



Capoeira, inclusión y parálisis cerebral. Posibilidades pedagógicas para una propuesta de práctica inclusiva

Recepción: 29/10/2024 | Revisión: 23/12/2024 | Aceptación: 01/03/2025 | Publicación: 20/03/2025

 **Sergio MONEO-BENÍTEZ**
Universitat de Barcelona
sergiomoneo@ub.edu
<https://orcid.org/0000-0002-6934-0578>

 **Marcelo BRAZ**
Universitat de Barcelona
marcelobraz@ub.edu
<https://orcid.org/0000-0002-9708-7143>

 **María del Carmen GONZÁLEZ ANDRÉ**
Universitat Autònoma de Barcelona
mariadelcarmen.gonzalez.andre@uab.cat
<https://orcid.org/0000-0001-8359-5641>

Resumen: La parálisis cerebral, como trastorno que afecta a funciones del sistema nervioso, reduce en gran medida las posibilidades de movimiento. En niños y niñas en edad escolar, este factor puede generar aislamiento en el área de educación física. Este aspecto, combinado con la falta de una amplia oferta de deportes adaptados (a excepción de los más conocidos), hace que estos infantes tengan escasas oportunidades de conocer y practicar nuevas modalidades deportivas. Al mismo tiempo, la naturaleza multifacética de la capoeira ofrece múltiples formas de participación. Así, este estudio pretende analizar las posibilidades pedagógicas de la capoeira, valorándola como herramienta para la inclusión de personas con discapacidad. Para tal propósito, se ha realizado una revisión tipo *scoping*, visto la limitada existencia de estudios relacionados con esta temática, que ha posibilitado la base pedagógica para el diseño de unos ejemplos prácticos de actividades de capoeira adaptadas para dos infantes con parálisis cerebral, uno de los cuales tiene posibilidades de movimiento, aunque con dificultad, mientras que el otro necesita de ayuda externa.

Palabras clave: *capoeira; parálisis cerebral; inclusión; propuesta didáctica.*





CAPOEIRA, INCLUSIÓ I PARÀLISI CEREBRAL. POSSIBILITATS PEDAGÒGIQUES PER A UNA PROPOSTA DE PRÀCTICA INCLUSIVA

Resum: La paràlisi cerebral, com a trastorn que afecta funcions del sistema nerviós, redueix en gran mesura les possibilitats de moviment. En nens i nenes en edat escolar, aquest factor pot generar aïllament en l'àrea d'educació física. Aquest aspecte, combinat amb la manca d'una àmplia oferta d'esports adaptats (a excepció dels més coneguts), fa que aquests infants tinguin escasses oportunitats de conèixer i practicar noves modalitats esportives. Alhora, la naturalesa multifacètica de la capoeira ofereix múltiples formes de participació. Així, aquest estudi pretén analitzar les possibilitats pedagògiques de la capoeira, valorant-la com a eina per a la inclusió de persones amb discapacitat. Amb aquesta finalitat, s'ha realitzat una revisió tipus scoping, vista l'escassa existència d'estudis relacionats amb aquesta temàtica, que ha possibilitat la base pedagògica per al disseny d'uns exemples pràctics d'activitats de capoeira adaptades per a dos infants amb paràlisi cerebral, un dels quals té possibilitats de moure's, tot i que amb dificultat, mentre que l'altre necessita d'ajuda externa.

Paraules clau: capoeira; paràlisi cerebral; inclusió; proposta didàctica.

CAPOEIRA, INCLUSION AND CEREBRAL PALSY. PEDAGOGICAL POSSIBILITIES FOR AN INCLUSIVE PRACTICE PROPOSAL

Abstract: Cerebral palsy, a disorder that affects functions of the nervous system, greatly reduces the capacity of movement. In school-age boys and girls, this factor can generate isolation in the area of physical education. This aspect, combined with the lack of a wide range of adapted sports (except for the best-known ones), means that these children have few opportunities to learn about and practice new sports modalities. At the same time, the multifaceted nature of capoeira offers multiple forms of participation. Thus, this study aims to analyze the pedagogical possibilities of capoeira, valuing it as a tool for the inclusion of people with disabilities. For this purpose, a scoping review has been carried out, given the limited existence of studies related to this topic, which has provided the pedagogical basis for the design of some practical examples of capoeira activities adapted for two infants with cerebral palsy, one of whom has the possibility of movement, although with difficulty, while the other needs external help.

Keywords: capoeira; cerebral palsy; inclusion; didactic proposal.

Introducción

La capoeira es una práctica física de origen cultural brasileño que se caracteriza por su dinamismo y su variedad en la ejecución de movimientos. Entrelaza elementos de lucha, danza, música y acrobacias, lo que la convierte en una forma única de expresión y actividad física. Sus raíces históricas se remontan al periodo de la colonización de Brasil, en el tiempo de la esclavización de personas de origen africano que, con carácter de esclavas, fueron trasladadas por la fuerza hacia Brasil (Moneo y Braz, 2023). De este modo, prevalece la idea de que la capoeira surgió a partir de la convivencia entre diferentes pueblos africanos que, esclavizados, fueron llevados a Brasil (Braz y Mwewa, 2023). Con el tiempo, la capoeira ha evolucionado de ser una práctica clandestina a una forma de arte mundialmente reconocida, celebrada por su patrimonio cultural



y su capacidad para fomentar la comunidad y la identidad entre sus practicantes (Almeida et al., 2021; Owen y Ugolotti, 2017).

Su puesta en práctica se caracteriza por la realización de movimientos que a todo espectador poco habituado a su visión le puede causar rareza, y que requieren de gran agilidad, flexibilidad y coordinación. Su punto álgido ocurre, fundamentalmente, en una formación circular conocida como la *roda*, donde los participantes se involucran en una secuencia de movimientos que deben efectuar al ritmo de su particular música en vivo (Barros et al., 2019; de Paula Lima et al., 2018).

Desde un punto de vista genérico, la práctica de actividades lúdicas y deportivas se asocian con numerosos beneficios. Sin embargo, las personas con discapacidad se encuentran a menudo con dificultades para poder participar en este tipo de programas físicos (Castro-Salgado y Gaintza-Jauregui, 2022). Estas complicaciones pueden incluir problemas de accesibilidad física, estigmatización social y falta de programas adaptados que acomoden diversas necesidades (Silva y Vall, 2012). Las investigaciones indican que las personas con discapacidad experimentan niveles más bajos de actividad física e integración social en comparación con sus pares sin discapacidad, lo que puede tener efectos perjudiciales sobre su bienestar físico y mental (Lima, 2017). Por lo tanto, la importancia de prácticas inclusivas en la educación física y las actividades comunitarias no puede subestimarse puesto que desempeñan un papel crucial en la promoción de la inclusión social y en la mejora de la calidad de vida de las personas con discapacidad (Delattre y Collaer, 2023; Ribeiro et al., 2021).

En este sentido, la capoeira tiene un potencial significativo hacia la inclusión, ya que su naturaleza se fundamenta en su flexibilidad y adaptabilidad. De este modo, movimientos básicos, como la *ginga*, pueden simplificarse o efectuarse con un apoyo físico para garantizar la participación de estudiantes con movilidad reducida, así como incorporar elementos sensoriales adicionales para todas las personas involucradas. Por su parte, la estructura social de la *roda*, donde los participantes forman un círculo y se alternan durante el juego, proporciona un entorno de apoyo y colaboración al fomentar la participación de todos los participantes (Amitay, 2022; Barcala Furelos, 2006; Ríos, 2015).

Desde una perspectiva pedagógica, la capoeira ofrece múltiples oportunidades para el desarrollo de habilidades motoras, cognitivas y sociales. No obstante, la implementación de esta práctica en el contexto de la educación física inclusiva requiere una planificación cuidadosa, así como una adaptación de las actividades. Los docentes deben considerar las necesidades específicas de cada estudiante y, a partir de ahí, diseñar estrategias que permitan la participación de todos (Moneo, 2014; Sánchez Aguilar, 2009).

Valorada la combinación de movimiento, ritmo y compromiso comunitario inherente a la capoeira, se comprende que pueda proporcionar beneficios físicos y socioemocionales significativos a personas con diferentes tipos de habilidades. En este sentido, estudios previos han resaltado los impactos positivos de la capoeira en la flexibilidad, el equilibrio y la calidad de vida en general, lo que sugiere que su práctica es viable de poder adaptarse para satisfacer las necesidades de poblaciones diversas (Moreira et al., 2016; Moreira et al., 2022). Más allá, el énfasis de la capoeira en la cooperación y el respeto mutuo fomenta un entorno inclusivo que puede ayudar a derribar barreras sociales y promover la empatía entre los participantes (Delattre, 2024; Koehne et al., 2015).



Todo lo expuesto determina que la incorporación de la capoeira en los programas de educación física inclusiva puede contribuir significativamente al desarrollo integral y a la inclusión efectiva de estudiantes con discapacidad en el entorno escolar.

En relación con esto, la inclusión en las sesiones de educación física ha de ser considerada como un elemento que abogue por la igualdad de oportunidades (Gamonal, 2016), una equidad marcada por las políticas internacionales como la Convención de las Naciones Unidas sobre los Derechos de las Personas con Discapacidad (2006) y de la OCDE (2007) que remarcan que las circunstancias individuales y sociales no han de suponer un obstáculo para el éxito educativo. En Catalunya, a partir del Decret 150/2017 se establece en su artículo 6.º que una de las funciones de los centros educativos es contribuir, a partir del diseño de entornos flexibles de aprendizaje, en el desarrollo de todos y cada uno de los alumnos y alumnas del centro.

Así pues, se comprende que la inclusión es proveer a los estudiantes con discapacidades con programas educativos apropiados dirigidos hacia sus habilidades y necesidades con apoyo y asistencia necesaria para alcanzar el éxito (Stainback y Stainback, 1990; Stainback et al., 1989). De esta manera, es factible pensar que la inclusión ha de servir para todos los miembros del grupo ya que, en síntesis, consiste en ofrecer la ayuda necesaria a las necesidades educativas del alumnado en el contexto natural del aula (Rios, 2009).

A partir de lo expuesto anteriormente, el presente artículo tiene como objetivo analizar las posibilidades pedagógicas de la capoeira valorándola como herramienta para la inclusión de personas con discapacidad y diseñar una propuesta de práctica motriz vinculando la capoeira y alumnos con parálisis cerebral. Asimismo, a través de esta investigación, se pretende demostrar cómo la capoeira puede servir no únicamente como un medio de práctica física, sino también como un catalizador para un cambio social; mejorando la vida de personas con discapacidad y promoviendo una sociedad más inclusiva.

Metodología

La capoeira, temática vinculada a este estudio, presenta características específicas que generan una condición limitante en nivel científico que resulta en que, habitualmente, los investigadores son personas vinculadas directamente con esta materia. Dicho esto, a pesar de existir un número significativo de estudios relacionados con la capoeira, lo mismo no ocurre con la relación capoeira e inclusión. De esta forma, concordando con las reflexiones propuestas por Codina (2020, 2024) la metodología adecuada a dar respuesta al objetivo de este estudio pasa por la realización de una revisión tipo *scoping*, que según Lopez-Cortes et al. (2022, p. 100)

nacen de la necesidad de sintetizar evidencias a partir de un objetivo de revisión más amplio (generalmente son temas poco conocidos y explorados), comparado con la revisión sistemática, (...) se caracterizan por tener una metodología sistematizada, similar a las revisiones sistemáticas y contrario a la práctica de las revisiones narrativas. Pueden incluir todo tipo de información: ensayos clínicos aleatorizados, estudios observacionales, información de blogs, sitios web, entrevistas, opiniones, congresos, estudios de metodología cualitativa, etc., ya que, generalmente, este tipo de revisión se hace cuando todavía no hay muchos estudios contundentes de un tema (ni su diseño, ni su metodología son similares).



A tal efecto, se realizó una búsqueda en la literatura que abordase la problemática en cuestión, con el propósito de identificar las principales tendencias y hallazgos en el campo. A través de un análisis crítico de las fuentes seleccionadas, corroborado desde la propia experiencia profesional de los autores en el área, se resaltaron tanto los aportes significativos como las lagunas existentes en la investigación (Hernández et al., 2014).

Asimismo, la experiencia de los autores en proyectos similares relacionados permitió enriquecer el análisis a partir de perspectivas prácticas y recomendaciones en concreto.

Esta combinación de revisión tipo *scoping* y experiencia profesional ofrece una visión integral y contextualizada del tema, contribuyendo así a un entendimiento más profundo de los desafíos actuales.

1. La Capoeira y las prácticas inclusivas

Situándonos en el país de origen, Brasil, resulta habitual encontrar profesores de capoeira realizando actividades prácticas con aquellas personas que presentan necesidades específicas. En muchas ocasiones, no existe una formación vinculada a dichas necesidades por parte de los profesores, aunque, generalmente, sí que están asesorados por personas responsables de las instituciones. Tal como explica Castro-Salgado y Gaintza-Jauregui (2022), si bien no concurre un interés científico en estos hechos, sí que se encuentra de forma orgánica dentro de la sociedad. Se alude aquí el caso del Mestre Ney, quien desarrolló un método de capoeira adaptada que atiende a personas de 8 a 50 años con diversas discapacidades, incluyendo el Trastorno del Espectro Autista (TEA) y el Síndrome de Down. Su trabajo demuestra que la adaptación de los movimientos y el enfoque inclusivo pueden hacer la capoeira accesible a una amplia gama de individuos con necesidades especiales (Vasconcelos, 2022).

Por su parte, Silva (2007, citado en Silva y Coutinho, 2020) destaca que la capoeira es un gran recurso para el trabajo de personas con discapacidad puesto que, a partir recursos musicales, instrumentales, de pertenencia a un grupo, etc., ofrece características que no se encuentran en otros deportes o, incluso, en distintas terapias; afirmación corroborada por investigaciones subsecuentes que demuestran los múltiples beneficios de la capoeira adaptada.

Asimismo, la investigación también ha demostrado el impacto positivo de la capoeira sobre la autoestima y en la interacción social de los estudiantes con trastorno del espectro autista (Silva y Coutinho, 2020). En este mismo orden de ideas, y aludiendo a las observaciones de Díaz (2009), se ha valorado el surgir de diferentes valores y actitudes en todo el grupo-clase, es decir, tanto en los niños con parálisis cerebral, como en el resto de sus compañeros. Este hecho no es un elemento intrascendente, ya que la colaboración entre los compañeros es un aspecto fundamental para promover la inclusión física de aquellos infantes que presentan dificultades motrices.

Otro estudio, realizado por Palma et al. (2012) en una escuela de educación especial de Santa María (Brasil), reveló que el aprendizaje de los movimientos básicos de la capoeira fue muy positivo para alumnos con discapacidad intelectual al mejorar su conciencia corporal, su coordinación y su atención. Los autores enfatizan que la capoeira puede proporcionar a estas



personas el gusto por la práctica de actividad física, oportunidades de socialización y mejora de la coordinación motora.

Barcelos et al. (2023) han observado que la práctica de la capoeira puede mejorar también la autoestima, las habilidades sociales y la percepción corporal en infantes y jóvenes, caracterizando el empoderamiento personal, el reconocimiento y aceptación de las características propias.

Silva y Coutinho (2020), a su vez, destacan que la capoeira adaptada ofrece distintos beneficios como la mejora del desarrollo motor, cognitivo, emocional y psicológico. Más allá, distinguen que promueve otros elementos como el fortalecimiento muscular, el estiramiento, el equilibrio, la flexibilidad, el razonamiento, la agilidad, la noción espacial, la interacción, el ritmo, el habla, la coordinación motora, la musicalidad, la socialización, la memoria, la autoconfianza y la autoestima.

No obstante, y a pesar de los prometedores resultados, es importante reconocer las limitaciones de los estudios existentes. Al respecto, la mayoría de las investigaciones son estudios de caso o están compuestos por muestras pequeñas, lo cual limita la generalización de sus resultados. Además, existe una escasez de estudios longitudinales que evalúen los efectos a largo plazo de la práctica de la capoeira adaptada.

En este orden de ideas, otra de las limitaciones es la falta de estandarización en las metodologías de enseñanza de la capoeira adaptada. Como observaron Palma et al. (2012), el proceso de enseñanza y aprendizaje se basa muy frecuentemente en la observación y en la imitación, siendo posible que esto pueda comportar desafíos complejos para determinados sujetos que tengan discapacidad. Una idea similar se presenta en Castro-Salgado y Gaintza-Jauregui (2022) cuando se destaca que "...siempre y cuando su práctica se modifique y se adapte a las características de los atletas, ésta puede beneficiar, tanto a nivel personal como social, a todas las personas independientemente de su discapacidad" (p. 292).

2. Pautas pedagógicas hacia la adaptación a partir de la Capoeira

La capoeira presenta la posibilidad de ser adaptada de diversas maneras para que las personas con discapacidad sean partícipes, convirtiéndose así en una herramienta valiosa tanto para la inclusión social como para el desarrollo personal.

No obstante, es necesario destacar la importancia de fundamentar la práctica desde estrategias de organización, pedagógicas y metodológicas que permiten adaptar la capoeira a las necesidades de personas con diferentes capacidades físicas, cognitivas y sensoriales (Díaz, 2009; Ríos Hernández, 2003). En este sentido, a continuación, se presentan algunas posibilidades vislumbradas por los autores con base en la experiencia y la literatura.

Estrategias para adaptaciones

La capoeira, debido a su naturaleza multifacética, ofrece una amplia gama de movimientos multinivel que, por lo tanto, permiten adaptarse para atender a las diferentes capacidades físicas de los practicantes. Entre las estrategias más utilizadas, se encuentran:



- La modificación de movimientos básicos, como la *ginga*, las acciones de ataque y los desplazamientos, para adaptarlos a las habilidades motoras de los participantes con discapacidad. Estas adaptaciones permiten que los practicantes se impliquen de una manera segura y efectiva en la actividad.
- El uso de apoyos y soportes (como sillas o barras) para ayudar a quienes presentan dificultades en el equilibrio o en la ejecución de movimientos de pie. Esta estrategia es particularmente útil para personas con movilidad reducida o que utilizan dispositivos de asistencia para caminar.
- La focalización en movimientos que pueden realizarse en posiciones sentadas o con movilidad limitada, como aquellos que involucran los brazos, el tronco y la cabeza. Esto facilita la participación de personas con discapacidades motoras o limitaciones en las extremidades inferiores.

Estrategias de apoyo

Uno de los elementos centrales de la capoeira es su componente musical, que incluye el uso de instrumentos, cantos y ritmos diversos. Este aspecto permite una adaptación accesible y culturalmente enriquecedora para personas con discapacidad. Algunas estrategias incluyen:

- Potenciar los elementos musicales de la capoeira, permitiendo la participación a través del canto, el ritmo marcado por palmas de manos y la interpretación de instrumentos tradicionales como el *berimbau*, el *atabaque* o el *pandeiro*. De esta manera, se fomenta la participación activa en la *roda*, incluso si no se realizan movimientos físicos.
- La exploración de la historia y cultura de la capoeira mediante actividades educativas y discusiones en grupo, que ayudan a integrar a los participantes y a fomentar un sentido de pertenencia y respeto por su tradición cultural.

Estrategias de ambiente educativo

Crear un ambiente inclusivo es clave para el éxito de la capoeira adaptada. En este sentido, es oportuno tener en cuenta que se debe:

- Promover un entorno acogedor y respetuoso, donde se distingan y se valoren las diferencias individuales, de modo que las personas con discapacidad se sientan seguras y motivadas para participar.
- Utilizar los principios fundamentales de la capoeira, tales como el respeto mutuo y la solidaridad, para fomentar la inclusión y el apoyo entre los practicantes. La capoeira ofrece un marco ideal para el aprendizaje colaborativo y el refuerzo positivo entre pares.

Metodologías de intervención

El desarrollo de metodologías específicas es esencial para garantizar que la capoeira pueda ser practicada por personas con distintas discapacidades de una forma efectiva. Entre las iniciativas destacadas, se encuentra la *Gingoterapia*:



- La *Gingoterapia*, creada por el maestro Geraldinho, adapta los movimientos de la capoeira combinándolos con juegos, danzas y música popular, ofreciendo un enfoque lúdico y terapéutico para personas con discapacidades físicas y cognitivas.
- El uso de juegos cooperativos y actividades en grupo es parte de las propuestas que promueven la interacción, el trabajo en equipo y la inclusión de personas con discapacidades, permitiendo que todos los participantes se beneficien de la práctica de la capoeira.

Capacitación docente

Un reclamo social de extrema importancia es la implementación de manera efectiva de cursos de formación especializada en la adaptación de esta práctica, tanto para los profesores de capoeira como para los profesores de educación física:

- Formación a los educadores para adaptar la capoeira a las necesidades específicas de los alumnos con discapacidad, ofreciendo estrategias pedagógicas así como conocimientos técnicos que permitan la inclusión efectiva en las clases de educación física o clases de capoeira.
- Incluir propuesta de prácticas de capoeira adaptada en los currículos universitarios de los cursos de educación física, con el fin de preparar a los futuros profesionales para trabajar en contextos inclusivos, donde se valore y promueva la participación de todos los estudiantes, independientemente de sus capacidades.

3. Propuesta de Capoeira adaptada a infantes con parálisis cerebral

Inicialmente, queremos destacar el entendimiento de la parálisis cerebral (en adelante PC) apoyándonos en Rosenbaum et al. (2007), quienes explican que la PC es un grupo de trastornos permanentes que afectan el desarrollo de la postura y del movimiento. Esta condición causa limitaciones en las actividades motoras y es atribuida a una lesión no progresiva que ocurre durante el desarrollo del cerebro fetal o infantil. Además de los problemas motores, la parálisis cerebral a menudo está acompañada de alteraciones en la percepción, la cognición, la comunicación y el comportamiento, así como epilepsia y problemas musculoesqueléticos secundarios.

La PC se caracteriza principalmente por disfunciones motoras que afectan la postura y el movimiento, lo que compromete la coordinación y la capacidad para realizar tareas motoras cotidianas. Aunque los síntomas pueden cambiar con el tiempo, la lesión cerebral que la provoca es no progresiva, es decir, no empeora con el transcurso de los años. A pesar de esto, las personas con parálisis cerebral suelen experimentar otras afectaciones asociadas, como alteraciones cognitivas, dificultades en la comunicación, problemas sensoriales, especialmente visuales, así como epilepsia y complicaciones musculoesqueléticas secundarias (Monteiro, 2011; Vieira et al., 2020).

La gravedad de los síntomas puede variar considerablemente, desde dificultades motoras leves hasta discapacidades severas que comprometen por completo la movilidad. Esto significa que algunas personas pueden necesitar asistencia continua para realizar actividades cotidianas, mientras que otras pueden ser más independientes, dependiendo del grado de afectación (Monteiro, 2011; Vieira et al., 2020).

Considerando lo anterior, la capoeira se puede considerar como una estrategia de inclusión en las clases de educación física para atender a alumnos y alumnas que presentan distintas necesidades educativas, promoviendo la inclusión a través de su enfoque multifacético que abarca el movimiento, la cultura y el arte (Faria et al., 2019).

Desde la experiencia aquí presentada, y partiendo de una realidad concreta, se diseñan actividades de capoeira con el propósito de desarrollar un proceso de adaptación, en el cual se deberán de valorar comportamientos, sensaciones y respuestas de un niño y una niña con parálisis cerebral (PC), que cursan 5º curso de la etapa de primaria (10 años).

Con respecto a sendos infantes, se debe considerar que tanto el niño como la niña se mueven utilizando un andador, pero el niño, en concreto, necesita una ayuda externa para moverse. Teniendo esto en cuenta, se desarrollan 5 sesiones con actividades que presentan dos diseños:

1. La niña con parálisis cerebral no necesita ayuda externa.
2. El niño con parálisis cerebral sí necesita ayuda externa.

Ejemplos de actividades de capoeira adaptadas para infantes con parálisis cerebral

A continuación, se presentan dos ejemplos de actividades adaptadas según las necesidades de los infantes. En primer lugar, se describen las actividades dirigidas a aquellos que pueden realizarlas sin necesidad de una ayuda externa. Posteriormente, se muestran las mismas actividades adaptadas para infantes que requieren de un apoyo externo, asegurando así su participación y éxito. De este modo, las actividades se organizan en función de las necesidades específicas de movimiento de cada grupo.

Infantes con PC que NO necesitan ayuda externa

NOMBRE DE LA ACTIVIDAD:

Aprendiendo a *gingar*.

DESARROLLO: Cada persona colocará un aro de plástico en el suelo, situado muy cerca detrás de cada pierna y en línea recta hacia cada una de éstas. El movimiento de la *ginga* se inicia con las piernas en paralelo y con las rodillas ligeramente flexionadas. Se trata de retrasar un pie y colocarlo dentro del aro que está en línea recta con la pierna. Inmediatamente después, se adelanta la pierna para volver a la posición inicial y se repite la misma acción con la otra pierna.

VARIANTE: Se introduce el cambio de brazos propio de *ginga* para realizar la guardia.

DURACIÓN: 8 – 10 minutos.

REPRESENTACIÓN GRÁFICA:



Figura 1. “Aprendiendo a *gingar*”. Actividad para infantes con PC que NO necesitan ayuda.

NOMBRE DE LA ACTIVIDAD:

Golpear el globo.

DESARROLLO: Todas las personas del grupo clase tendrán un globo. El/la docente explicará el movimiento *Ponteira*. A la señal, todos/as lanzarán el globo al aire y, antes de que caiga al suelo, tendrán que intentar tocarlo haciendo la *Ponteira*. La acción se realizará 2 veces.

VARIANTE: Ahora, el/la docente explicará el movimiento *Martelo* para que se intente tocar el globo efectuando ese movimiento.

DURACIÓN: 8 – 10 minutos.

REPRESENTACIÓN GRÁFICA:



Figura 2. “Golpear el globo”. Actividad para infantes con PC que NO necesitan ayuda.

Infantes con PC que SÍ necesitan ayuda externa

NOMBRE DE LA ACTIVIDAD:

Aprendiendo a *gingar*.

DESARROLLO: Un/a compañero/a se sitúa delante de la persona con parálisis cerebral (frente a frente) y la coge de las 2 manos. Ambas personas deben de efectuar el movimiento de la *ginga* sin soltarse las manos (el/la compañero/a debe ayudar a realizar el movimiento).

VARIANTE: Se coloca un aro de plástico en línea recta detrás de cada una de las piernas de la persona con parálisis cerebral (al igual que la actividad anterior).

VARIANTE 2: Se introduce el cambio de brazos propio de la *ginga* para hacer la guardia.

DURACIÓN: 8 – 10 minutos.

REPRESENTACIÓN GRÁFICA:

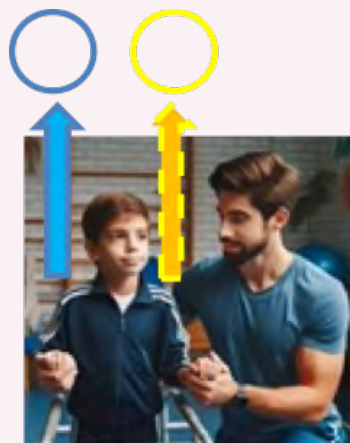


Figura 3. “Aprendiendo a *gingar*”. Actividad para infantes con PC que SÍ necesitan ayuda.

NOMBRE DE LA ACTIVIDAD:

Golpear el globo.

DESARROLLO: El/la compañero/a, el cual tendrá un globo, se situará delante de la persona con parálisis cerebral. Esta última debe estar preparada para realizar el movimiento *Ponteira*. Cuando estén dispuestos, el/la compañero/a lanzará el globo y, antes de que caiga al suelo, la persona que efectúa la acción deberá de intentar tocarlo mediante el movimiento *Ponteira*. La acción se realizará 2 veces.

VARIANTE: Ahora se intentará tocar el globo con el movimiento Martelo.

DURACIÓN: 8 – 10 minutos.

REPRESENTACIÓN GRÁFICA:



Figura 4. “Golpear el globo”. Actividad para infantes con PC que SÍ necesitan ayuda

La propuesta de las actividades realizadas conlleva un componente físico que, se ha observado, es proporcionada y adecuada para infantes con parálisis cerebral, siendo viable la práctica en aquellas actividades que requieren de ayuda externa (la cual es ofrecida por compañeros del grupo-clase), como en aquellas en las que no es necesario. No obstante, y con respecto a estas últimas, cabe indicar que requieren de un tiempo mayor para ser desarrolladas por parte del alumnado con esta dificultad motora.

Se entiende que determinadas interacciones entre los componentes del grupo-clase requieren a la consecución de ciertos valores de tipo social, tales como la ayuda mutua, la empatía, el placer y la autoestima.

De esta forma, parece que el diseño de las actividades prácticas resulta factible para materializarse con infantes que tienen parálisis cerebral los cuales, si bien se debe tener en cuenta, se pueden mover (aunque sea con cierta dificultad, con la ayuda de un caminador y, en uno de los casos que nos ocupa, con ayuda externa).

Conclusiones

La naturaleza multifacética de la capoeira, que integra música, movimiento y expresión corporal, ofrece múltiples formas de participación y compromiso, lo que la convierte en una herramienta poderosa para la promoción de la inclusión social en el ámbito educativo y fuera del mismo.

En el ambiente capoeirano, sus participantes reconocen el sentido inclusivo de su práctica, no obstante, en la actualidad, hay la necesidad de diseminar este conocimiento de forma científica para reforzar el enfoque accesible de esta práctica, diseminando los beneficios físicos, sociales y emocionales que la capoeira proporciona hacia las personas con diferentes tipos de discapacidad.



Sería interesante, en otro orden de ideas, que las futuras investigaciones propusieran sistematizar o estructurar actividades para el aprendizaje de la capoeira en aquellos infantes con parálisis cerebral que tuvieran las mismas posibilidades de movimiento aquí indicadas o, incluso, que presentaran una movilidad más reducida; situación que se daría si, por ejemplo, el niño necesitara de una silla de ruedas.

En todo caso, a partir de adaptaciones, parece posible desarrollar el aprendizaje de esta práctica física en niños y en niñas con parálisis cerebral que tienen una cierta capacidad de movilidad, favoreciendo a la vez su inclusión entre el resto de los integrantes del grupo.

Referencias

- Almeida, L., Numata-Filho, E., dos-Santos, G., Cardoso, J. y Moreira, S. (2021). Anthropometric profile and functional performance of capoeira competitors in the world games. *International Journal of Morphology*, 39(4), 969-976. <https://doi.org/pb2c>
- Amitay, G. (2022). Capoeira clubs as inclusive and therapeutic communities for youth and young adults experiencing social exclusion. *International Journal of Qualitative Studies in Education*, 37(1), 213-229. <https://doi.org/pb2d>
- Balcázar, P., González-Arratia López-Fuentes, N. I., Currola G. M. y Moysén, A. (2005). *Investigación cualitativa*. Ediciones Universidad Autónoma del Estado de México.
- Barcala Furelos, R. J. (2006). Fundamentos didácticos de la iniciación a la capoeira en el área de Educación Física. *Lecturas: Educación Física y Deportes*, 103.
- Barcelos, R. A., de Almeida, F. Q. y Eusse, K. L. G. (2023). Capoeira en la escuela. Afirmación de la negritud brasileña. *Tándem. Didáctica de la Educación Física*, 80, 7-13.
- Barros, N., Branco, M. y Catela, D. (2019). The basic foundations of capoeira' learning: preliminary evaluation of a formative program. *Revista de Artes Marciales Asiáticas*, 14(1), 9-20. <https://doi.org/ggkd44>
- Braz, M. y Mwewa, C. M. (2023). Aspectos culturais da capoeira e o Português como Língua de Herança: possibilidades para experiências linguísticas orgânicas. En C. Lira, A. S. Morini y J. Azevedo-Gomes (Eds.), *O POLH na Europa. Português como língua de herança* (Vol. 4 – Espanha). Sagarana Editora.
- Castro-Salgado, V. y Gaintza-Jauregui, Z. (2022). Las personas con discapacidad y las artes marciales: revisión sistemática de la literatura entre 1990 y 2020. *Ágora para la Educación Física y el Deporte*, (24), 278-303. <https://doi.org/pb2f>
- Codina, L. (2020). Cómo hacer revisiones bibliográficas tradicionales o sistemáticas utilizando bases de datos académicas. *Revista ORL*, 11(2), 139-153. <https://doi.org/ghmfxk>
- Codina, L. (2024). Revisiones tradicionales, sistemáticas o de alcance: ¿cómo elegir el tipo de revisión de la literatura que corresponde en cada caso? *Infonomy*, 2(2) e24021. <https://doi.org/pb2g>
- de Paula Lima, P. O., Camelo, P. R. P., Ferreira, V. M. L. M., do Nascimento, P. J. S., Bezerra, M. A., Almeida, G. P. L. y de Oliveira, R. R. (2018). Evaluation of the isokinetic muscle function, postural control and plantar pressure distribution in capoeira players: A cross-sectional study. *Muscles, Ligaments and Tendons Journal*, 7(3), 498-503. <https://doi.org/pb2h>
- DECRET 150/2017, de 17 d'octubre, de l'atenció educativa a l'alumnat en el marc d'un sistema educatiu inclusiu. DOGC-A-17291050-2017. <https://portaljuridic.gencat.cat/eli/es-ct/d/2017/10/17/150>
- Delattre, B. (2024). Unfolding into each other: Examining the effects of capoeira with specifically anti-racist, social justice-oriented instruction on students' empathy. <https://doi.org/pb2j>



- Delattre, B. y Collaer, M. (2023). Capoeira: The relationship of an afro-brazilian cooperative movement art to state anxiety, state self-efficacy, and prosocial behavior tendencies. <https://doi.org/pb2k>
- Díaz, J. C. M. (2009). Experiencia de integración en Educación Física: parálisis cerebral. *Caleidoscopio, Revista Digital de Contenidos Educativos*, (2), 10.
- Faria C. A. B., Pinto F. A. y Abreu J. R. G. de. (2019). Capoeira: Ferramenta de inclusão nas aulas de educação física para alunos com necessidades educacionais especiais. *Revista Eletrônica Acervo Saúde*, (21), e572. <https://doi.org/pb2m>
- Gamonales, J. M. (2016) La educación física como herramienta de inclusión. *Publicaciones Didácticas*, (70) 26-33. <https://core.ac.uk/download/pdf/235859913.pdf>
- Hamui-Sutton, A. y Varela-Ruiz, M. (2013). La técnica de grupos focales. *Investigación en Educación Médica*, 2(1), 55-60.
- Hernández, R., Fernández, C. y Baptista, P. (2014). *Metodología de la investigación*. McGraw-Hill.
- Koehne, S., Schmidt, M. y Dziobek, I. (2015). The role of interpersonal movement synchronisation in empathic functions: Insights from tango argentino and capoeira. *International Journal of Psychology*, 51(4), 318-322. <https://doi.org/pb2n>
- Lima, R. (2017). Balance assessment in deaf children and teenagers prior to and post capoeira practice through the Berg Balance Scale. *The International Tinnitus Journal*, 21(2), 77-82. <https://doi.org/pb2p>
- Lopez-Cortes, O. D., Betancourt-Núñez, A., Bernal Orozco, M. F., & Vizmanos, B. (2022). Scoping reviews: una nueva forma de síntesis de la evidencia. *Investigación en Educación Médica*, 11(44), 98-104. <https://doi.org/gstcfq>
- Moneo, S. (2014). *La Capoeira como contenido de la educación física escolar. Análisis de su incidencia educativa en un estudio de caso* [Tesis doctoral] Universitat de Barcelona. <http://www.tesisenred.net/handle/10803/283809>
- Moneo, S. y Braz, M. (2023). El desarrollo y adquisición de la competencia clave en conciencia y expresiones culturales desde la Educación Física mediante la Capoeira. *Educación Física y Ciencia*, 25(2), e259. <https://doi.org/pb2q>
- Monteiro, C. B. M (Org.). (2011). Realidade virtual na paralisia cerebral. Plêiade, 2011.
- Moreira, S., Carvalho, F., Moraes, J., Carvalho, R., Araújo, R., Teixeira-Araújo, A. y Okano, A. (2016). Eight weeks of capoeira progressive training program increases flexibility of beginners. *Sport Sciences for Health*, 12(3), 329-337. <https://doi.org/pb2r>
- Moreira, S., Oliveira, A. y Armstrong, A. (2022). Capoeira: hypothesis on health rehabilitation and quality-of-life maintenance. *Revista da Associação Médica Brasileira*, 68(11), 1530-1536. <https://doi.org/g4nwns>
- Mota, A.P., Pereira, J.S., Waissman, F.Q. (2009). Repercussões da capoeira sobre o equilíbrio e coordenação motora de crianças com paralisia cerebral espástica. *Fisioterapia Brasil*, 10(5), 349-353. <https://doi.org/pb2s>
- OECD Indicators. (2007). *Education at a Glance*. https://www.oecd.org/en/publications/education-at-a-glance-2007_eag-2007-en.html
- ONU. (2006) Convención sobre los derechos de las personas con discapacidad. <https://www.un.org/esa/socdev/enable/documents/tccconvs.pdf>
- Owen, C. y Ugolotti, N. (2017). ‘pra homem, menino e mulher’? problematizing the gender inclusivity discourse in capoeira. *International Review for the Sociology of Sport*, 54(6), 691-710. <https://doi.org/pb2t>
- Palma, L. E., Manta, S. W., Lehnhard, G. R. y Matthes, S. E. R. (2012). Ensino da Capoeira para Pessoas com Deficiência Intelectual. *Revista da Sobama*, 13(1), 27-30.



- Reis Filho, A. D. dos y Schuller, J. A. de P. (2010). A capoeira como instrumento pedagógico no aprimoramento da coordenação motora de pessoas com Síndrome de Down. *Pensar a Prática*, 13(2). <https://revistas.ufg.br/fef/article/view/7532>
- Ribeiro, J., Teixeira, L. y Garramona, F. (2021). A prática da capoeira no ambiente escolar para a formação integral do aluno: uma revisão sistemática. *Caderno de Educação Física e Esporte*, 19(3), 149-156. <https://doi.org/pb2v>
- Ríos, E. (2015). Capoeira as a tool of social inclusion and educational innovation: A proposal for Physical Education at school. *Estudios Pedagógicos*, 41(especial), 193-212. <https://doi.org/pb2w>
- Ríos Hernández, M. (2003). *Manual de Educación Física adaptada al alumnado con discapacidad*. Paidotribo.
- Ríos Hernández, M. (2009) La inclusión en el área de educación física en España. análisis de las barreras para la participación y el aprendizaje. *Ágora para la EF y el Deporte*, 9, 83-114
- Rosenbaum, P., Paneth, N., Leviton, A., Goldstein, M., Bax, M., Damiano, D., Dan, B. y Jacobsson, B. (2007). A report: the definition and classification of cerebral palsy April 2006. *Developmental Medicine and Child Neurology, Supplement*, 109, 8-14.
- Sánchez Aguilar, M. J. (2009). Introducción a la capoeira desde la Educación Física en la educación secundaria obligatoria. *Innovación y Experiencias Educativas*, 22(septiembre), 1-10.
- Silva, J. y Vall, J. (2012). Why are so many disabled individuals not working in Spain? A job search approach. *SSRN Electronic Journal*, IZA Discussion Paper no. 6317 <https://doi.org/pb2x>
- Silva, R. F. y Coutinho, D. J. G. (2020). Capoeira como espaço de inclusão e melhoria da autoestima e interação de estudantes com TEA. *Europub Journal of Multidisciplinary Research*, 1(1), 14-30. <https://doi.org/pb2z>
- Stainback, W. y Stainback, S., (1990). *Support networks for inclusive schooling Interdependent integrated education*. Paul H. Brookes Publishing Co.
- Stainback, S. Stainbak, W. y Bunch, G. (1989). A rationale for the merger of regular and special education. En W, Stainback, S. Stainback, y Forest, M. (Eds.), *Educating all students in the mainstream of regular education*. (pp. 5-28). Paul H. Brookes Publishing Co.
- Vasconcelos, D. (2022). Mestre ensina capoeira de graça e muda a vida de deficientes. https://www.terra.com.br/visao-do-corre/deu-jogo/mestre-ensina-capoeira-de-graca-e-muda-a-vida-de-deficientes,e704f6499efb8e229a14076b1bcb902empxsk92g.html?utm_source=clipboard Consulta en 10 de octubre de 2024.
- Vieira, I. B., Nogueira, C. D. y Gorla, J. I. (2020). *Fútbol en la parálisis cerebral*. FEF/UNICAMP.