Análisis de Actividad

Las posibilidades de que la amistad se desarrolle en una actividad aumentan considerablemente si la actividad y el entorno se analizan cuidadosamente para ver si apoyan las relaciones. A menos que haya participado en muchos tipos de actividades en su propia vida, es posible que no se dé cuenta de los muchos formatos diferentes que pueden tomar las actividades.

Un análisis de actividad es una herramienta utilizada por los terapeutas de recreación para examinar diferentes partes de una actividad. para evaluar lo que se requiere para participar, lo que es posible que se necesiten adaptaciones y equipo, y qué tan bien podría ayudar a alguien a alcanzar sus metas. Hemos agregado un enfoque aquí para pensar el potencial para las relaciones, ya que nuestra intención es para encontrar una actividad que alguien realmente ama, ¡para que pueda compartirla con otros que la aman! Vamos a intentarlo juntos.

El baloncesto tiende a ser una actividad popular elegida por y para personas con discapacidades. Es popular en la cultura estadounidense, particularmente entre los jóvenes, y muchos padres quieren ver a sus hijos participar en algo que sus compañeros también eligen. Tomemos un momento y analicemos el baloncesto en sí. No hay respuestas incorrectas aquí, solo haga una lluvia de ideas sobre tantas cosas sobre el baloncesto como se le ocurra en cada una categoría. Se incluyen algunas preguntas de muestra, pero es probable que también se te ocurran tus propias ideas.

ACTIVIDAD: BALONCESTO

Social: ¿Cuántas personas suelen participar? ¿Es probable que asistan las mismas personas con el tiempo? ¿Qué tan cooperativo o competitivo puede ser? ¿Qué tipo de comunicación se necesita? _____

Entorno: ¿Dónde están los diferentes lugares donde alguien puede hacer esta actividad? ¿Pueden ver a las mismas personas cada vez? ¿Con qué frecuencia se reúnen los diferentes programas?

Físico: ¿Cuáles son los requisitos físicos de la actividad? ¿Qué tipos de movimiento son?
¿Obligatorio? ¿Requiere independencia de movilidad?

Sensorial: ¿Qué está sucediendo durante la actividad y en el entorno donde suele ocurrir? Piensa en todos tus sentidos (vista, oído, olfato, tacto, gusto, equilibrio y sentido del cuerpo en el espacio)

Cognitivo: ¿Qué tipo de pensamiento está involucrado? ¿Cuánto? _____

Emocional: ¿Cuánto permite la actividad la expresión de sentimientos? ¿Requiere control de los sentimientos? ¿De qué manera? _

Estas son algunas de las cosas que se nos ocurrieron (adaptado de Carter, Browne, Leconey, & Nagle, 1991, como se encuentra en Sylvester et al., 2001, p. 288).

SOCIAL

- El contacto visual es bastante importante. Un jugador tiene que reconocer que cuando su compañero de equipo hace contacto visual con ellos, es probable que signifique: "Te voy a lanzar la pelota". Luego se espera que hagan contacto visual con otro compañero de equipo y pasen nuevamente.
- Un jugador debe entender que hay cinco personas tratando de quitarle la pelota en un momento dado, y no están tratando de ser malos.
- Un jugador debe comunicarse con sus compañeros de equipo verbal o no verbalmente en un juego a menudo de ritmo rápido.
- Dependiendo del tipo de programa, es probable que haya las mismas personas o casi las mismas personas allí cada vez, lo

cual es una buena manera de construir relaciones.
- El baloncesto rara vez se juega solo, a veces en parejas, pero las oportunidades organizadas a menudo incorporan al menos 6-1 0 personas a la vez.

AJUSTE

- A veces es un juego de recogida en un parque o una liga que se reúne semanalmente. A veces hay una clínica única, que no sería tan buena para las amistades, pero podría ayudar a preparar a alguien para la próxima temporada de la liga. ¡Las amistades toman exposición repetida *con el* tiempo!

FÍSICO

- Pasando, corriendo (o rodando), lanzando, atrapando, driblando/rebotando pelotas.
- Requiere algo de resistencia.

SENSORIAL

- Un gimnasio generalmente tiene luces fluorescentes, zapatos chirriantes, pelotas que rebotan y muchos ecos. Es probable que haya un silbido o un fuerte zumbador.
- Muchas personas se mueven al mismo tiempo a un ritmo rápido.
- Hay muchas veces en que los cuerpos de las personas entran en contacto entre sí inesperadamente, posiblemente de manera dura y chocante, pero a menudo con ligeros toques o empujones.

COGNITIVO

- Los jugadores deben realizar un seguimiento de qué jugadores están en cada lado. A veces hay camisetas para ayudar a designar equipos, a veces no.
- Hacer un seguimiento de la puntuación no es necesario para *todos los* jugadores, por lo que no se requiere sentido numérico (a diferencia del juego de póquer, donde alguien debe poder realizar un seguimiento de los valores de sus propias cartas).

EMOCIONAL

- Se espera cierta decepción, pero se requiere un buen espíritu deportivo.
- Un jugador debe controlar la frustración cuando se le quita la pelota.

Ahora que tienes una idea bastante buena de cómo podría ser el baloncesto, considera a la persona con la que estás trabajando. Si esta persona tiene mucha sensibilidad sensorial, requiere apoyo para mantener interacciones uno a uno, o tiene dificultad real para hacer que los ojos
Póngase en contacto o responda a su nombre (especialmente cuando se siente abrumado con otra información), este podría no ser el mejor lugar para comenzar. Tirar aros en el parque o en el camino de entrada siempre está disponible, pero en la búsqueda de amistades, el baloncesto no sería una de las mejores opciones para mostrar en qué es buena esta persona o prepararla para el éxito. ¡La configuración incorrecta podría alejar a los amigos potenciales en lugar de acercarlos!

Por otro lado, si alguien es capaz de manejar el entorno social, conoce las habilidades físicas básicas, pero realmente tiene dificultades para hacer un seguimiento de quién está en qué equipo, una simple adaptación de hacer que el entrenador proporcione algunos pinnies podría ser justo lo que hace que funcione.

Si no está familiarizado con una actividad, pregunte a su alrededor. Esto podría ser una lluvia de ideas rápida en una reunión de personal o incluso alrededor de su propia mesa.