

UNIVERSIDAD DE EL SALVADOR
FACULTAD DE CIENCIAS Y HUMANIDADES
DEPARTAMENTO DE CIENCIAS DE LA EDUCACION



JEFA DEL DEPARTAMENTO DE CIENCIAS DE LA EDUCACION.

MsD. Ana Emilia Meléndez Cisneros.

COORDINADOR GENERAL DE PROCESO DE GRADO.

MsD. Natividad de las Mercedes Teshe Padilla

DOCENTE DIRECTOR

Ms.ED.GD José Wilfredo Sibrián Gálvez

UNIVERSIDAD DE EL SALVADOR
FACULTAD DE CIENCIAS Y HUMANIDADES
DEPARTAMENTO DE CIENCIAS DE LA EDUCACION



RECTOR

Ing. Mario Roberto Nieto Lovo

VICE-RECTORA ACADEMICA

MsI. Ana María Glower de Alvarado

VICE-RECTOR ADMINISTRATIVO

Lic. Salvador Castillo Arévalo

SECRETARIO GENERAL

Dra. Ana Leticia Zavaleta de Amaya

UNIVERSIDAD DE EL SALVADOR
FACULTAD DE CIENCIAS Y HUMANIDADES
DEPARTAMENTO DE CIENCIAS DE LA EDUCACION



DECANO

LIC. José Raymundo Calderón Morán

VICE-DECANA

Licda. Norma Cecilia Blandón de Castro

SECRETARIO FACULTAD DE CIENCIAS Y HUMANIDADES

Maestro. Alfonso Mejía Rosales.

DEDICATORIA Y AGRADECIMIENTOS

A mis padres **José Agustín Artiga Zometa, María Otilia Velásquez de Artiga Farfán** (Q.E.P.D) y a mi hermano **Héctor Hugo Artiga Velásquez** por haberme dado la vida, por todos los consejos y palabras de aliento en las adversidades, quiénes me han visto convertirme en todo un hombre de principios gracias a su crianza en valores, por sus consejos, su cariño, sacrificio y el inmenso amor de madre y padre dado de manera incondicional

A mi familia quienes han estado siempre pendientes de mí ya sea en el país o en el exterior, los llevo muy dentro de mi corazón, gracias por su ayuda incondicional.

A mis amigos por acompañarme en momentos donde he necesitado ánimos para seguir adelante y por todos los momentos gratos que he pasado con ellos.

A mis catedráticos por haberme enseñado muchísimas cosas nuevas en mi formación profesional, en realidad son un pilar fundamental para lograr éste objetivo tan grande.

A mi asesor **Lic. Wilfredo Sibrian** por su orientación en la consecución, ejecución y conclusión de ésta Tesis.

A mis compañeros de tesis **Melvin Moran** y **Karla López**, por haber estado en todo momento conmigo desde el inicio hasta el final, sin ellos todo esto no sería posible, gracias por su aplicación profesional en este gran logro para nosotros; son casi como mis hermanos se les aprecia mucho.

Enzo José Artiga Velásquez

DEDICATORIA Y AGRADECIMIENTOS

Primeramente, quiero agradecer a **DIOS TODOPODEROSO**, por permitirme la vida, darme las oportunidades necesarias para poder hacer de mí una profesional, y llegar satisfactoriamente a esta etapa de mi vida. Darme sabiduría y fortaleza en aquellos momentos donde pensé que caería. Siempre he dicho: “Con Fe en Dios y adelante”.

También quiero agradecer a un ser tan valioso y quien me dio la vida... Mi Madre **Marta Delmy Salguero**, por su apoyo incondicional, amor y sabios consejos, paciencia y educarme con mucho amor y rigor. Dedico esta tesis a ella, por ser tan especial, un verdadero ejemplo a seguir; puesto que, a pesar de ser Madre Soltera, no fue motivo para limitarse, si no al contrario, siguió adelante todo por amor a sus cuatro tesoros, como ella misma lo dice (Un verdadero ejemplo de Madre). A mi tía **Martina Vargas**, a quien considero como mi segunda madre, Les estoy inmensamente agradecida porque lucharon para que yo llegara a cumplir mis metas y no me dejaron sola en ningún momento. Así mismo, agradezco a mis hermanos **Gaby, Nancy y Fabricio López** por su amor y ayudarme a forjar mi carácter, al igual que a mis sobrinita **Ashley Salguero** por traerle felicidad a mi vida.

Del mismo modo, agradezco a todas esas buenas y honorables personas que tuve la oportunidad de conocer durante la realización de mi carrera, las cuales han estado ahí cuando más los he necesitado. A nuestro asesor **Lic. Wilfredo Sibrian**, por su gratificante ayuda y transmitirnos parte de sus conocimientos. A mis compañeros de tesis Enzo Artiga y Melvin Moran, y demás amigos, de quienes aprendí mucho, no solo lo relacionado a mi carrera si no el verdadero significado de la amistad, sinónimo de solidaridad, generosidad, comprensión y cariño. A mis amigos y aquellas personas que he ido conociendo con el tiempo y que al mismo tiempo me ha enseñado que DIOS no me deja sola en ningún momento, siempre pone ángeles en mi camino para soportar los momentos en que siento que caigo y hacer más especiales aquellos de felicidad.

Además, a mi esposo Enzo Artiga por su apoyo, y lo más importante, a Dios gracias por permitirnos dar vida a un nuevo ser. Mi gran esfuerzo y sacrificios, los realice para prepararle un futuro mejor a nuestro bebe y ahora me impulsa aún más a seguir adelante, con mucho orgullo y amor.

Karla Ivette López Salguero

DEDICATORIAS Y AGRADECIMIENTOS

Primeramente darle gracias a Dios que me permite culminar esta carrera, por estar conmigo en las buenas y en las malas y poderme guiar por el buen camino y ponerme a personas convertidas en Ángeles para cuidarme durante este proceso.

A mi mamá **CARMÉN CECILIA MORÁN** por brindarme su apoyo moral, su apoyo económico su cariño y amor por la paciencia que tubo para que yo culminara una carrera profesional para poder ser alguien en la vida, mil gracias mamá **TE AMO** gracias por tu esfuerzo solo tú sabes cómo le hiciste para sacarme adelante gracias por apoyarme siempre mamá este éxito es tuyo te lo dedico.

A mi Abuela **SARA MORÁN** por estar conmigo y apoyarme siempre en mis cosas Abuela **TE AMO** esto es gracias a ti mamá **SARITA** te lo dedico abuela.

A mis tíos **AMILCAR ANTONIO ARÉVALO MORÁN Y FRANCISCA ARMIDA GUERRA DE ARÉVALO Y SUS HIJAS DANIELA, GRACIA MARIA Y SOFIA** por estar siempre empujándome para que sea un hombre de bien se los agradezco muchísimo los **AMO** gracias por estar siempre conmigo este éxito se los dedico gracias.

A mi hermano **RENE FRANCISCO DIAZ MORÁN** por estar ahí conmigo en las buenas y en las malas y por apoyarme en mis decisiones gracias **BRO TE AMO**.

A mi novia **LIDIA CONCEPCION DE LOS ANGELES RAMIREZ URRUTIA** a sus padres **ARNOLDO RAMIREZ Y MARINA DE RAMIREZ** por brindarme su cariño y por estar ahí empujándome para ser un hombre de bien y poder culminar con éxito mi carrera se les quiere muchísimo muchas gracias.

A mis amigos y compañeros de tesis **ENZO JOSE ARTIGA Y KARLA IVETTE LOPEZ** por apoyarme y estar en las buenas y en las malas conmigo y acompañarme en este proceso que nos costó tanto pero que al final valió la pena y ahora podemos decir SI SE PUDO compañeros los quiero un montón.

Al Lic. **JOSE WILFREDO SIBRIAN** por acompañarnos y guiarnos en este proceso de trabajo de grado muchas gracias Lic.

A todos los docentes que a lo largo de los 5 años contribuyeron en nuestra formación muchas gracias.

Y a todos mis AMIGOS(AS) gracias por acompañarme y dar esas palabras de aliento cuando más se necesitaban.

MELVIN AMILCAR MORÁN

UNIVERSIDAD DE EL SALVADOR
FACULTAD DE CIENCIAS Y HUMANIDADES
DEPARTAMENTO DE CIENCIAS DE LA EDUCACION



TEMA: ANALISIS DE UN PROGRAMA DE EJERCICIOS FISICOS-TECNICOS QUE
IMPACTEN EN LA EJECUCION TECNICA DEL BADMINTON EN NIÑOS Y NIÑAS
CON DISCAPACIDAD INTELECTUAL DE LA ESCUELA DE EDUCACION
ESPECIAL DEL DISTRITO 03-04 DEL MUNICIPIO DE ARMENIA,
DEPARTAMENTO DE SONSONATE AÑO 2011

TRABAJO DE GRADO PRESENTADO POR:

MELVIN AMILCAR MORAN	MM03174
ENZO JOSE ARTIGA VELASQUEZ	AV05029
KARLA IVETTE LOPEZ SALGUERO	LS05018

PARA OPTAR AL GRADO DE LICENCIATURA EN CIENCIAS DE LA EDUCACION
ESPECIALIDAD EN EDUCACION FISICA, DEPORTE Y RECREACION

DOCENTE DIRECTOR
LIC. JOSE WILFREDO SIBRIAN GALVEZ

SAN SALVADOR, 11 DE MARZO DE 2013. EL SALVADOR CENTRO AMERICA.

INDICE

Pág.

INTRODUCCION	1
--------------------	---

CAPITULO I

PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA

1.1 SITUACIÓN PROBLEMÁTICA	3
1.1.1 DEPORTE.....	3
1.1.2 DEPORTE ADAPTADO.....	5
1.2 ENUNCIADO DEL PROBLEMA.....	7
1.3 JUSTIFICACIÓN.....	7
1.4 ALCANCES Y DELIMITACIONES	8
1.4.1 ALCANCES.....	8
1.4.2 DELIMITACIONES	9
1.5 OBJETIVOS.....	10
1.5.1 OBJETIVO GENERAL	10
1.5.2 OBJETIVOS ESPECÍFICOS	10
1.6 HIPOTESIS	11
1.6.1 HIPÓTESIS GENERAL	11
1.6.2 HIPÓTESIS ESPECÍFICAS	11
1.7 INDICADORES.....	13
1.7.1 CUADRO DE RELACIONES.....	14

CAPITULO II

MARCO TEORICO

2.1 ANTECEDENTES DE LA INVESTIGACIÓN	17
2.2 FUNDAMENTOS TEÓRICOS	17
2.2.1 ANTECEDENTES HISTORICOS DEL BADMINTON.....	17
2.2.2 HISTORIA DEL BÁDMINTON EN EL SALVADOR.....	19
2.2.3 CONTEXTO DEL BÁDMINTON EN EL SALVADOR.....	20
2.2.4 EVOLUCIÓN DEL BÁDMINTON EN EL SALVADOR.....	22
2.2.5 FUNDAMENTOS TEORICOS DEL BADMINTON.....	23
2.2.5.1 Ejecución De La Técnica Del Bádminton.....	23
2.2.5.2Criterios Técnicos.....	24
2.2.5.3 Técnica del Clear.....	25
2.2.5.4 Técnicas Del Drop	28
2.2.5.5 Técnica Del Remate.....	31

2.2.6 DISCAPACIDAD INTELECTUAL.....	34
2.2.6.1 Retraso Mental.....	38
2.2.7 CAPACIDADES FISICAS CONDICIONALES.....	40
2.2.8 EVALUACIONES FISICAS	43
2.3 DEFINICION DE TERMINOS BASICOS.....	44

CAPITULO III

METODOLOGIA DE LA INVESTIGACION

3.1 TIPO DE INVESTIGACION.....	48
3.2 POBLACION	48
3.3 MUESTRA.....	49
3.4 ESTADISTICOS, METODOS, TECNICAS E INSTRUMENTOS DE INVESTIGACION	50
3.4.1 MÉTODO ESTADÍSTICO	50
3.4.2 MÉTODO DE INVESTIGACIÓN.....	50
3.4.3 TECNICAS E INSTRUMENTOS DE INVESTIGACION.....	51
3.4.3.1 TÉCNICAS	51
3.4.4 INSTRUMENTOS	51
3.5 METODOLOGIA DE LA INVESTIGACION.....	52

CAPITULO IV

ANÁLISIS E INTERPRETACIÓN DE RESULTADOS

4.1. ORGANIZACIÓN Y CLASIFICACIÓN DE DATOS.....	53
4.2 COMPARACION DE RESULTADOS.....	76
4.3 ANALISIS GLOBAL DE RESULTADOS.....	81
4.4 VALIDACION DE HIPOTESIS.....	83

CAPITULO V

CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES

5.1. CONCLUSIONES.....	84
5.2 RECOMENDACIONES.....	85

CAPITULO VI

PROPUESTA

6.2 JUSTIFICACION.....	86
6.3 OBJETIVOS.....	86
6.4 ALCANCES:.....	86
6.5 METAS:	86
6.6 IMPACTO:.....	87
6.7 EJES DE TRABAJO:	87
6.8 DESARROLLO DEL PLAN DE TRABAJO	88

BIBLIOGRAFIA	93
INDICE DE ANEXOS	94
ANEXO 1	95
ANEXO 2.....	96
ANEXO 3.....	97
ANEXO 4 MAPA TERRITORIAL DE ARMENIA.....	99
ANEXO 5 FOTOGRAFIAS	101

INTRODUCCION

En el presente documento se expresan los resultados sobre la investigación de un análisis de un programa de ejercicios de Bádminton, esto se ha realizado con el fin de mejorar el dominio físico-técnico en niños y niñas con discapacidad intelectual de la escuela de educación especial del distrito 03-04 del municipio de Armenia, departamento de Sonsonate. También es importante mencionar que se ha ido desglosando en seis capítulos de los cuales al final se han sistematizado los resultados de las experiencias según la secuencia metodológica de la investigación.

El trabajo de tesis cuenta de los siguientes capítulos (I, II, III, IV, V y VI): I: comenzando con la situación problemática nacional y local en donde se realizó la investigación, planteamiento del problema y justificación del mismo, sus delimitaciones que se dividen en alcances y delimitaciones. En los que se describe toda la realidad observada, así como la importancia que tiene esta investigación. Finalmente en base a estas necesidades se han creado objetivos generales y específicos a la su vez desarrollando las Hipótesis generales y específicas que se alcanzaron al finalizar la investigación.

En el siguiente capítulo II, en el marco teórico se encuentran los antecedentes de la investigación, fundamentos teóricos que respaldan la investigación de los factores que dificultan desarrollarse física y técnicamente, antecedentes de la historia del bádminton, términos básicos que se usan en la conformación de teorías y experiencias que están plasmadas en el texto. A su vez se detalla la evolución del Bádminton en El Salvador. También se hace una reseña histórica de la discapacidad intelectual. Los principios y objetivos que conforman un programa deportivo para la discapacidad intelectual; así como también se hace una mención de la historia del lugar donde se realizó la investigación, sus características geográficas, la situación del deporte adaptado, y lo que es en la actualidad en Armenia, departamento de Sonsonate.

En el capítulo III, encontramos la metodología de la investigación en donde se desarrolla el tipo de investigación a utilizar, la población, el tipo de muestra, así como también datos estadísticos métodos a utilizar, con sus respectivas técnicas e instrumentos de investigación.

En cuanto al capítulo IV se desarrollan las organizaciones y clasificaciones de los datos recogidos del programa de ejercicios físico-técnicos del Bádminton en niños y niñas con discapacidad intelectual. Seguido el capítulo V encontramos las conclusiones y recomendaciones del análisis del programa de ejercicios del Bádminton.

Finalizando con el capítulo VI donde se plantea una propuesta de la investigación para poder desarrollarla y darle continuidad al análisis del programa de ejercicios físico-técnicos que impacten en la ejecución técnica del bádminton en niños y niñas con discapacidad intelectual de la escuela de educación especial del distrito 03-04 del municipio de Armenia, departamento de Sonsonate año 2011

CAPITULO I

PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA

1.1 SITUACIÓN PROBLEMÁTICA

1.1.1 DEPORTE

A menudo el deporte es asociado a la competitividad deportiva. Por lo general debe estar institucionalizado (federaciones, clubes), requiere competición con uno mismo o con los demás. Como término solitario, el deporte se refiere normalmente a actividades en las cuales la capacidad física pulmonar del competidor son la forma primordial para determinar el resultado (ganar o perder).

Sin embargo, también se usa para incluir actividades donde otras capacidades externas o no directamente ligadas al físico del deportista son factores decisivos, como la agudeza mental o el equipamiento; tal es el caso, de los deportes mentales o los deportes de motor. Los deportes son un entretenimiento tanto para quien lo realiza como para quien observa su práctica¹.

Aunque frecuentemente se confunden los términos deporte y actividad física/Fitness, en realidad no significan exactamente lo mismo. La diferencia radica en el carácter competitivo del primero, en contra del mero hecho de la práctica del segundo.

Por otro lado, El salvador, que tiene una extensión territorial de aproximadamente 20,000 kilómetros cuadrados y en una población que ronda los 5 millones de habitantes cuya economía giraba en torno a los factores de la agricultura y la industria que eran el motor de la economía social del mercado en un modelo económico llamado neoliberalismo.

¹<http://www.monografias.com/trabajos82/actividades-favorecer-practica-recreacion/actividades-favorecer-practica-recreacion2.shtml>

Las actividades especulativas, especialmente financieras y del gran comercio de importación pasaran a predominar en la economía y un reducido círculo de empresarios vinculados a estas actividades y a las transnacionales y bancos extranjeros, la privatización de las empresas estatales (telecomunicación, electricidad, ingenios de azúcar, bancos, etc.). Más la dolarización de la economía y el tratado de libre comercio, (TLC), dañaría al pueblo y al país².

Este modelo económico o neoliberalismo ha aumentado el costo de la vida para la inmensa mayoría de la población, principalmente ha golpeado la pobreza en mayor medida a campesinos, asalariados, agropecuarios, industriales y de servicio, empleados privados, estudiantes, maestros etc.

Todo esto es realmente preocupante porque la educación es inherente al ser humano, es concebida así misma como un derecho social, sin embargo, no ha sido nunca una prioridad para los gobiernos antecesores, así desde 1989 al 2009 la educación desde primer ciclo hasta educación media fue mareada y moldeada dentro de una economía de corte neoliberal en la cual no tenía cabida ya que bajo este sistema económico prevalece la economía sobre lo social, y cómo podemos ver, de esta forma es que la educación fue manejada durante los 20 años para que respondiera al sistema económico como históricamente lo ha sido, a excepción de la educación superior y universitarios públicos, que se concretiza en la Universidad de El Salvador que con autonomía y libertad de cátedra ha sido el símbolo de la dignidad educativa.

Por otro lado, en Armenia, que se encuentra ubicada en el departamento de Sonsonate hay una escuela de educación especial que en base a su historial ha participado en numerosas olimpiadas especiales sacando así buenos frutos en la actualidad, llevando como resultado a un atleta a sobrepasar las fronteras de nuestro país y representar a El Salvador en Costa Rica.

²<http://www.monografias.com/trabajos82/actividades-favorecer-practica-recreacion/actividades-favorecer-practica-recreacion2.shtml>

Sin embargo, en la actualidad carecen de espacio físico para el desarrollo del entrenamiento y de personal para el deporte de Bádminton y por esta falta de especialistas no se desarrollan dichos deportes y eso es una verdadera pena porque existe potencial en cada uno de los niños y niñas que estudian en esta escuela especial.

La falta de capacitaciones y práctica de dichos aspectos de los deportes es lo que motiva para realizar esta investigación con la cual se busca implementar un programa deportivo que ayude a medir la táctica del deporte de Bádminton en los niños y niñas con discapacidad intelectual de la escuela especial de Armenia y así poder mejorar el estilo de vida de estos niños y niñas; a la vez aportar a los maestros encargados de estas disciplinas información que ayude a desarrollar la capacidad y técnica adecuada para un nivel competitivo.

1.1.2 PROBLEMÁTICA DEL DEPORTE ADAPTADO

En El Salvador el deporte adaptado es practicado por diferentes tipos de personas como niños, jóvenes, adultos y personas con discapacidad ya sea por hobby o profesionalmente, pero cabe mencionar que se necesita mejorar las condiciones para practicar estos deportes. Tomando en cuenta que En el Salvador existen muchos niños y niñas con discapacidad intelectual, y que todos quisieran tener la oportunidad de practicar algún deporte adaptado como por ejemplo: atletismo, futbol, basquetbol, Bádminton, etc.

Pero en muchas instituciones existen problemas que hacen difícil la práctica de dichos deportes por muchos factores.

- 1- La situación económica, que en muchas Escuelas de Educación Especial no cuentan con el apoyo económico suficiente para solventar todas sus necesidades.
- 2- Instalaciones adecuadas para desarrollar estos deportes, canchas de futbol, de basquetbol, de Bádminton, pistas de atletismo, o un espacio adecuado para poder adaptar cualquier deporte.

- 3- Implemento deportivo ya que en muchas Instituciones no les dan el apoyo necesario para dotar de implementos deportivos para cada deporte.
- 4- Personal capacitado para desarrollar estos deportes y en muchas ocasiones los mismos profesores de aula les enseñan nada más lo básico a los alumnos.

Siendo así una problemática para que los niños y niñas con discapacidad puedan practicar algún deporte adaptado, y los que tienen la oportunidad de hacerlo tienen que viajar desde diferentes puntos del país para llegar a San Salvador y acercarse a las diferentes federaciones para poder practicar cualquier deporte y así tener la oportunidad de poder competir en las diferentes actividades que se desarrollan a lo largo del año lectivo.

Así se puede mencionar que la situación problemática actual en la Escuela de Educación Especial de Armenia del departamento de Sonsonate es bastante preocupante ya que no cuenta con instalaciones adecuadas para desarrollar las actividades de cualquier deporte, la institución no cuenta con implemento deportivo para su mejor desarrollo.

En la Escuela de Educación Especial por ser de carácter público su situación es bastante preocupante porque también no cuenta con un profesor capacitado en Educación Física para desarrollar los distintos deportes adaptados. Para practicar las distintas clases de Educación Física o la aplicación de algún deporte adaptado como por ejemplo el Bádminton se tiene que prestar las instalaciones de otra escuela para poder llevarse a cabo las actividades correspondientes al año de labores.

A pesar de la situación en esta Escuela de Educación Especial en años anteriores ha habido atletas que han sobresalido y llegado a representar al municipio de Armenia en competiciones Nacionales incluso hasta lo han hecho afuera de nuestras fronteras representando a El Salvador en los juegos del CODICADER en Costa Rica.

1.2 ENUNCIADO DEL PROBLEMA

En qué medida un programa de ejercicios físico-técnicos tendrá impacto en la ejecución técnica del bádminton en niños y niñas con discapacidad intelectual de la Escuela de Educación especial del distrito 03-04 del Municipio de Armenia, departamento de Sonsonate año 2011.

1.3 JUSTIFICACIÓN

Debido a la gran necesidad que tiene la Escuela de Educación especial de Armenia de implementar un programa de ejercicios para desarrollar su nivel técnico en el bádminton para ello se ha creado una estrategia para hacerlo.

Comenzando por mejorar el desempeño deportivo de los niños y niñas con discapacidad intelectual de la Escuela Especial de Armenia, para que obtengan un mejor desarrollo social, una mejor convivencia con sus compañeros y maestros y a aprender cómo comportarse con las demás personas no dejando de lado la importancia que tienen para los maestros ya que con esta investigación los maestros ya podrán desarrollar con facilidad el entreno apoyándose de dicha investigación.

Para mejorar la calidad de enseñanza del deporte del Bádminton en los niños y niñas con discapacidad intelectual ya que la Escuela de Educación Especial carece de gente capacitada para desarrollar los diferentes deportes en este caso el Bádminton por eso la importancia de implementar esta investigación por que ayuda a que los Profesores tengan una visión diferente del cómo desarrollar un entrenamiento de Bádminton y así poder mejorar su nivel técnico y lograr la inclusión a la sociedad como personas capaces de desarrollar este deporte. Por medio de este trabajo se trató de aportar parámetros reales que mejoren el dominio técnico y deportivo en los niños y niñas con discapacidad intelectual de la institución proporcionando de esta forma un análisis de la realidad social y educativa para profundizar en la capacidad que debe tener el profesor de educación especial en la práctica de la disciplina.

Con esta investigación se pretende beneficiar a muchas personas como por ejemplo:

A la Escuela de Educación Especial, para que las autoridades competentes ayuden a mejorar las instalaciones deportivas y dotar de implemento deportivo necesario para desarrollar las diferentes actividades deportivas.

A los maestros, para que puedan tener una idea de cómo mejorar el nivel técnico en el bádminton, y para que desarrollen estrategias de entrenamiento para sus alumnos.

A los alumnos, para que su desarrollo técnico en el bádminton sea favorable y así poder desarrollarse con toda normalidad en sus competencias.

Por medio de la implementación de esta investigación se pretende que se logre llegar a un CODICADER ya que en años anteriores alumnos de la Escuela Especial de Armenia ya han logrado estar en este tipo de competencias.

1.4 ALCANCES Y DELIMITACIONES

1.4.1 ALCANCES

Los resultados de la implementación del programa de ejercicios se espera sean una fuente informativa para capacitar a los maestros para impartir este tipo de entrenamiento, y de igual forma la importancia que tiene el aspecto físico-técnico en el deporte de Bádminton ya que será de manera significativa el que implementen este programa de ejercicios.

Se espera que los resultados obtenidos beneficien en una forma directa a los alumnos al dar técnicas de entreno y así poder medir la progresión de la técnica en el deporte de bádminton. Se esperan obtener resultados significativos para poder determinar un grado de influencia del programa deportivo para poder evaluar el desarrollo del aspecto físico-técnico en niños y niñas con discapacidad intelectual.

1.4.2 DELIMITACION TEMPORAL

- Se inició la investigación en junio del 2010 y su finalización fue en el año 2012 con con todos sus componentes y pasos metodológicos de cada capítulo.

1.4.3 DELIMITACION ESPACIAL

- La presente investigación se ejecutara en un espacio abierto al aire libre de recreación comunal cuya dimensión es de 20metros de longitud y 20metros de ancho.

1.5 OBJETIVOS

1.5.1 OBJETIVO GENERAL

- ✓ Determinar si un programa de ejercicios físicos-técnicos impacta en la ejecución técnica del Bádminton en niños y niñas con discapacidad intelectual en la escuela de educación especial en el distrito 03-04 del municipio de Armenia del departamento de Sonsonate.

1.5.2 OBJETIVOS ESPECÍFICOS

- ✓ Desarrollar ejercicios técnicos para mejorar las diferentes funciones del Golpeo en niños y niñas con discapacidad intelectual en la escuela de educación especial en el distrito 03-04 del municipio de Armenia del departamento de Sonsonate.

- ✓ Conocer los resultados de pruebas físicas, de resistencia, fuerza y velocidad en niños y niñas con discapacidad intelectual en la escuela de educación especial en el distrito 03-04 del municipio de Armenia del departamento de Sonsonate.

- ✓ Desarrollar habilidades de desplazamiento adelante, atrás, izquierda y derecha que mejoren los diferentes tipos de remate en niños y niñas con discapacidad intelectual en la escuela de educación especial en el distrito 03-04 del municipio de Armenia del departamento de Sonsonate.

- ✓ Establecer ejercicios para mejorar los diferentes tipos de agarres niños y niñas con discapacidad intelectual en la escuela de educación especial en el distrito 03-04 del municipio de Armenia del departamento de Sonsonate.

1.6 HIPOTESIS

1.6.1 HIPÓTESIS GENERAL

- ✓ Con la implementación del programa de ejercicios físicos-técnicos se obtendrá un impacto positivo en la ejecución técnica del Bádminton.

Variable Independiente. Con la implementación del programa fisico-tecnico.

Variable Dependiente. Se obtendrá un impacto positivo en la ejecución técnica del Bádminton.

1.6.2 HIPÓTESIS ESPECÍFICAS

- ✓ Al desarrollar ejercicios técnicos habrá cambios en las diferentes funciones del Golpeo.

Variable Independiente. Al desarrollar ejercicios técnicos

Variable Dependiente. Habrá cambios en las diferentes funciones del golpeo

- ✓ Al aplicar las pruebas físicas de fuerza, de resistencia y de velocidad se obtendrán resultados significativos en niños y niñas con discapacidad intelectual.

Variable independiente: Al aplicar las pruebas físicas de fuerza, de resistencia y de velocidad

Variable dependiente: Se obtendrán resultados significativos en niños y niñas con discapacidad intelectual.

- ✓ Al desarrollar las diferentes habilidades de desplazamiento adelante, atrás, izquierda y derecha en los tipos de remate se estimulará su capacidad técnica del bádminton

Variable independiente: Al desarrollar las diferentes habilidades de desplazamiento adelante, atrás, izquierda y derecha en los tipos de remate.

Variable dependiente: se estimulará su capacidad técnica del bádminton.

Al ejecutar los diferentes tipos de ejercicios para el agarre en el Bádminton se desarrollara un mejor dominio técnico en los Agarres.

Variable independiente: Al ejecutar los diferentes tipos de ejercicios para el agarre en el Bádminton

Variable dependiente: Se desarrollara un mejor dominio técnico en los Agarres

1.7 INDICADORES

INDICADORES TEST COMBINADO
<ul style="list-style-type: none"> - Pechadas - Abdominales - Flexiones

INDICADORES TEST DE RESISTENCIA
<ul style="list-style-type: none"> - Niveles alcanzados en Prueba de coursnavette (resistencia aerobica)

INDICADORES TEST DE VELOCIDAD
<ul style="list-style-type: none"> - Distancia de 60/mts

INDICADORES TEST TECNICO
<ul style="list-style-type: none"> Técnica del Golpeo Técnica del Drop Técnica del Clear Técnica del Remate Técnica del Agarre

INDICADORES GENRALES		
DISCAPACIDADES INTELECTUALES <ul style="list-style-type: none"> - Síndrome de Dawnd - Retraso Mental 	GENERALIDADES <ul style="list-style-type: none"> - Genero - Talla - Edad 	CAPACIDADES FISICAS <ul style="list-style-type: none"> - Fuerza - Resistencia - Velocidad

1.7.1 CUADRO DE RELACIONES

ENUNCIADO DEL PROBLEMA	OBJETIVOS	HIPÓTESIS	VARIABLES	INDICADORES	CONCEPTUALIZACIÓN
<p>En qué medida un programa de ejercicios físicos-técnicos tendrá impacto en la ejecución técnica del bádminton en niños y niñas con discapacidad intelectual en la escuela de educación especial del distrito 03-04 del municipio de armenia, departamento de Sonsonate año 2011.</p>	<p><u>Objetivo General</u></p> <p>Determinar si un programa de ejercicios físicos-técnicos impacta en la ejecución técnica del Bádminton en niños y niñas con discapacidad intelectual en la escuela de educación especial en el distrito 03-04 del municipio de Armenia del departamento de Sonsonate.</p> <p><u>Objetivos Específicos:</u></p> <p>Desarrollar ejercicios técnicos para mejorar las diferentes funciones del Golpeo en niños y niñas con discapacidad intelectual en la escuela de educación especial en el distrito 03-04 del municipio de Armenia del departamento de Sonsonate.</p> <p>Analizar los resultados de pruebas físicas, de resistencia, fuerza y velocidad en niños y niñas con discapacidad intelectual en la escuela de educación especial en el distrito 03-04 del municipio de Armenia del departamento de Sonsonate.</p> <p>Desarrollar habilidades de desplazamiento adelante, atrás, izquierda y derecha que mejoren los diferentes tipos de remate en niños y niñas con discapacidad intelectual en la escuela de educación especial en el distrito 03-04 del municipio de Armenia del departamento de Sonsonate.</p>	<p><u>Hipótesis General:</u></p> <p>Con la implementación del programa de ejercicios físicos-técnicos se obtendrá un impacto positivo en la ejecución técnica del bádminton</p> <p><u>Hipótesis Específica:</u></p> <p>Al desarrollar ejercicios técnicos habrán cambios en las diferentes funciones del Golpeo.</p> <p>Al aplicar las pruebas físicas de fuerza, de resistencia y de velocidad se obtendrán resultados significativos en niños y niñas con discapacidad intelectual.</p> <p>Al desarrollar las diferentes habilidades de desplazamiento adelante, atrás, izquierda y derecha en los tipos de remate se estimulará la capacidad técnica del Bádminton.</p>	<p><u>Variable Independiente:</u></p> <p>Con la implementación del programa de ejercicios físicos-técnicos</p> <p><u>Variable dependiente:</u></p> <p>se obtendrá un impacto positivo en la ejecución técnica del bádminton</p> <p><u>Variable Independiente:</u></p> <p>Al desarrollar ejercicios técnicos</p> <p><u>Variable dependiente:</u></p> <p>se esperan cambios en las diferentes funciones del Golpeo</p> <p><u>Variable Independiente:</u></p> <p>Al aplicar las pruebas físicas de fuerza, de resistencia y de velocidad.</p> <p><u>Variable dependiente:</u></p> <p>se obtendrán resultados significativos en niños y niñas con discapacidad intelectual.</p> <p><u>Variable Independiente:</u></p> <p>Al desarrollar las diferentes habilidades de desplazamiento adelante, atrás, izquierda y derecha en los tipos de remate</p> <p><u>Variable dependiente:</u></p> <p>se estimulará la capacidad técnica del Bádminton.</p>	<p><u>Test Combinado</u></p> <p><u>Test de Velocidad 60/mts</u></p> <p><u>Test de Resistencia (cursnavette).</u></p> <p><u>Test Técnico.</u></p> <p><u>Abdominales</u></p> <p><u>Pechadas</u></p>	<p>Consiste en desarrollar diferentes tipos de ejercicios combinados con el fin de evaluar la capacidad física de la fuerza tales como: Abdominales, flexiones y pechadas</p> <p>El test de velocidad consiste en recorrer la distancia de 60 metros en el menos tiempo posible para desarrollar la velocidad en varias repeticiones,</p> <p>Consiste en recorrer la distancia de 20 metros ininterrumpidamente, al ritmo que marca una grabación con el registro del protocolo correspondiente. Se pondrá en marcha el magnetófono y al oír la señal de salida el ejecutante, tendrá que desplazarse hasta la línea contraria (20 metros) y pisarla esperando oír la siguiente señal.</p> <p>Consiste en desarrollar las técnicas esenciales en el Bádminton las cuales son: Drop, Clear, Golpeo y Remate.</p> <p>Rutina de actividades físicas que se realizan con el objetivo de tonificar los músculos de la zona abdominal</p> <p>Rutina de actividades físicas que se realizan con el objetivo de tonificar los músculos de la zona pectoral y a la vez traba la zona de los brazos.</p>

	<p>Establecer ejercicios para mejorar los diferentes tipos de agarres en niños y niñas con discapacidad intelectual en la escuela de educación especial en el distrito 03-04 del municipio de Armenia del departamento de Sonsonate.</p>	<p>Al ejecutar los diferentes tipos de ejercicios para el agarre en el Bádminton se desarrollara un mejor dominio técnico en los agarres.</p>	<p><u>Variable Independiente:</u> Al ejecutar los diferentes tipos de ejercicios para el agarre en el Bádminton</p> <p><u>Variable dependiente:</u> se desarrollara un mejor dominio técnico en los agarres.</p>	<p><u>flexiones</u></p> <p><u>Fuerza</u></p> <p><u>Velocidad</u></p> <p><u>Resistencia</u></p> <p><u>Golpeo</u></p>	<p>Rutina de actividades físicas que se realizan con el objetivo de tonificar los músculos de la zona de las piernas cuádriceps, bíceps femoral dependiendo su posición.</p> <p>Cuando hablamos de una fuerza capaz de vencer una resistencia exterior mediante un esfuerzo muscular, también lo podemos intuir como la capacidad de ejercer tensión contra una resistencia. Esta capacidad hace referencia al músculo y por tanto dependerá fundamentalmente de las características del mismo.</p> <p>La velocidad como la misma palabra lo dice se pueden desarrollar uno o varios movimientos en el menor tiempo posible.</p> <p>La resistencia como la manera más fácil de desarrollar la capacidad de realizar un esfuerzo de mayor o menor intensidad durante el mayor tiempo posible.</p> <p>Diferencia a los golpes de ataque y defensa. En función de este criterio los golpes pueden ser ofensivos con trayectoria generalmente descendente desde el inicio del golpeo y defensivos, con trayectorias parabólicas (ascendente y descendente).</p>
--	--	---	--	---	---

				<p><u>Drop</u></p> <p>El Drop o dejada es un golpeo que se realiza desde el fondo de la pista y ejecutado por encima de la cabeza, cuyo principal objetivo es enviar el volante hacia la red mediante una trayectoria descendente y caer cerca de la misma tanto en altura como en distancia.</p> <p><u>Clear</u></p> <p>El clear es un golpeo que se realiza desde el fondo de la pista y se ejecuta por encima de la cabeza, cuyo objetivo es enviar el volante lo más cercano posible a las líneas que delimitan por el fondo el campo contrario</p> <p><u>Remate</u></p> <p>El remate o Smash es el golpeo atacante por excelencia. Debido a su singularidad y a lo espectacular de su ejecución y efectividad, es uno de los golpes más estudiados a nivel biomecánica.</p>
--	--	--	--	--

CAPITULO II

MARCO TEORICO

2.1 ANTECEDENTES DE LA INVESTIGACIÓN

Se indago en la Universidad Nacional de El Salvador (UES) en la Biblioteca de la facultad de Ciencias y Humanidades, en la Universidad Evangélica de El Salvador (UEES) en la Biblioteca Central, en el INDES Instituto Nacional de los Deportes, en el COES Comité Olímpico de El Salvador obteniendo un negativo resultado por que no se encontró alguna investigación acerca de un programa de ejercicios para niños con discapacidad intelectual.

Se investigó por medio de internet encontrándose una investigación realizada en Barcelona, España el año 2008 con el nombre de Valoración de la Condición Física en la Discapacidad Intelectual por la Doctora Ana María Bofill Rodenas.

2.2 FUNDAMENTOS TEÓRICOS

2.2.1 ANTECEDENTES HISTORICOS DEL BADMINTON

El bádminton es una versión moderna de un juego primitivo y más sencillo llamado battledore, que fue inventado en China y que en los primeros años era una simple forma de diversión. Se practicaba con 2 paletas de madera y una pelota. Ésta fue modificada de manera que su vuelo fuera más lento, semejante al del "gallo" moderno³.

El actual juego de bádminton surgió en la India, donde se llamaba Poona, nombre de una población del país donde fue jugado originalmente. Algunos oficiales del ejército británico vieron el juego en la India y lo llevaron a Inglaterra alrededor de 1873. Allí, el duque de

³<http://www.comunica.edu.sv/index.php?option=com.content&view=article&id=867:badminton-del-patio-al-podium>.

Beaufort se interesó en el juego. Puesto que se practicaba con regularidad en su finca campestre de Gloucestershire, conocida como Bádminton, este nombre continuó asociado con el juego. En su forma original, el Bádminton era un juego más bien formal que se practicaba vistiendo casacas Príncipe Alberto, zapatos abotonados, corbatín y pantalones abombados de seda. Se sabe de un club que expulsó a un jugador que se atrevió a despojarse de la casaca el primer club de Bádminton fue formado en Bath, Inglaterra, en 1873. El juego se implantó en los Estados Unidos en 1890 y también fue introducido en Canadá. La Asociación Nacional de Bádminton de los Estados Unidos fue creada en 1895. En esa época se unificaron las reglas.

La Asociación Canadiense de Bádminton fue fundada en 1931. El primer torneo de campeonato para varones de toda Inglaterra se celebró en 1899, y el primero para damas en 1900. Los primeros campeonatos norteamericanos se efectuaron en 1937 en Chicago. Los jugadores de bádminton de olimpiadas especiales demuestran el desarrollo de la condición de la mano y la vista, fortaleza muscular y resistencia, condición cardiovascular y el trabajo rápido de los pies.

Las olimpiadas especiales ofrece el torneo de destrezas individuales que permite a los atletas entrenar y competir en las destrezas básicas de tenis. El desarrollo de estas destrezas necesario antes de avanzar a jugar un partido. Estas destrezas incluyen golpes (lanzamientos), servicio y volea. El puntaje final de un jugador es determinado sumando los puntajes logrados en cada uno de los eventos⁴.

Los atletas de olimpiadas especiales también pueden participar en los eventos de dobles y dobles mixtos de bádminton de deportes unificados de olimpiadas especiales. En bádminton de deportes unificados, un equipo de dobles consistirá en un atleta de olimpiadas especiales y un compañero.

⁴<http://www.comunica.edu.sv/index.php?option=com.content&view=article&id=867:badminton-del-patio-al-podium>.

2.2.2 HISTORIA DEL BÁDMINTON EN EL SALVADOR

En el año 2006 un mensajero tuvo una iniciativa la cual cambiaría su vida y la de decenas de niños y niñas habitantes de un cantón del municipio de Suchitoto. La idea era extraña: transformar una porción del patio de su casa en una cancha de Bádminton. Su proyecto arrancó sin preparación como entrenador ni equipo deportivo adecuado. Cinco años después, algunos de esos jóvenes se han convertido en atletas de alto rendimiento que representan a El Salvador en todo el continente y que hoy sueñan asistir a unas Olimpiadas.

Jesús Antonio Ardón, de 34 años de edad, entró en 2006 a trabajar en la Federación de Bádminton de El Salvador. Era el mensajero, y su trabajo consistía básicamente en visitar bancos y colegios por cuestiones de pagos e información. Pero no se quedó ahí. Por cuenta propia, la curiosidad le llevó a interesarse por uno de los deportes del que apenas sabía nada. Luego de su hora de salida, se quedaba en las canchas viendo entrenamientos y aprendiendo reglas. El siguiente paso fue improvisar una cancha en el patio de su casa, ubicada en el área rural del municipio de Suchitoto, en Cuscatlán.

El hizo una pequeña red y de la federación logré algunas raquetas que ya estaban muy dañadas y no iban a ser utilizadas; escogí dos, las cuales fueron regaladas, luego se dirigió a su casa y empezó con su hijo y un vecino⁵.

La iniciativa del mensajero dio la pauta a todo un nuevo proyecto que años después se sigue desarrollando en el patio de tierra seca su casa. Ardón hoy es el entrenador principal de la Escuela de Bádminton de Suchitoto, adscrita a la federación. Comenzó con los pequeños amigos de su hijo –que sin ningún prejuicio se mostraban interesados en un juego que no era el fútbol–, que pronto se familiarizaron con las raquetas de bádminton.

⁵<http://www.comunica.edu.sv/index.php?option=com.content&view=article&id=867:badminton-del-patio-al-podium>

Andrea González, atleta de la Escuela de Suchitoto, representa la historia de muchos de los niños que se han visto beneficiados con la idea del “profe”, como llaman a Ardón cariñosamente sus alumnos. Ellos sabían que existía el tenis, pero el Bádminton no, y un día andaban dando unos volantes que decían: Clases de Bádminton con el profesor Antonio, sábados de 9 a 11”, explica Andrea.

Así como esta joven, quien ya ha participado en dos torneos nacionales y ha resultado ganadora de bronce en su categoría, son muchos los niños que no solo han jugado nacional, sino internacionalmente. Los avances de los discípulos de Ardón en Suchitoto eran enormes, y fue cuando el mensajero/entrenador en mayo del 2009 decidió llevarlos a la capital. Yo les dije a la federación: el comunicó a la federación que tenía unos niños a los que les gusta el deporte y a los cuales llevaría a que conozcan las canchas”. El siguiente paso fue cuando los trajo para un torneo a una dupla de representantes de Suchitoto: “Recuerda que trajo dos y cuando los vieron todos aquí, dijeron: ¡Púchica, esos niños son buenos! Ahí aproveche para pedirles que me prestaran más raquetas y me dieron diez”.

2.2.3 CONTEXTO DEL BÁDMINTON EN EL SALVADOR

Según la presidenta de la Federación Salvadoreña de Bádminton, Claudia Zepeda, los estándares de las canchas oficiales son muy altos, ya que desde 1992 es un deporte olímpico que requiere de un espacio cerrado para ejecutarse correctamente. Otras especificaciones importantes son que las raquetas de bádminton deben ser ligeras, con un peso de entre 75 y 140 gramos. Respecto al campo de juego, este debe tener un ancho total de 6.1 metros y una longitud de 13.4 metros⁶.

Los implementos de un deportista profesional conforman un largo listado. Los zapatos de los jugadores deben de poseer una suela especial de goma con soportes laterales que amortigüen el movimiento. La ropa y accesorios deben ser aerodinámicos, colaborando así con el objetivo primordial para tener éxito en el bádminton: ser el más rápido y ligero.

⁶<http://www.comunica.edu.sv/index.php?option=com.content&view=article&id=867:badminton-del-patio-al-podium>.

En Suchitoto, los protagonistas de esta historia no cuentan con ninguna de estas exigencias; los 45 niños que entrenan las mañanas y tardes de los viernes, sábados, lunes y a veces domingos –cuando su entrenador renuncia voluntariamente a su único día libre– entrenan descalzos, en una cancha de tierra de cuatro metros de largo por tres metros de ancho, con raquetas prestadas y volantes (semiesferas con una terminación de plumas o corcho que son utilizadas en el lugar de pelotas) que en su mayoría están dañados por el sol, el polvo y el constante uso en un ambiente abierto.

“Es al aire libre; entrenamos descalzos y lo que hacemos es que primero regamos agua y así uno fácil corre y corre”, así describe su campo de bádminton el medallista panamericano, Jesús Murillo que a sus 13 años de edad ha representado a El Salvador en República Dominicana, Guatemala y próximamente en Jamaica.

La gerente de la Federación Salvadoreña de Bádminton, Roxana de Zúniga, es clara en cuanto a que las condiciones en las que estos atletas están siendo preparados no son las correctas, y manifiesta que los principales esfuerzos de la federación están enfocados en lograr que los niños tengan entrenamientos complementarios en la sede en San Salvador, donde sí se cuenta con instalaciones adecuadas. “Muchos de los niños que clasificaron para este evento –refiriéndose a los Juegos Panamericanos– eran de la escuela de Suchitoto, entonces tenemos que facilitarles las cosas para que puedan venir y entrenarse en las instalaciones adoc al deporte, porque allá ellos entrenan en un lugar abierto con tierra”, reconoce Zúniga.⁷

Sin embargo, el papel que han representado los y las atletas capacitados en el campo – literalmente– ha sido extraordinario, y su constancia ha sido la llave maestra de los triunfos que la federación ha tenido en los últimos años. Estos niños de origen humilde nacidos en un pequeño cantón de Cuscatlán no solo han demostrado potencial, sino que han roto con los estereotipos en la historia del bádminton, un deporte en sus inicios era propio de la aristocracia inglesa.

⁷<http://www.comunica.edu.sv/index.php?option=com.content&view=article&id=867:badminton-del-patio-al-podium>.

2.2.4 EVOLUCIÓN DEL BÁDMINTON EN EL SALVADOR

La Escuela de Bádminton que Jesús Ardón nunca imaginó dirigir está cada vez más cerca y se hace más real. Tanto la Alcaldía de Suchitoto como la Federación de Bádminton gestionan con una ONG llamada Plan Internacional para la Niñez fondos que serían destinados a la adquisición de equipo deportivo y otras necesidades de la pequeña escuela.

Que todos los niños que se preparan en ella puedan tener su propia raqueta es lo primero en la lista de demandas, seguido de la construcción de un local propio. Este paso representaría un cambio y una evolución importante, y significará tomar las bases en las que ya se ha trabajado a nivel deportivo para empezar a desarrollarlas en una nueva historia dejando atrás en patio de tierra de la casa de Ardón.

El proyecto personal que en un inicio surgió de la visión de un curioso mensajero ahora es un ideal compartido por la Junta Directiva de la Federación Salvadoreña.”. Las expectativas en la comunidad hogar de los nuevos representantes del deporte en el país son muy altas. Cada vez son más los niños y niñas que se interesan en pertenecer al equipo y en conocer el mundo vía el juego. “El deporte abre fronteras”, dice la gerente y encargada de operaciones, Roxana Zúniga⁸.

Es un deporte nuevo para estos niños, es una oportunidad que nunca se había visto, ni en esta comunidad, ni en muchas otras. Además muchos papás me han dicho que a los niños les ha abierto la mente el deporte y ahora analizan más, piensan más”, comenta el entrenador Ardón, cuando de hablar de las oportunidades que han tenido sus alumnos se trata. El bádminton no sólo requiere de rapidez, sino también de estrategia. Los resultados en la implementación de una disciplina deportiva en la rutina de los niños de Suchitoto se han visto manifestados también en el aspecto académico, ya que han mejorado sus calificaciones.

⁸<http://www.comunica.edu.sv/index.php?option=com.content&view=article&id=867:badminton-del-patio-al-podium>

Helga González es una de las madres de familia para las que la llegada del bádminton Suchitoto significó un antes y un después en la vida de sus dos hijos, quienes ahora pertenecen al equipo nacional.

“Yo realmente estaba sorprendida de ver la iniciativa de Ardón, que saliera de una forma espontánea y sin ninguna recompensa para él, más que ver a los niños jugar”, explica la madre de los nuevos atletas.

2.2.5 FUNDAMENTOS TECNICOS DEL BADMINTON.

La fundamentación y análisis de determinados aspectos de la ejecución técnica del Bádminton es una parte muy importante del presente trabajo ya que su definición, descripción y entendimiento se hace necesario a la hora de comprender la importancia de la aplicación de la técnica del bádminton y en el caso de los golpes de CLEAR, DROP Y REMATE.

En un deporte individual y de adversario como es el caso del bádminton, con un espacio de acción independiente y separado por una red intermedia, los golpes y las técnicas que permiten ganar jugadas y, en consecuencia, puntos, se convierten en protagonistas y objeto de estudio por su importancia en cuanto a que son el medio más utilizado por el jugador para obtener el objetivo del juego⁹.

2.2.5.1 Ejecución de la Técnica del Bádminton

Ozolin (en cabello y cols, 1999) describe la técnica deportiva como la realización consciente y orientada de los movimientos y acciones del deportista, dirigidos a la consecución de un determinado efecto en los ejercicios relacionados con el despliegue de

⁹Gema Torres Luque/Luis Carrasco Páez.(2005).Investigación en deportes de raqueta: tenis y bádminton.Universidad Católica S. Antonio

esfuerzo de evolución muscular, con la observación de un determinado ritmo y con la utilización y superación de las condiciones del medio exterior.

Uno de los pilares básicos del bádminton es la ejecución técnica, especialmente amplia gama de golpes y desplazamientos que existen. Conocerlos y ejecutarlos correctamente es imprescindible para alcanzar grandes niveles de rendimiento, el golpeo es la habilidad más importante y sobre la cual se centran la mayoría de investigaciones y estudios conocer la realización correcta de cada uno de los golpes nos va a permitir progresar dentro de este deporte, sobre todo a niveles de rendimiento.

El término de golpe de mano alta en bádminton ha sido acuñado por autores como Hernández (1996) Cabello y Serrano (1997) Cabello y Cols (1999) etc. NO obstante en los criterios que se han basado cada uno de estos autores para definir o utilizar este término son diversos por lo que se entiende que es necesario clarificar y unificar unos criterios básicos que nos permitan clasificar los golpes en Bádminton y entender por qué se encuadran el CLEAR, DROP Y REMATE dentro del grupo de los golpes de mano alta¹⁰.

2.2.5.2 Criterios Técnicos

LUGAR DE REALIZACION.Zona más común desde donde se realiza cada uno de los golpes, no siendo estrictamente necesario ubicarse en dichas zonas para ejecutar el golpeo. En función de este criterio los golpes pueden ser desde el fondo de la pista, desde el centro o de la red.

POSICION DEL JUGADOR CON RESPECTO AL VOLANTE. Tomando como referencia el lado por el que el jugador golpea el volante con respecto a su lateralidad dominante, los golpes pueden ser derechas (por el mismo lado dominante) o de revés (por el lado contrario al dominante).

¹⁰Gema Torres Luque/Luis Carrasco Páez.(2005).Investigación en deportes de raqueta: tenis y bádminton. Universidad Católica S. Antonio

ALTURA DEL IMPACTO. Zona de golpeo con respecto al propio cuerpo en la cual se produce el impacto. Normalmente se toman como referencia los golpes por encima de la cabeza o mano alta, los golpes entre la cabeza y la cintura o de altura media o los golpes por debajo de la cintura o de mano baja.

CARÁCTER DEL GOLPEO. Diferencia a los golpes de ataque y defensa. En función de este criterio los golpes pueden ser ofensivos con trayectoria generalmente descendente desde el inicio del golpeo y defensivos, con trayectorias parabólicas (ascendente y descendente).

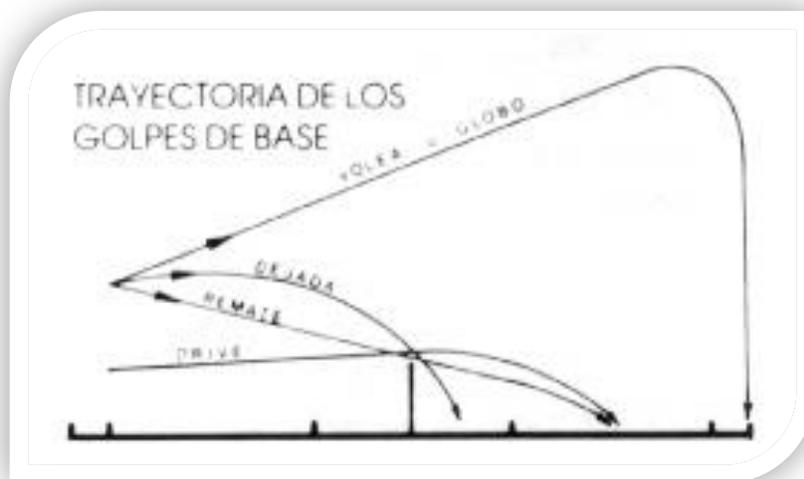
TRAYECTORIA DEL VOLANTE. Variantes que poseen cada uno de los golpes según la dirección de la trayectoria del volante tomando como referencia el punto de origen y final del volante después de ser golpeado. En función de este criterio los golpes pueden ser paralelos y en diagonal.

POSICION DE LA RAQUETA. Referida a la colocación de la cabeza de la raqueta (o zona del cordaje donde se produce el impacto) en el momento del impacto con el volante. En función de este criterio los golpes pueden ser con la cabeza de la raqueta perpendicularmente al volante o golpes planos, con la cabeza de la raqueta paralela al eje longitudinal del volante y por el mismo lado del brazo ejecutor o golpes cortados y por último, golpes con la cabeza de la raqueta paralela al eje longitudinal del volante y por el lado contrario al brazo ejecutor o golpes inversos.

2.2.5.3 Técnicas Del Clear

El clear es un golpeo que se realiza desde el fondo de la pista y se ejecuta por encima de la cabeza, cuyo objetivo es enviar el volante lo más cercano posible a las líneas que delimitan por el fondo el campo contrario. Autores como Broer y Houtz. Establecen una serie de objetivos básicos que debe perseguir este golpeo con relación al ejecutante y a su adversario; la trayectoria y fuerza del impacto debe ser tal que permita al jugador que lo

realice tener tiempo suficiente de volver al centro de su cancha y proteger de manera proporcional todas sus zonas de responsabilidad; y este golpeo debe de perseguir desplazar al contrario del centro de la pista para crear zonas débiles o ángulos de caída del volante¹¹.



Teniendo en cuenta los criterios citados anteriormente, el clear y sus variantes son las siguientes¹².

a) Función de la posición del jugador con respecto al volante:

- Clear de derecha: el jugador golpea el volante por el mismo lado de su brazo ejecutor, es decir, por el lado derecho en jugadores diestros y por el lado izquierdo en jugadores zurdos.
- Clear de revés: el jugador golpea el volante por el lado contrario al de su brazo ejecutor, es decir, por el lado izquierdo en jugadores diestros y por el lado derecho en jugadores zurdos.

b) Función de la altura del impacto:

- Clear en mano alta: el jugador golpea el volante por encima de la cabeza.

¹¹Gema Torres Luque/Luis Carrasco Páez.(2005).Investigación en deportes de raqueta: tenis y bádminton.Universidad Católica S. Antonio(20)

¹²Gema Torres Luque/Luis Carrasco Páez.(2005).Investigación en deportes de raqueta: tenis y bádminton.Universidad Católica S. Antonio

- Clear a media altura: el jugador golpea el volante a una altura intermedia entre la cabeza y la cintura.

- Clear en mano baja: el jugador golpea el volante por debajo de la cintura.

c) Función de carácter de golpeo:

- Clear ofensivo: después del golpeo el volante describe una trayectoria paralela y descendente para terminar cayendo al fondo de la pista.

- Clear defensivo: después del golpeo el volante describe una trayectoria parabólica desde el momento del impacto hasta la caída del volante.

d) Función de la trayectoria del volante:

- Clear paralelo: el volante comienza y termina su trayectoria en el mismo lado de la pista.

- Clear diagonal: el volante comienza su trayectoria en un lado de la pista y termina en el lado contrario.

e) Función de la cabeza de la raqueta:

- Las distintas variantes que existen en la posición de la cabeza de la raqueta en el momento del golpeo no resultan determinantes en su efectividad.

- Ejecutando preferentemente un clear plano donde la cabeza de la raqueta se encuentra paralela a la red.

Los estudios y análisis de diferentes deportes de raqueta y su similitud en cuanto a las fases de ejecución de los golpes han permitido que se repitan todos los golpes de Bádminton.

Estas fases son diferentes para cada tipo de golpeo. Pero muy similares en golpeo de mano alta. Estas fases son¹³:

- a) fases de preparación: se inician con desplazamientos de la pierna del brazo ejecutor hacia atrás el cual genera un movimiento lateral de caderas, tronco y hombros para colocar el cuerpo del lado de la red, con la línea de hombros perpendicular a esta y el brazo ejecutor dirigido hacia el suelo en flexión de unos 45°.
- b) Fase de ejecución: empieza con un movimiento de distorsión del tronco al mismo tiempo que se lleva la raqueta hacia atrás y el codo del brazo ejecutor se extiende hacia arriba y adelante, terminando con el lanzamiento del brazo, Ejecutándose por encima de la cabeza hacia el lugar de impacto, realizando un movimiento combinado de extensión del brazo y pronación de la muñeca que permite impactar de manera efectiva con el volante lo más alto posible y justo encima del eje longitudinal cuerpo.
- c) Fase de recuperación: se inicia con el frenado brusco del movimiento generado en última instancia de la fase de ejecución por el antebrazo y la muñeca mediante un híper pronación de la muñeca. Esta fase termina cuando el jugador toma contacto con el suelo e inicia el desplazamiento de vuelta al centro de la pista.

2.2.5.4 Técnicas Del Drop

El Drop o dejada es un golpeo que se realiza desde el fondo de la pista y ejecutado por encima de la cabeza, cuyo principal objetivo es enviar el volante hacia la red mediante una trayectoria descendente y caer cerca de la misma tanto en altura como en distancia.

¹³Gema Torres Luque/Luis Carrasco Páez.(2005).Investigación en deportes de raqueta: tenis y bádminton.Universidad Católica S. Antonio

Autores como Broer y Houtz establecen en otra serie de objetivos básicos que debe perseguir este golpeo con relación al ejecutante y a su adversario como son; le enviar el volante lo más rápidamente posible cerca de la red en distancia; y por último, desplazar al contrarios del centro de la pista para crear zonas débiles o ángulos de caída del volante.

Teniendo en cuenta los criterios básicos para clasificar a los golpeos y sus variantes, el Drop y sus variantes son¹⁴:

a) Función de la posición del jugador con respecto al volante.

- Drop de derechas: el jugador golpea el volante por el mismo lado de su brazo ejecutor, es decir, por el lado derecho en jugadores diestros y por el lado izquierdo en jugadores zurdos.
- Drop de revés: el jugador golpea el volante por el lado contrario al de su brazo ejecutor, es decir, por el lado izquierdo en jugadores diestros y por el lado derecho en jugadores zurdos.

b) Función de la altura del impacto:

- Drop mano alta: el jugador golpea el volante por encima de la cabeza.
- Drop de media altura: el jugador golpea el volante a una altura intermedia entre la cabeza y la cintura.
- Drop de mano baja: el jugador golpea el volante por debajo de la cintura.

c) Función de la trayectoria del volante:

- Drop paralelo: el volante comienza y termina su trayectoria en el mismo lado de la pista.
- Drop cruzado: el volante comienza su trayectoria en un lado de la pista y termina en el lado contrario.

¹⁴Gema Torres Luque/Luis Carrasco Páez.(2005).Investigación en deportes de raqueta: tenis y bádminton.Universidad Católica S. Antonio

d) Función del carácter del golpeo:

Si bien el golpeo del Drop es eminentemente atacante, es decir, ofensivo, el matiz en su carácter depende en muchas ocasiones del la velocidad que se le imprime el volante en el impacto. Así diferenciamos¹⁵.

- Drop lento: el volante realiza una trayectoria parabólica pero a una velocidad más lenta.
- Drop rápido: el volante realiza una trayectoria parabólica más plana de lo normal, a una velocidad bastante elevada.
- Drop short. Es una combinación de Drop rápido y cortado, en que se golpea el volante con la fuerza de un remate pero con la cabeza de la raqueta paralela al eje longitudinal del volante y por su lado derecho en el caso de jugadores diestros.

e) Función de la posición de la cabeza de la raqueta:

- Drop plano: la posición de la cabeza de la raqueta es perpendicular al eje longitudinal del volante en el momento del impacto.
- Drop cortado-Dropshort: la posición de la cabeza de la raqueta es paralela al eje longitudinal del volante en el momento del impacto y este es golpeado por el lado derecho en jugadores diestros, este tipo de Drop es de trayectoria diagonal.
- Drop inverso: la posición de la raqueta es paralela al eje longitudinal del volante en el momento del impacto y este golpeado por el lado derecho en jugadores diestros, este tipo de Drop de trayectoria diagonal.

Al igual que se explicaba en la descripción del movimiento del clear, las fases que se producen durante el golpeo del Drop pueden ser extraídas de los estudios de las cadenas

¹⁵Gema Torres Luque/Luis Carrasco Páez.(2005).Investigación en deportes de raqueta: tenis y bádminton.Universidad Católica S. Antonio

cinéticas realizados por kreighbaum y Bhartels y adaptados por autores relacionados con el mundo del bádminton¹⁶.

Esta fase en el caso del Dropson similares a las del clear, siendo las diferencias más significativas las siguientes:

- a) **Fases de preparación:** Los movimientos de pre salto y velocidad de las acciones para preparar el golpeo son, en términos generales, más livianas.
- b) **Fase de ejecución:** Los movimientos de distorsión del tronco y la cadena cinética del tren superior en general se realizan a menor velocidad que en el clear. El movimiento combinado extensión del brazo y pronación de la muñeca es poco acentuado y el volante se impacta ligeramente por delante del eje longitudinal del cuerpo
- c) **Fase de recuperación:** El frenado del movimiento es menos brusco y el momento de contacto con el suelo se produce antes que el clear.

2.2.5.5 Técnica del Remate

El remate o Smash es el golpeo atacante por excelencia. Debido a su singularidad y a lo espectacular de su ejecución y efectividad, es uno de los golpes más estudiados a nivel biomecánica. Así como en la importancia de la cadena cinética para conseguir la máxima velocidad del desplazamiento del segmento brazo-raqueta y transferencia al volante en el momento del impacto. El remate se ejecuta desde cualquier parte de la pista, y siempre por encima de la cabeza y con una trayectoria descendente. Algunas de las características más importante de este golpeo son, que su ejecución determinará la velocidad de salida del volante al ángulo de caída del volante debe de tener la mayor inclinación posible y este

¹⁶Gema Torres Luque/Luis Carrasco Páez.(2005).Investigación en deportes de raqueta: tenis y bádminton.Universidad Católica S. Antonio

dependerá de la altura a la que se impacte el volante; y por último, las zonas de caída del volante más idóneas son las más cercanas a las líneas de laterales¹⁷.

Teniendo en cuenta los criterios básicos para clasificar a los golpes, el remate y sus variantes son:

a) En función de la posición con respecto al volante:

- Remate de derechas: el jugador golpea el volante por el mismo lado de su brazo ejecutor, es decir, por el lado derecho en jugadores diestros y por el lado izquierdo en jugadores zurdos.
- Remate de revés: el jugador golpea el volante por el lado contrario de su brazo ejecutor, es decir, por el lado izquierdo en jugadores diestros y por el lado derecho en jugadores zurdos.

b) En función de la altura del impacto:

- Remate en mano alta: por la propia definición y carácter de este golpeo, no existen variantes en relación a la altura del impacto y por tanto el jugador golpeará el volante siempre por encima de la cabeza.

c) En función del carácter del golpeo:

por definición solo existe el remate ofensivo.

d) En función de la trayectoria del volante:

¹⁷Gema Torres Luque/Luis Carrasco Páez.(2005).Investigación en deportes de raqueta: tenis y bádminton.Universidad Católica S. Antonio

- Remate paralelo: el volante comienza y termina su trayectoria en el mismo lado de la pista.
- Remate cruzado: el volante comienza su trayectoria en su lado de la pista y termina en el lado contrario.

e) En función de la posición de la cabeza de la raqueta:

- Remate plano: la posición de la cabeza de la raqueta es perpendicular al eje longitudinal del volante en el momento del impacto.
- Remate cortado-Drop-short. La posición de la cabeza de la raqueta es paralela al eje longitudinal del volante en el momento del impacto y este es golpeado por el lado derecho (en jugadores diestros). Este tipo de remate es de trayectoria diagonal.
- Remate inverso. La posición de la raqueta es paralela al eje longitudinal del volante en el momento del impacto y este es golpeado por el lado derecho (en jugadores diestros). Este tipo de remate es de trayectoria diagonal.

Como ocurrió con el clear y el Drop, las fases correspondientes al remate son muy similares, por lo que para describir las diferencias más significativas en relación a los otros gestos técnicos, se siguen los apuntes de Hong (1993) en su análisis de la técnica del remate o Smash¹⁸:

¹⁸Gema Torres Luque/Luis Carrasco Páez.(2005).Investigación en deportes de raqueta: tenis y bádminton.Universidad Católica S. Antonio

- a) **Fase de preparación:** Todas las acciones que preparan el golpeo posterior (pre salto, armado del brazo, torsión del tronco, etc.) se realizan a gran velocidad debido a la especial particularidad en la ejecución del remate.

- b) **Fase de ejecución:** La cadena cinética del tren superior se inicia a gran velocidad con el objetivo de adquirir la máxima fuerza posible en el impacto. El movimiento de la pronación del antebrazo adquiere una importancia determinante en esta fase ya que es el que acelera en última instancia la raqueta antes del golpeo. El volante se impacta por delante del eje longitudinal del cuerpo, a más distancia que en el caso del Drop, esta fase termina según Tang y Cols, (1995) cuando el antebrazo y la mano generan un movimiento de hiper pronación como última acción antes de la ejecución del golpeo.

- c) **Fase de recuperación:** Se inicia con el frenado brusco del movimiento generado en última instancia en la fase de ejecución por el antebrazo y la muñeca mediante una hiper pronación de la muñeca. Esta fase termina cuando el jugador toma contacto con el suelo e inicia el desplazamiento de vuelta al centro de la pista.

2.2.6 DISCAPACIDAD INTELECTUAL

La discapacidad intelectual es definida como una entidad que se caracteriza por la presencia de: limitaciones significativas en el funcionamiento intelectual, limitaciones significativas en la conducta adaptativa, y una edad de aparición anterior a los 18 años.

Pero, como ya se ha dicho, intrínsecamente unida a esta definición se establece el marco global en el que la persona con discapacidad se encuentra ubicada.

Es decir, el objetivo no se limita a definir o diagnosticar la discapacidad intelectual sino a progresar en su clasificación y descripción, con el fin de identificar las capacidades y debilidades, los puntos fuertes y débiles de la persona en una serie de áreas o dimensiones

que abarcan aspectos diferentes, tanto de la persona como del ambiente en que se encuentra. Estas dimensiones o áreas son las siguientes:

- Las capacidades más estrictamente intelectuales.
- La conducta adaptativa, tanto en el campo intelectual como en el ámbito social, o en las habilidades de la vida diaria.
- La participación, las interacciones con los demás y los papeles sociales que la persona desempeña.
- La salud en su más amplia expresión; física y mental.
- El contexto ambiental y cultural en el que la persona se encuentra incluida. Es preciso insistir en que la definición y análisis de estas cinco dimensiones tienen como objetivo fundamental establecer y concretar los apoyos que han de favorecer el funcionamiento de cada individuo, como persona concreta ubicada en un entorno concreto y dotado de sus problemas y de sus cualidades.

La aplicación práctica de la definición aquí propuesta parte de las siguientes premisas que nos sirven para establecer, desde el principio, el marco ideológico de nuestra posición ante la discapacidad intelectual:

- Las limitaciones en el funcionamiento real deben ser consideradas teniendo en cuenta el contexto del ambiente comunitario normal en que se mueven los compañeros de igual edad y cultura.
- Para que una evaluación sea válida ha de tener en cuenta la diversidad cultural y lingüística, así como las diferencias en comunicación y en aspectos sensoriales, motores y comporta mentales.
- En un mismo individuo coexisten a menudo las limitaciones y las capacidades.

- Al describir las limitaciones, el objetivo más importante debe ser el desarrollo del perfil de los apoyos necesarios.
- Si se ofrecen los apoyos personalizados apropiados durante un período de tiempo suficientemente prolongado, el funcionamiento de la persona con discapacidad intelectual generalmente mejorará.

A la vista de este enfoque, tan realista y positivo, es evidente que, desde la evaluación que tiene en cuenta las cinco dimensiones señaladas, se pretende buscar los apoyos más adecuados para conseguir el máximo funcionamiento individual¹⁹.

Las terminologías suelen ser reflejos del desarrollo de un conocimiento científico o profesional determinado pero también recoge actitudes sociales, es decir la manera de enfocar una determinada problemática en un momento histórico o en un lugar geográfico concreto. Por ello es importante posicionarse en este ámbito antes de realizar un trabajo de investigación, máxime cuando el mismo trata sobre poblaciones en que la selección de la terminología utilizada puede evitar ambigüedades que induzca a confusiones, prejuicios y estereotipos.

A lo largo de la historia han habido diversas formas de dominar a las personas afectadas por alguna de las discapacidades o por las consecuencias de las mismas, así términos como invalido, subnormal, anormal, disminuido, incapacitado, minusválido, deficiente u otros, se han utilizado con mayor o menor aceptación según el momento. Los organismos, las asociaciones con amplio reconocimiento o las autoridades en la materia son los instructores de los cambios en las denominaciones referidas a personas con discapacidad²⁰.

¹⁹[http://www.sld.cu/galerias/pdf/sitios/rehabilitacion- temprana/discapacidad_intelectual_1.pdf](http://www.sld.cu/galerias/pdf/sitios/rehabilitacion-temprana/discapacidad_intelectual_1.pdf)

²⁰<http://www.asprodesa.org/portal/asprodesa/definicion-de-discapacidad-intelectual/>

Todos estos estereotipos se transmiten mayoritariamente al entorno de las personas con discapacidad intelectual, también debe tenerse muy en cuenta el papel de las universidades como centro de investigación y docencia que forman a los profesionales que en un futuro tratarán con esta población, así como en el de los medios de comunicación que hacen llegar a la sociedad en general un vocabulario y unos conceptos que contribuyan, que se ha mencionado antes a la construcción de la realidad.

Actualmente términos en desuso socialmente o en el campo educativo siguen vigentes en el ámbito médico o legal. Las diferentes aproximaciones a la realidad de las especialidades científicas implicadas, la falta de acuerdo en los criterios utilizados o las estrategias de intervención que se proponen, hace que cada ámbito profesional tenga su propia terminología en lo que respecta a la discapacidad intelectual, ello además de generar confusiones genera principalmente dificultades de entendimiento que dificultan la intervención interdisciplinar que se requiere.

Por otro lado, hasta el siglo XIX la discapacidad intelectual no tuvo una conceptualización claramente diferenciada de otras patologías. En aproximaciones de anteriores no se diferencia esta de la criminalidad, la epilepsia o la locura. Se le consideraba a menudo una variante de la demencia y se entendía que sus causas estaban relacionadas con una patología biológica.

2.2.6.1 Retraso Mental

Existen distintas formas de definir el retraso mental como: *Definiciones basadas en resultados de pruebas de inteligencia, se dice que las pruebas de inteligencia, se diseñaron específicamente para descubrir a los niños que podían beneficiarse de un programa escolar normal- en otras palabras, para descubrir a los retrasados mentales- y siempre se han usado principalmente para este fin. Algunos han definido el retraso mental exclusivamente en función del rendimiento en estas pruebas estandarizadas, es decir, todo aquel que tenga un CI inferior a cierto nivel, generalmente fijado en 70, estará considerado como retrasado

mental. *Definiciones basadas en un mal ajuste social estas se realizan en función de qué tan bien se adapta el individuo al ambiente y a la cultura²¹.

Aquí se dice que el individuo puede ser retrasado en un ambiente y no en otro. Dos de las definiciones: “La deficiencia mental es un estado de desarrollo incompleto, de tal naturaleza y hasta el grado que el individuo sea incapaz de adaptarse al ambiente normal de sus semejantes, de suerte que puede llevar una existencia que no requiere supervisión, control y apoyo externo”. Y “Una persona mentalmente deficiente es aquella incapaz de administrarse a sí misma y sus cosas, o incapaz de aprender a hacerlo, y que requiere supervisión, control y cuidado especial por su propio bien y por el de la comunidad.

Definiciones basadas en causas biológicas de retraso mental, esta se basa en consideraciones teóricas acerca de la causa o naturaleza esencial del retraso. La definición de retraso mental más generalmente aceptada en la actualidad es la que ha adoptado la American Association on Mental Deficiency (AAMD):

Retraso mental significa un funcionamiento intelectual general notablemente por debajo del promedio, que existe junto con deficiencias de adaptación y que se manifiesta durante el periodo de desarrollo.

Dentro de los niveles de retraso mental, la AAMD ha desarrollado un sistema de clasificación diagnóstica de los retrasados basado en el nivel de funcionamiento del individuo, principalmente en su CI. A los individuos con CIs entre dos y tres desviaciones estándar por debajo de lo normal se les clasifica como ligeramente retrasados; a los que tienen un CI entre tres y cuatro desviaciones estándar por debajo de lo normal.

Se les llama moderadamente retrasados; a los que tienen un CI entre cuatro y cinco desviaciones estándar por debajo del promedio se les pone la etiqueta de severamente retrasados; y a los que obtienen resultados de más de cinco desviaciones estándar por debajo de lo normal se les llama profundamente retrasados.

²¹<http://www.asprodesa.org/portal/asprodesa/definicion-de-discapacidad-intelectual/>

Para realizar un diagnóstico de retraso mental se dice que como se define en términos de conducta, el único que puede hacer un diagnóstico técnicamente adecuado es el psicólogo. Una base muy importante para el diagnóstico es el retraso en el lenguaje. Algunos estudios indican que los niños mentalmente retrasados tienen una deficiencia muy particular en sus capacidades abstractas verbales, inclusive cuando se les compara con niños no retrasados mucho más jóvenes que ellos, y que, sin embargo, no parecen experimentar tanto impedimento en reactivos que evalúan sus capacidades no verbales y no abstractas²².

Dentro del crecimiento y descenso en los retrasados, se dice que existe el consentimiento general de que en la mayoría de los niños retrasados van retrocediendo en la medida en que van creciendo, por lo menos durante los años de desarrollo.

Durante la edad adulta se da cierta tendencia en los CIs de las personas retrasadas a subir de nuevo. Esto quiere decir que algunas personas consideradas como retrasadas durante su crecimiento, “superan” su retraso mental al crecer en edad la prevalecía del retraso mental.

Generalmente se expresa en forma de número de personas retrasadas por cada mil individuos de la población general. El método más frecuente para determinar la prevalencia es hacer una encuesta en todas las diversas agencias de la comunidad para obtener los nombres de las personas a quienes dichas agencias consideran retrasadas.

Diferencias de prevalencia en los distintos segmentos de la población:

Diferencias entre los sexos: todos los estudios de prevalencia que resumió Faber revelaron que había más retrasados mentales entre los hombres que entre las mujeres. Hay varias razones por las que esto puede ser verdad: por causas hasta ahora desconocidas, los fetos y neonatos masculinos son más susceptibles a diversos tipos de traumas etc. Pero esto no significa que haya más niños retrasados que niñas; sencillamente quiere decir que un niño que funciona pobremente está más expuesto que una niña a caer en manos de un psicólogo o de otras autoridades, ya que tiende a expresar sus frustraciones de una manera más abierta.

²²<http://www.asprodesa.org/portal/asprodesa/definicion-de-discapacidad-intelectual/>

Diferencias de prevalencia a distintas edades: la mayoría de los estudios encuentran diferencias muy claras en prevalencia de retraso mental a diferentes edades.

Diferencias raciales y socioeconómicas en la prevalencia: las clases especiales y otros programas de tratamiento para los retrasados mentales, se han convertido indiscutiblemente en objeto de controversias políticas, debido a que el retraso es mucho más frecuente entre las familias pobres que entre las más acomodadas²³. El retraso ligero se encuentra casi exclusivamente entre los grupos de bajos ingresos. El retraso moderado, severo y profundo se encuentra en los grupos de los diversos tipos de ingresos.

Cambios en la prevalencia con el tiempo: en una tendencia general que se advierte en los estudios sobre prevalencia, es que en los estudios recientes aparece una prevalencia más elevada de retraso mental que en los estudios realizados hace muchos años.

2.2.7 CAPACIDADES FISICAS CONDICIONALES

La valoración del estado de sus capacidades físicas y habilidades motrices, tanto básicas como específicas; por tanto, el alumno deberá conocer cuáles son esas capacidades de cara a evaluar su propia condición física y planificar actividades que permitan mejorarla así como las condiciones de calidad de vida y salud.

Las capacidades físicas básicas, también llamadas cualidades físicas básicas, podemos definir las como las predisposiciones o caracteres (posibilidades, características que el individuo posee) innatos en el individuo, susceptibles de medida y mejora, que permiten el movimiento y el tono postural.

Clasificación

Dentro de las capacidades y cualidades físicas básicas podemos hacer la siguiente clasificación:

²³<http://www.asprodesa.org/portal/asprodesa/definicion-de-discapacidad-intelectual/>

-Capacidades motrices: resistencia, fuerza, velocidad y flexibilidad.

-Capacidades perceptivo-motrices: coordinación y equilibrio.

-Capacidades resultantes: agilidad.

RESISTENCIA. La resistencia como la manera más fácil de desarrollar la capacidad de realizar un esfuerzo de mayor o menor intensidad durante el mayor tiempo posible.

TIPOS DE RESISTENCIA. Fundamentalmente existen dos tipos de resistencia:

- Resistencia aeróbica. (La energía para la contracción muscular se obtiene mediante la utilización del oxígeno).Ej. Carrera de 10.000 m

- Resistencia anaeróbica. (sin la utilización de oxígeno).Ej. Carrera de 50 m

- ✓ Aumento del volumen cardíaco, permitiendo al corazón recibir más sangre y como consecuencia aumentar la cantidad de sangre que expulsa en cada contracción. Mediante el desarrollo de la resistencia anaeróbica aumentamos el grosor de la pared del corazón y mediante la aeróbica aumentamos el tamaño del corazón: aumentó del tamaño de las aurículas y ventrículos.

- ✓ Fortalecer y engrosar las paredes del corazón.

- ✓ Disminuye la frecuencia cardíaca, el corazón es más eficiente.

- ✓ Mejora e incrementa la capilarización con un mejor y más completo intercambio de oxígeno.

- ✓ Incide positivamente en el sistema respiratorio, mejorando la capacidad pulmonar.

- ✓ Activa el funcionamiento de los órganos de desintoxicación(hígado, riñones, etc.)para eliminar sustancias de desecho.
- ✓ Fortalece el sistema muscular

FUERZA. Cuando hablamos de una fuerza capaz de vencer una resistencia exterior mediante un esfuerzo muscular, también lo podemos intuir como la capacidad de ejercer tensión contra una resistencia. Esta capacidad hace referencia al músculo y por tanto dependerá fundamentalmente de las características del mismo.

TIPOS DE FUERZA

- ✓ Estática: Es aquella en la que manteniendo la resistencia no existe modificación en la longitud del músculo.Ej..levantamiento de peso.
- ✓ Dinámica: Aquella en la que al desplazar o vencer la resistencia, el musculo sufre un desplazamiento. Esta fuerza dinámica puede ser, a su vez, lenta (máxima), rápida o explosiva (fuerza-velocidad), fuerza resistencia.Ej.lanzamiento de balones medicinales.

VELOCIDAD. La velocidad como la misma palabra lo dice se pueden desarrollar uno o varios movimientos en el menor tiempo posible.

TIPOS DE VELOCIDAD:

- ✓ Velocidad de reacción. Es la capacidad de efectuar una respuesta motriz a un estímulo en el menor tiempo posible.Ej..Carreras por parejas de unos 20 metros.
- ✓ Velocidad de desplazamiento. Es la capacidad de recorrer una distancia en el menor tiempo posible.Ej.Carrera de 100 m lisos.

2.2.8 EVALUACIONES FISICAS

TEST COMBINADO. Consiste en desarrollar diferentes tipos de ejercicios combinados al inicio y al final a los niños y niñas de la Escuela de Educación Especial, con el fin de evaluar la capacidad física de la fuerza tales como: Abdominales, flexiones y pechadas y de esta forma nos ayudará a hacer un parámetro de cómo se encuentran ellos para ayudarles en su condición física para jugar mejor al Bádminton.

TEST DE VELOCIDAD 60/ mts. El test de velocidad consiste en recorrer la distancia de 60 metros en el menos tiempo posible para desarrollar la velocidad en varias repeticiones, al igual se hace una prueba Inicial y una Final para ver si el niño o la niña mejoró su capacidad física y así evaluar si esta capacidad física ayuda a mejorar el dominio técnico del Bádminton.

TEST DE RESISTENCIA (Cursnavette). Este test es para desarrollar la resistencia en los niños y niñas con discapacidad intelectual el cual consiste en recorrer la distancia de 20 metros ininterrumpidamente, al ritmo que marca una grabación con el registro del protocolo correspondiente. Se pondrá en marcha el magnetófono y al oír la señal de salida el ejecutante, tendrá que desplazarse hasta la línea contraria (20 metros) y pisarla esperando oír la siguiente señal. Se ha de intentar seguir el ritmo del magnetófono que progresivamente irá aumentando el ritmo de carrera. Se repetirá constantemente este ciclo hasta que no pueda pisar la línea en el momento en que le señale el magnetófono. Cada periodo rítmico se denomina "palier" o "periodo" y tiene una duración de 1 minuto. El VO₂ máximo se calcula a partir de la velocidad de carrera que alcanzó el ejecutante en el último periodo que pudo aguantar. Y así poder definir si nos ayuda en la mejora de la técnica del Bádminton.

TEST TECNICO. El test técnico consiste en desarrollar las técnicas esenciales en el Bádminton las cuales son: Drop, Clear, Golpeo y Remate. Con este test al igual que en los demás test hay uno Inicial y uno Final el cual nos ayudara a determinar las mejoras en los

niños y niñas con discapacidad intelectual y si los test de capacidades físicas nos ayudaron a dicha mejora.

2.3 DEFINICIÓN DE TÉRMINOS BÁSICOS

INTERDICTO: Es aquel individuo que se caracteriza por un déficit intelectual constatable, de origen orgánico e incurable en la que la inteligencia nunca ha llegado a desarrollarse. Se trata de una orgeneia intelectual.

DEFICIENCIA MENTAL: Son aquellos casos de subnormalidad mental biológicamente determinados. La deficiencia mental está relacionada con un funcionamiento intelectual general por debajo de la media que se origina en el periodo de desarrollo y se asocia con deficiencias en el comportamiento adoptivo.

DISCAPACITADO: La persona cuyo bienestar físico y mental esta temporal o permanentemente alterado, bien sea debido a causas genéticas o adquiridas durante la vida por enfermedad o accidente, de modo que independencia, escolaridad o empleo se ven impedido.

DISCAPACIDAD: Toda restricción o ausencia, debida a una deficiencia, de la capacidad de realizar una actividad en la forma o dentro del margen que se considera normal para un ser humano.

DEFICIENCIA: Toda pérdida o anormalidad de una estructura o función psicológica, fisiológica o anatómica.

MINUSVALIA: Situación ventajosa para un individuo determinado, consecuencia de una deficiencia o de una discapacidad, que limita o impide el desempeño de un rol que es normal en su caso en función de la edad, sexo y factores sociales y culturales.

LIMITACION: Imposibilidad del sujeto para realizar ciertas funciones.

ANORMALIDAD: Cualquier tipo de desviación a la norma establecida, tanto en características como en posibilidades de rendimiento.

LA FLEXIBILIDAD: Es la capacidad que tiene un objeto o cosa de adaptar a nueva situación. Dentro del mundo del deporte, entendemos por flexibilidad la cualidad que tiene los músculos de estirarse a fin de adaptarse a un nuevo rango de amplitud de movimientos.

LA VELOCIDAD: La velocidad es la capacidad de realizar acciones motrices en el menor tiempo posible. Depende del sistema muscular y del de alimentación. La fórmula es:

- ✓ **VELOCIDAD DE REACCIÓN:** Es la acción rápida en el menor tiempo posible frente a un estímulo visual o sonoro, como una salida de velocidad o una situación de juego en un partido.

- ✓ **VELOCIDAD DE TRASLACIÓN O MÁXIMA:** Es la capacidad de un jugador de moverse entre dos puntos, como un contraataque.

- ✓ **VELOCIDAD DE RESISTENCIA:** Es la velocidad máxima mantenida el mayor tiempo posible; como el número de veces que un jugador realiza un contraataque.

LA PISTA: Es un rectángulo de 13'40 m de largo por 6,10 de ancho, dividida por una red sujeta en sus extremos por dos barras metálicas de 1'55 m de alto, fijadas al suelo. En los partidos individuales, el ancho de la pista se reduce 46 centímetros en sus dos lados.

LA RED: Está formada por una malla oscura de cuerda delgada o de fibra sintética de un ancho igual al del campo (6'10 m) y 75 centímetros de altura. En su borde superior lleva cosida una cinta blanca de 7'6 centímetros a la misma altura que el tope de los postes. Del suelo a la red hay 75 centímetros.

LA RAQUETA: En su fabricación, los materiales tradicionales como la madera y metal han dejado paso a la fibra de carbono y la cerámica, más finos y ligeros. Aunque sus

medidas no son rígidas, debe tener una longitud máxima de 68 centímetros y un marco de un ancho inferior a 23 centímetros.

EL VOLANTE: Es una semiesfera de corcho que lleva fijadas entre 14 y 16 plumas de ganso o de plástico de 6 centímetros de largo a una base de 29 centímetros de diámetro. La parte inferior de la base es redonda y está recubierta por una fina capa de cuero blanco u otro material similar. La característica más destacada de este artilugio son sus bruscos cambios de aceleración: puede adquirir una velocidad superior a los 200 kilómetros por hora y en escasos metros reducirla hasta quedar completamente frenado.

EL PARTIDO: Se disputa a dos juegos ganados. En categoría femenina hay que anotarse 11 puntos para conseguir el juego; en la categoría masculina son 15. En la masculina si se llega a un empate a 13, el jugador que antes se ha anotado el punto puede elegir un desempate a 5 tantos; si la igualdad es a 14, la opción para romperla es a 3 tantos. En los partidos femeninos, los desempates se hacen a tres tantos (en caso de empate a 90) y a dos (10-10)

GOLPES ALTOS: El mate, el clear y el drop son golpes altos muy utilizados durante el partido. El mate es un golpe ofensivo, mientras que el clear se emplea tanto en ataque como en defensa; en el drop, la raqueta toca suavemente el volante. El movimiento del jugador al golpear el volante en el clear y en el drop es similar, la diferencia está en la ejecución. El impacto en el mate se produce cuando el volante desciende.

EL CLEAR: Sirve para responder a los volantes lanzados a mucha altura. Dirigido siempre a la línea de fondo, se le considera un golpe defensivo si su trayectoria es muy alta, y de ataque cuando el volante supera ligeramente la altura de la raqueta del contrario.

EL DROP: Es una dejada alta (o rápida) que intenta engañar al adversario. El jugador frena el movimiento del brazo que empuña la raqueta, y en lugar de golpear el volante, lo empuja con suavidad. El contrario, que espera un mate, recibe el volante que cae verticalmente tras superar la red.

GOLPES BAJOS: El servicio, la dejada y el lob se ejecutan desde una posición baja. El servicio y el lob son golpes defensivos, mientras que la dejada es una variante del drop.

EL LOB: En el lob o globo, el volante se golpea cerca de la red, alto y al fondo de la pista. Se utiliza para devolver una dejada alta, baja o un mate. Debe ser un golpe fuerte para que el volante gane altura. La posición del jugador es la misma que en la dejada.

LA DEJADA BAJA: de derecha o del revés, es un golpe que normalmente responde a un mate u otra dejada del rival. La raqueta, paralela al suelo, envía el volante muy ajustado a la red. En su ejecución, la pierna derecha permanece flexionada con el pie adelantado para soportar el peso del cuerpo durante el movimiento.

EL SERVICIO: El saque es una acción defensiva fundamental en el desarrollo del juego: para anotarse los tantos es necesaria su posesión. Varía de los partidos individuales a los de dobles: en los primeros, los saques son altos y profundos, hasta el fondo de la pista; en los de dobles se sirve en diagonal, empezando por el área de saque derecho, en corto y casi a la misma altura de la red.

CAPITULO III

METODOLOGIA DE LA INVESTIGACION

3.1 TIPO DE INVESTIGACION

A través de la descripción exacta de las actividades, objetos, procesos y personas. Su meta no se limita a la recolección de datos, sino a la predicción e identificación de las relaciones que existen entre dos o más variables. Los investigadores no son meros tabuladores, sino que recogen los datos sobre la base de una hipótesis o teoría, exponen y resumen la información de manera cuidadosa y luego analizan minuciosamente los resultados, a fin de extraer generalizaciones significativas que contribuyan al conocimiento por lo tanto se determinó que el tipo de investigación es descriptiva.

Se trabajará de forma descriptiva ya que con ella se pudo comprobar y analizar las pruebas que se le desarrollarán a los niños y niñas con Discapacidad Intelectual, tomando en cuenta que se le pasara un test Inicial y uno Final. Y así poder medir al niño o a la niña si obtuvo un grado de progresión a lo largo del programa deportivo.

3.2 POBLACION

El trabajo se llevó a cabo con estudiantes de la escuela de educación especial de Armenia con niños y niñas con discapacidad intelectual en las cuales entran: retraso mental, Síndrome Down. En la que se cuentan con 62 alumnos de las cuales son 28 niñas y 34 niños con un nivel de escolaridad de primero a sexto grado, con edades que oscilan entre 8 a 18 años.

3.3 MUESTRA

De la escuela especial de armenia se seleccionaron 33 atletas divididos en 11 niñas y 22 niños de ellos, con edades que oscilan entre 8 a 18 años, los cuales forman un grupo mixto de niños y niñas con discapacidad intelectual el 60% muestra un cuadro de retraso mental y el 40% con síndrome Down, con ellos se pretende implementar un programa de entrenamiento para medir la progresión del dominio físico-técnico del deporte de Bádminton. Por lo tanto el diseño de la muestra es de 33 alumnos, el tipo de muestra es ALEATORIA ya que se tomo de una forma al azar para obtener el resultado de los 33 alumnos de la Escuela de Educación de Armenia.

Determinación del tamaño de la muestra. Para población Finita
Factores tomados en cuenta:

1. Coeficiente de confianza: $Z = 90\% \frac{0.90}{2} = 0.45 = 1.65$

2. Tamaño del error muestral: $E = 10\%$

Datos:

N: 62

Z= 90%

E=10%

P=0.5

Q=0.5

$n = 33$

$f = 11$

$m = 22$

Se estima que con el tamaño de muestra de 33, se alcanzará una confiabilidad del 90%, la muestra es suficientemente representativa debido a la población estudiada.

3.4 ESTADISTICOS, METODOS, TECNICAS E INSTRUMENTOS DE INVESTIGACION

3.4.1 MÉTODO ESTADÍSTICO

El método que se utilizó Analítico- Porcentual para establecer la comparación entre ambos resultados, ya que se midió el grado de progresión de los niños y niñas con Discapacidad Intelectual de una forma porcentual si se mantuvo, disminuyo o aumento su nivel físico-técnico a lo largo del programa deportivo. Este estudio nos presenta los datos de forma numérica por lo que el método a utilizar será Analítico- Porcentual.

3.4.2 MÉTODO DE INVESTIGACIÓN

El método hipotético-deductivo es el procedimiento o camino que sigue el investigador para hacer de su actividad una práctica científica. El método hipotético-deductivo tiene varios pasos esenciales: observación del fenómeno a estudiar, creación de una hipótesis para explicar dicho fenómeno, deducción de consecuencias o proposiciones más elementales que la propia hipótesis, y verificación o comprobación de la verdad de los enunciados deducidos comparándolos con la experiencia. Por lo que se determinó que el método a utilizar es el HIPOTETICO DEDUCTIVO.

3.4.3 TECNICAS E INSTRUMENTOS DE INVESTIGACION

3.4.3.1 Técnicas

Esta dada por los test que se emplearon en este caso en el programa de ejercicios de bádminton ya que se utilizaron pruebas para poder medir el grado de impacto a lo largo del desarrollo del programa de ejercicios a utilizar

- ✓ Test combinado físico
- ✓ Test de resistencia coursnavette

- ✓ Test de velocidad 60/ metros
- ✓ Test Técnico

3.4.4 INSTRUMENTOS

- Instrumentos para realizar el test físico: test combinado en el cual se desarrollaron pechadas, abdominales y flexiones
- Instrumentos para realizar test de resistencia coursnavette: conos grandes, cd con el contenido de la prueba coursnavette y equipo de sonido
- Instrumentos para realizar el test de velocidad: espacio libre de 60/mts, cronometro y silbato.
- Instrumento para realizar el test técnico: desarrollo de las técnicas de Golpeo, Drop, Clear, Remate y Agarres, hojas de recolección de datos y tablas para apuntar los resultados.

3.5 METODOLOGIA Y PROCEDIMIENTO

Se realizó una visita a la Escuela de Educación Especial de Armenia teniendo una reunión con el director y los maestros de dicha institución para comunicarles de lo que se pretende investigar en el Centro Escolar, luego se pasó a conocer a los alumnos por sección para que los estudiantes se fueran familiarizando con nosotros quienes seríamos sus entrenadores mediante se fuera desarrollando la investigación.

También, las autoridades de la institución nos brindó un listado detallado con nombres y edades de acuerdo a su nivel de escolaridad, un total de 62 alumnos a los cuales se les dio a conocer el programa de ejercicios y sus beneficios tanto para los maestros como para los alumnos, el cual tomaron a bien ayudarnos a ejecutar dicho programa. Después de todo lo mencionado se pasó a lo siguiente:

- ✓ Se convocó a los 33 alumnos para explicarles lo que se iba a desarrollar para durante el contenido del programa de ejercicios, sus funciones y beneficios que tendrían al someterse a los entrenamientos que les ayudarán a mejorar su nivel técnico en el deporte de Bádminton y todas sus funciones.
- ✓ Se desarrolló el Pre Test del programa de ejercicios para ver en qué nivel se encuentran los niños y niñas y así poder comparar con el Post Test cual fue el impacto que se obtuvo.
- ✓ Se realizó el Pre Test de fuerza (test combinado. Abdominales, flexiones y pechadas).Obteniendo un primer parámetro del nivel de fuerza con que se encontraban los niños.
- ✓ Se realizó el Pre Test de Resistencia (test de coursnavette) obteniendo un primer parámetro del nivel de resistencia con el que se encontraban los niños.
- ✓ Se efectuó el Pre Test de velocidad (60 mts) obteniendo un primer parámetro del nivel de velocidad con el que se encontraban los niños.
- ✓ Se realizó el Pre Test de la parte técnica del Bádminton desarrollando las siguientes funciones. Drop, Clear, Golpeo y Remate.

- Se desarrolló los Post Test del Programa de Ejercicios de Bádminton para medir el impacto del nivel físico y técnico de los niños y niñas obteniendo los resultados finales ya sean positivos o negativos con los cuales se tabularon los resultados para llegar a una respuesta final de si su nivel técnico mejoró o se mantuvo con relación del Pre Test y el Post Test que se les realizó a los niños y niñas, luego se tabularon los dos resultados de los test de evaluación del Programa de Ejercicios y se les agradeció a los alumnos y a los docentes por su colaboración y apoyo brindado en nuestro trabajo.

CAPITULO IV

ANÁLISIS E INTERPRETACIÓN DE RESULTADOS

4.1. ORGANIZACIÓN Y CLASIFICACIÓN DE DATOS.

Detallamos los resultados paso a paso obtenidos de las pruebas que se le hicieron a los niños y niñas de la Escuela Especial de Armenia con el objetivo de aumentar su nivel técnico del Bádminton con un programa de ejercicios físico-técnico.

Primero se desarrollaron las pruebas iniciales que consta de diversos test de ejercicio como por ejemplo: test combinado (abdominales, flexiones, pechadas), test de velocidad/60 mts, test de resistencia (coursnaveth) y por último el test técnico donde medimos el nivel de técnica que tenían los niños y niñas con las técnicas del Drop, clear, remate y golpeo.

Cada prueba se realizó a través de tiempo y repeticiones entre la prueba inicial y la prueba final y así poder determinar la mejoría de los niños y niñas. Todas estas pruebas realizadas son pruebas iniciales y cada una de sus pruebas lleva su respectiva grafica para poder determinar y poder tabular los resultados. Luego de haber realizado todo esto, se encuentran las pruebas finales que son las pruebas que nos ayudaron a determinar si el programa deportivo físico-técnico funciono en un porcentaje positivo, negativo, o si se mantuvieron los mismos resultados con respecto a las pruebas iniciales y por supuesto sus diferentes gráficas para poder determinar mejor los resultados.

Al termino de dichas pruebas se pudo constatar que los niños y niñas tuvieron una mejora significativa del tres al cinco por ciento en cada prueba que se les realizó, eso nos lleva satisfactoriamente a la conclusión que los niños y niñas de la Escuela de Educación Especial, tienen la capacidad para mejorar día con día a pesar de sus discapacidades intelectuales, siempre y cuando se implementen los planes adecuados en base a sus necesidades y maestros de Educación Física certificados, que les ayuden a estos centros educativos a mejorar la educación física.

4.2 ANALISIS E INTERPRETACIÓN DE RESULTADOS

4.2.1 DESARROLLO DEL PRE TEST COMBINADO

N°	Nombres femenino	Edad	Disca	Talla		Abdominales	Flexiones	Pechadas
1	Juana Elizabeth Guardado	17	RM	1.47		20	42	50
2	Roció Tejada Chicas	16	RM	1.23		25	44	52
3	GeiselNayely Rivas	15	RM	1.34		24	43	53
4	Lilibeth Alejandra Dueñas	14	RM	1.25		23	47	49
5	Dinora Virginia Posada	10	RM	1.49		26	46	52
6	Reina Elizabeth Ramos	17	RM	1.50		22	41	56
7	Sandra Nohemí Castro	17	RM	1.56		27	40	57
8	Sara Guadalupe Enríquez	11	SD	1.34		28	49	59
9	Ruth Nohemí Torres	13	SD	1.45		26	56	55
10	Lady Carina Lucano	12	RM	1.34		39	65	56
11	Lesly Janeth Rivas	9	RM	1.39		35	49	49
Nombres Masculino								
1	Kevin Alexander Meléndez	10	SD	1.56		24	48	55
2	Manuel Antonio Hércules	8	RM	1.32		25	55	45
3	Juan Daniel Segovia	16	SD	1.56		26	47	34
4	Josué Adonay Velasco	10	SD	1.57		21	42	54
5	Marlon Alexis Valladares	11	SD	1.47		20	43	51
6	Jonathan Alexander Henríquez	15	RM	1.65		25	45	53
7	Juan Diego Posada	15	SD	1.30		27	46	58
8	Jorge Mauricio Flores	17	RM	1.45		28	47	43
9	Roberto Antonio Contreras	18	RM	1.39		35	41	47
10	Pedro Ismael Galán	18	RM	1.60		39	43	50
11	Rosenberg Ernesto Pérez	12	SD	1.50		23	40	44
12	Joalmo Antonio Rosales	18	RM	1.59		37	46	45
13	Diego Armando Reinosá	11	RM	1.56		15	42	49
14	Oscar Reinaldo González	14	SD	1.40		35	47	59
15	Santos Ricardo Mejía	15	RM	1.35		28	42	49
16	Oswaldo Alexander Garay	12	RM	1.56		26	55	51
17	Michael Geovanny Flores	12	RM	1.56		28	36	52
18	Jairo Alexander Cartagena	17	RM	1.45		22	50	60
19	Bryant Francisco Menjívar	12	RM	1.45		32	48	48
20	Gerson Manuel Araujo	16	RM	1.49		31	54	49
21	Luis Alejandro Murillo	9	RM	1.44		28	40	58
22	Franklin Ernesto guerra	11	RM	1.11		19	25	35

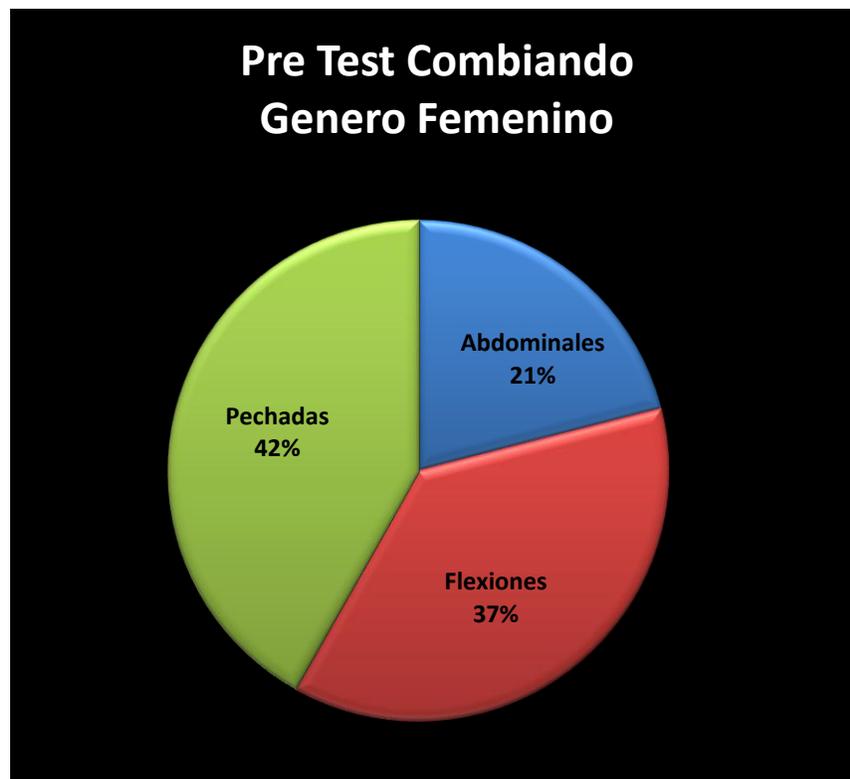
RM	Retraso Mental
SD	Síndrome Down

**PRE TEST COMBINADO GÉNERO FEMENINO CON
DISCAPACIDADES MENTALES DE (RM Y SD)**

CUADRO N°1

Género Femenino con talla de 1.23 a 1.56		
1	Abdominales	295
2	Flexiones	522
3	Pechadas	588

GRAFICA N°1



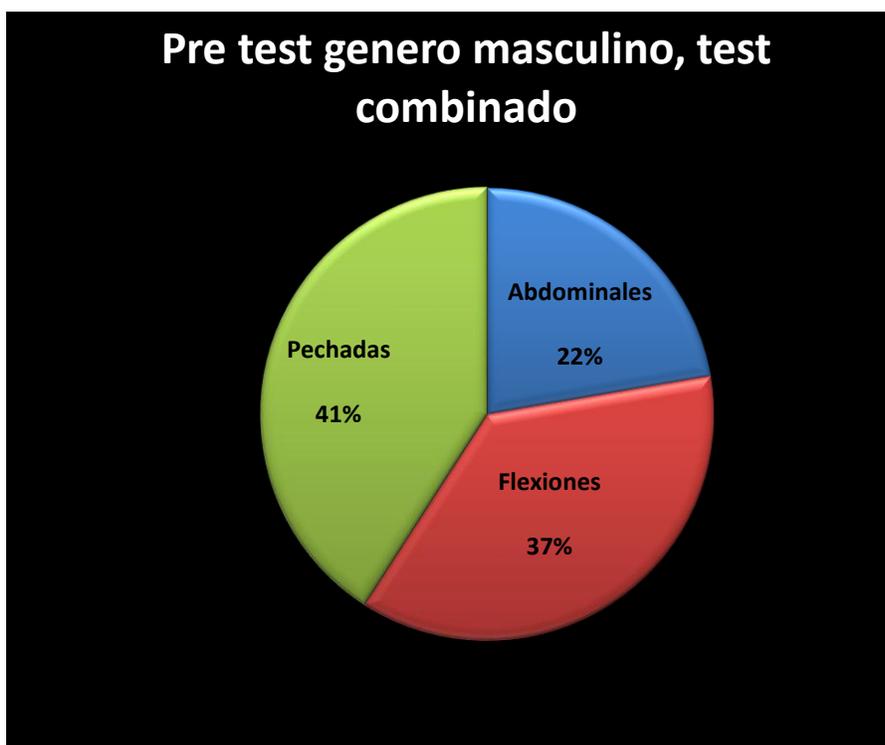
Interpretación: De los resultados obtenidos en las pruebas Se pudo conocer que en la prueba inicial del test combinado del género femenino con Discapacidades Intelectual de Retraso Mental, y Síndrome Down obtuvieron resultados positivos de las pechadas, flexiones y abdominales con relación a su discapacidad.

**PRE TEST COMBINADO GÉNERO MASCULINO CON
DISCAPACIDADES MENTALES DE (RM Y SD)**

CUADRO N°2

Género Masculino con talla de 1.11 a 1.65 con edades entre 8 a 18 años		
1	Abdominales	594
2	Flexiones	982
3	Pechadas	1089

CUADRO N°2



Interpretación: según los datos recolectados de la prueba inicial del test combinado del género masculino con discapacidad Intelectual de Síndrome de Down y Retraso mental el mayor porcentaje fueron las pechadas y el que le sigue son las flexiones con un mínimo porcentaje quedando de ultimo las abdominales.

4.2.2 PRE TEST DE VELOCIDAD 60/mts

N°	Nombres femeninos	Edad	Disca	Talla		60 mts	
1	Juana Elizabeth Guardado	17	RM	1.47		9 seg	
2	Roció Tejada Chicas	16	RM	1.23		8 seg	
3	GeiselNayely Rivas	15	RM	1.34		7 seg	
4	Lilibeth Alejandra Dueñas	14	RM	1.25		6 seg	
5	Dinora Virginia Posada	10	RM	1.49		8 seg	
6	Reina Elizabeth Ramos	17	RM	1.50		8 seg	
7	Sandra Nohemí Castro	17	RM	1.56		7 seg	
8	Sara Guadalupe Enríquez	11	SD	1.34		8 seg	
9	Ruth Nohemí Torres	13	SD	1.45		6 seg	
10	Lady Carina Lucano	12	RM	1.34		6 seg	
11	Lesly Janeth Rivas	9	RM	1.39		8 seg	
Nombres Masculino							
1	Kevin Alexander Meléndez	10	SD	1.56		7 seg	
2	Manuel Antonio Hércules	8	RM	1.32		6 seg	
3	Juan Daniel Segovia	16	SD	1.56		8 seg	
4	Josué Adonay Velasco	10	SD	1.57		7 seg	
5	Marlon Alexis Valladares	11	SD	1.47		8 seg	
6	Jonathan Alexander Henríquez	15	RM	1.65		9 seg	
7	Juan Diego Posada	15	SD	1.30		10 seg	
8	Jorge Mauricio Flores	17	RM	1.45		8 seg	
9	Roberto Antonio Contreras	18	RM	1.39		7 seg	
10	Pedro Ismael Galán	18	RM	1.60		6 seg	
11	Rosenberg Ernesto Pérez	12	SD	1.50		8 seg	
12	Joalmo Antonio Rosales	18	RM	1.59		8 seg	
13	Diego Armando Reinosá	11	RM	1.56		9 seg	
14	Oscar Reinaldo González	14	SD	1.40		6 seg	
15	Santos Ricardo Mejía	15	RM	1.35		8 seg	
16	Oswaldo Alexander Garay	12	RM	1.56		7 seg	
17	Michael Geovanny Flores	12	RM	1.56		8 seg	
18	Jairo Alexander Cartagena	17	RM	1.45		5 seg	
19	Bryant Francisco Menjivar	12	RM	1.45		8 seg	
20	Gerson Manuel Araujo	16	RM	1.49		9 seg	
21	Luis Alejandro Murillo	9	RM	1.44		8 seg	
22	Franklin Ernesto guerra	11	RM	1.11		11 seg	

RM	Retraso Mental
SD	Síndrome Down

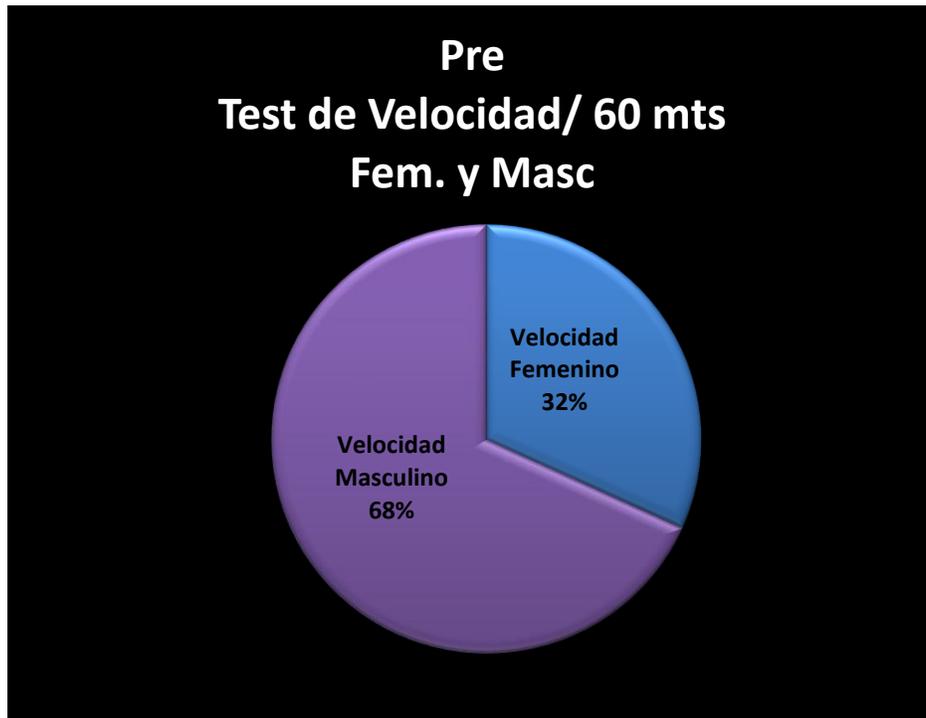
PRE TEST DE VELOCIDAD/60 MTS GÉNERO FEMENINO Y MASCULINO CON DISCAPACIDADES MENTALES DE (RM Y SD)

CUADRO N°3

Género Femenino con talla de 1.23 a 1.56	
Total Metros	81

Género Masculino con talla de 1.11 a 1.65	
Total Metros	174

GRAFICA N°3



Interpretación: Según los datos obtenidos de la prueba inicial del test de velocidad/60 mts, con discapacidad Intelectual de retraso mental y síndrome de Down el género femenino obtuvo una velocidad en porcentaje bajo siendo menor que la del género Masculino quien obtuvo un mayor resultado.

2.2.3 PRE TEST DE RESISTENCIA

N°	Nombres Femenino	Edad	Disca	Talla		coursnaveth	Niveles	
1	Juana Elizabeth Guardado	17	RM	1.47			4	
2	Roció Tejada Chicas	16	RM	1.23			5	
3	GeiselNayely Rivas	15	RM	1.34			3	
4	Lilibeth Alejandra Dueñas	14	RM	1.25			4	
5	Dinora Virginia Posada	10	RM	1.49			5	
6	Reina Elizabeth Ramos	17	RM	1.50			4	
7	Sandra Nohemí Castro	17	RM	1.56			6	
8	Sara Guadalupe Enríquez	11	SD	1.34			4	
9	Ruth Nohemí Torres	13	SD	1.45			3	
10	Lady Carina Lucano	12	RM	1.34			5	
11	Lesly Janeth Rivas	9	RM	1.39			4	
Nombres Masculinos								
12	Kevin Alexander Meléndez	10	SD	1.56			5	
13	Manuel Antonio Hércules	8	RM	1.32			5	
14	Juan Daniel Segovia	16	SD	1.56			6	
15	Josué Adonay Velasco	10	SD	1.57			4	
16	Marlon Alexis Valladares	11	SD	1.47			3	
17	Jonathan Alexander Henríquez	15	RM	1.65			6	
18	Juan Diego Posada	15	SD	1.30			5	
19	Jorge Mauricio Flores	17	RM	1.45			4	
20	Roberto Antonio Contreras	18	RM	1.39			3	
21	Pedro Ismael Galán	18	RM	1.60			6	
22	Rosenberg Ernesto Pérez	12	SD	1.50			5	
23	Joalmo Antonio Rosales	18	RM	1.59			4	
24	Diego Armando Reinosá	11	RM	1.56			7	
25	Oscar Reinaldo González	14	SD	1.40			5	
26	Santos Ricardo Mejía	15	RM	1.35			6	
27	Oswaldo Alexander Garay	12	RM	1.56			4	
28	Michael Geovanny Flores	12	RM	1.56			6	
29	Jairo Alexander Cartagena	17	RM	1.45			6	
30	Bryant Francisco Menjivar	12	RM	1.45			5	
31	Gerson Manuel Araujo	16	RM	1.49			4	
32	Luis Alejandro Murillo	9	RM	1.44			4	
33	Franklin Ernesto guerra	11	RM	1.11			2	

RM	Retraso Mental
SD	Síndrome Down

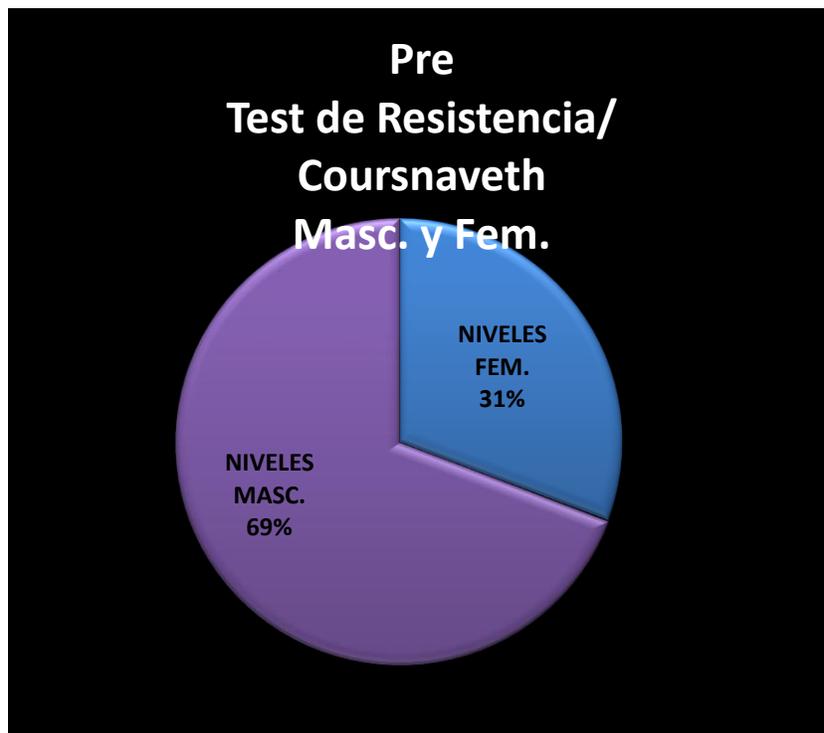
PRE TEST DE RESISTENCIA/COURSNVETH GÉNERO FEMENINO Y MASCULINO CON DISCAPACIDADES MENTALES DE (RM Y SD)

CUADRO N°4

Género Femenino con talla de 1.23 a 1.56	
NIVELES	47

Género Masculino con talla de 1.11 a 1.65	
NIVELES	106

GRAFICA N°4



Interpretación: tomando como base los resultados de la prueba inicial Del test de Resistencia/coursnaveth El nivel con mayor porcentaje lo obtuvo el género masculino con discapacidad Intelectual de Síndrome Down y Retraso mental con un nivel alto, sobre el nivel del género femenino.

4.2.4 PRE TEST DE NIVEL TECNICO

N°	Nombres Femenino	Edad	Disca	Talla	DROP	CLEAR	GOLPEO	REMATE	AGARRE
1	Juana Elizabeth Guardado	17	RM	1.47	B	B	B	MB	B
2	Roció Tejada Chicas	16	RM	1.23	B	B	B	MB	B
3	GeiselNayely Rivas	15	RM	1.34	B	B	B	MB	B
4	Lilibeth Alejandra Dueñas	14	RM	1.25	B	MB	MB	MB	B
5	Dinora Virginia Posada	10	RM	1.49	B	B	B	MB	B
6	Reina Elizabeth Ramos	17	RM	1.50	B	MB	MB	MB	B
7	Sandra Nohemí Castro	17	RM	1.56	B	B	B	MB	MB
8	Sara Guadalupe Enríquez	11	SD	1.34	MB	B	B	MB	B
9	Ruth Nohemí Torres	13	SD	1.45	MB	B	MB	MB	B
10	Lady Carina Lucano	12	RM	1.34	B	B	B	MB	MB
11	Lesly Janeth Rivas	9	RM	1.39	MB	MB	B	MB	MB
Nombres Masculinos									
12	Kevin Alexander Meléndez	10	SD	1.56	MB	B	B	B	B
13	Manuel Antonio Hércules	8	RM	1.32	MB	B	B	B	B
14	Juan Daniel Segovia	16	SD	1.56	B	B	B	MB	MB
15	Josué Adonay Velasco	10	SD	1.57	B	B	B	MB	B
16	Marlon Alexis Valladares	11	SD	1.47	MB	B	B	B	MB
17	Jonathan Alexander Henríquez	15	RM	1.65	B	B	B	MB	B
18	Juan Diego Posada	15	SD	1.30	B	B	B	MB	B
19	Jorge Mauricio Flores	17	RM	1.45	B	B	B	MB	B
20	Roberto Antonio Contreras	18	RM	1.39	MB	MB	MB	MB	MB
21	Pedro Ismael Galán	18	RM	1.60	B	B	B	MB	MB
22	Rosenberg Ernesto Pérez	12	SD	1.50	B	B	B	MB	MB
23	Joalmo Antonio Rosales	18	RM	1.59	B	B	B	MB	B
24	Diego Armando Reinoso	11	RM	1.56	MB	B	B	B	MB
25	Oscar Reinaldo González	14	SD	1.40	MB	B	MB	B	E
26	Santos Ricardo Mejía	15	RM	1.35	MB	B	B	B	E
27	Oswaldo Alexander Garay	12	RM	1.56	MB	B	B	B	MB
28	Michael Geovanny Flores	12	RM	1.56	MB	B	B	B	B
29	Jairo Alexander Cartagena	17	RM	1.45	MB	MB	MB	MB	MB
30	Bryant Francisco Menjivar	12	RM	1.45	B	B	B	B	MB
31	Gerson Manuel Araujo	16	RM	1.49	MB	MB	MB	MB	MB
32	Luis Alejandro Murillo	9	RM	1.44	B	B	B	MB	B
33	Franklin Ernesto guerra	11	RM	1.11	B	B	B	B	B

RM	Retraso Mental
SD	Síndrome Down

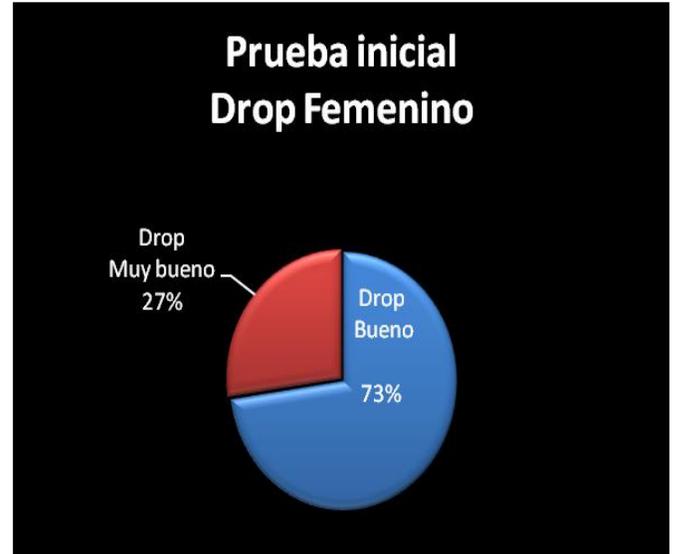
B	Bueno
MB	Muy Bueno
E	Excelente

**PRE TEST TÉCNICO GÉNERO FEMENINO CON
DISCAPACIDADES MENTALES DE (RM Y SD)**

CUADRO N°5

Género Femenino con talla de 1.23 a 1.56		
Drop	Bueno	Muy bueno
	8	3

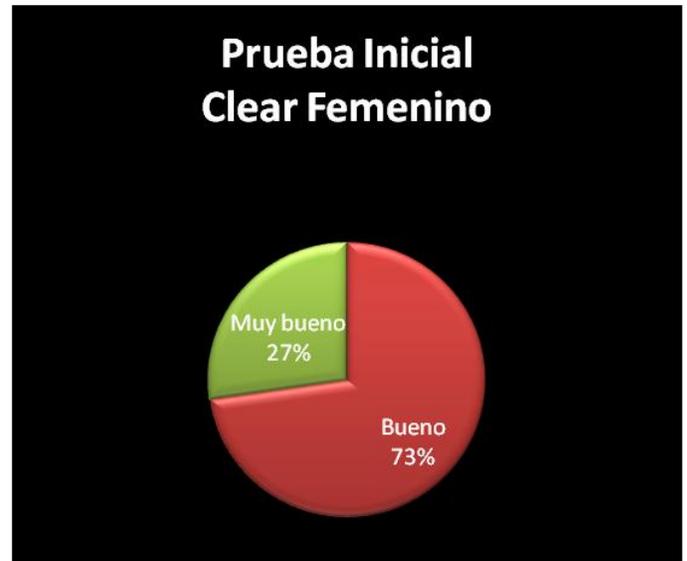
GRAFICA N°5



CUADRO N°6

Género Femenino con talla de 1.23 a 1.56		
Clear	Bueno	Muy bueno
	8	3

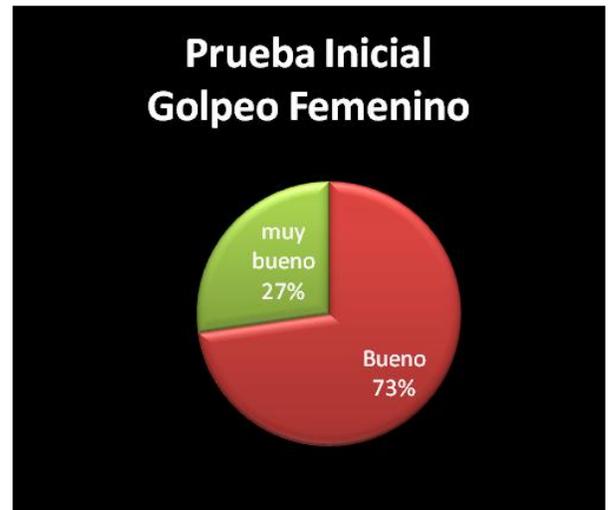
GRAFICA N°6



GRAFICA N°7

CUADRO N°7

Género Femenino con talla de 1.23 a 1.56		
Golpeo	Bueno	muy bueno
	8	3



CUADRO N°8

Género Femenino con talla de 1.23 a 1.56		
Remate	Bueno	muy bueno
	0	11

GRAFICA N°8



Interpretación: De los datos obtenidos de la prueba inicial del test técnico, del género femenino con Discapacidad Intelectual de Retraso Mental, y Síndrome Down en las modalidades de "Drop, clear, golpeo, remate", en categorías de "Bueno y Muy Bueno" En la Categoría "Bueno": para "Drop" se obtuvo un porcentaje alto, para "Clear" el mínimo y para "Golpeo" se mantuvo el mismo porcentaje, Mientras que en "muy bueno" Para "Drop" se obtuvo un porcentaje medio, para "Clear" se mantiene el porcentaje medio, para "Golpeo" se obtuvo el mismo porcentaje Y Un porcentaje al máximo para "Remate"; se logra determinar que no hubo variación entre ambas a excepción de Remate que obtuvo un total del máximo en la categoría de muy bueno

**PRE TEST TÉCNICO GÉNERO MASCULINO CON
DISCAPACIDADES MENTALES DE (RM Y SD)**

GRAFICO N°9

CUADRO N°9

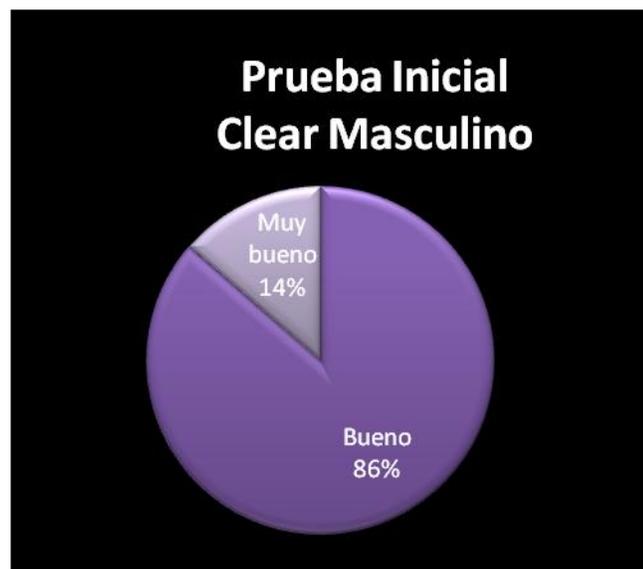
Género Masculino con talla de 1.11 a 1.65		
Drop	Bueno	Muy bueno
	11	11



GRAFICO N°10

CUADRO N°10

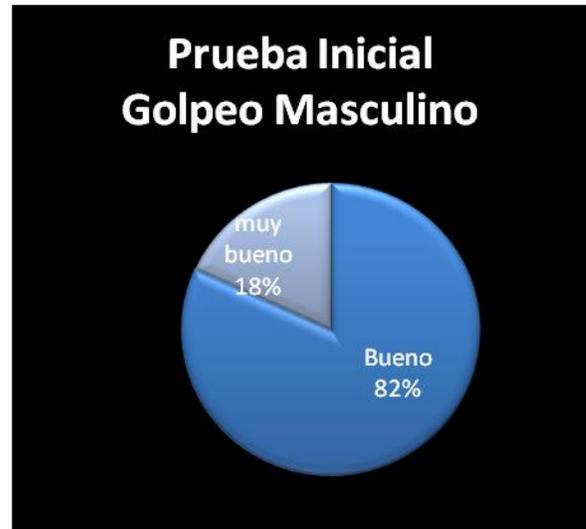
Género Masculino con talla de 1.11 a 1.65		
Clear	Bueno	Muy bueno
	19	3



CUADRO N°11

Género Masculino con talla de 1.11 a 1.65		
Golpeo	Bueno	muy bueno
	18	4

GRAFICA N°11



CUADRO N°12

Género Masculino con talla de 1.11 a 1.65		
Remate	Bueno	muy bueno
	10	12

GRAFICA N°12



Estos son los datos obtenidos de la prueba inicial del test técnico, del género masculino con Discapacidad Intelectual de Retraso Mental, y Síndrome Down en las modalidades de "Drop, clear, golpeo, remate", dividido en categorías de "Bueno y Muy Bueno" En la Categoría "Bueno": para "Drop" se obtuvo un medio, para "Clear" un porcentaje alto, para "Golpeo" se mantuvo el mismo porcentaje y Para Remate un porcentaje bajo a los anteriores Mientras que en "muy bueno" Para "Drop" se obtuvo un porcentaje medio, para "Clear" un porcentaje muy bajo, para "Golpeo" un porcentaje mínimo y para "Remate" un porcentaje un poco arriba del medio Obteniendo una variación en todas las modalidades.

APLICACIÓN DEL POST TEST DEL PROGRAMA DE EJERCICIOS

4.2.5 POSTTEST COMBINADO

N°	Nombres Femeninos	Edad	Disca	Talla	Abdominales	Flexiones	Pechadas
1	Juana Elizabeth Guardado	17	RM	1.47	24	45	52
2	Roció Tejada Chicas	16	RM	1.23	27	47	53
3	GeiselNayely Rivas	15	RM	1.34	26	46	55
4	Lilibeth Alejandra Dueñas	14	RM	1.25	29	48	50
5	Dinora Virginia Posada	10	RM	1.49	28	46	56
6	Reina Elizabeth Ramos	17	RM	1.50	29	43	58
7	Sandra Nohemí Castro	17	RM	1.56	30	43	59
8	Sara Guadalupe Enríquez	11	SD	1.34	28	51	52
9	Ruth Nohemí Torres	13	SD	1.45	30	59	59
10	Lady Carina Lucano	12	RM	1.34	39	66	59
11	Lesly Janeth Rivas	9	RM	1.39	39	51	52
Nombres Masculinos							
1	Kevin Alexander Meléndez	10	SD	1.56	29	49	58
2	Manuel Antonio Hércules	8	RM	1.32	30	56	49
3	Juan Daniel Segovia	16	SD	1.56	31	45	39
4	Josué Adonay Velasco	10	SD	1.57	29	45	56
5	Marlon Alexis Valladares	11	SD	1.47	27	48	55
6	Jonathan Alexander Henríquez	15	RM	1.65	29	44	57
7	Juan Diego Posada	15	SD	1.30	32	49	60
8	Jorge Mauricio Flores	17	RM	1.45	26	47	49
9	Roberto Antonio Contreras	18	RM	1.39	36	46	47
10	Pedro Ismael Galán	18	RM	1.60	40	47	50
11	Rosenberg Ernesto Pérez	12	SD	1.50	22	44	49
12	Joalmo Antonio Rosales	18	RM	1.59	39	46	48
13	Diego Armando Reinoso	11	RM	1.56	23	45	49
14	Oscar Reinaldo González	14	SD	1.40	37	49	61
15	Santos Ricardo Mejía	15	RM	1.35	25	44	51
16	Oswaldo Alexander Garay	12	RM	1.56	29	54	55
17	Michael Geovanny Flores	12	RM	1.56	30	39	56
18	Jairo Alexander Cartagena	17	RM	1.45	28	54	63
19	Bryant Francisco Menjivar	12	RM	1.45	35	50	50
20	Gerson Manuel Araujo	16	RM	1.49	36	57	52
21	Luis Alejandro Murillo	9	RM	1.44	28	44	59
22	Franklin Ernesto guerra	11	RM	1.11	20	29	42

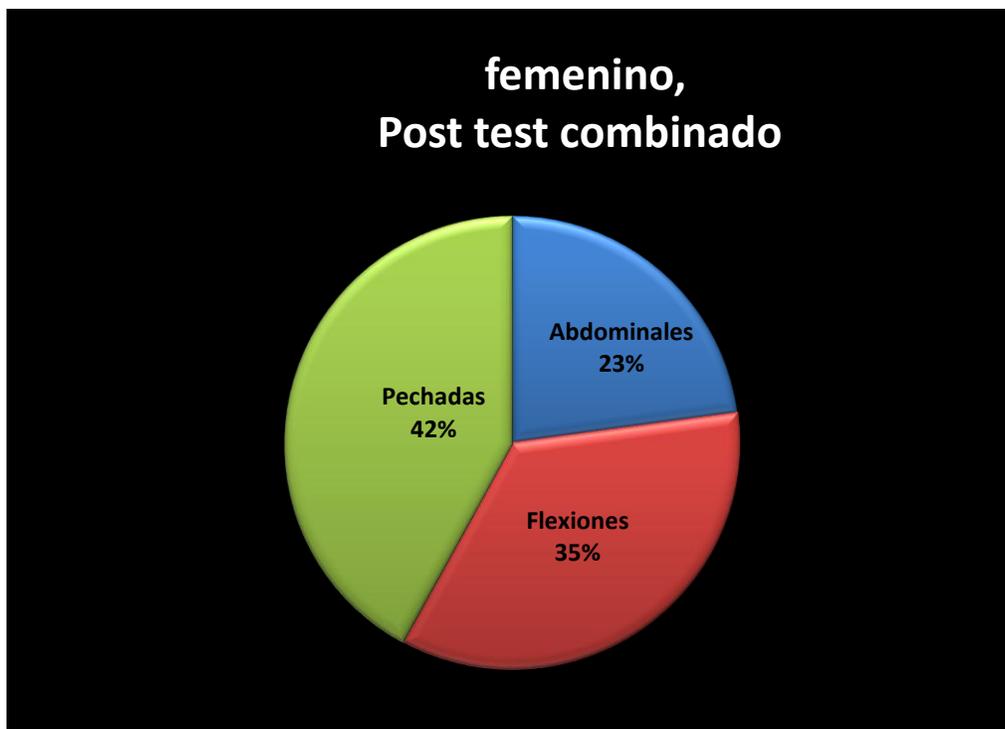
RM	Retraso Mental
SD	Síndrome Down

**POST TEST COMBINADO GÉNERO FEMENINO CON
DISCAPACIDADES MENTALES DE (RM Y SD)**

CUADRO N°13

Género Femenino con talla de 1.23 a 1.56		
1	Abdominales	329
2	Flexiones	505
3	Pechadas	605

GRAFICA N°13



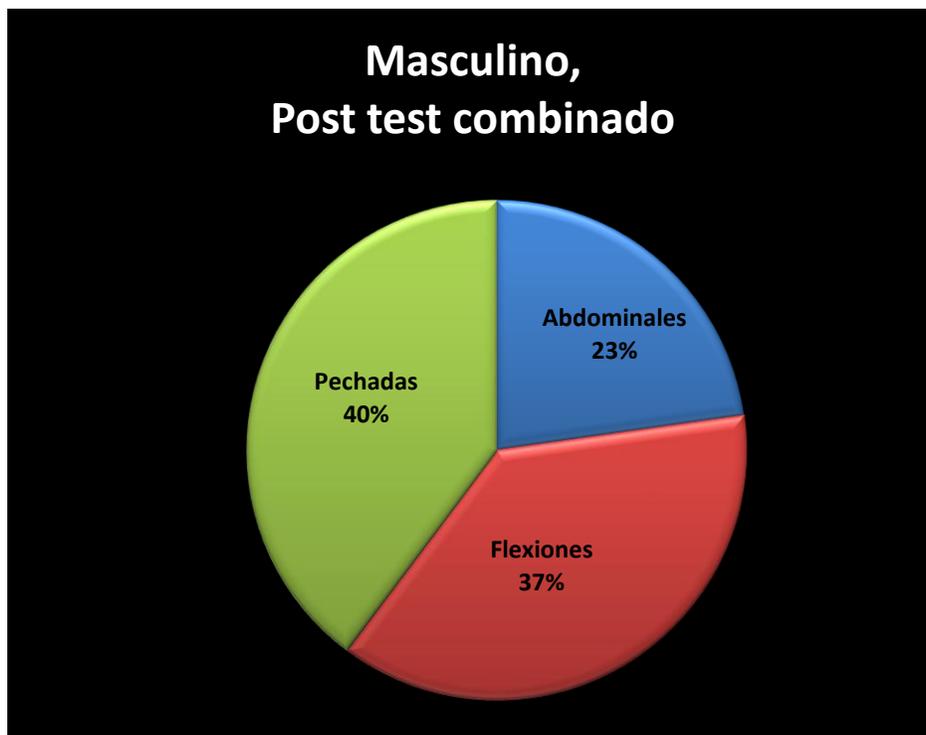
De los resultados obtenidos en las pruebas, se pudo conocer que en la prueba final del test combinado del género femenino con Discapacidad Intelectual de Retraso Mental, y Síndrome Down obtuvo resultado similar a la prueba inicial de pechada, en flexiones hubo un porcentaje que disminuyó, y abdominales con el mínimo de porcentaje aumento el mínimo porcentaje con respecto a la prueba inicial.

**POSTTEST COMBINADO GÉNERO MASCULINO CON
DISCAPACIDADES MENTALES DE (RM Y SD)**

CUADRO N°14

Género Masculino con talla de 1.11 a 1.65		
1	Abdominales	661
2	Flexiones	1.088
3	Pechadas	1.155

GRAFICO N°14



Interpretación: Según los datos recolectados de la prueba final del test combinado del género masculino con discapacidad intelectual de Síndrome de Down y Retraso Mental el mayor porcentaje fueron las pechadas disminuyendo en lo mínimo con respecto a la prueba inicial, el que le sigue es flexiones, se mantuvo igual al de la prueba inicial, quedando en último lugar las abdominales que aumento un porcentaje con respecto la prueba inicial.

4.2.6 POST TEST DE VELOCIDAD 60/mts

N°	Nombres Femenino	Edad	Disca	Talla		60 mts	
1	Juana Elizabeth Guardado	17	RM	1.47		9 seg	
2	Roció Tejada Chicas	16	RM	1.23		7 seg	
3	GeiselNayely Rivas	15	RM	1.34		6 seg	
4	Lilibeth Alejandra Dueñas	14	RM	1.25		8 seg	
5	Dinora Virginia Posada	10	RM	1.49		7 seg	
6	Reina Elizabeth Ramos	17	RM	1.50		7 seg	
7	Sandra Nohemí Castro	17	RM	1.56		7 seg	
8	Sara Guadalupe Enríquez	11	SD	1.34		7 seg	
9	Ruth Nohemí Torres	13	SD	1.45		8 seg	
10	Lady Carina Lucano	12	RM	1.34		6 seg	
11	Lesly Janeth Rivas	9	RM	1.39		8 seg	
Nombres Masculinos							
1	Kevin Alexander Meléndez	10	SD	1.56		7 seg	
2	Manuel Antonio Hércules	8	RM	1.32		6 seg	
3	Juan Daniel Segovia	16	SD	1.56		8 seg	
4	Josué Adonay Velasco	10	SD	1.57		7 seg	
5	Marlon Alexis Valladares	11	SD	1.47		8 seg	
6	Jonathan Alexander Henríquez	15	RM	1.65		9 seg	
7	Juan Diego Posada	15	SD	1.30		8 seg	
8	Jorge Mauricio Flores	17	RM	1.45		7 seg	
9	Roberto Antonio Contreras	18	RM	1.39		7 seg	
10	Pedro Ismael Galán	18	RM	1.60		6 seg	
11	Rosenberg Ernesto Pérez	12	SD	1.50		7 seg	
12	Joalmo Antonio Rosales	18	RM	1.59		6 seg	
13	Diego Armando Reinosá	11	RM	1.56		8 seg	
14	Oscar Reinaldo González	14	SD	1.40		7 seg	
15	Santos Ricardo Mejía	15	RM	1.35		7 seg	
16	Oswaldo Alexander Garay	12	RM	1.56		7 seg	
17	Michael Geovanny Flores	12	RM	1.56		8 seg	
18	Jairo Alexander Cartagena	17	RM	1.45		6 seg	
19	Bryant Francisco Menjivar	12	RM	1.45		8 seg	
20	Gerson Manuel Araujo	16	RM	1.49		7 seg	
21	Luis Alejandro Murillo	9	RM	1.44		7 seg	
22	Franklin Ernesto guerra	11	RM	1.11		12 seg	

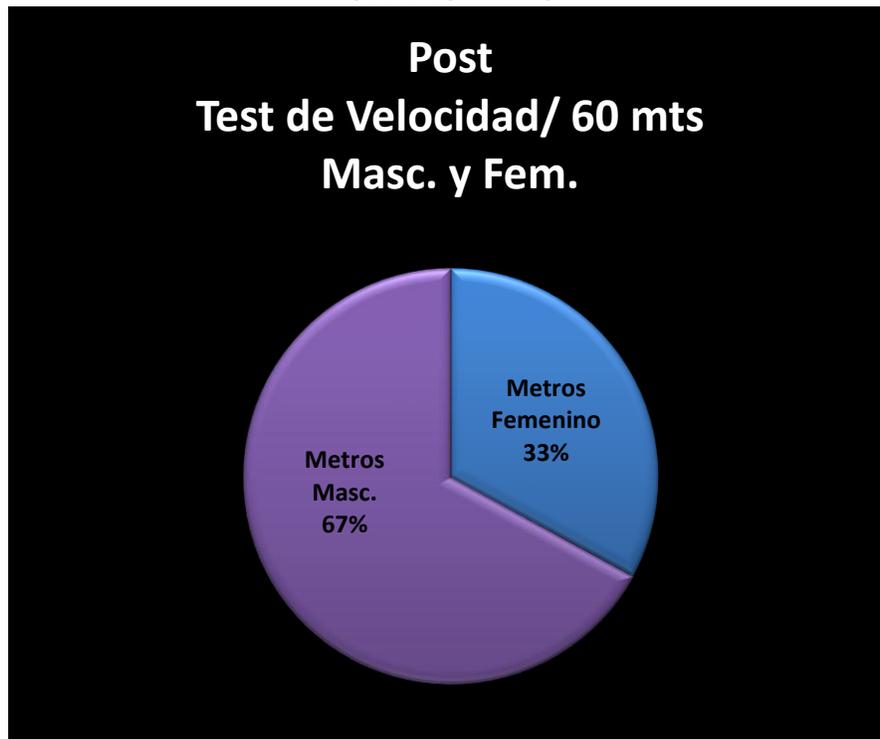
RM	Retraso Mental
SD	Síndrome Down

POST TEST DE VELOCIDAD/60 MTS. GÉNERO FEMENINO Y MASCULINO CON DISCAPACIDADES MENTALES DE (RM Y SD)

CUADRO N°15

Género Femenino con talla de 1.23 a 1.56	
Total Metros	80
Género Masculino con talla de 1.11 a 1.65	
Total Metros	163

GRAFICA N°15



Interpretación: Según los datos obtenidos de la prueba final del test de velocidad/60 mts, con discapacidad Intelectual de retraso mental y síndrome de Down el género femenino obtuvo una velocidad en porcentaje positivo Obteniendo 1% más que en la prueba inicial,

siendo aún menor que la del género Masculino quien obtuvo un mayor resultado en la prueba disminuyendo el 1% a la prueba inicial

N°	Nombres Femenino	Edad	Disca	Talla		coursnaveth	Niveles	
1	Juana Elizabeth Guardado	17	RM	1.47			5	
2	Roció Tejada Chicas	16	RM	1.23			6	

3	GeiselNayely Rivas	15	RM	1.34		4	
4	Lilibeth Alejandra Dueñas	14	RM	1.25		6	
5	Dinora Virginia Posada	10	RM	1.49		4	
6	Reina Elizabeth Ramos	17	RM	1.50		6	
7	Sandra Nohemí Castro	17	RM	1.56		6	
8	Sara Guadalupe Enríquez	11	SD	1.34		5	
9	Ruth Nohemí Torres	13	SD	1.45		4	
10	Lady Carina Lucano	12	RM	1.34		5	
11	Lesly Janeth Rivas	9	RM	1.39		5	
Nombres Masculinos							
1	Kevin Alexander Meléndez	10	SD	1.56		6	
2	Manuel Antonio Hércules	8	RM	1.32		6	
3	Juan Daniel Segovia	16	SD	1.56		6	
4	Josué Adonay Velasco	10	SD	1.57		5	
5	Marlon Alexis Valladares	11	SD	1.47		4	
6	Jonathan Alexander Henríquez	15	RM	1.65		6	
7	Juan Diego Posada	15	SD	1.30		6	
8	Jorge Mauricio Flores	17	RM	1.45		5	
9	Roberto Antonio Contreras	18	RM	1.39		5	
10	Pedro Ismael Galán	18	RM	1.60		6	
11	Rosenberg Ernesto Pérez	12	SD	1.50		6	
12	Joalmo Antonio Rosales	18	RM	1.59		5	
13	Diego Armando Reinoso	11	RM	1.56		6	
14	Oscar Reinaldo González	14	SD	1.40		5	
15	Santos Ricardo Mejía	15	RM	1.35		5	
16	Oswaldo Alexander Garay	12	RM	1.56		5	
17	Michael Geovanny Flores	12	RM	1.56		5	
18	Jairo Alexander Cartagena	17	RM	1.45		7	
19	Bryant Francisco Menjivar	12	RM	1.45		6	
20	Gerson Manuel Araujo	16	RM	1.49		5	
21	Luis Alejandro Murillo	9	RM	1.44		3	
22	Franklin Ernesto guerra	11	RM	1.11		2	

4.2.7 POST TEST DE RESISTENCIA

RM	Retraso Mental
SD	Síndrome Down

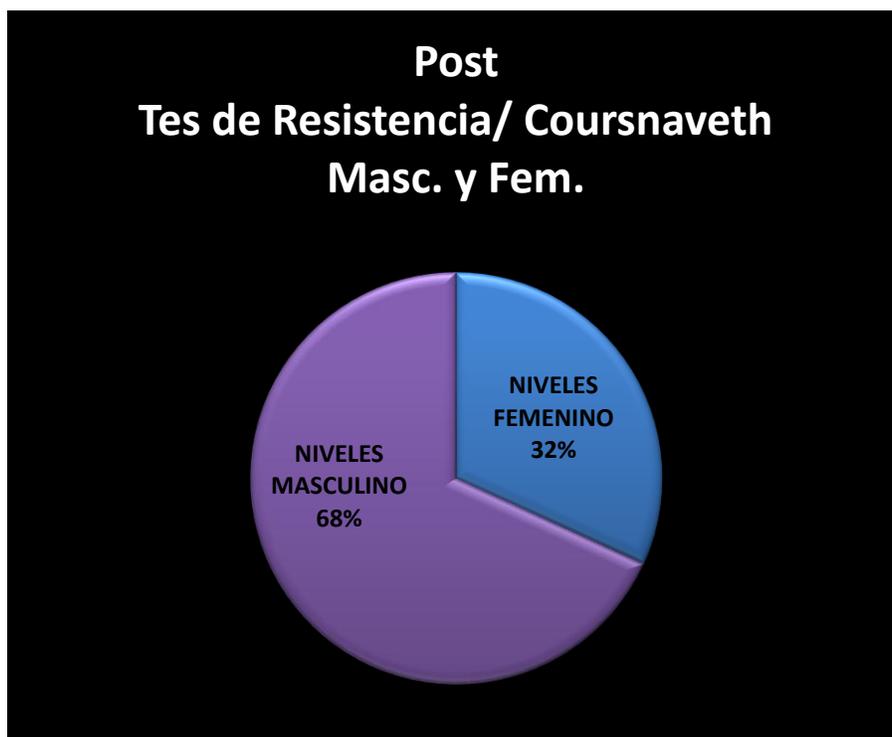
POST TEST DE RESISTENCIA/COURSNVETH GÉNERO FEMENINO Y MASCULINO CON DISCAPACIDADES MENTALES DE (RM Y SD)

CUADRO N°16

Género Femenino con talla de 1.23 a 1.56	
NIVELES	56

Género Masculino con talla de 1.11 a 1.65	
NIVELES	120

GRAFICA N°16



Tomando como base los resultados de la prueba final del test de Resistencia/coursnaveth El nivel con mayor porcentaje lo obtuvo el género masculino con discapacidad Intelectual de Síndrome Down y Retraso mental con un nivel negativo con una disminución del 1% al de la prueba inicial pero aun así sobre el nivel del género femenino que fue de porcentaje menor, que aumentó el 1% con respecto a la de la prueba inicial

4.2.8 POST TEST DEL NIVEL TECNICO

N°	Nombres Femenino	Edad	Disca	Talla	DROP	CLEAR	GOLPEO	REMATE	AGARRE
1	Juana Elizabeth Guardado	17	RM	1.47	MB	MB	MB	E	MB
2	Roció Tejada Chicas	16	RM	1.23	MB	B	MB	MB	MB
3	GeiselNayely Rivas	15	RM	1.34	B	MB	MB	MB	MB
4	Lilibeth Alejandra Dueñas	14	RM	1.25	MB	MB	MB	MB	MB
5	Dinora Virginia Posada	10	RM	1.49	MB	B	MB	MB	MB
6	Reina Elizabeth Ramos	17	RM	1.50	B	MB	MB	MB	MB
7	Sandra Nohemí Castro	17	RM	1.56	MB	MB	MB	E	MB
8	Sara Guadalupe Enríquez	11	SD	1.34	MB	MB	MB	MB	MB
9	Ruth Nohemí Torres	13	SD	1.45	MB	MB	MB	MB	MB
10	Lady Carina Lucano	12	RM	1.34	MB	MB	MB	E	MB
11	Lesly Janeth Rivas	9	RM	1.39	MB	MB	MB	MB	MB
Nombres Masculinos									
1	Kevin Alexander Meléndez	10	SD	1.56	MB	MB	MB	B	E
2	Manuel Antonio Hércules	8	RM	1.32	MB	MB	MB	B	E
3	Juan Daniel Segovia	16	SD	1.56	MB	MB	MB	MB	E
4	Josué Adonay Velasco	10	SD	1.57	MB	MB	MB	MB	MB
5	Marlon Alexis Valladares	11	SD	1.47	MB	MB	MB	B	E
6	Jonathan Alexander Henríquez	15	RM	1.65	MB	MB	MB	MB	MB
7	Juan Diego Posada	15	SD	1.30	B	MB	MB	MB	E
8	Jorge Mauricio Flores	17	RM	1.45	MB	MB	B	MB	MB
9	Roberto Antonio Contreras	18	RM	1.39	MB	MB	MB	MB	E
10	Pedro Ismael Galán	18	RM	1.60	MB	MB	B	MB	E
11	Rosenberg Ernesto Pérez	12	SD	1.50	B	MB	B	MB	E
12	Joalmo Antonio Rosales	18	RM	1.59	B	B	B	MB	MB
13	Diego Armando Reinoso	11	RM	1.56	MB	MB	B	B	MB
14	Oscar Reinaldo González	14	SD	1.40	MB	MB	MB	B	E
15	Santos Ricardo Mejía	15	RM	1.35	MB	MB	B	B	E
16	Oswaldo Alexander Garay	12	RM	1.56	MB	B	B	B	E
17	Michael Geovanny Flores	12	RM	1.56	MB	B	MB	B	MB
18	Jairo Alexander Cartagena	17	RM	1.45	MB	MB	MB	E	E
19	Bryant Francisco Menjivar	12	RM	1.45	B	B	MB	B	E
20	Gerson Manuel Araujo	16	RM	1.49	MB	MB	MB	MB	E
21	Luis Alejandro Murillo	9	RM	1.44	B	MB	B	MB	E
22	Franklin Ernesto guerra	11	RM	1.11	MB	MB	MB	B	MB

RM	Retraso Mental
SD	Síndrome Down

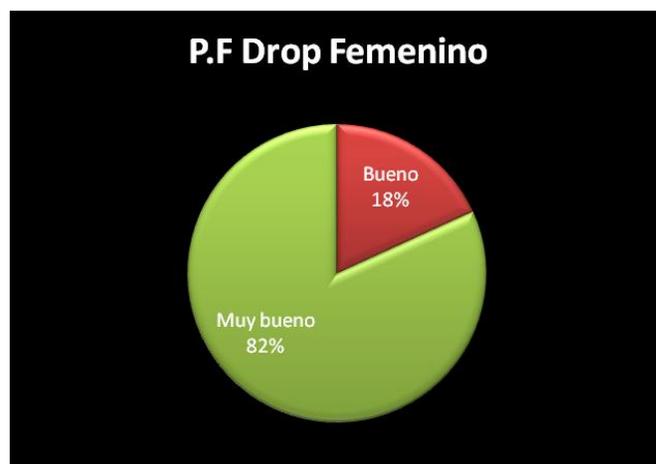
B	Bueno
MB	Muy Bueno
E	Excelente

**POST TEST TÉCNICO GÉNERO FEMENINO CON
DISCAPACIDADES MENTALES DE (RM Y SD)**

CUADRO N°17

Género Femenino con talla de 1.23 a 1.56		
Drop	Bueno	Muy bueno
	2	9

GRAFICA N°17



CUADRO N°18

Género Femenino con talla de 1.23 a 1.56		
Clear	Bueno	Muy bueno
	2	9

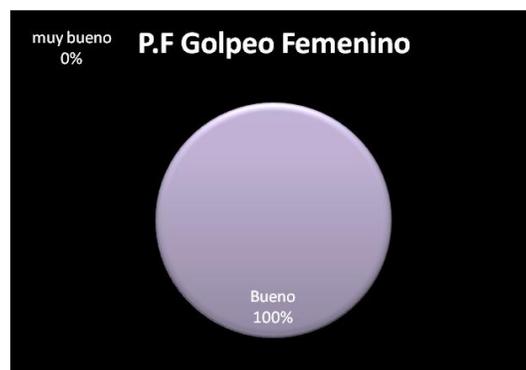
GRAFICA N°18



CUADRO N°19

Género Femenino con talla de 1.23 a 1.56		
Golpeo	Bueno	muy bueno
	11	0

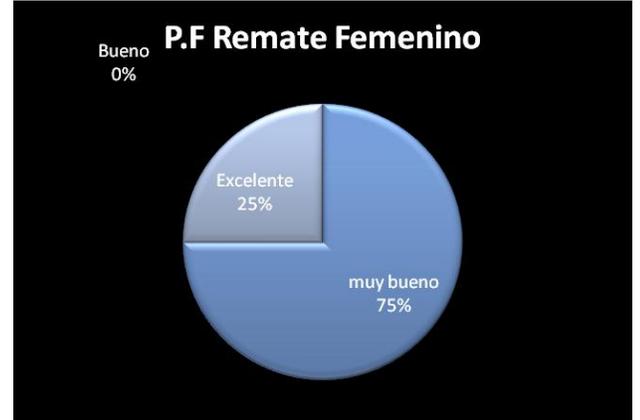
GRAFICA N°19



GRAFICA N°2

CUADRO N°20

Género Femenino con talla de 1.23 a 1.56			
Remate	Bueno	muy bueno	Excelente
	0	9	2



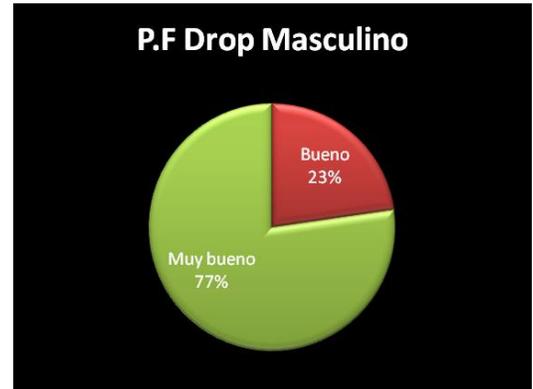
Interpretación: De los datos obtenidos de la prueba Final del test técnico, del género femenino con Discapacidad Intelectual de Retraso Mental, y Síndrome Down en las modalidades de "Drop, clear, golpeo, remate", dividido en categorías de "Bueno y Muy Bueno" y "Excelente" En la Categoría "Bueno": para "Drop" se obtuvo un porcentaje significativo "Clear" un porcentaje, Mientras que en "muy bueno" Para "Drop" se obtuvo un porcentaje positivo aumentando su capacidad, para "Clear" un porcentaje significativo para "Golpeo" un porcentaje máximo y para "Remate" un porcentaje alto Y en La categoría "Excelente" solamente una modalidad obtuvo porcentaje la cual fue "Remate" con un porcentaje significativo Obteniendo una variación en todas las modalidades con una nueva categoría lo que hace la diferencia entre la prueba inicial y final pues hubo una mejoría que fue excelente.

**POST TEST TÉCNICO GÉNERO MASCULINO CON
DISCAPACIDADES MENTALES DE (RM Y SD)**

CUADRO N°21

Género Masculino con talla de 1.23 a 1.56		
Drop	Bueno	Muy bueno
	5	17

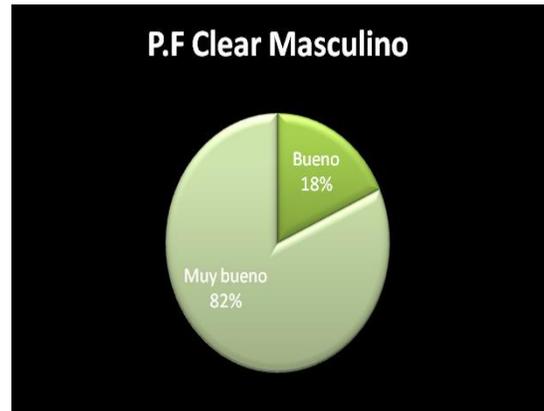
GRAFICA N°21



CUADRO N°22

Género Masculino con talla de 1.23 a 1.56		
Clear	Bueno	Muy bueno
	4	18

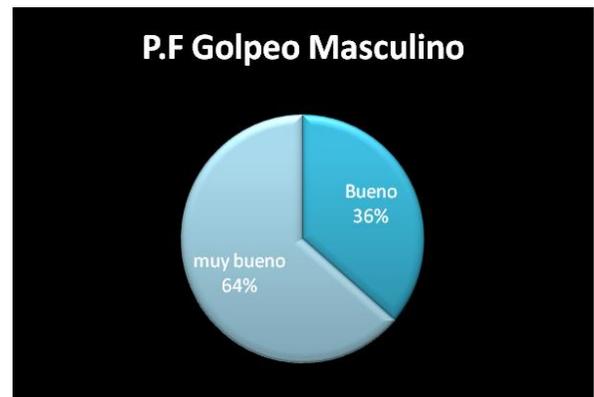
GRAFICA N°22



CUADRO N°23

Género Masculino con talla de 1.11 a 1.65		
Golpeo	Bueno	muy bueno
	8	14

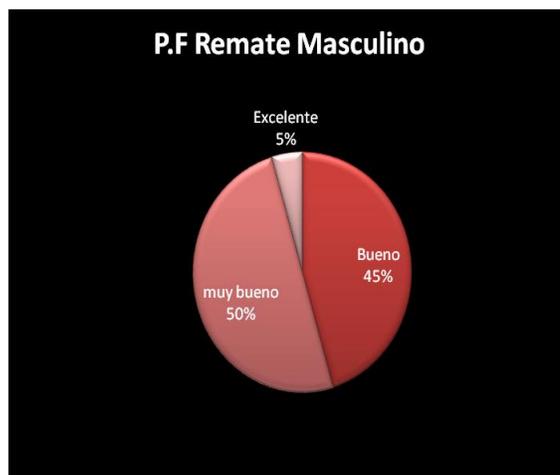
GRAFICA N°23



CUADRO N°24

Género Masculino con talla de 1.11 a 1.65			
Remate	Bueno	muy bueno	Excelente
	10	11	1

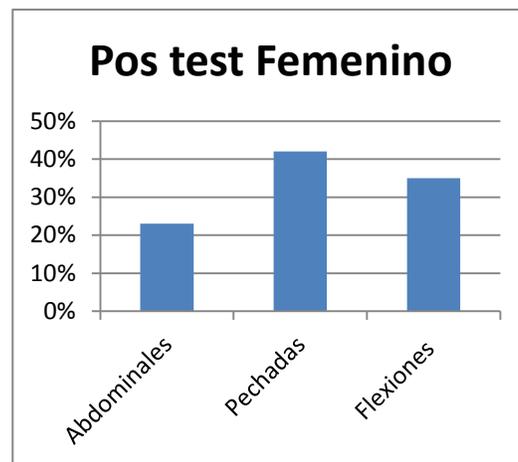
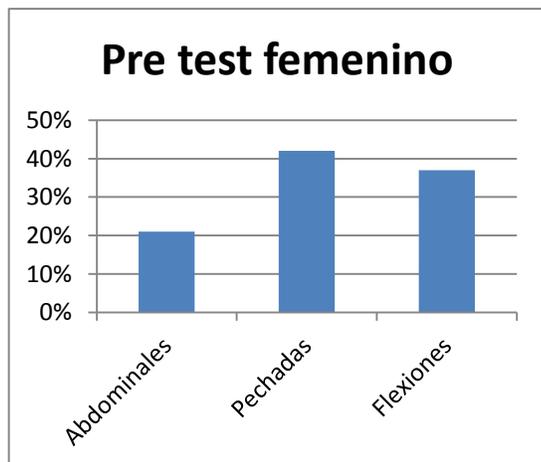
GRAFICA N°24



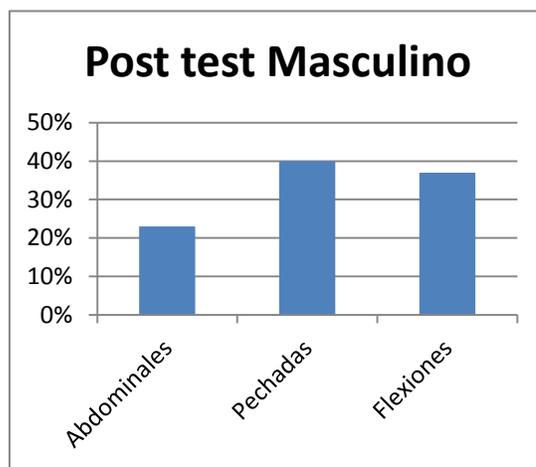
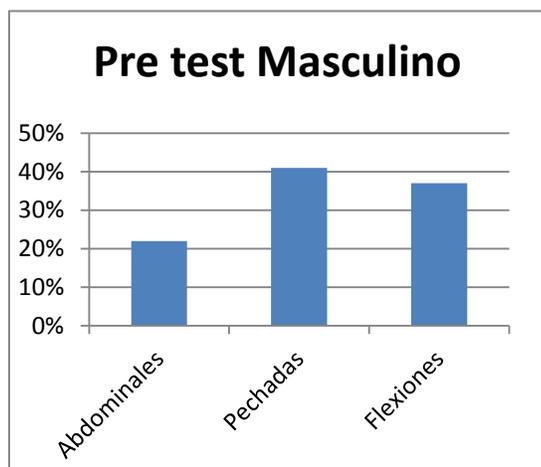
Interpretación: De los datos obtenidos de la prueba Final del test técnico, del género Masculino con Discapacidad Intelectual de Retraso Mental, y Síndrome Down en las modalidades de "Drop, clear, golpeo, remate", dividido en categorías de "Bueno y Muy Bueno" y "Excelente" En la Categoría "Bueno": para "Drop" un resultado significativo "Clear" con otro porcentaje, para "Golpeo" un buen porcentaje Y para "Remate" un mínimo aumento; Mientras que en "muy bueno" Para "Drop" se obtuvo un porcentaje positivo, para "Clear" un porcentaje positivo para "Golpeo" un porcentaje positivo y para "Remate" aumento significativo. Y en La categoría "Excelente" solamente una modalidad obtuvo porcentaje la cual fue "Remate" positivo. Obteniendo una variación Moderada en todas las modalidades con una nueva categoría lo que hace la diferencia entre la prueba inicial y final pues hubo una mejoría que fue excelente, al igual que el género femenino.

4.2 COMPARACION DE RESULTADOS

TEST COMBINADO

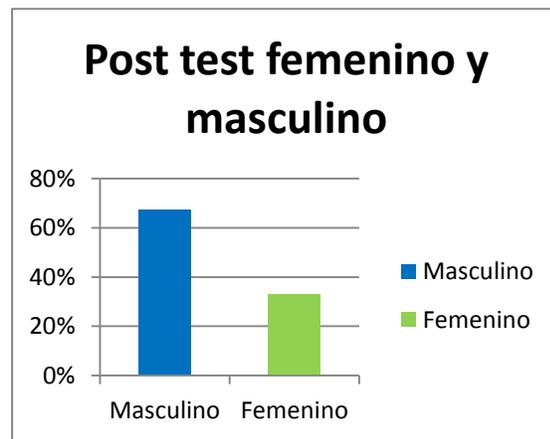
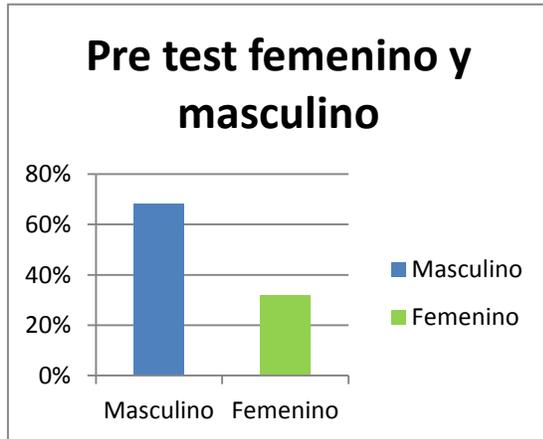


De acuerdo a estos resultados se observa una mejoría en el test combinado así: abdominales aumento 2%, las pechadas se mantuvieron al mismo nivel y las flexiones disminuyeron en un 2%. Por lo que se puede afirmar que el programa de ejercicio es funcional o efectivo



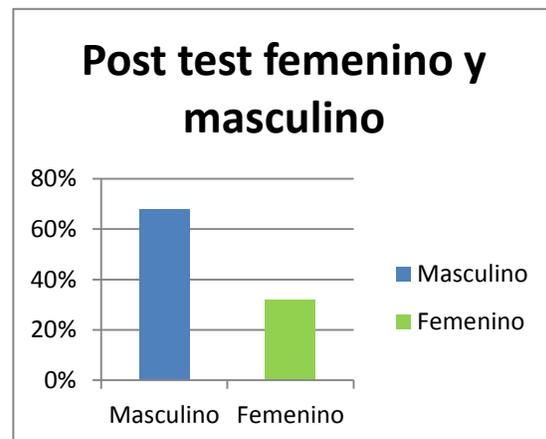
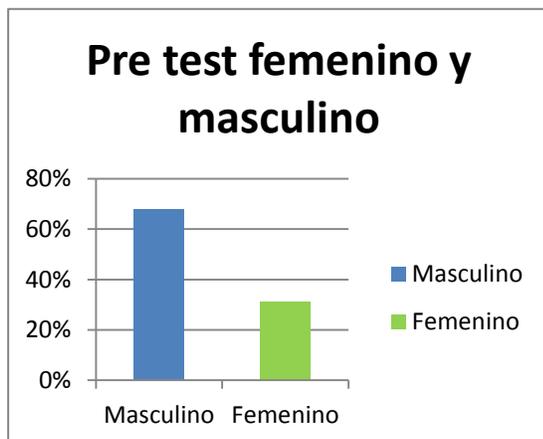
Con respecto a la observación de estos resultados se determina que en los niños y niñas con discapacidad intelectual con el desarrollo del test combinado se encuentra una mejora en un 1% de las abdominales, las pechadas disminuyeron en un 1% y las flexiones se mantuvieron en el mismo nivel.

TEST DE VELOCIDAD 60/mts



Con respecto a la observación de estos resultados del test de velocidad se observan mejoras de un 1% en el género masculino y resultado negativo en el género femenino con una disminución de un 1%.

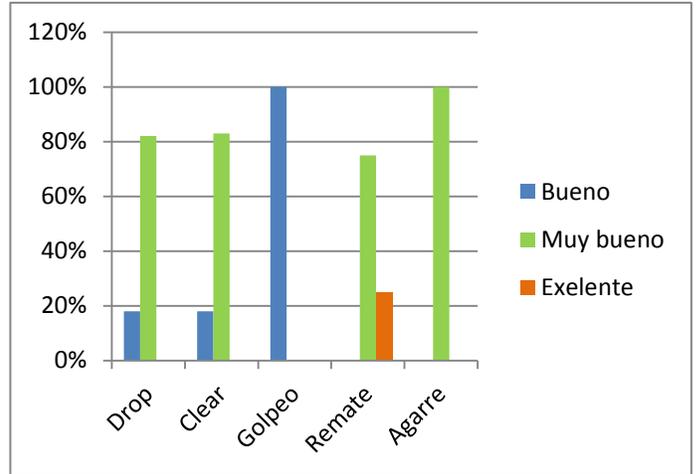
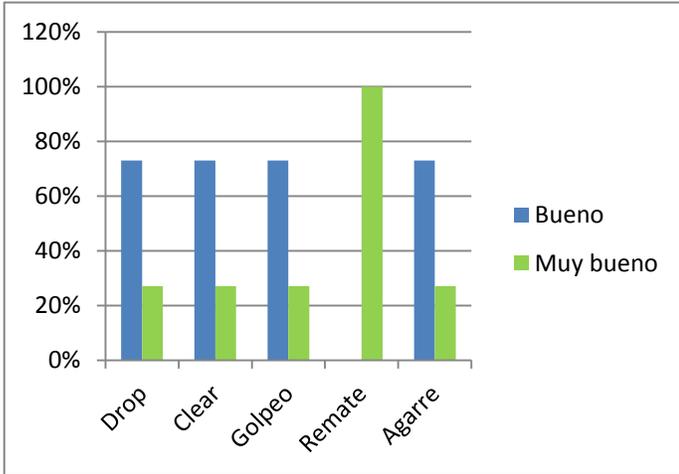
TEST DE RESISTENCIA/ COURNAVETTE



De acuerdo a la observación del desarrollo del test de resistencia se determinan mejoras del 1% en el género femenino y el 1% de disminución en el género masculino

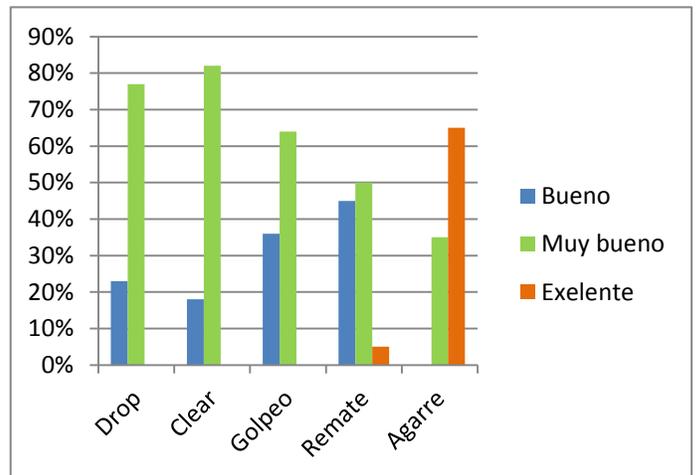
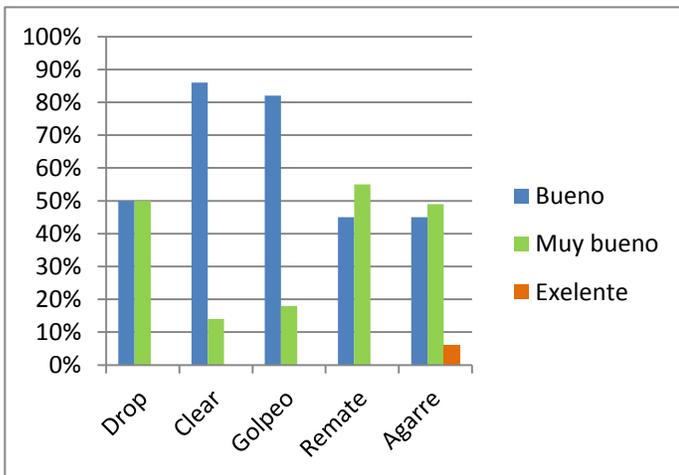
TEST DE NIVEL TECNICO

Pre testfemeninopost testfemenino



Con respectó al desarrollo del test técnico se determinan mejoras en el Drop de un 9%, Clear mejoro en un 9%, Golpeo disminuyo en un 27% ya que el 100% lo hizo BUENO, Remate hubo una mejora significativa ya que se obtuvo un 2% de EXCELENTE y en el agarre aumento en un 73% dando como positivo el porcentaje.

Pre testmasculinoPost testMasculino



Con el desarrollo del test técnico se observan mejoras en el Drop de un 27%, Clear mejoro en un 68%, golpeo disminuyo en un 46%, el remate disminuyo en 1% de EXELENTE y el Agarre en un 59% de EXELENTE todo esto con respecto a la prueba inicial.

4.3ANALISIS GLOBAL DE RESULTADOS

Con la ejecución del programa de ejercicios físico-técnico se ha determinado que el impacto y la mejora en niños y niñas con discapacidad intelectual de la escuela de educación especial del distrito 03-04 del municipio de Armenia del departamento de Sonsonate es de una moderada mejora entre la prueba inicial y la final dando así los resultados de un 1% de mejoría con respecto al pre test desarrollado.

De los resultados obtenidos en las pruebas se puede ver que la prueba final del test combinado del género femenino obtuvo resultados similares en las pechadas, en las flexiones disminuyó y en las abdominales aumento, todo esto con respecto a la prueba inicial dando como resultado un aproximado de un 2% de mejora con respecto al pre test del test combinado.

En los datos recolectados del test masculino en las pechadas disminuyeron, en las flexiones se mantuvieron y en las abdominales disminuyeron lo cual se determina que aumento en un 1% dando así una mejoría con respecto al pre test del test combinado

Según los datos obtenidos de la prueba final del test de velocidad 60/mts en el género femenino se obtuvieron porcentajes positivos, obteniendo el 1% más que en la prueba inicial. No así el género masculino que disminuyó en un 1% de la prueba inicial.

En la prueba de resistencia/ coursnavette, se obtuvo una baja del 1% del género masculino, no así en el género femenino que aumentó en un 1% con respecto a la prueba inicial.

Los datos obtenidos de la prueba final del test técnico arrojó el resultado del género femenino del Drop, Clear, Remate y Agarre cada uno de estos se divide en BUENO, MUY BUENO Y EXELENTE. Y al final de cada prueba se obtuvieron porcentajes significativos obteniendo una variación de todas las modalidades con una nueva categoría lo que hace la diferencia entre la prueba inicial y final pues hubo una mejoría que fue de excelente.

Y en los datos obtenidos del género masculino encontramos una variación moderada pero siempre significativa en todas las modalidades de Drop, Clear, Golpeo, Remate y Agarre haciendo la diferencia entre la prueba inicial y la final ya que al igual que el femenino hubo una mejoría significativa que fue de excelente en la prueba del remate. Dando como resultado una satisfacción positiva ya que se cumplieron los objetivos plasmados para esta investigación. Dando así resultados hasta de un 27 % de mejoría con respecto a el pre test del test técnico.

Dando como resultado después de haber implementado el programa d ejercicios antes mencionado se puede inferir que los ejercicio realizados mediante este programa funcionaron ya que al final de este existió mejoría en cada uno de los elementos evaluados por el respectivo test.

4.3 VALIDACION DE HIPOTESIS

HIPOTESIS	VALIDACION
<p><u>Hipótesis General:</u></p> <p>Con la implementación del programa de ejercicios físicos-técnicos se obtendrá un impacto positivo en la ejecución técnica del bádminton.</p>	<p>De acuerdo a los resultados obtenidos en la investigación la hipótesis planteada se acepta ya que se comprobó un impacto positivo en la técnica del bádminton lo que indica que el programa de ejercicios físico-técnicos fue funcional en los niños y niñas con discapacidad Intelectual. Como se puede observar en los diferentes test aplicados hubo mejoría que oscila entre un 1% y un 5% en el los cuadros 20 y 24 del análisis e interpretación de resultados.</p>
<p><u>Hipótesis específicos:</u></p> <p>Al desarrollar ejercicios técnicos habrá cambios en las diferentes funciones del golpeo.</p>	<p>Al desarrollar los ejercicios técnicos las diferentes funciones del Golpeo se comprobó una disminución en el desarrollo de estas funciones por lo tanto no se valida la hipótesis lo que indica que el programa de ejercicios físicos-técnicos no fue funcional en los niños y niñas con discapacidad intelectual. Observándolo en las distintas pruebas que hubo una disminución de un 46% en masculino y un 27% en femenino en la técnica del Golpeo por ejemplo en los cuadros 19 y 23 del análisis e interpretación de resultados.</p>
<p>Al aplicar las pruebas físicas de fuerza, de resistencia y de velocidad se obtendrán resultados significativos en niños y niñas con discapacidad intelectual.</p>	<p>Con la aplicación de las pruebas físicas de fuerza, resistencia y velocidad se comprobó una mejora en el aspecto técnico por lo tanto la hipótesis es válida y por lo consiguiente decimos que el programa de ejercicios fue fundamental para los niños y niñas con discapacidad intelectual. Con una mejora de un 1% en las pruebas de fuerza resistencia y velocidad lo podemos observar en los cuadros 13 y 16 del análisis e interpretación de resultados.</p>
<p>Al desarrollar las diferentes habilidades de desplazamiento adelante, atrás, izquierda y derecha en los tipos de remate se estimulará su capacidad técnica del Bádminton.</p>	<p>Cuando se estimularon las diferentes habilidades de desplazamiento adelante, atrás, izquierda y derecha se comprobó que se obtuvo una mejora significativa por lo consiguiente la hipótesis se válida y se puede decir que el programa de ejercicios físico-técnico fue funcional para los niños y niñas con discapacidad intelectual. Con la mejora de un 2% en femenino El ejemplo lo podemos evidenciar en el apartado 4.2.8 e el análisis e interpretación de datos en los cuadros: para femenino 17, 19 y 20.</p>

Al ejecutar los diferentes tipos de ejercicios para el agarre en el Bádminton se desarrolla un mejor dominio de los tipos de agarre.

Al ejecutar los ejercicios del agarre en el Bádminton hubo una mejora significativa en el desarrollo físico y mental de los atletas, por lo que se determina como válida la hipótesis. Obteniendo una mejora del 73% en masculino y un 59% en femenino, el ejemplo lo podemos evidenciar en el apartado 4.2.8 del análisis e interpretación de resultados.

CAPITULO V

CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES

5.1. CONCLUSIONES

- ✓ Después de completar la presente investigación se concluye que el programa de ejercicios físicos-técnicos, aplicado en los niños y niñas con discapacidad intelectual de la escuela especial de armenia en relación a la ejecución técnica de Bádminton fue funcional ya que el impacto fue positivo y se logró una mejor ejecución del nivel técnico de los estudiantes obteniendo resultados de un 1% de mejoría. Por lo tanto se afirma de manera concluyente que fue efectivo ejecutar este programa de ejercicios técnicos del deporte antes referido.

- ✓ Se observó que se tuvo una disminución al desarrollar los ejercicios técnicos del Golpeo, esto se vio reflejado en las prácticas desarrolladas con toda normalidad dejando como resultado un porcentaje negativo, dando resultados de hasta un 2% de disminución con respecto al pre test realizado a los niños y niñas con discapacidad Intelectual involucrados en la investigación.

- ✓ Al finalizar las pruebas físicas de Resistencia, Fuerza y Velocidad se observó que en base a las evaluaciones realizadas, se obtuvo una mejoría en el dominio técnico de Bádminton, por lo tanto se llegó a la conclusión que los estudiantes que realizaron las pruebas fueron beneficiados con este tipo de programa diseñado para suplir las necesidades de los niños y niñas con discapacidad intelectual ya que se obtuvieron resultados de un 1% con respecto al pre test. Dándoles de esta manera a ellos la oportunidad de estimular sus áreas tanto físicas como intelectuales en el proceso educativo.

- ✓ A la finalización del desarrollo las diferentes habilidades de desplazamiento adelante, atrás, izquierda y derecha en los tipos de remate se concluye que hubo una mejora significativa ya que se obtuvo un 2% en el género femenino y en el género masculino se mantuvo en el mismo nivel, dando un resultado positivo en esta técnica del Bádminton en niños y niñas con discapacidad Intelectual de la Escuela de Educación Especial.

- ✓ Al ejecutar los diferentes tipos de ejercicios de agarres se concluye que hubo una mejora positiva en la técnica del Bádminton dando un porcentaje de 73% en masculino y un 59% en femenino con respecto al pre test técnico en niños y niñas con discapacidad Intelectual de la Escuela de Educación Especial de Armenia del distrito 03-04 del departamento de Sonsonate.

5.2. RECOMENDACIONES

- ✓ Se le recomienda a la institución Implementar el programa de entrenamiento de Bádminton permanentemente para que ayude a medir la progresión del dominio físico-técnico en niños y niñas con discapacidad Intelectual, ya que en tan poco tiempo se logró un porcentaje positivo para los niños y niñas de la Escuela Educación Especial de Armenia.

- ✓ Al profesor de educación física de la escuela de educación especial de armenia se le recomienda desarrollar los ejercicios técnicos de Bádminton para mejorar las funciones del Golpeo con un tiempo a largo plazo para que el desarrollo sea más significativo de todas las funciones técnicas en los niños y niñas de la Escuela Especial de Armenia

- ✓ A las personas responsables de la práctica del bádminton en la institución se le recomienda aplicar las pruebas físicas, de Resistencia, Fuerza y velocidad para un mejor rendimiento físico del cuerpo y una mejoría a la hora de desarrollar los ejercicios en los entrenamientos y con ello los niños y niñas tengan un mejor desarrollo técnico.

- ✓ Al profesor encargado del deporte del bádminton se le recomienda desarrollar los diferentes ejercicios y habilidades de desplazamiento adelante, atrás, izquierda y derecha las cuales ayuden a mejorar la técnica del remate en los niños y niñas con discapacidad intelectual la hora de sus prácticas y entrenamientos del Deporte y la mejora de su coordinación en general.

- ✓ Al profesor de educación física de la escuela de educación especial de armenia se le recomienda practicar los diferentes ejercicios que ayuden a la buena ejecución del agarre y con ello los niños y niñas vean la mejoría de puntos a la hora de un partido y con ello los niños y niñas se sientan más motivados para ejecutar la buena técnica del Agarre en el Bádminton.

CAPITULO VI

PROPUESTA

6.1 TITULO DE PROPUESTA

ESTRATEGIAS Y TECNICAS PARA DESARROLLAR EL DEPORTE DEL BÁDMINTON CON ALUMNOS CON DISCAPACIDAD INTELECTUAL.

6.2 JUSTIFICACION

Esta propuesta se hace con la finalidad de que los niños y niñas cuenten con un programa de ejercicios idóneos para el desarrollo de las habilidades físico- técnico en bádminton.

Así mismo contar con evaluaciones periódicas dentro de la institución para conocer el nivel físico de los niños y las niñas, y a la vez ofrecer los ejercicios que les ayude a mejorar sus capacidades y rendimiento deportivo.

Tomando en cuenta las diferentes características de cada niño que se pueda tratar a la hora de desarrollar este programa de ejercicios ya que se comprobó que puede funcionar en niños con discapacidad intelectual y así poder desarrollar más habilidades técnicas del bádminton sabiendo que una condición física adecuada puede hacer que el desempeño del alumno a la hora de desenvolverse en un juego o en un entreno.

6.3 OBJETIVOS

Que los niños y niñas con discapacidad intelectual de la Escuela de Educación Especial de Armenia, Sonsonate cuenten con:

- ✓ Cumplir los ejercicios que les permita desarrollar las capacidades físicas- técnicas y así presentar un mejor rendimiento integral.

- ✓ Someter a los niños y niñas a los diferentes test que se han propuesto para que les proporcione datos reales de la situación física-técnica y a su vez que les permita medir el rendimiento por el cual transcurren antes, durante y después de haberse sometido a los test.

6.4 ALCANCES:

Que los niños y niñas con discapacidad intelectual de la Escuela de Educación Especial cuenten con diversos ejercicios que les permita conocer en qué capacidad presentan deficiencia tanto física como técnica y así poderlas mejorar.

6.5 METAS:

Lograr que este centro educativo sea una de las pocas instituciones que cuenten con un plan de ejercicios idóneos y establecidos en base a los test físicos-técnicos que les permita adecuar los tipos de ejercicios que aplicarán para el mejoramiento de estas capacidades de cada estudiante. Y a su vez contribuir a que tenga un mayor impacto y una buena ejecución de los ejercicios físico-técnicos del bádminton.

6.6 IMPACTO:

Que esta Escuela de Educación Especial sea una de las pocas en nuestro medio que ofrezca a sus alumnos, una variedad de ejercicios para la mejora del bádminton mediante el programa de ejercicios físicas-técnicas de acuerdo a las evaluaciones o test hechos por el profesor de educación física y de esta manera lograr en los niños y niñas mejor desarrollo de todas sus habilidades y de esta manera mejorar su calidad de vida.

6.7 EJES DE TRABAJO:

- ✓ Evaluaciones físicas (antes, durante y después)
- ✓ Educación física
- ✓ Sesiones de entrenamiento
- ✓ Programas de ejercicios

6.8 DESARROLLO DEL PLAN DE TRABAJO

Se desarrolló un programa de ejercicios físico- técnicos para la mejora de la condición física de los niños y niñas de la escuela de educación especial.

Objetivo:

El objetivo principal de este programa de ejercicios es mejorar la condición física- técnico para aumentar el nivel técnico de los niños y niñas del Centro Educativo de Armenia.

Así mismo, que los niños y niñas aumenten el rendimiento físico – técnico mediante la práctica del programa de ejercicios, manteniendo siempre una actitud de esfuerzo y superación.

Este programa se empleó paso a paso, con la realización de los ejercicios individuales y colectivos con diferentes intensidades, de acuerdo a su condición física, los ejercicios de acondicionamiento físico- técnico se realizarán durante la práctica de calentamiento.

Generales:

Se pretende que en cada sesión (1 sesión por día, tres veces a la semana) se abarque el mayor número de capacidades físico- técnicas a trabajar, aunque en determinado momento nos centremos en una, procurando darle tratamiento a todas las necesidades.

Semana 1

LUNES	MARTES	MIERCOLES	JUEVES	VIERNES
Sesión 1		Sesión 2		Sesión 3
Estiramientos		Carrera continua		Carrera continua
Resistencia aeróbica		Estiramiento		Estiramiento
Ejercicios de flexibilidad		Ejercicios de coordinación		Ejercicios de flexibilidad
Movilidad articular		Movilidad articular		Fuerza elástica

Semana 2

LUNES	MARTES	MIERCOLES	JUEVES	VIERNES
Sesión 1		Sesión 2		Sesión 3
Resistencia aeróbica		Resistencia aeróbica		Resistencia aeróbica
Estiramientos		Estiramiento		Estiramientos
Velocidad de reacción		Fuerza explosiva		Desplazamientos Izq. Y derecha
Movilidad articular		Movilidad articular		Movilidad articular

Semana 3

LUNES	MARTES	MIERCOLES	JUEVES	VIERNES
Sesión 1		Sesión 2		Sesión 3
Resistencia aeróbica		Carrera continua		Resistencia aerobica
Estiramientos		Estiramientos		Estiramientos
Fuerza general		Velocidad. corta		Lateralidad
Movilidad articular		Movilidad articular		Movilidad articular

Semana 4

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
Sesión 1		Sesión 2		Sesión 3
Carrera continua		Resistencia aeróbica		Carrera continua
Estiramientos		Estiramientos		Estiramientos
Técnica del clear		Técnica del Drop		Ejercicios de agarres y remates
Movilidad articular		Movilidad articular		Movilidad articular

Evaluación de la mejora de la condición físico-técnico de los niños y niñas con discapacidad intelectual:

Dentro de cada sesión se intenta desarrollar todos los aspectos físicos-técnicos de un programa de ejercicios que nos ayuden a aumentar el aspecto técnico de los niños y niñas que practican el Bádminton en la Escuela de Educación Especial de Armenia.

Las Actividades deben permitir la evolución de la técnica en un corto tiempo desarrollados en tres sesiones a la semana.

En este se desarrolla el aspecto físico de Fuerza, Velocidad y Resistencia. Para poder aumentar el aspecto técnico y que los niños tengan un mejor desempeño a la hora de un juego de Bádminton.

Los aspectos técnicos a desarrollar son el Drop, el Clear el Remate y el Agarre todos estos son fundamentos técnicos del Bádminton

BIBLIOGRAFIA

LIBROS

Gema Torres Luque/Luis Carrasco Páez.(2005).Investigación en deportes de raqueta: tenis y bádminton.Universidad Católica S. Antonio

Vasili Senvonovich Grossman.(1973). Clasificación: American Associationon Mental Deficiency.Estados Unidos de Norte America.

Raúl Rojas Soriano.(1976).- Guía para realizar investigaciones sociales. Ciudad de MéxicoUNAM

TESIS

Valoración de la Condición Física en la Discapacidad Intelectual, Doctora Ana María Bofill Rónenas,(Barcelona 2008).

PÁGINAS WEB

<http://www.bancomundial.org/foros/meza.htm>

<http://www.newsmillenium.com/elsalvador/2011/04/29/bases-magisteriales-presentadocumento-sobre-situacion-de-sistema-educativo/>

<http://www.monografias.com/trabajos19/cuidado-corporal/cuidado-corporal.shtml>

<http://www.monografias.com/trabajos82/actividades-favorecer-practica-recreacion/actividades-favorecer-practica-recreacion2.shtml>

<http://www.comunica.edu.sv/index.php?option=com.content&view=article&id=867:badmint-on-del-patio-al-podium>.

http://www.asprodesa.org/portal/asprodesa/definicion-de-discapacidad-intelectual/http://www.tesisenred.net/bitstream/handle/10803/2479/AMBR_TESIS.pdf?sequence=1

INDICE DE ANEXOS

Anexo 1.....	Cronograma
Anexo 2.....	Plan de programa deportivo
Anexo 3.....	Plan escrito
Anexo 4.....	Mapa territorial
Anexo 5.....	Fotografías

ANEXO 1 CRONOGRAMA

Actividades	Septiembre (2011)				Octubre (2011)				noviembre (2011)				agosto (2012)			
	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4
Semanas																
Diagnostico																
Cap. 1 situación problemática																
Cap. 2 marco teórico																
Cap. 3 metodología de la investigación. Diagnóstico de los niños y niñas. Convocatoria de los niños y niñas para la realización del trabajo de campo.																
Trabajo de campo																
Informe final																

ANEXO 3 PLAN ESCRITO

La planificación trimestral consiste en la preparación y desarrollo de una estructura de trabajo con un fin determinado y se fundamenta en el principio de organización cíclica, un proceso por medio del cual los meses son divididos en períodos y etapas con objetivos precisos y metas de desempeño.

Los criterios en los que se basa la división de la planificación del entrenamiento, están relacionados con tres niveles estructurales: Macro ciclo, Meso ciclo y Micro ciclo. Cada uno de estos niveles tiene una duración, objetivos y trabajos distintos que permite que se vayan dando las adaptaciones oportunas, para conseguir el mejor estado de forma pretendido.

1. MACROCICLO

Por su duración trimestral, esto en función del deporte en cuestión, nivel de rendimiento del atleta, número de competencias a realizar, etc.

El macro ciclo está constituido por tres períodos (preparatorio, competitivo y de transición), y se concibe como un sistema de meso ciclos y estos a su vez como un sistema de micro ciclos. En el período preparatorio se desarrolla y adquiere la forma deportiva. Este período se subdivide en dos etapas que son:

1.1.1. - LA ETAPA DE PREPARACIÓN GENERAL

En esta etapa de entrenamiento se crea una base para el trabajo de mayor intensidad que se desarrollará en etapas de entrenamiento posteriores en, los cuales trabajaremos:

FUERZA:

- Fuerza general
- Fuerza explosiva
- Fuerza elástica

VELOCIDAD

- Velocidad de reacción
- Velocidad de rapidez
- Velocidad en corto

RESISTENCIA

- Resistencia aeróbica

Cada uno de este trabajo general lleva su respectivo test de evaluación

- 1- Test combinado (fuerza)
- 2- Test tapping (velocidad)
- 3- Test cursnavet (resistencia)

1.1.2 - PERÍODO PREPARATORIO

Se caracteriza porque en ella el volumen de trabajo es alto y la intensidad baja. Predomina el entrenamiento aeróbico en la mayoría de los deportes.

1.1.3. -LA ETAPA DE PREPARACIÓN ESPECIAL

En esta etapa los atletas continúan desarrollando su base aeróbica, sin embargo se debe comenzar a desarrollar las capacidades físicas especiales del deporte y manteniendo el nivel de desarrollo alcanzado en sus capacidades físicas generales.

Las cargas de entrenamiento, durante esta etapa, continúan creciendo pero sobre todo, se eleva la intensidad de los ejercicios, lo cual se refleja en el incremento de la velocidad, el ritmo y la explosividad.

A continuación se describe lo que se trabajara:

TECNICA:

- Coordinación
- Flexibilidad
- Lateralidad
- Movilidad

DESPLAZAMIENTOS

- Adelante
- Izquierda, derecha
- Atrás
- Izquierda, derecha

GOLPEO

- Clear
- Drop
- Remate
- Agarre

1.2. - PERÍODO COMPETITIVO

El propósito fundamental de este período es mantener la forma deportiva alcanzada durante todo el período preparatorio y aplicarla para la consecución de logros deportivos. Las competencias deben ser consideradas de la siguiente manera: primero, como la prueba final de sus planes de entrenamiento; y segundo, para evaluar a los atletas en las situaciones que son imposibles de repetir en ambientes de entrenamiento. Sólo en competencias, es cuando los atletas enfrentan a un oponente y experimentan niveles de tensión que pueden ocasionar respuestas inapropiadas y emociones tales como enojo, frustración y temor.

ANEXO 5 FOTOGRAFIAS



EXPLICACION DEL PROGRAMA



EXPLICACION DEL PROGRAMA DE EJERCICIOS

PRESENTACION DE LOS ENTRENADORES



DEMOSTRACION DE LOS EJERCICIOS





ALUMNOS HACIENDO EJERCICIOS DE PRE TEST COMBINADO



EJERCICIOS DE PRE TEST COMBINADO