

FOMENTO DE LA COMUNICACIÓN Y EL LENGUAJE A TRAVÉS DEL BALONCESTO.

(Development of Communication and Language in Basketball through)

José Manuel Justicia Barajas

Maestro de Audición y Lenguaje

Maestro de Educación Física

Páginas 47-61

Fecha recepción: 17-09-2014

Fecha aceptación: 01-11-2014

Resumen.

En este artículo vamos a desarrollar como se puede trabajar el lenguaje y la comunicación a través del deporte, más concretamente mediante el baloncesto. Este artículo es el resultado del trabajo realizado a lo largo de 4 años en el proyecto de deporte adaptado "da el relevo" del Ayto. de Málaga, dentro de la disciplina del baloncesto dirigido a deficientes mentales. La idea surge cuando al comienzo del proyecto nos reunimos para desarrollar los objetivos que la actividad tendría a lo largo de cada temporada, que como no podría ser de otra manera sería el fomento del deporte en este colectivo y concretamente la enseñanza del baloncesto. Pero además, viendo que los grupos estarían compuestos principalmente por chicos/as deficientes mentales, y el déficit que normalmente traen asociados en el lenguaje y la comunicación, nos planteamos también la posibilidad de incluir entre los objetivos, el fomentar a lo largo de las sesiones el desarrollo del lenguaje y las habilidades comunicativas de los usuarios, como contenido transversal del proyecto que empezábamos.

Palabras clave: deporte, deficiencia mental, comunicación, lenguaje.

Abstract.

In this article we will be working to develop as language and communication through sports, specifically through basketball. This article is the result of work done over four years on the project adapted sports "tagged in" the City Council. Málaga, within the discipline of basketball led to mental defectives. The idea came at the beginning of the project when we meet to develop goals that have activity throughout each season, how could it be otherwise would be to promote the sport in this group and specifically teaching basketball. But also, seeing that the groups would be composed mainly of boys / mentally handicapped as, and usually bring the deficit associated in language and communication, we also considered the possibility of including the objectives, to encourage throughout the sessions language development and communication main issue we started the project.

Keywords: sport, mental retardation, autism, communication, language skills of the users as.

Introducción.

El concepto y definición de retraso mental ha experimentado numerosos cambios a lo largo de la historia, fundamentalmente en los últimos 40 años, tanto en su terminología y en los puntos de corte basados en el cociente intelectual (CI), como en la función del comportamiento adaptativo y el criterio diagnóstico. Cada cambio es un reflejo del continuo esfuerzo realizado por las diferentes disciplinas para mejorar la comprensión de la condición del retraso, así como para desarrollar una terminología y clasificación más precisa, práctica y orientada a la educación de esas personas.

En los últimos años el trabajo tiene que ir dirigido a poder conseguir evolucionar del término integración, a la inclusión real de los niños con deficiencia mental, y para dar ese paso es de vital importancia potenciar y desarrollar el lenguaje en este tipo de población, para así lograr que verdaderamente puedan sentirse parte de la sociedad.

La comunicación en el deporte.

La comunicación no solamente favorece el trabajo en equipo, también fomenta de manera individual la motivación, la confianza, baja el nivel de ansiedad, etc. En definitiva, es una herramienta fundamental para mejorar el rendimiento y el desarrollo de un jugador y/o de un equipo.

Si bien en el mundo del deporte está demostrada su importancia, no está tan claro que se use siempre de la manera más adecuada, ya que en muchas ocasiones, sólo se habla con los jugadores cuando las cosas van mal. Pero, ¿por qué esperar a que las cosas no funcionen para que haya comunicación? El deporte es el contexto ideal para fomentar una continua comunicación entre los agentes que participan en ellas.

La comunicación ya la definía Theodorson y Theodorson (1969) como la transmisión de información, ideas, actitudes, o emociones de una persona o un grupo a otro (u otros) primariamente a través de símbolos. Definición que ya nos permitía realizar una distinción entre comunicación verbal y no verbal, las dos de suma importancia dentro del deporte y de la población a la que nos referimos.

En este proceso, se combinan varios elementos que hay que tener en cuenta:

1. Las características del emisor y del receptor, es decir, percepciones, creencias, sentimientos, expectativas, actitudes,.. que influyen (de manera positiva o negativa) en el proceso comunicativo. El entrenador deberá tener en cuenta:
 - Adaptar el lenguaje en función del receptor.
 - Emitir mensajes cortos y directos para que sean entendidos de forma rápida y eficaz.
 - Fijarse en cómo son sus jugadores, en qué personalidad tienen ya que, en función de ello, los jugadores reaccionan de forma diferentes antes los comentarios.

- Tener en cuenta el estado anímico del jugador, cómo se encuentra y cómo se puede influir esto en la interpretación que haga del mensaje.
 - Características de la discapacidad que tenga el jugador.
2. El tipo de mensaje que se da, tanto verbal como no verbal. Y es que, en muchas ocasiones, decimos más con la mirada o gestos que con la palabra.
 3. El contexto donde se produce la comunicación.

Importancia del deporte en deficientes mentales.

El concepto y definición de retraso mental ha experimentado numerosos cambios en los últimos 40 años, tanto en su terminología y en los puntos de corte basados en el cociente intelectual, como en la función del comportamiento adaptativo y el criterio diagnóstico. Dentro de su terminología podemos hacer un breve repaso por las siguientes definiciones propuestas, que, con toda probabilidad, son las más utilizadas:

La AAMMD (Asociación americana para la deficiencia mental) en 1959 la define como: "La deficiencia mental se refiere a un funcionamiento intelectual general significativamente inferior a la media originado durante el período de desarrollo y asociado a un déficit en la conducta adaptativa"

La OMS (Organización Mundial de la Salud) por su parte en 1968: "Los deficientes mentales son individuos con una capacidad intelectual sensiblemente inferior a la media que se manifiesta en el curso del desarrollo y se asocia a una clara alteración en los comportamientos adaptativos"

Por último, una definición, generalmente aceptada, es la de Grossman (1983) y que define al deficiente mental como "aquel sujeto con un funcionamiento intelectual por debajo de lo normal, que se manifiesta durante el período evolutivo y está asociado con un desajuste del comportamiento".

El deporte para discapacitados mentales comenzó a ser organizado en los años 1960 a través del movimiento Special Olympics. Y estas competiciones comenzaron durante los campamentos de verano organizados por Eunice Kennedy Shriver a partir de 1962. Los primeros Special Olympics internacionales tuvieron lugar en Chicago en 1968.

No hay dudas sobre la importancia de la práctica del deporte en personas discapacitadas, el problema lo constituye poder crear en la comunidad las facilidades para que estos puedan disponer de las posibilidades para practicar deportes y estimularlos a que se vinculen con el mismo y demostrarles cuáles son sus beneficios.

Entre estos beneficios del ejercicio y la práctica del deporte destacamos los siguientes:

- Desarrollo de potencia muscular y la resistencia a la fatiga.

- Mejor funcionamiento de las funciones vitales especialmente la respiratoria, cardiovascular y renal.
- Desarrollo del sentimiento de autoestima, y el ajuste emocional.
- Incremento del validismo.
- Contribución a la socialización, desarrollando los sentimientos de pertenencia al grupo.
- Contribución a mejorar el soporte esquelético, evitando complicaciones como la descalcificación o la osteoporosis.
- Eliminación de la depresión y/o ansiedad.
- Incremento de la participación del discapacitado en las actividades de su comunidad.
- Contribución a una mejor comprensión de las personas no discapacitadas sobre el problema que la discapacidad representa y los potenciales de aquellos afectados para integrarse socialmente.

Plan para fomentar del lenguaje y la comunicación a través del baloncesto.

A lo largo de estos años siempre hemos querido que el desarrollo del lenguaje y el habla estuviera implícito en la práctica de la actividad deportiva que se estaba practicando.

Tal y como hemos hablado en el punto anterior los beneficios que aporta la práctica regular del deporte, en este caso del baloncesto, está más que demostrada y son conocidas por todos. En personas con algún tipo de discapacidad intelectual, la importancia del deporte es también evidente, en forma de integración social, interacción entre compañeros o mejora de la autoestima, así como en ámbitos de autonomía e higiene.

Para un niño con discapacidad intelectual, las sensaciones positivas que transmite el baloncesto, como puede ser meter una canasta, o saber botar el balón para "pillar" a un compañero puede reforzar e incidir en aspectos personales y emocionales, pero también puede ayudarnos a crear y desarrollar en el niño una actitud comunicativa a través de la cual pueda expresar todas esas emociones que está viviendo y desarrollando a través de esta experiencia directa.

Pero además del aspecto individual, también hay que valorar como la enseñanza del baloncesto, como deporte de equipo que es, nos puede permitir además crear un entorno de iguales valiéndonos de los entrenamientos y la competición donde el deseo de compartir, vivir y experimentar junto a otros compañeros, ayude también a desarrollar esas ganas de comunicar tan limitada en este tipo de usuarios.

Propiciar este contexto al que este tipo de niños no tiene acceso con tanta facilidad será el que facilite que aparezcan factores tan importantes como la autoestima, seguridad en sí mismo, confianza o identidad, actitudes que nos permitirán acercarnos más a ellos.

A lo largo de este trabajo no buscaremos corregir todos los ámbitos del lenguaje, debido a las limitaciones con las que nos encontramos ya que no es el objetivo principal de la actividad, pero sí creemos en la mejoría que pueden experimentar los participantes tanto su pragmática como en semántica.

Metodología.

Nuestra filosofía parte del criterio de que el alumno debe aprender a aprender, mediante una enseñanza activa, intentando darle un nivel de responsabilidad y toma de decisiones acordes con sus capacidades y posibilidades.

También buscaremos que el proceso de enseñanza vaya dirigido a su aplicación en la vida cotidiana fuera del entrenamiento, conduciendo a la autonomía del alumno para que planifique y desarrolle su propia actividad física. En términos de lenguaje también buscamos esa generalidad en el aprendizaje.

De esta manera los criterios fundamentales de nuestra metodología serán:

- FLEXIBLE, debido a las características evolutivas de nuestros usuarios es muy importante que siempre estemos abierto a posibles cambios en el proceso de enseñanza-aprendizaje.
- ACTIVA, se busca que el usuario sea el protagonista de nuestra acción.
- PARTICIPATIVA, potenciamos la cooperación y colaboración entre iguales.
- INTEGRADORA, vamos a desarrollar las capacidades de cada uno de ellos, sin poner criterios rígidos para todos, potenciando lo que cada uno pueda sentirse capaz de hacer.
- INDUCTIVA, intentando que el alumno pueda comprender lo que está haciendo.
- LÚDICA, como objetivo principal de la actividad queremos que nuestros alumnos se diviertan, y sobre todo, que aprendan mientras están jugando al deporte que les gusta.
- CREATIVA, proponiendo siempre que podamos, que sea él mismo el que pueda buscar soluciones a problemas básicos que les planteemos.

Sesión.

La estructura de un entrenamiento tipo sería la siguiente:

1. *Introducción.* Una primera parte que duraría 5' en la que trabajamos el lenguaje espontáneo y dirigido a través de preguntas tipo: ¿Qué tal ha ido hoy el día?, ¿qué has comido?, ¿cuántas ganas tienes hoy de jugar?
2. *Calentamiento.* Destinamos 15' a esta parte de la sesión, que siempre será similar, para enseñarle un patrón que siempre les sirva antes de empezar la práctica deportiva. Siempre habrá al menos un ejercicio que requiera de una comunicación.
3. *Parte central.* Esta parte tendrá una duración aproximada de 30', en donde trabajaremos los objetivos deportivos principales, pero planteando también que

cada ejercicio tenga al menos una pauta que incentive de manera concreta que los usuarios tengan que hablar.

4. *Vuelta a la calma.* Dentro de este tiempo, destinamos 5' para una tabla de estiramientos, y por último, otros 5' a la despedida, en la que al igual que en la primera parte trabajamos el habla a través de preguntas tipo: ¿Cómo lo habéis pasado hoy?, ¿qué vais a hacer ahora?, ¿qué es lo que más os ha gustado del entreno?

Este será el modelo que utilizamos para cada uno de las sesiones que planteamos a lo largo de la temporada.

Actividades.

Siempre hemos planteado hacer ejercicios en los que más, que una instrucción directa del entrenador y una respuesta motriz del alumno, se potenciará la comunicación del propio sujeto dentro del ejercicio. Para esto se plantean dos tipos de actividades:

- A) Juegos populares en los que ya aparece el componente comunicativo, y que hemos aprovechado para enfatizar sobre él.
- B) Introducir aspectos comunicativos en juegos y ejercicios en los que en otros contextos no tendría por qué tenerlo.

Vamos a poner varios ejemplos para entender mejor cada tipo:

Juego 1. (A) "1,2,3, pollito inglés".

Objetivos.

Iniciar el bote y las paradas.

Objetivo específico.

Desarrollar de manera dirigida el habla, mediante retahílas.

Desarrollo.

Uno se coloca mirando hacia la pared diciendo en alto "uno, dos, tres pollito inglés" y girándose inmediatamente, los demás miembros participantes colocados a cierta distancia avanzan botando hacia el compañero que está en la pared mientras este canta, parándose antes de que se dé la vuelta para que no lo pillen una vez que termina se da la vuelta, tiene que ver quien se ha movido para mandarlo al principio. Las paradas tienen que llevarse a cabo en uno o dos tiempos.

Variantes.

Se puede variar la retahíla con otras canciones.

Juego 2. (A). "Tú la llevas"

Objetivos.

Mejorar el bote, saber cuándo tiene que cambiar de rol, mejorar la percepción espacial y desarrollar la coordinación.

Objetivo específico.

Favorecer la relación con los demás y intención comunicativa.

Desarrollo.

Una persona se la queda, es quien tiene que tocar a otra para librarse. Cuando este toca a alguien cambian los roles. Todos los participantes tiene balón realizando la actividad botando.

Variantes.

Si resulta dificultoso podemos hacer que pillen todos al entrenador, o que sean dos los que pillen. Para enfatizar en la comunicación, le pediremos que al pillar a un compañero tenga que decir toda la frase “tú la llevas (nombre del pillado)”

Juego 3. (A) “El pañuelito”

Objetivos.

Mejorar el agarre de balón, bote de velocidad y tiro.

Objetivo específico.

Mejorar su discriminación auditiva, memoria y atención.

Desarrollo.

Dividimos a los jugadores en dos grupos de igual número. A cada jugador del grupo se le adjudicará un número del 1 al total de jugadores que tenga el grupo. El entrenador se coloca en la línea de medio campo con dos balones, uno para cada grupo que se encontrarán en el suelo. A continuación el entrenador dirá en voz alta un número y el jugador de cada grupo al que se le adjudicó previamente ese número correrán rápidamente a coger el balón, con el objetivo de que una vez que consigan el balón intenten meter un tiro en la canasta. El primero que anote sumará un punto para su equipo.

Variantes.

A cada jugador también se le puede asignar un objeto (juego simbólico), un lugar, un color, etc.

Ejercicios 1. (B). “¿Qué tengo?”

Objetivos.

Desarrollar el bote

Objetivo específico.

Aumentar la atención, desarrollar su semántica e intención comunicativa.

Desarrollo.

Todo el grupo botando un balón y mirando al entrenador, el cual irá levantando a la vez diferentes dedos de sus manos, indicando varios números. El grupo tiene que ir diciendo en voz alta cuántos dedos tiene levantados, lo más rápido posible porque irá cambiando.

Variantes.

Dependiendo del objetivo que busquemos, en lugar de levantar dedos, en entrenador puede utilizar tarjetas de imágenes con diferentes campos semánticos que los alumnos deberán identificar, como por ej. Animales, colores, profesiones, etc.

Ejercicio 2. (B). "Paso el balón y hablo".

Objetivos.

Iniciar a los diferentes pases de baloncesto (de pecho, picado y de béisbol).

Objetivo específico.

Aumentar su memoria y mejorar su relación comunicativa con los compañeros.

Desarrollo.

Dependiendo del número de jugadores que tengamos podemos organizarlos por parejas o en gran grupo haciendo un círculo. Deberán pasarse el balón de uno a otro realizando los diferentes pases propuestos, pero aquí introducimos que además cuando vayan a realizar el pase tengan que mirar y llamar antes al compañero por su nombre.

Variantes.

Dependiendo del nivel del grupo, podemos introducir que además de decir el nombre del compañero, además diga alguna característica física del mismo.

Ejercicio 3. (B). "Adivina, adivinanza"

Objetivos.

Perfeccionar el bote de velocidad.

Objetivo específico.

Trabajar la comprensión y la resolución de problemas.

Desarrollo.

Todo el grupo tiene que ir botando a un lugar determinado por el entrenador y tocar con el balón algún objeto indicado, pero en lugar de decirlo directamente, lo haremos mediante una adivinanza que proponemos y que tendrán que resolver entre todos para saber a dónde tienen que ir y qué tocar.

Variantes.

Dependiendo del nivel del grupo, se pueden proponer adivinanzas de diferente nivel de dificultad.

Ejercicio 4. (B). "Nuestro juego".

Objetivos. Desarrollar el aspecto lúdico del baloncesto y cambio de rol.

Objetivo específico. Incentivar y mejorar la habilidad comunicativa.

Desarrollo.

Le proponemos a cada uno de nuestros alumnos, que sean ellos mismos los que piensen y preparen un ejercicio o juego para realizar en una sesión.

Variantes.

Dependiendo del nivel del grupo, podemos desde preguntar simplemente a cada uno cuál es su juego favorito, hasta proponer que traigan uno pensado y qué lo expliquen a sus compañeros para poder llevarlo a cabo a lo largo del entrenamiento, utilizando la técnica de "role-playing".

Evaluación.

Para determinar este punto nos vamos a valer de la definición de evaluación como la “estimación del valor de los resultados de un programa o actividad” (Eisner, 1993).

Esta será realizada directamente por el entrenador a lo largo de la temporada y será fundamentada a través de las técnicas de observación directa y registro. Diferenciándola en tres grandes categorías.

Evaluación inicial, en la que recogemos toda la información acerca de la intención comunicativa, el nivel semántico y pragmático que el usuario presenta al principio de temporada, fundamentalmente a través de la entrevista con los padres.

Evaluación continua, donde iremos observando y anotando en un registro cómo va evolucionando el niño y qué actitud presenta en la realización de las actividades.

Evaluación final, en la cual registraremos la evolución que ha experimentado a lo largo de toda la temporada.

Importancia de las familias.

La participación de las familias en la actividad en la que participa su hijo, es una herramienta fundamental de aprendizaje, ya que la consideramos el primer entorno educativo y de vital importancia alumnos con deficiencia mental.

Desde el primer día nos planteamos que hubiera una participación activa y regular de las familias, sobre todo de los alumnos con mayor deficiencia mental. Para ellos acordamos distinguir cinco niveles de participación en orden creciente, basándonos en la Política de Participación de Padres, Madres y Apoderados/as en el Sistema Educativo, los cuales son clasificados según Flamey, G. (1999):

1. *Informativo*. Constituye el nivel mínimo de participación y se refiere a la capacidad que tendremos de informar sobre los cambios y decisiones más importantes que vayan ocurriendo a lo largo del año escolar, así como mantener informados a los padres sobre los avances y conductas de su hijo, particularmente en lo que respecto a sus logros.

2. *Colaborativo*: Constituye el nivel principal y más común de participación y se refiere a la cooperación de padres y madres. Para conseguir esto plantearemos determinados ejercicios en los que pediremos la colaboración de los padres, incluso les pediremos en alguna ocasión que traigan ropa deportiva para realizar el entrenamiento completo. Con esto pretendemos hacerlos partícipes del proceso de enseñanza-aprendizaje de su hijo, además de fomentar la interacción comunicativa entre padres e hijos.

Además de esta participación en los entrenamientos, vamos a llevar a cabo, a lo largo de toda la temporada, actividades complementarias en las que podamos incentivar la participación de todos. Entre éstas vamos a organizar: la asistencia a

partidos del equipo ACB de la ciudad, comidas de navidad, participación en torneos y organización de meriendas en la propia pista de entrenamiento.

3. Consultivo: Es importante también que periódicamente pidamos información a las familias acerca de cómo va reaccionando su hijo a los entrenamientos o que les dice al llegar a casa.

4. Toma de decisiones en relación a objetivos, acciones y recursos: Será al nivel que menos importancia le demos por su complejidad en la coordinación, pero también estaremos abiertos a sugerencias que las familias nos puedan hacer.

5. Control de eficacia: En relación con el punto anterior estaremos abiertos al finalizar la temporada, a las opiniones, y sugerencias de las familias sobre cómo se ha desarrollado la actividad, intentando crear un ambiente de confianza en el que todos nos sintamos partícipes, persiguiendo un objetivo común, como es el máximo desarrollo de los alumnos. Creemos que este punto también facilitará que consigamos que nadie se relaje en el proceso, ya que al estar al examen de todos hará que todas las partes den lo máximo de sí mismo.

La combinación de estos niveles han propiciado que el ambiente con las familias a lo largo de estos años haya sido inmejorable, creando entre todos una ilusión, unas ganas de participar y una motivación realmente buena.

Resultados.

Los resultados del proyecto a nivel comunicativo-lingüístico se han obtenido de la observación directa, de anotaciones y de entrevistas con las familias. De aquí se obtiene que con este pequeño programa que se llevaba a cabo de manera complementaria a la actividad física durante dos días en semana, se ha conseguido aumentar de manera considerable diferentes dimensiones del lenguaje.

Con respecto al ámbito de la semántica, se observa que la mayoría de los alumnos con deficiencia mental de diferente grado, han experimentado un aumento de su vocabulario, fundamentalmente del trabajado durante los entrenamientos pero también de manera general. Este resultado también está apoyado por las familias, las cuales nos comunican que fuera del horario de la práctica deportiva, ven en sus hijos una mejoría en cuanto a la cantidad de vocabulario y un mejor uso del mismo, atendiendo al contexto en que se encuentre

En cuanto a la pragmática también vemos un aumento de la capacidad, para iniciar conversaciones en unos, y para mantenerlas en otros, contando cada vez con más recursos comunicativos.

Por último, hemos observado una mejoría en la mayoría de los alumnos en cuanto a su intención comunicativa. Este avance lo hemos certificado especialmente en los deficientes más profundos, en los que hemos observado un mayor incremento en su

interacción con compañeros y entrenador. Existe una clara evolución desde los primeros meses de clase en los que los alumnos presentaban cierto aislamiento comunicativo, hasta el final del proyecto en donde los mismos alumnos son los que buscaban esa interacción con el entrenador para hablar y contarle lo que hacían fuera y dentro del entrenamiento, estableciendo un hábito comunicativo estable. Todo esto ha sido posible gracias al trabajo realizado para mejorar su atención, comprensión, expresión, acercamiento físico o contacto ocular entre los diferentes interlocutores.

Conclusiones.

La principal conclusión a la que hemos llegado después del trabajo realizado a lo largo de estos años es que con una buena planificación flexible pero organizada y en la que tengamos en cuenta las características de nuestros alumnos, es posible trabajar, de manera paralela a una actividad física, el fomento del lenguaje y la comunicación en chicos con deficiencia mental.

La misma actividad física nos va a permitir desarrollar en los alumnos valores tan importantes como la seguridad, la autoconfianza y autonomía, valores fundamentales para el desarrollo del habla y sus interacciones comunicativas y va a contribuir a que ayudemos a mejorar el desarrollo personal de cada uno de ellos.

Referencias.

- Balager, I. (1994). *Entrenamiento Psicológico del Deporte. Principios Generales*. Valencia: Albatros
- Flamey, G. (1999). *Los centros de Padres y apoderados: Nuevos Actores en el Control de la Gestión Escolar*. Santiago de Chile: CIDE.
- Pérez, G., Cruz, J. y Roca, J. (1995). *Psicología y Deporte*. Madrid. Alianza Editorial.
- <http://psicologiadeportivaa.blogspot.com.es/>