árboles, al llegar a la carrera 60 giramos con dirección al norte, luego llegamos a la biblioteca Virgilio Barco, allí dimos 2 vueltas alrededor, y tuvimos el momento de descanso, el individuo se quitó sus guantes y su casco y los dejó organizados para luego hacer una sesión de estiramientos muy fructífera, luego el estudiante se comió su fruta y tomó su agua, en este periodo duramos 15 minutos, luego tomamos las bicicletas, buscamos una caneca para que el individuo botara la basura, y arrancamos el camino para regresar a casa utilizando la misma ruta que usamos para llegar a la biblioteca, le tome 2 fotografías al sujeto una andando en bicicleta y la otra comiendo su fruta.

Doble clic para ocultar espacio en blanco

2. ANÁLISIS DE LA NARRATIVA

Aquí evidenciamos que seguimos la rutina que se planteó con el individuo, pues al no respetar esta, puede llegar a causar un nivel de escalación en el sujeto, además que el estudiante se familiariza con la ruta y la realiza con agrado.

El sujeto ya ha comenzado a escoger que fruta desea comer ese día, pues antes solo quería comer algún producto de paquete, ahora ya es consciente que durante la clase de onces se come fruta.

Cuando el sujeto está dispuesto podemos realizar la sesión de estiramientos, esto lo ayuda mucho, pues él tiene una rigidez en sus miembros derechos. Pero no siempre desea realizar, estos ejercicios.

El individuo ha adquirido hábitos de organización, pues deja los guantes dentro del casco y este lo deja en el manubrio de la bicicleta, así mismo al terminar sus onces recogemos la basura que haya en el lugar y la depositamos en la caneca más cercana.

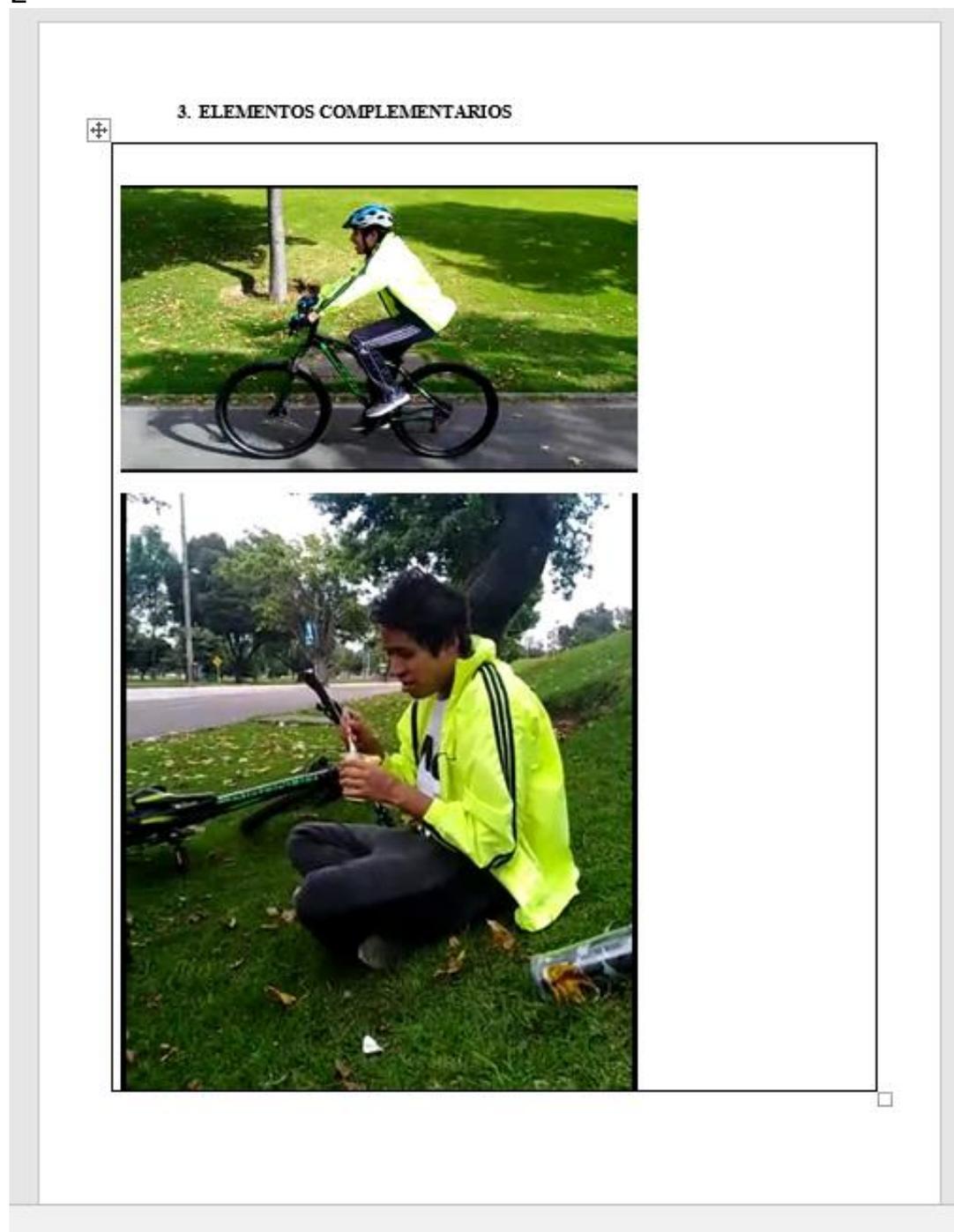
En general Juan José estuvo tranquilo y sonreía en varias ocasiones.

*aporte: hizo un clima muy agradable.

fuentes: adaptación propia



Imagen
2



Fuente: adaptación propia.

Narrativa de los padres: estas se daban cuando sucedía algo extraordinario o cuando se generaban las reuniones de equipo. Como se observa en la imagen 3

Imagen 3



Día 07 Mes 12 Año 2019

Mamá: Estar pendiente de las reacciones de J.J. pues por la fecha y sus festividades, ha estado muy ansioso y desearo de salir con su familia. A demás se administro un medicamento que puede generar efecto secundario, por lo cual se solicita estar muy atento de sus comportamientos. Por favor enviar el diario de campo de la sesión anterior para llevar el control.

Papá: A mi hijo le gusta mucho montar en bicicleta y sería bueno hacer una salida fuera de Bogotá. Tengo intención de comprarle una bicicleta que se adecue a las necesidades que tiene.

Mamá: Estamos muy conformes con que nuestro hijo este comiendo fruta, por que no lo hacía regularmente, y el que ahora lo haga en cada salida, me parece genial. Estaremos mirando la posibilidad de que J. Ya no tenga 2 sesiones a la semana sino 3 tambien dependiendo de tu opinion (Miguel Angel), y del tiempo libre de J.

Miguel Angel

Fuente: adaptación propia.

Fase del Ver:



En esta fase se observa analíticamente cómo el individuo expresa ciertas características, acciones y emociones que surgen de los ejercicios físicos desarrollados durante las intervenciones, adicionalmente, se expone la teoría de la Praxeología para sustentar esta fase.

Esta es una fase de exploración y de análisis/síntesis (VER) que responde a la pregunta: ¿Qué sucede?; etapa fundamentalmente cognitiva donde el profesional/praxeólogo recoge, analiza y sintetiza la información sobre su práctica profesional, tratando de comprender su problemática y de sensibilizarse frente a ella. (Juliao, 2007, p.87)

En primer lugar, se muestra que el individuo no se comunica de manera verbal, sin embargo, emite sonidos específicos para informar decisiones como el "Sí" y "No"; además de esto, expresa sus emociones de manera gesticular, con movimientos o producción de sonidos, cabe resaltar, que estas tres características se presentan de manera positiva cuando demuestra que es feliz. Por otro lado, se analiza que no diferencia algunas de las emociones que siente, estas pueden ser: el enojo, el estrés o la ansiedad. Adicionalmente, cabe resaltar que el individuo no realizaba deporte hace mucho tiempo, pero, sus padres expresan que le encantaba cuando lo ejecutaba, demostrando felicidad por medio de sonrisas y saltos. Para la fecha, salía ocasionalmente con la psicóloga que trabaja con él, pero a centros comerciales a caminar un rato.

Fase del Juzgar:

Esta es la fase de reacción (JUZGAR) que responde a la pregunta ¿qué puede hacerse?; etapa fundamentalmente hermenéutica en la que el profesional/praxeólogo examina otras formas de enfocar la problemática de la práctica, visualiza y juzga diversas teorías, de modo que pueda comprender la práctica, conformar un punto de vista propio y desarrollar la empatía requerida para participar y comprometerse con ella. (Juliao, 2007. p. 88)

Ante las situaciones encontradas en los procesos de observación, se optó por ejecutar actividades físicas en las cuales el individuo



encuentre un momento de descanso, salida de la rutina, y así mismo baje sus niveles de estrés (refiere la mamá que en ocasiones el joven se estresa por estar tanto tiempo en casa). En este orden de ideas, primero se quiere realizar salidas para realizar ejercicios físicos dirigidos por el maestro, adicional a ello que el sujeto comience a anexar estas salidas a su rutina de vida, y así mismo pueda progresivamente obtener esa regulación emocional que brinda el ejecutar actividad física continuamente.

En medio de las salidas también se pretende establecer comunicación escrita con el individuo para que el exprese sus gustos y disgustos, y en el caso que pase algo extraordinario en la sesión, se pueda llegar a una posible solución entre maestro y estudiante por medio de la escritura de una pregunta y dándole opciones para que escoja la más acertada.

Fase del Actuar:

la fase del actuar que responde a la pregunta ¿Qué hacemos en concreto?, etapa fundamentalmente programática en la que el profesional/praxeólogo construye, en el tiempo y el espacio de la práctica, la gestión finalizada y dirigida de los procedimientos y tácticas previamente validados por la experiencia y planteados como paradigmas operativos de la acción. (Juliao, 2007. p. 88)

Se realizarán dos salidas a la semana en bicicleta los miércoles y viernes y cada sesión tendrá una intensidad de una hora y media máximo, cada sesión consta de cinco fases, en la primera está el recoger al individuo de su casa, la segunda fase es el desplazamiento desde la casa hasta la biblioteca Virgilio Barco, una vez allí se inicia la fase tres, en la cual se llega a un acuerdo con el estudiante de cuantas vueltas quiere dar ese día alrededor del lugar por la ciclo ruta que hay (se le dan opciones para que escoja una de ellas), a continuación se detienen para tomar onces e hidratarse, esta es la fase cuatro, aquí también se realiza la conversación por medio de la escritura de temas de interés del individuo, y para finalizar se realiza el desplazamiento desde la biblioteca hasta la casa y un estiramiento para evitar malestares posteriores.

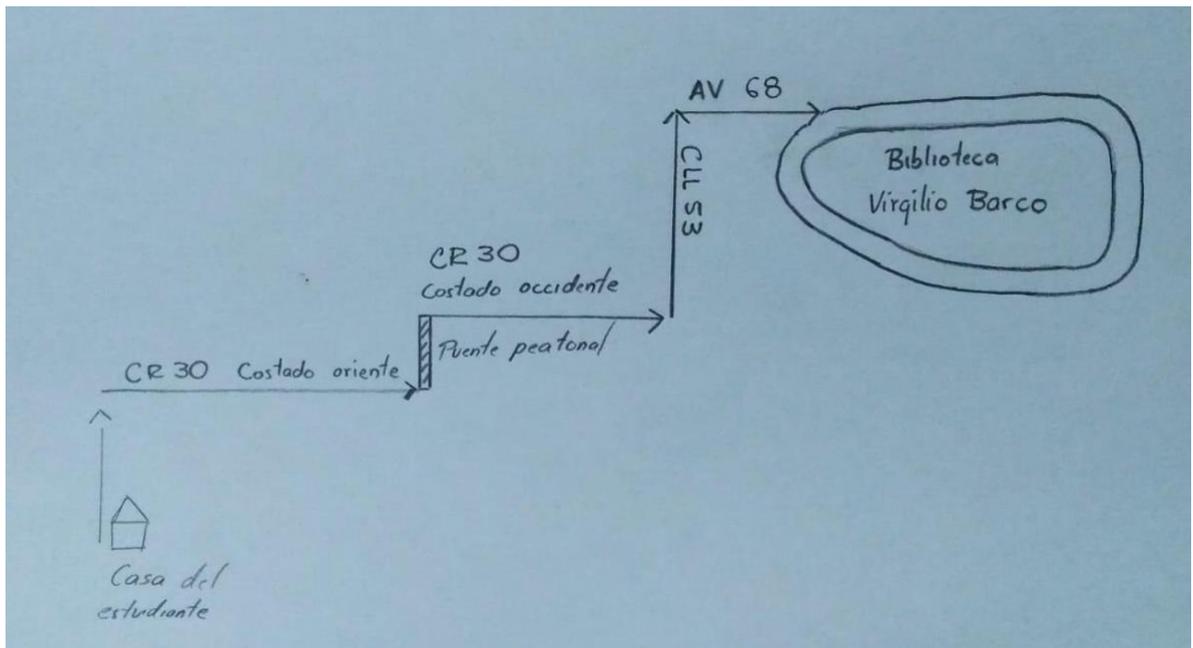


En la primera fase de la sesión, en el momento de recoger al sujeto, el maestro debe ingresar a la casa, hasta donde está el estudiante, el cual generalmente está en el computador mirando información de su interés, una vez que se saludan, el estudiante con su mano muestra dos dedos expresando que lo deje terminar de mirar su información y en dos minutos lo atiende, una vez pasa el tiempo, con buena disposición el sujeto, se desplaza a su cuarto para colocarse sus tenis y su chaqueta, luego baja toma su botella de hidratación, se le ayuda a colocar casco y guantes, tomando luego las respectivas bicicletas y saliendo de la casa para iniciar el recorrido.

Durante el desplazamiento hacia la biblioteca, se hace una parada para comprar las onces que el estudiante consumirá más adelante.

El lugar adecuado y cómodo que se escogió para realizar la fase central de la sesión es la ciclorruta ubicada alrededor de la biblioteca Virgilio Barco, y el hogar del estudiante está ubicado en el barrio la soledad (calle 39ª con 26) siendo la estructura del recorrido como se aprecia en la imagen 4.

Imagen 4.



Fuente: Adaptación propia.

Fase de Devolución Creativa.

la reflexión en la acción (DEVOLUCIÓN CREATIVA), etapa fundamentalmente prospectiva que responde a la pregunta: ¿Qué aprendemos de lo que hacemos? La prospectiva es una representación que pretende orientar el proyecto y la práctica del profesional/praxeólogo; una representación donde el futuro es planteado a priori como un ideal. (Juliao, 2007. p. 89)

La experiencia pedagógica fue muy enriquecedora, para empezar la Liga Colombiana de Autismo brindó un sistema de capacitaciones, para aprender sobre el TEA desde varios campos profesionales, psicología, fonoaudiología, fisioterapia, sociología y política, y así mismo, LICA siempre ha estado pendiente del proceso que he llevado con el individuo. Es muy importante valorar las fortalezas de los demás, en especial cuando son personas en condición de discapacidad, pues al tener falencias en algunas áreas de su vida, hay otras que se potencian de forma casi prodigiosa. También resalto que la condición de discapacidad no limita a las personas, la sociedad es quien lo hace, en primera instancia por la discriminación y segundo por la



falta de conciencia y de conocimiento que se tiene frente a todos estos temas.

Otro aprendizaje muy valioso fue el entender que un diagnóstico no define cómo será la calidad de vida, pues aquí hay muchos factores que intervienen para la construcción del mismo, en el caso del estudiante con el cual trabajo, es un joven que ha recibido de su familia, valores y buena educación, además de ser una persona obediente y amorosa, con muchas cualidades admirables, el hecho de que sean literales también da lugar a que sean organizados y puntuales, cualidades que hoy en día no se ven con frecuencia en las personas regulares.

CONCLUSIONES

La regulación emocional como tal en el individuo fue un logro que se obtuvo de una manera inesperada ya que el resultado se ve reflejado especialmente en la sesión de clase, pues el sujeto continúa teniendo episodios de escalación en su vida regular y estos en ocasiones son muy fuertes, llegando a niveles de escalación número tres. Pero la autoagresión en medio de la sesión si se redujo de una manera significativa, teniendo en cuenta que al principio era muy usual el golpe que se generaba en su cabeza, más ahora estos episodios son muy esporádicos, pues pueden pasar varias sesiones sin que realice estas acciones.

Como valor agregado en el comienzo los padres pedían que con el dinero que daban para las onces, se le compraba al estudiante lo que él quisiera, el joven siempre escogía comida chatarra, pero luego de la primera semana de trabajar estos hábitos comenzaron a cambiar, pues por iniciativa del maestro comenzó a comprarle fruta en vez de los paquetes, al principio el sujeto se veía un poco molesto por la decisión, pero esta conducta fue cambiando al punto en el que en las últimas sesiones él era quien escogía qué fruta quería consumir ese día. Los padres refieren que así mismo el individuo comenzó a comer fruta en las tardes, lo cual es una respuesta positiva pues tomó como hábito el consumir fruta, y bajar el consumo de paquetes beneficiando su salud.



El estudiante también se ha vuelto más tolerante a la sensación de esfuerzo que producen los estiramientos, así como también ante el dolor que produce el cansancio en las piernas por el pedaleo constante. "Los nuevos Licenciados tienen una gran responsabilidad en la formación y compromiso básico de educar a los seres humanos de manera integral". Urrea, Bernate, Fonseca, & Martínez, (2018, p.3)

REFERENCIAS BIBLIOGRAFICAS

Casimiro, A. J., Delgado, M., & Águila C. (2014). *Actividad física, educación y salud*. Recuperado de <https://ebookcentral.proquest.com/lib/bibliouniminutosp/reader.action?docID=4536102&query=Actividad+f%C3%ADsica%2C+educaci%C3%B3n+y+salud>

COLOMBIA, REPÚBLICA DE COLOMBIA. Ley N° 1618. 2013). Por medio de la cual se establecen las disposiciones para garantizar el pleno ejercicio de los derechos de las personas con discapacidad. Ley Estatutaria 1618 De 2013. Bogotá D.C., 2013, No. 48717. p. 1 - 46. Recuperado de <https://discapacidadcolombia.com/phocadownloadpap/LEGISLACION/LEY%20ESTATUTARIA%201618%20DE%202013.pdf>

Duch, R., & Miro, R. (2014). Aproximación a los trastornos del espectro autista desde una perspectiva interdisciplinaria. En A. P. Balaguer., R. Duch., M. Martínez., R. M. Miro., e I. Rodríguez. (Ed.), *Diversidad(eS): discapacidad, altas capacidades intelectuales y trastornos del espectro autista* (pp. 73). Barcelona: Editorial UOC. Recuperado de <https://ebookcentral.proquest.com/lib/bibliouniminutosp/reader.action?docID=3228305&query=regulaci%C3%B3n+emocional+en+autismo>

Ezcurra, M. J. (2009). *El ejercicio físico*. Recuperado de <https://ebookcentral.proquest.com/lib/bibliouniminutosp/reader.action?docID=3181820&query=ejercicio+f%C3%ADsico>



González, R., & Márquez, S. (2012). *Relación entre actividad física y salud mental*. Recuperado de <https://ebookcentral.proquest.com/lib/bibliouniminutosp/reader.action?docID=3228751&query=ejercicio+f%C3%ADsico+y+comportamientos>

Jiménez, R. (2017). *Metodología para el desarrollo de habilidades motrices básicas que propicie el proceso de atención educativa integral a escolares autistas en el contexto de la equinoterapia*. (Tesis de doctorado). Universidad de ciencias de la cultura física y el deporte Manuela Fajardo, La Habana, Cuba. Recuperado de <https://ebookcentral.proquest.com/lib/bibliouniminutosp/reader.action?docID=4946003&query=%09+Efectos+de+un+programa+de+equitacion+terape%C3%BAtica+en+un+grupo+de+ni%C3%B1os+con+trastornos+del+espectro+del+autismo#>

Juliao, C. (2007). "Educación: un acercamiento praxeológico" en Juliao, C. Educación social. El Minuto de Dios: una experiencia y un modelo. Bogotá: Uniminuto.

Juliao, C. (2011). *El enfoque praxeológico*. Bogotá: Facultad de Educación, Corporación Universitaria Minuto de Dios-UNIMINUTO.

LICA, (2019) Liga Colombiana de Autismo, Políticas institucionales. Disponible en: <https://ligautismo.org/conocenos/nuestras-politicas.html>

López, C. (2009). *Actividad física y salud para el desarrollo motor en adultos y mayores*. Recuperado de <https://ebookcentral.proquest.com/lib/bibliouniminutosp/reader.action?docID=5102680&query=actividad+f%C3%ADsica+en+adultos>

López, S., Rivas, R., & Taboada, E. (2009). Revisiones sobre el autismo. *Revista Latinoamericana de psicología*, 41(3), 555-570. Recuperado de <http://www.scielo.org.co/pdf/rlps/v41n3/v41n3a11.pdf>



Márquez, S. (1995). Beneficios psicológicos de la actividad física. *Revista de psicología general y aplicada: Revista de la Federación Española de Asociaciones de Psicología*, 48(1-2), 185-206. Recuperado de <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=2378944>

Martínez, O., Pérez, F. G., & Díaz, V. (2016). El ejercicio físico como tratamiento complementario para la ansiedad y la depresión. En J. Gallego., M. Ibáñez., J. Parra., A. Cangas., y D. Martínez. (Ed.), *Avances en actividad física y deportiva inclusiva* (pp. 1). Almería: Universidad de Almería. Recuperado de <https://ebookcentral.proquest.com/lib/bibliouniminutosp/reader.action?docID=5190145&query=actividad+f%C3%ADsica+en+adultos>

Organización Mundial de la Salud. (2017). Trastornos mentales. Recuperado de <http://www.who.int/mediacentre/factsheets/fs396/es/>

Ojea, R. (2004). *El espectro autista. Intervención psicoeducativa*. Recuperado de <https://ebookcentral.proquest.com/lib/bibliouniminutosp/reader.action?docID=4536467&query=El+espectro+autista%3A+intervenci%C3%B3n+psicoeducativa>

Peiró, P., Gálvez, J., Ortiz, M. & Tejer, S. (2011). Ejercicio físico. *Revista Medicina Naturista*, 5(1), 18-23. Recuperado de <http://ebsohost.ezproxy.uniminuto.edu:8000/login.aspx?direct=true&db=lth&AN=59577689&lang=es&site=ehost-live&scope=site>

Poenitz, A. V., & Arizabalo, C. A. (2015). *Trastornos del Espectro Autista: regulación emocional y alteraciones comórbidas* [web log post]. Recuperado de <http://www.inaru.org/investigaciones-y-publicaciones/trastornos-del-espectro-autista-regulacion-emocional-y-alteraciones-comorbidas/>

Serra, R. & Bagur, C. (2004). *Prescripción del ejercicio físico para la salud*. Recuperado de <https://ebookcentral.proquest.com/lib/bibliouniminutosp/reader>.



[action?docID=4909906&query=ejercicio+f%C3%ADsico+y+comportamientos#](https://www.museodeljuego.org/action?docID=4909906&query=ejercicio+f%C3%ADsico+y+comportamientos#)

Urrea, P., Bernate, J., Fonseca, I., & Martínez, A. (2018) Impacto social de los graduados de la Licenciatura en Educación Física, Recreación y Deporte UNIMINUTO. *Educación Física Y Ciencia*, 20(2), e050.

MUSEO DEL JUEGO



ATHLOS. Revista Internacional de Ciencias Sociales de la Actividad Física, el Juego y el Deporte

International Journal of Social Sciences of Physical Activity, Game and Sport

Vol XVIII- Año VIII

Septiembre 2019

MUSEO DEL JUEGO

www.museodeljuego.org©

ISSN: 2253-6604