

Descansos activos mejorarían el aprendizaje en escolares con necesidades educativas especiales

Estudio realizado en el campus Los Ángeles de la Universidad de Concepción evaluó a 161 estudiantes de primero a cuarto básico en las comunas de Arauco, Concepción y Nacimiento.

María José Villagrán
prensa@latribuna.cl



EN EL ESTUDIO participaron 161 estudiantes de primero a cuarto básico de establecimientos educativos de Arauco, Concepción y Nacimiento.

Los descansos activos aplicados mediante la plataforma digital "Clases Activas" favorecieron la atención y el aprendizaje e incluso potenciaron la inclusión en niños con necesidades educativas especiales, según reveló un innovador estudio desarrollado en la capital provincial de Biobío.

La investigación fue liderada por la jefa de carrera de Educación Diferencial de la Universidad de Concepción (UdeC) campus Los Ángeles, Alejandra Robles, en el marco del proyecto del Fondo de Innovación para la Competitividad Regional (FIC-R) del Gobierno Regional "Clases Activas + Convivencia Salud

Mental Escolar", coordinado por el académico Rafael Zapata.

MEJORAS EN COMPETENCIA MOTRIZ

El estudio demostró avances significativos en escolares con necesidades educativas especiales, quienes mostraron mejoras en el control de objetos y del cuerpo, según una evaluación inicial aplicada a los participantes.

"El estudio resalta los resultados en la competencia motriz con el uso de los descansos activos", detalló Robles, quien explicó que esta investigación forma parte de su tesis doctoral y se desprende del proyecto FIC

que contempló la creación de la plataforma.

La académica precisó que el trabajo se desarrolló en aulas inclusivas de colegios regulares con matrícula de entre 40 y 45 estudiantes por sala, donde convivían escolares sin necesidades educativas especiales junto a aquellos que sí las presentaban.

PARTICIPACIÓN INTEGRAL DEL CURSO

Una característica destacada del método es su aplicación grupal. "Al momento de aplicar los descansos activos, todos los estudiantes participaron como curso respondiendo a las preguntas que se tenían que ejecu-

tar a través del ejercicio físico", explicó la experta.

En el estudio participaron 161 estudiantes de primero a cuarto básico con diversos diagnósticos, como trastornos del espectro autista (TEA) y del desarrollo del lenguaje, discapacidad intelectual y auditiva, síndrome de Down, además de necesidades educativas especiales transitorias, como dificultad específica del lenguaje y trastorno de déficit atencional.

ESTRATEGIA CURRICULAR TRANSVERSAL

Robles relevó la importancia de estas estrategias de aprendizaje: "Ya está comprobado que

permiten el aprendizaje integral de escolares y, principalmente en aquellos que presentan necesidades educativas especiales, les fortalece el hecho de que pueden ir respondiendo a ciertas preguntas que son desde el aspecto curricular".

Los descansos activos están disponibles para lenguaje, matemáticas, ciencias naturales, ciencias sociales e inglés. Se proponen como un quiebre en el desarrollo de la clase, cuando el docente detecta cansancio o fatiga en los estudiantes.

"La idea es que sea aplicado durante el desarrollo de la clase cuando el docente observa que los estudiantes ya perdieron la atención. Para reconectar con su aprendizaje se aplica el descanso activo y esto hace que se reactiven cognitiva y físicamente", explicó.

METODOLOGÍA Y DURACIÓN

Cada descanso activo dura entre cinco y siete minutos y cuenta con ocho preguntas vinculadas al contenido curricular que se está desarrollando. El docente es quien determina el momento adecuado para aplicar esta activación cognitiva.

La académica enfatizó que los niños, finalmente, "se sienten incluidos en la clase" al participar de una actividad que no los segregaba.