



ISSN 1988-6047 DEP. LEGAL: GR 2922/2007 Nº 30 MAYO DE 2010

“EDUCACIÓN FÍSICA EN ALUMNOS CON NECESIDADES EDUCATIVAS ESPECIALES”

AUTORÍA RAFAEL CÁMARAS-ALTAS GIL
TEMÁTICA EDUCACIÓN FÍSICA
ETAPA EDUCACIÓN PRIMARIA

Resumen

Con este artículo pretendo plasmar algunas ideas básicas a tener en cuenta a la hora de trabajar en clases de Educación Física, en las cuales se encuentran alumn@s con necesidades educativas especiales. Esta es una situación que nos podemos encontrar perfectamente en nuestra carrera docente, y que debemos saber cómo plantearla. No es tarea fácil, ya que en una clase de esta índole no podemos perder de vista los intereses generales del grupo, al mismo tiempo que debemos atender a las características individuales. Debemos saber qué hacer en cada momento para que estos alumnos no se queden atrás y avancen, a la vez que los demás también lo hacen.

Palabras clave

Educación física
Educación Especial
Necesidades educativas especiales
Integración
Diversidad
Deficiencia

1. INTRODUCCIÓN

Somos conscientes de que el concepto de “Educación Especial” ha cambiado muchísimo en estos últimos años. Antiguamente, cualquier persona que tenía algún tipo de necesidad era escolarizada en centros especiales, aparte del resto del alumnado. Además, a la hora de hablar y de referirse a aquellas personas que presentaban cualquier tipo de deficiencia se utilizaban términos peyorativos y poco ajustados a la realidad.

Años más tarde, con la introducción del concepto de Necesidades Educativas Especiales, se consiguió una normalización de los sistemas educativos, y sobre todo, términos como integración, normalización, inclusión... resulta cada vez más frecuentes escucharlos.

Educar para la diversidad es un reto al que se debe enfrentar cualquier maestro. Nosotros, los docentes, debemos crear una escuela abierta, flexible y plural, y debemos inculcar valores como la no



ISSN 1988-6047 DEP. LEGAL: GR 2922/2007 Nº 30 MAYO DE 2010

discriminación, la no diferenciación... pues somos nosotros los responsables de las bases que se asientan en la escuela, para un futuro no muy lejano.

Nos encontramos pues antes una tarea compleja, que es la de compatibilizar los intereses generales del grupo de clase con los de los alumn@s que presentan necesidades educativas especiales, atendiendo a sus características individuales. Por lo tanto, adaptar el currículo a estas personas es un tarea fundamental y que debe realizarse en cualquier área, y en este caso en concreto, en el área de Educación Física.

En definitiva, hay que partir de la idea de que todos los alumn@s, independientemente del nivel y de la características que presenten, tienen unas determinadas necesidades educativas y para satisfacerlas necesitan no solo de una ayuda pedagógica, sino también personal, material... De este modo, conseguiremos cumplir uno de los objetivos principales que es lograr el máximo desarrollo personal de todos los alumn@s.

2. PLANTEAMIENTOS INICIALES

En primer lugar, cuando nos dispongamos a realizar una unidad didáctica en una clases donde se encuentra alumnos con necesidades educativas especiales, se debe realizar un **diagnostico inicial**. Debemos informarnos bien de la enfermedad que el niño padece, recabar información, hablar con los padres, etc... Además, es fundamental obtener una información médica para saber que limites nos debemos poner a la hora de llevar a cabo las sesiones de Educación Física.

En segundo lugar, debemos tener en cuenta **las actividades** que se van a realizar. Debemos proponer actividades variadas, y las mismas a todo el grupo, teniendo en cuenta los siguientes aspectos:

- Proponer actividades que favorezcan la inclusión (juegos adaptados, etc...).
- Proponer actividades cooperativas que promuevan el establecimiento de las relaciones sociales interpersonales.
- Presentar actividades adecuadas a las características de estos alumnos teniendo en cuenta sus capacidades y límites. Es fundamental que se fomente el éxito en las actividades pues de esta manera conseguiremos que estos alumnos adquieran una imagen ajustada y favorable de sí mismos.

En tercer lugar, debemos **elaborar un proyecto**, y para ello debemos recopilar la máxima información sobre nuestro alumnado, realizando una valoración psicopedagógica completa.

Tomaremos además decisiones respecto a:

- Adaptación curricular individualizada
- Selección de las metodologías que vamos a utilizar para hacer compatible el trabajo de grupo de clase con el trabajo y progreso de los alumnos con necesidades educativas especiales.
- Potenciar buenas actividades dentro del grupo de manera que evitemos un clima de tensión ante la integración
- Prevención de conflictos y de dificultades que pueden surgir durante el desarrollo de las actividades.
- Decidir la propuesta y la Unidad Didáctica
- Llevarla a cabo

3. OBJETIVOS A TENER EN CUENTA



ISSN 1988-6047 DEP. LEGAL: GR 2922/2007 N° 30 MAYO DE 2010

Los objetivos que nos debemos marcar, lógicamente, van a estar relacionados con los contenidos que se vayan a trabajar, la sesión, y la actividad, pero podemos señalar algunos generales, muy importantes en alumnos con necesidades educativas especiales en el área de Educación Física:

- Conocer las diferentes posibilidades de movimiento de los segmentos corporales.
- Mejorar la coordinación dinámica general
- Experimentar situaciones de equilibrio en posición estática y dinámica
- Desarrollar las habilidades básicas (desplazamientos, saltos, giros...)
- Percibir la relación espacio-temporal
- Ejecutar movimientos de coordinación con ritmos sencillos
- Participar e integrarse en las sesiones colectivas con desenvoltura
- Fomentar la confianza en si mismo, y en los demás

4. **METODOLOGÍA**

Como es lógico, la metodología a seguir deber ser una metodología abierta y flexible, que atienda a los principios de diversidad y pluralidad.

4.1. **PRINCIPIOS METODOLÓGICOS**

Son principios que se deben tener en cuenta en la Metodología propia del área. La metodología deber ser:

- **Activa:**

“Se propone la actividad, no el resultado”. No hay que confundir actividad con Metodología Activa. Cuando decimos activa nos referimos al proceso de aprendizaje que parte de la actividad natural y espontánea del alumno, para lograr los objetivos a través de la práctica docente.

- **Lúdica:**

La forma de expresión natural de la actividad del niño es el juego. Por tanto, si queremos que el niño participe libre y espontáneamente, hay que presentarle el trabajo en términos de juego, en el cual utilizaremos las normas para orientar las actividades hacia los objetivos que nos proponemos.

- **Flexible:**

Toda propuesta de Educación Física ha de plantearse en términos tales que permitan que todo alumno sea capaz de realizarla en mayor o menor grado. No hay ninguna razón objetiva que justifique planteamientos diferentes en función del sexo, capacidad, o cualquier otro criterio. Ya hemos indicado que TODOS deben poder realizar la actividad sin establecer elemento que, de alguna forma, seleccionen o discriminen.

- **Participativa:**

Las propuestas han de fomentar el trabajo en equipo, de forma que supongan la aportación colectiva de un equipo y no la mera suma de esfuerzos individuales.

- **Global:**

En el Proyecto respetamos el principio de globalización en correspondencia con los procesos cognitivos de los alumnos. No tienen por qué ser propuestas específicas de Educación Física, sino propuestas de movimiento y juego motor dentro de un tema que englobe a todas las áreas como elemento conductor.

4.2. **PLANTEAMIENTOS METODOLÓGICOS**

C/ Recogidas N° 45 - 6ªA 18005 Granada csifrevistad@gmail.com



ISSN 1988-6047 DEP. LEGAL: GR 2922/2007 N° 30 MAYO DE 2010

Es el proceso de elaboración de la propuesta de una actividad que realiza el profesor a partir de un objetivo. Para este proceso, hay que tener en cuenta que el principio de actividad, en las edades de Educación Primaria, sigue siendo el **JUEGO**.

Otro principio, que aparece en estas edades y que deriva de la característica evolutiva, de la necesidad que tienen los niños de probar sus límites ante los demás y ante sí mismos, es el principio del **RETO**. Cuanto mayor sea el autoconcepto, más capaz se sentirá de hacer algo.

Es importante tener en cuenta estos planteamientos a la hora de usar un tipo de metodología, lo que nos ayudará a que nuestros resultados sean más satisfactorios y exitosos.

4.3. ADAPTACIONES EN LA METODOLOGIA

1. Adecuar el lenguaje al nivel de comprensión de los alumnos.
2. Utilizar distintos canales para transmitir la información (oral, escrito, táctil, gestual..)
3. Información individual o grupal
4. Situación del alumnado con respecto al profesor
5. Reforzar y sobre todo, motivar.
6. Juegos cooperativos
7. Utilizar agrupamientos variados (parejas, grupos...)
8. Asignación de roles concretos
9. Prestar apoyos físicos: situar al niño en la posición ideal de partida para realizar el movimiento
10. Estructuración adecuada de las fases de aprendizaje (relación entre explicación y ejecución)
11. Modificación del número de decisiones

4.4. ASPECTOS METODOLÓGICOS A TENER EN CUENTA

1. Partir del nivel de desarrollo de los alumnos.
2. Promover la construcción de aprendizajes significativos.
3. Organizar actividades funcionales
4. Evitar situaciones de frustración y bloqueo
5. Empleo de estímulos externos que permitan despertar la atención
6. Desarrollar secuencialmente los pasos del aprendizaje
7. Buscar y procurar procesos de aprendizaje basados en la motivación, la intuición, la individualización, la socialización y la globalización

5. EVALUACION

Podemos encontrar muchas definiciones de Evaluación según diferentes autores, por lo que voy a exponer solamente uno que creo que expresa bastante bien este término. Se entiende por evaluación aquel "proceso sistemático, diseñado intencionalmente y técnicamente, de recogida de información rigurosa, válida y fiable, orientado a valorar la calidad y los logros de un programa, como base para la posterior toma de decisiones de mejora tanto del programa como del personal implicado, y de modo directo del cuerpo social en el que se encuentra inmerso".

Al igual que en situaciones en las que no nos encontremos en clase con alumnos con necesidades educativas especiales, la siguiente manera de evaluación sería muy satisfactoria, llevando a cabo tres diferentes "tipos de evaluación":

- **Evaluación Inicial:** con la finalidad de conocer la aptitud física y la capacidad motriz de los alumnos.



ISSN 1988-6047 DEP. LEGAL: GR 2922/2007 Nº 30 MAYO DE 2010

- **Evaluación Procesual:** evaluando toda la programación, objetivos, contenidos, las metodologías, los materiales, etc...
- **Evaluación Final o Sumativa:** donde se analizaran los resultados de la propuesta que hayamos llevado a cabo y se tomaran decisiones sobre las líneas a seguir y las decisiones a tomar en futuras aplicaciones.

La Evaluación del alumnado debe ser una **Evaluación Continua**, por medio de un seguimiento individual, mediante una toma de datos constante en cuanto al trabajo desarrollado por cada uno de los niños, prestando un especial interés a determinados aspectos, como la participación, el interés, la colaboración, el compañerismo y la actitud en general. Esto servirá para ir adaptando constantemente la programación sobre la marcha, según se vayan viendo los resultados que se van consiguiendo. En definitiva, la evaluación debe entenderse como parte integrante del proceso educativo, de la práctica educativa, evaluando el programa, su desarrollo, sus resultados y sus logros.

6. ORGANIZACIÓN

- Organización del espacio y del alumnado

Como en toda unidad didáctica que vayamos a llevar a cabo, es muy importante que tanto el espacio como el material que vayamos a utilizar para cualquier actividad o tarea esté previsto con anterioridad, evitando que los alumnos sean quien los elijan, salvo excepciones cuando la actividad lo requiera o se crea conveniente. De esta forma, evitaremos el trabajo mal organizado y las improvisaciones, algo que interfiere negativamente en el desarrollo de cualquier sesión.

El material debe ser variado, y dependerá lógicamente su uso de la actividad que vayamos a realizar en cada momento. Así como las formaciones (trabajo individual, por parejas, pequeños grupos, grandes grupos...) pero nunca sin echar en olvido la diversidad y la participación de cada uno de sus miembros en cada situación. Los alumnos con necesidades educativas especiales, de la misma manera, participaran con total normalidad en cada una de las tareas, adaptando o modificando algún detalle, cuando sea conveniente, para la mejor realización de la actividad.

Habrán actividades en las que el alumnado sea quien decide la formación en la que se va a realizar la actividad, siempre bajo nuestra supervisión.

Un aspecto importantísimo a tener en cuenta es la integración. Será frecuente observar como la tendencia de agrupación está claramente diferenciada por el sexo, surgiendo así grupos de chicos y chicas. Nuestra labor como profesor será conseguir la total integración en el grupo, planteándole actividades que tengan que realizar conjuntamente, eliminando los prejuicios que tiene los chicos sobre la escasa capacidad de las chicas respecto a la actividad física, etc... Ni que decir tiene, que esto se llevara a cabo también con los alumnos con necesidades educativas especiales, con los cuales los demás alumnos tendrán que participar con normalidad, cooperando, ayudando y aceptando las posibilidades de cada uno.

7. Adaptación del material y el entorno

Tanto el material como el espacio donde vayamos a realizar las sesiones de Educación Física deben ser supervisados con anterioridad para que no tengan desperfectos que puedan dañar al alumno o ponerlo en peligro.

Además, para los alumnos con necesidades educativas especiales, deberemos adaptar las diferentes situaciones y aquellos materiales que sean convenientes para un determinado tipo de actividad. Aquí



ISSN 1988-6047 DEP. LEGAL: GR 2922/2007 N° 30 MAYO DE 2010

tenemos algunos ejemplos de adaptaciones que deberíamos tener en cuenta a la hora de trabajar en nuestras clases:

- Ausencia de barreras arquitectónicas
- Supresión de obstáculos
- Espacio bien delimitado
- Varias y multiplicar el material: balones de diferentes tamaños, balones y aros sonoros... en definitiva, que faciliten la percepción.
- Material manipulativo, motivante.
- Modificar los elementos y su posición: porterías, canastas...
- Adaptación del espacio
- Reducir las distancias en desplazamiento o lanzamientos

8. ALGUNAS PROPUESTAS PRÁCTICAS

Los ejemplos de sesiones que voy a plasmar a continuación son de una clase de 1º ciclo de Educación Primaria, en la que se encuentra un niño con necesidades educativas especiales con deficiencia visual, en concreto, una ceguera parcial (percibe bultos y contornos).

PROPUESTA 1

- CALENTAMIENTO

Actividad 1. Distribuidos por el espacio libremente los alumnos recorrerán con las manos su propio cuerpo, identificando las partes que son simétricas.

Actividad 2. "El montón": Formar un montón con prendas de vestir. De uno en uno vamos cogiendo las prendas y las vamos identificando con los ojos cerrados.

Ayuda al alumno con NEE: Orientarlo hacia el lugar donde se encuentran las prendas.

- PARTE PRINCIPAL

Actividad 1. El profesor se moverá por todo el espacio dando palmadas. El alumnado deberá seguirlo dando zapatazos en el suelo.

Ayuda: un compañero marchará junto a él.

Actividad 2. Ídem que la anterior, pero si las palmadas son fuertes los alumnos se tendrán que alejar del profesor.

Actividad 3. Por parejas, uno frente a otro, cada uno manipula libremente las articulaciones del compañero.

Actividad 4. Por parejas, cogidos de las manos, desplazarse.

- VUELTA A LA CALMA

Actividad 1. El profesor cita un momento del día y los alumnos tendrán que representarla gestualmente (ejemplo: noche, mediodía...)

Actividad 2. Dispersos por el espacio, y tumbados en colchonetas simular cada alumno que es un globo. El globo estará desinflado (acurrucados en el suelo), y se irá inflando hasta que lleguen a la posición de pie.

PROPUESTA 2

- CALENTAMIENTO

Actividad 1. Nos desplazaremos por todo el espacio simulando que estamos en una película.

Moveremos las partes del cuerpo: piernas, brazos, caderas... lo haremos primero a cámara lenta, y después a cámara rápida.



ISSN 1988-6047 DEP. LEGAL: GR 2922/2007 N° 30 MAYO DE 2010

Ayuda: un compañero marchará a su lado.

Actividad 2. Nos imaginamos que somos coches. Estamos parados, ponemos el motor en marcha, aceleramos, frenamos...

Ayuda: un compañero marchará a su lado.

- PARTE PRINCIPAL

Actividad 1. Dividiremos el espacio en 4 zonas. En cada zona habrá que desplazarse de una manera: a cuadrupedia, reptando, de puntillas...

Ayuda: un compañero de su grupo lo acompañará hasta la zona y le indicará la forma de desplazarse.

Actividad 2. "La Zapatilla": la clase se dividirá en 2 grupos. Cada grupo se sitúa a un lado de la pista, deberá llegar al otro extremo, intercambiar la zapatilla, y volver a su lugar.

Ayuda: un compañero lo orientará hasta el lugar.

Actividad 3. Por parejas, sentados uno enfrente de otro con los tapados, intentar desatar la zapatilla al compañero.

- VUELTA A LA CALMA

Actividad 1. Colocados en círculo, cada uno representa con gestos las tareas que realiza durante el día, desde que se despierta hasta que se acuesta por la noche.

PROPUESTA 3

- CALENTAMIENTO

Actividad 1. Movilizar las articulaciones en gestos sugeridos por el profesor

Actividad 2. Ejecutar distintas acciones que se pueden realizar con las piernas (correr, andar, saltar...).

Ayuda: un compañero lo ayudará a orientarse.

- PARTE PRINCIPAL

Actividad 1. "las Estatuas". Los alumnos se desplazan libremente por todo el espacio, y a una señal todos se quedan en su sitio simulando que son estatuas.

Ayuda: el desplazamiento lo realizará junto a un compañero.

Actividad 2. Ídem que la anterior pero adoptando posturas sugeridas por el profesor. Luego realizarlo de forma libre.

Actividad 3. "los avestruces". Todos nos desplazamos dando zancadas por todo el espacio y a la señal nos quedaremos quietos sobre una pierna, encogiéndola la otra y tapándonos la cabeza con los brazos.

Ayuda: Realizar el desplazamiento junto a un compañero.

Actividad 4. "Los Elefantes". Desplazarnos a cuadrupedia imitando a los elefantes y a la señal detenernos sobre 3 apoyos. Cambiar de apoyo cada vez que nos paremos.

Ayuda: Ídem que la anterior.

- VUELTA A LA CALMA

Actividad 1. Con las manos colocadas sobre el pecho experimentar lo que ocurre al tomar el aire y al expulsarlo de forma alternativa.

Actividad 2. Por parejas, uno indica al compañero si debe situarse a su derecha, izquierda, delante, detrás.

PROPUESTA 4

- CALENTAMIENTO

Actividad 1. Por parejas, y con los ojos vendados, uno se colocará en una postura determinada, y el otro con los ojos vendados tendrá que imitarla.



ISSN 1988-6047 DEP. LEGAL: GR 2922/2007 N° 30 MAYO DE 2010

- PARTE PRINCIPAL

Actividad 1. "El tren": el grupos de 5, y agarrados de la cintura, desplazarse por el espacio con los ojos vendados, a excepción del último que es el que guía.

Ayuda: el invidente nunca se ocupará la última plaza.

Actividad 2. Caminar en fila hacia delante sobre una cuerda tendida en el suelo, procurando no perder el equilibrio.

Ayuda: colocar al invidente en la cuerda, el resto lo hará él sólo.

Actividad 3. Ídem que anterior pero variando el desplazamiento: atrás, lateral...

Actividad 4. Cada alumno con un balón deberá conducirlo con las manos por el suelo, primero con la mano izquierda, y después con la mano derecha.

Ayuda: el invidente realizará la actividad con una pelota sonora.

- VUELTA A LA CALMA

Actividad 1. Tomar aire y mantenerlo en los pulmones el máximo tiempo posible.

Actividad 2. Colocados en círculo, tomar aire por la nariz y expulsarlo por la boca. Variar el ritmo respiratorio y tomar conciencia de él.

CONCLUSIÓN

Como hemos podido observar a lo largo del artículo, podemos trabajar en nuestras clases de Educación Física perfectamente con niños con necesidades educativas especiales dentro del grupo. Debemos tener siempre en mente no dejar de lado a la hora de realizar las actividades conceptos como la integración, la diversidad, etc... creando un ambiente abierto y flexible en las clases, atendiendo los intereses generales del grupo a la vez que a las características individuales de cada uno.

BIBLIOGRAFÍA

- APUNTES DE LA ASIGNATURA BASES PSICOPEDAGOGICAS EN ALUMNOS CON NECESIDADES EDUCATIVAS ESPECIALES – MAESTRO EDUCACIÓN FÍSICA. Facultad de Ciencias de la Educación de Córdoba. Universidad de Córdoba. 2005/06.
- TEORÍA Y PRAXIS DE LAS ADAPTACIONES CURRICULARES EN EDUCACIÓN FÍSICA.
- OTERO, A. Y REVOLLO, J. Educación Física y deporte adaptado. Córdoba. 1999.
- Casteñer, M. y Camerino, O. (1992). La educación Física en la Educación Primaria. Barcelona: Inde.
- M.E.C. Adaptación Curricular. Educación Primaria. Madrid.
- APUNTES DE LA ASIGNATURA EDUCACIÓN FÍSICA EN ALUMNOS CON NECESIDADES EDUCATIVAS ESPECIALES – MAESTRO EDUCACIÓN FÍSICA. Facultad de Ciencias de la Educación de Córdoba. Universidad de Córdoba. 2005/06.

Autoría

-
- Nombre y Apellidos: Rafael Cámaras-Altas Gil
 - E-mail: r_camaras@hotmail.com