

## Guía Docente: Actividad Física y Discapacidad Psíquica

DATOS GENERALES	
<b>Facultad</b>	Facultad de Ciencias de la Salud
<b>Titulación</b>	Grado en Ciencias de la Actividad Física y del Deporte
<b>Plan de estudios</b>	2012
<b>Materia</b>	Actividad Física y Calidad de Vida
<b>Carácter</b>	Obligatorio
<b>Período de impartición</b>	Primer Trimestre
<b>Curso</b>	Cuarto
<b>Nivel/Ciclo</b>	Grado
<b>Créditos ECTS</b>	6
<b>Lengua en la que se imparte</b>	Castellano
<b>Prerrequisitos</b>	No se precisa

DATOS DEL PROFESORADO			
<b>Profesor Responsable</b>	Cristian Roberto López Rodríguez	<b>Correo electrónico</b>	cristianroberto.lopez@ui1.es
<b>Área</b>		<b>Facultad</b>	Facultad de Ciencias de la Salud
<b>Perfil Profesional 2.0</b>	<a href="#">LinkedIn</a>		

## CONTEXTUALIZACIÓN Y JUSTIFICACIÓN DE LA ASIGNATURA

<b>Asignaturas de la materia</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Actividad Física en Edades Tempranas</li> <li>• Actividad Física en la Enfermedad</li> <li>• Actividad Física en la Tercera Edad</li> <li>• Actividad Física y Discapacidad Física</li> <li>• Actividad Física y Discapacidad Psíquica</li> </ul>
<b>Contexto y sentido de la asignatura en la titulación y perfil profesional</b>	<p>La actividad física (AF) para personas con discapacidad es una rama de la actividad física adaptada (AFA), que se centra en la adaptación de las actividades físicas y deportivas para dicha población con el fin de favorecer su integración e inclusión en un estilo de vida saludable a través del ejercicio físico, así como facilitar su independencia y autonomía.</p> <p>Esta asignatura pertenece al plan de estudios del Grado en Ciencias de la Actividad Física y el Deporte (CAFD), configurándose como una asignatura obligatoria y básica, siendo necesario superar las asignaturas de 1) <i>Fisiología del ejercicio: conceptos básicos</i>; 2) <i>Fisiología del Ejercicio: Integración</i>; 3) <i>Anatomía y Fisiología Humanas: Sistema músculo-esquelético</i>; 4) <i>Anatomía y Fisiología Humanas: Sistema cardiovascular, sistema respiratorio, sistema digestivo, sistema renal</i>; 5) <i>Anatomía y Fisiología Humanas: Sistemas endocrino y sistema nervioso</i>; y 6) <i>Actividad Física y Discapacidad Física</i>, para poder cursar la misma. La asignatura está vinculada, dentro del grado de CAFD, con las asignaturas de Biomecánica (2º curso), AF en edades tempranas (3er curso), AF en la enfermedad (3er curso), AF en la tercera edad (3er curso) y AF y discapacidad física (3er curso).</p> <p>Al finalizar la asignatura se pretende que el alumno logre los siguientes objetivos:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Conocer los conceptos básicos y ámbitos de la actividad física adaptada e inclusiva a la población con discapacidad intelectual y del desarrollo.</li> <li>• Familiarizarse con las principales discapacidades intelectuales y del desarrollo, así como los deportes adaptados más practicados.</li> <li>• Comprender los sistemas de clasificación del deporte adaptado a esta población.</li> <li>• Aplicar los conocimientos adquiridos a la creación de programas de intervención deportivos adecuados al contexto y características de las personas con discapacidad intelectual y del desarrollo.</li> <li>• Lograr una perspectiva nacional e internacional de los programas de AFA enfocados a este colectivo.</li> <li>• Crear concienciación sobre la población con discapacidad intelectual y familiarizarse con los términos actuales.</li> </ul>

## COMPETENCIAS QUE ADQUIERE EL ESTUDIANTE Y RESULTADOS DE APRENDIZAJE

<p><b>Competencias de la asignatura</b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• CU-10: Reconocer y saber resolver problemas que afecten a derechos fundamentales de las personas y a valores democráticos.</li> <li>• CU-11: Comprender y saber actuar antes situaciones en las que proceda defender la igualdad, particularmente las de género y las de oportunidades.</li> <li>• CU-13: Aceptar y defender el derecho de los diferentes, llegando incluso ante la desigualdad compensatoria, particularmente en los casos de personas con disminución de su autonomía personal.</li> <li>• CG-03: Desarrollar habilidades de liderazgo, relación interpersonal y trabajo en equipo.</li> <li>• CG-04: Desarrollar competencias para la adaptación a nuevas situaciones y resolución de problemas, y para el aprendizaje autónomo.</li> <li>• CG-06: Conocer y actuar dentro de los principios éticos necesarios para el correcto ejercicio profesional.</li> <li>• CE-03: Conocer y comprender los factores fisiológicos y biomecánicos que condicionan la práctica de la actividad física y el deporte y como deben ser aplicados eficazmente.</li> <li>• CE-04: Conocer y comprender los factores comportamentales y sociales que condicionan la práctica de la actividad física y el deporte y como deben ser aplicados eficazmente.</li> <li>• CE-05: Conocer y comprender los efectos de la práctica del ejercicio físico sobre la estructura y función del cuerpo humano y como deben ser aplicados eficazmente.</li> <li>• CE-06: Conocer y comprender los efectos de la práctica del ejercicio físico sobre los aspectos psicológicos y sociales del ser humano y como deben ser aplicados eficazmente.</li> <li>• CE-10: Diseñar, desarrollar y evaluar los procesos de enseñanza-aprendizaje relativos a la actividad física y al deporte, con atención a las características individuales y contextuales de las personas.</li> <li>• CE-14: Evaluar la condición física y prescribir ejercicios físicos orientados hacia la salud.</li> <li>• CE-15: Identificar los riesgos que se derivan para la salud, de la práctica de actividades físicas inadecuadas.</li> <li>• CE-16: Planificar, desarrollar y evaluar la realización de programas de actividades físico-deportivas.</li> <li>• CE-18: Seleccionar y saber utilizar el material y equipamiento deportivo, adecuado para cada tipo de actividad.</li> <li>• CE-23: Capacidad para promover el acceso al ámbito deportivo de mujeres y hombres en condiciones de igualdad efectiva.</li> <li>• CE-24: Capacidad para integrar a las personas con discapacidad y en riesgo de exclusión al ámbito deportivo.</li> <li>• CE-25: Adquirir un compromiso ético profesional de respeto a la dignidad humana, a los derechos y libertades fundamentales de todas las personas, y a la igualdad de hombres y mujeres.</li> </ul>
<p><b>Resultados de aprendizaje de la asignatura</b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Valora el estado de salud por medio de pruebas de valoración de la condición física.</li> <li>• Conoce los principales cambios fisiológicos, psicológicos y sociales que ocurren en distintas discapacidades físicas y psíquicas.</li> <li>• Conoce el papel que puede jugar la AF en las distintas discapacidades físicas y psíquicas.</li> <li>• Valora el distinto Grado de discapacidad del sujeto.</li> <li>• Diseña programas de actividad física para personas con discapacidad física y psíquica.</li> </ul>

## PROGRAMACION DE CONTENIDOS

<b>Breve descripción de la asignatura</b>	Se estudiarán los tipos de discapacidad psíquica y la actividad física o deporte más recomendables en función de su condición física. También se estudiarán las normativas de los deportes reglados para las personas con discapacidad psíquica y la inclusión de estas poblaciones, gracias a la actividad física y el deporte reglado.
<b>Contenidos</b>	<p><b>UD 1: Introducción a la actividad física para personas con discapacidad intelectual y del desarrollo</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• 1.1 Conceptos generales.</li> <li>• 1.1.1. Diversidad funcional y discapacidad</li> <li>• 1.1.2. Conceptos en la legislación educativa española</li> <li>• 1.1.3. Trastorno mental y sus clasificaciones internacionales</li> <li>• 1.1.4. Trastornos del desarrollo</li> <li>• 1.1.5. Discapacidades psicosociales</li> <li>• 1.1.6. Discapacidad intelectual</li> <li>• 1.1.7. Perspectiva internacional.</li> <li>• 1.1.8. Perspectiva nacional.</li> </ul> <p><b>UD 2: Ámbitos de aplicación práctica</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• 2.1. Conceptos actividad física adaptada.</li> <li>• 2.2. Educación Física Especial.</li> <li>• 2.3 Escuela Inclusiva.</li> <li>• 2.4. Educación Física.</li> <li>• 2.5. Recreación y deporte comunitario.</li> <li>• 2.6. Competición y alto rendimiento</li> </ul> <p><b>UD 3: Principales Discapacidades Intelectuales y del Desarrollo</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• 3.1. Principales Discapacidades Intelectuales</li> <li>• 3.2. Principales Discapacidades del Desarrollo</li> </ul> <p><b>UD 4: Programas de actividad física y deportivos para personas con discapacidad intelectual y del desarrollo</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• 4.1. Beneficios para la salud</li> <li>• 4.2. Beneficios psicológicos y sociológicos</li> <li>• 4.3. Progresión metodológica y consideraciones educativas</li> </ul> <p><b>UD 5: Aplicación práctica: juegos, ejercicios y deportes para personas con discapacidad intelectual y del desarrollo</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• 5.1. Psicomotricidad</li> <li>• 5.2. Capacidades perceptivo-motrices</li> <li>• 5.3. Capacidades físico-motrices</li> <li>• 5.4. Habilidades motrices básicas</li> <li>• 5.5. Deporte inclusivo</li> </ul> <p><b>UD 6: Contextualización de los deportes adaptados a personas con discapacidad intelectual y del desarrollo</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• 6.1. Marco competitivo del deporte adaptado</li> <li>• 6.2. Clasificación deportiva</li> <li>• 6.3. Entrenamiento y Discapacidad Intelectual</li> </ul>

## METODOLOGÍA

### Actividades formativas

#### **Comunidad de Aprendizaje (Aula Virtual):**

Estudios de caso: actividades de descubrimiento inducido en las que el alumno podrá llevar a cabo un aprendizaje contextualizado trabajando, en el Aula Virtual, una situación real o simulada que le permitirá realizar un primer acercamiento a los diferentes temas de estudio.

Foros de debate: actividades de interacción y colaboración en las que se discutirá y argumentará acerca de diferentes temas relacionados con las asignaturas de cada materia y que servirán para guiar el proceso de descubrimiento inducido.

Actividades de aplicación práctica relacionadas con el estudio de los contenidos, incluyendo la resolución de problemas, elaboración de proyectos, visualización de documentales relacionados con la temática y actividades similares que permitan aplicar los aspectos conceptuales, procedimentales y actitudinales además de crear concienciación sobre el sector en concreto.

#### **Interacción alumno - tutor (Aula Virtual):**

Presentaciones de trabajos y ejercicios propuestos: incluye la elaboración individual, presentación y, en su caso, defensa virtual de los trabajos y ejercicios solicitados, conforme a los procedimientos de defensa que se establezcan en los enunciados de los ejercicios.

Actividades de actualización: el docente publicará e invitará a los alumnos a participar en el Aula Virtual y en la cafetería aportando noticias e información de interés que se publique en los medios a lo largo del curso, con el fin de estar al día en las últimas novedades de la materia.

Actividades de evaluación: véase información al respecto en el apartado evaluación.

#### **Trabajo autónomo del alumno:**

Actividades de trabajo autónomo individual (estudio de la lección): trabajo individual de los materiales utilizados en las asignaturas, aunque apoyado por la resolución de dudas y construcción de conocimiento a través de un foro habilitado para estos fines. Esta actividad será la base para el desarrollo de debates, resolución de problemas, etc.

Trabajo de investigación: ponen al alumnado ante el trabajo investigador, de búsqueda o de innovación. Implica una sugerencia de indagación empleando las oportunidades que ofrece la red para su desarrollo.

#### **Prueba de Evaluación de Competencias (PEC)**

En el caso de optar por la opción de evaluación (PEC+ examen final), el estudiante tendrá que realizar la prueba de evaluación de competencias (PEC). Esta prueba se define como una actividad integradora a través de la cual el estudiante deberá demostrar la adquisición de competencias propuestas en la asignatura, vinculadas principalmente al «saber hacer». Para ello hará entrega de un conjunto de evidencias en respuesta a los retos propuestos en esta prueba. La entrega se realizará antes de finalizar la asignatura.

## EVALUACIÓN

### Sistema evaluativo

El sistema de evaluación se basará en una selección de las pruebas de evaluación más adecuadas para el tipo de competencias que se trabajen. El sistema de calificaciones estará acorde con la legislación vigente (*Real Decreto 1125/2003, de 5 de septiembre, por el que se establece el sistema europeo de créditos y el sistema de calificaciones en las titulaciones universitarias de carácter oficial y de validez en todo el territorio nacional*).

El sistema de evaluación de la Universidad Isabel I queda configurado de la siguiente manera:

#### Sistema de evaluación convocatoria ordinaria

##### Opción 1. Evaluación continua

Los estudiantes que opten por esta vía de evaluación deberán realizar el **seguimiento de la evaluación continua (EC)** y podrán obtener hasta un **60 %** de la calificación final a través de las actividades que se plantean en la evaluación continua.

Además, deberán realizar un **examen final presencial (EX)** que supondrá el **40 %** restante. Esta prueba tiene una parte dedicada al control de la identidad de los estudiantes que consiste en la verificación del trabajo realizado durante la evaluación continua y otra parte en la que realizan diferentes pruebas teórico-prácticas para evaluar las competencias previstas en cada asignatura.

Para la aplicación de los porcentajes correspondientes, el estudiante debe haber obtenido una nota mínima de un 4 en cada una de las partes de las que consta el sistema de evaluación continua.

Se considerará que el estudiante supera la asignatura en la convocatoria ordinaria por el sistema de evaluación continua, siempre y cuando al aplicar los porcentajes correspondientes se alcance una calificación mínima de un 5.

##### Opción 2. Prueba de evaluación de competencias

Los estudiantes que opten por esta vía de evaluación deberán realizar una **prueba de evaluación de competencias (PEC)** y un **examen final presencial (EX)**.

La **PEC** se propone como una prueba que el docente plantea con el objetivo de evaluar en qué medida el estudiante adquiere las competencias definidas en su asignatura. Dicha prueba podrá ser de diversa tipología, ajustándose a las características de la asignatura y garantizando la evaluación de los resultados de aprendizaje definidos. Esta prueba supone el 50 % de la calificación final.

El **examen final presencial**, supondrá el **50 %** de la calificación final. Esta prueba tiene una parte dedicada al control de la identidad de los estudiantes que consiste en la verificación del seguimiento de las actividades formativas desarrolladas en el aula virtual y otra parte en la que realizan diferentes pruebas teórico-prácticas para evaluar las competencias previstas en cada asignatura.

Al igual que con el sistema de evaluación anterior, para la aplicación de los porcentajes correspondientes el estudiante debe haber obtenido una puntuación mínima de un 4 en cada una de las partes de las que consta la opción de prueba de evaluación de

competencias.

Se considerará que el estudiante supera la asignatura en la convocatoria ordinaria por el sistema de la prueba de evaluación de competencias siempre y cuando al aplicar los porcentajes correspondientes se alcance una calificación mínima de un 5.

### **Características de los exámenes**

Los exámenes constarán de 30 ítems compuestos por un enunciado y cuatro opciones de respuesta, de las cuales solo una será la correcta. Tendrán una duración de 90 minutos y la calificación resultará de otorgar 1 punto a cada respuesta correcta, descontar 0,33 puntos por cada respuesta incorrecta y no puntuar las no contestadas. Después, con el resultado total, se establece una relación de proporcionalidad en una escala de 10.

### **Sistema de evaluación convocatoria extraordinaria**

Todos los estudiantes, independientemente de la opción seleccionada, que no superen las pruebas evaluativas en la convocatoria ordinaria tendrán derecho a una convocatoria extraordinaria.

La convocatoria extraordinaria completa consistirá en la realización de una **prueba de evaluación de competencias** que supondrá el **50 %** de la calificación final y un **examen final presencial** cuya calificación será el **50 %** de la calificación final.

Para la aplicación de los porcentajes correspondientes, el estudiante debe haber obtenido una nota mínima de un 4 en cada una de las partes de las que consta el sistema de evaluación de la convocatoria extraordinaria.

Los estudiantes que hayan suspendido todas las pruebas evaluativas en convocatoria ordinaria (evaluación continua o prueba de evaluación de competencias y examen final) o no se hayan presentado deberán realizar la convocatoria extraordinaria completa, como se recoge en el párrafo anterior.

En caso de que hayan alcanzado una puntuación mínima de un 4 en alguna de las pruebas evaluativas de la convocatoria ordinaria (evaluación continua o prueba de evaluación de competencias y examen final), se considerará su calificación para la convocatoria extraordinaria, debiendo el estudiante presentarse a la prueba que no haya alcanzado dicha puntuación o que no haya realizado.

En el caso de que el alumno obtenga una puntuación que oscile entre el 4 y el 4,9 en las dos partes de que se compone la convocatoria ordinaria (EC o PEC y examen), solo se considerará para la convocatoria extraordinaria la nota obtenida en la evaluación continua o prueba de evaluación de competencias ordinaria (en función del sistema de evaluación elegido), debiendo el alumno realizar el examen extraordinario para poder superar la asignatura.

Al igual que en la convocatoria ordinaria, se entenderá que el alumno ha superado la materia en convocatoria extraordinaria si, aplicando los porcentajes correspondientes, se alcanza una calificación mínima de un 5.

## BIBLIOGRAFÍA Y OTROS RECURSOS

### Bibliografía básica

- **Comité Paralímpico Español (2014).** *La inclusión en la actividad física y deportiva. La práctica de la educación física y deportiva en entornos inclusivos.* Badalona: Paidotribo.

Este libro proporciona modelos de prácticas que facilitan estrategias y recursos para la inclusión de las personas con discapacidad en los programas de educación física en las etapas educativas de Infantil, Primaria y Secundaria, así como las actividades desarrolladas en los centros deportivos, clubes y otras entidades que promuevan la práctica de la actividad física y el deporte en contextos inclusivos. Es un manual dirigido a maestros y profesores de educación física y educación especial y a fisioterapeutas y psicopedagogos que intervienen en las etapas educativas mencionadas, así como técnicos, directores y gestores deportivos que desarrollan programas de actividad físico-deportiva.

- **John W. J., James A. M., Johannes, J. (2007) Handbook of Intellectual and Developmental Disabilities.** Springer: *Issues on Clinical Child Psychology.*

El presente libro está dirigido a proporcionar los últimos avances en el campo interdisciplinar de las discapacidades intelectuales y del desarrollo. Aporta información fundamental para los clínicos, académicos y administrativos respecto a los avances en investigación, medición, tratamiento y servicio dentro del mundo real. Este manual examina al detalle las definiciones, clasificaciones y etiología actual, proporciona encuestas de los servicios educativos y psicológicos disponibles para esta población; ofrece un rango de herramientas de medición y diagnóstico, incluyendo medición cognitiva y del comportamiento adaptativo, psicopatológica, familiar, etc.; revisa las últimas estrategias de prevención e intervención; e incluye problemas éticos sociales. En definitiva, proporciona un acercamiento a las personas con discapacidad intelectual y del desarrollo en todos sus ámbitos.

### Bibliografía complementaria

#### Libros:

- American Association of Intellectual and Developmental Disabilities (2011). "Discapacidad intelectual: definición, clasificación y sistemas de apoyo". Madrid: Alianza.
- American College of Sport Medicine (ACSM, 2003) "Exercise management for Persons with Chronic Diseases and Disabilities" (2nd edition), Editores Durstine J.L. y Moore G.E., Human Kinetics Publishers.
- DePauw K.P., Gavron S., (2005), "Disability and Sport", (2nd edition) Human Kinetics, Champaign, Illinois
- Escribá, A. (2002) "Síndrome de Down. Propuestas de intervención". Ed. Gymnos. Madrid
- First, M. B. (2001). "DSM-IV-TR: manual de diagnóstico y estadístico de los trastornos mentales". Masson.
- García de Mingo, J. A. (1992) "Actividades físicas y deporte para minusválidos". Madrid: Campomanes.
- Kasser, S. y Lytle, R. (2013) "Inclusive Physical Activity. Promoting health for a lifetime", (2nd edition) Human Kinetics.
- Lieberman, L. y Houston-Wilson, C., (2009) "Strategies for Inclusion. A Handbook for Physical Educators", (2nd edition) Human Kinetics.
- Lynnes, M. (2008). "Specially fit": A Tailored Exercise Program for People with an Intellectual Disability". University of Victoria.
- Martín Sánchez, F., Martín Vicente, F. (1988). "Educación Física y deportes para minusválidos psíquicos". Madrid: Gymnos.
- Mendoza, N. (2009), "Propuestas prácticas de educación física inclusiva para la etapa secundaria". Barcelona, Inde.
- Odom, S.L., Horner, R.H., Snell, M.E., Blacher, J. (2009). Handbook of



developmental disabilities. The Guilford Press.

- Orsatti, L. F. (2004). "Deporte para discapacitados mentales". Argentina: Stadium.
- Ríos, M. (2003) "Manual de educación física adaptada al alumnado con discapacidad", Barcelona Paidotribo.

#### Artículos:

- Barrios Fernández, S. (2012). Un programa de Actividad Física en Personas con Síndrome de Down. TOG (A Coruña); 9(16): 17. Disponible en: (<http://www.revistatog.com/num16/pdfs/original3.pdf>).
- Bondár, R. Z., di Fronso, S., Bortoli, L., Robazza, C., Metsios, G. S., & Bertollo, M. (2020). The effects of physical activity or sport-based interventions on psychological factors in adults with intellectual disabilities: a systematic review. Journal of Intellectual Disability Research : JIDR, 64(2), 69–92.
- Casajús, J. A., Portolés, A., Barea, J. y Martínez, G. (2007). Salud, ejercicio físico y síndrome de Down. Zaragoza: Fundación Down Zaragoza.
- Hutzler, Y. S. (2011). Evidence-based practice and research: a challenge to the development of adapted physical activity. Adapt Phys Activ Q, 28(3), 189-209.
- López Mercader, M.P. & Sanjuan Enriquez, E.M. (2002). Alumnos con deficiencia psíquica. Aspectos a tener en cuenta en las clases de Educación Física. Revista Internacional de Medicina y Ciencias de la Actividad Física y el Deporte, vol. 2 (8) pp. 290-297.
- Temple, V. A. & Stanish, H. I. (2008). Actividad física en personas con discapacidad intelectual: algunas consideraciones para América Latina. Salud pública Méx [online]. 50(2 Suppl), s185-s193.
- Tweedy, S. M., Beckman, E. M., & Connick, M. J. (2014). Paralympic classification: conceptual basis, current methods, and research update. PM R, 6 (8 Suppl), S11-17.
- Tweedy, S. M., & Vanlandewijck, Y. C. (2011). International Paralympic Committee position stand--background and scientific principles of classification in Paralympic sport. Br J Sports Med, 45(4), 259-269.

#### Otros recursos

<http://www.paralimpicos.es/> - Página oficial del Comité Paralímpico Español.

<http://www.paralimpicos.es/enlaces> - Links a todas las Federaciones de Deporte Adaptado.

<http://www.paralympic.org/> - Página oficial del Movimiento Paralímpico.

<http://www.eufapa.eu/> - Federación Europea de Actividad Física Adaptada.

<http://www.csd.gob.es/csd/sociedad/deporte-adaptado/view> - Sección de deporte adaptado dentro del Consejo Superior de Deportes.

<http://www.dxtadaptado.com/> - Blog de noticias de deporte adaptado redactado por un jugador paralímpico de Boccia.

<http://sid.usal.es/default.aspx> - Servicio de información sobre discapacidad.

<http://www.cedd.net/> - Centro español sobre documentación en discapacidad.

<http://www.who.int/disabilities/es/> - Sección de rehabilitación y discapacidad en la OMS.

<http://www.discapnet.es/> - El portal de las personas con discapacidad.

<http://www.dafaweb.es/> - Asociación española de deporte y actividad física adaptada.

### COMENTARIOS ADICIONALES

Para resolver de forma satisfactoria cada actividad evaluable del aula virtual, el alumno deberá haber estudiado, analizado y comprendido los contenidos descritos y revisados los enlaces de interés (artículos, guías, webs, infografías, etc.) facilitadas en la versión interactiva y la versión “off line” (pdf) de las unidades didácticas.