



Revista Digital de Educación Física

ISSN: 1989-8304 D.L.: J 864-2009

EDUCACIÓN FÍSICA ADAPTADA, UNA PERSPECTIVA DIFERENTE EN LOS CENTROS DE EDUCACIÓN ESPECIAL

Fernando Nieto Olmedo

Maestro de Educación Física. C.P.E.E Pablo Picasso. Alcalá de Henares. España
Email: fernando.ef09@gmail.com

RESUMEN

La Educación Física Adaptada es un programa llevado a cabo en el colegio público de Educación Especial "Pablo Picasso", Alcalá de Henares (Madrid). En este programa participa el alumnado con discapacidad motriz de mayor grado de afectación, interviniendo en el mismo, los fisioterapeutas que trabajan en el centro, el alumnado ayudante (compañeros y compañeras de otros cursos con suficiente autonomía personal para favorecer el desarrollo de las sesiones) y el maestro de Educación Física. El objetivo principal es favorecer una enseñanza individualizada a este alumnado y que puedan vivenciar la mayor cantidad de estímulos posibles, destacando el aspecto sensorial como uno de los puntos más importantes a tener en cuenta. El propósito de este artículo es dar a conocer esta experiencia a otros centros de Educación Especial y que puedan ponerlo en práctica.

PALABRAS CLAVE:

Discapacidad Motriz; Educación Especial; Enseñanza Individualizada; Estimulación Sensorial; Educación Física Adaptada; alumnado con discapacidades; conciencia corporal; alumnado con necesidades educativas especiales.

1. INTRODUCCIÓN

El programa de Educación Física Adaptada se ha llevado a cabo en el colegio público de Educación Especial “Pablo Picasso”, Alcalá de Henares (Madrid). Es un colegio en el cual se encuentra escolarizado un alumnado con diferentes tipos de discapacidades físicas, psíquicas y sensoriales. Es el único centro público con estas características que acoge a todo el alumnado de la zona y alrededores.

La intención principal que se pretende desarrollar con este artículo es dar a conocer el mayor número de experiencias posibles, atendiendo a las necesidades individuales y específicas de cada uno y del grupo en general. Estas actividades se realizarán con el alumnado de edades comprendidas entre 9 y 20 años, escolarizados en los cursos de 2º, 3º, 4º y 5º de la E.B.O. (Educación Básica Obligatoria) y T.V.A (Transición a la vida adulta).

Este programa se ha estructurado en dos sesiones semanales con dos grupos diferenciados por edades. Uno de ellos con el alumnado de los cursos inferiores de 2º y 3º de E.B.O y el otro grupo con los cursos superiores de 4º y 5º de E.B.O y T.V.A. Se ha llevado a cabo con un alumnado de similares características, pudiendo presentar discapacidad física, psíquica o sensorial. Al mismo tiempo, en estas sesiones participan chicos y chicas ayudantes sin discapacidad física asociada, escolarizados en 3º, 4º y 5º de la E.B.O y de T.V.A., pudiendo desplazar a sus compañeros y compañeras con silla de ruedas en las diferentes actividades que se llevan a cabo.

Sánchez Bañuelos (1986, p.12) insiste en la complejidad en cuanto a los propósitos de la Educación Física concluyendo que sus metas son: *“El desarrollo individual, la adaptación al ambiente y la interacción social”* y esto es lo que precisamente vamos a tratar de llevar a cabo en la sesión de Educación Física Adaptada.

“La Educación Especial consiste en todos los apoyos y adaptaciones que un alumno/a necesita para realizar sus procesos de desarrollo y aprendizaje” (Marchesi, 1985, citado por Ortiz, 1988, p.40).

Para este proyecto hemos contado con la colaboración del equipo directivo, tutores y tutoras, fisioterapeutas y el maestro de Educación Física. Nos planteamos una serie de objetivos y contenidos que se han desarrollado dentro del horario escolar, una metodología ajustada a las características de los escolares y una evaluación para valorar el desarrollo del programa.

2. OBJETIVOS

- Integrar al alumnado con discapacidad motriz que tienen mayores dificultades.
- Desarrollar los contenidos de Educación Física, adaptándolos al diferente tipo de alumnado.

- Realizar un trabajo sensorial y de estimulación, tanto del tren superior como del tren inferior.
- Relacionar al alumnado ayudante con sus propios compañeros y compañeras, a través de la cooperación y supervisión de los especialistas.

3. CONTENIDOS

- Movilidad de las diferentes articulaciones del alumnado con discapacidad motriz.
- Trabajo de la estimulación táctil, visual y auditiva.
- Desarrollo de las capacidades artístico- expresivas, destacando la dramatización como principal contenido.
- Control postural y equilibrio.
- Trabajo de juegos cooperativos fomentando el ambiente lúdico.
- Relajación como elemento indispensable al final de la sesión para volver a la calma y bajar pulsaciones.

4. METODOLOGÍA

En palabras de Delgado Noguera, M.A. (1991), los métodos de enseñanza o didácticos son “caminos que nos llevan a conseguir, alcanzar el aprendizaje en los alumnos, es decir, a alcanzar los objetivos de enseñanza”.

Vamos a trabajar en el programa de Educación Física Adaptada la enseñanza por instrucción directa, basado en el modelo de ejecución correcto.

Siguiendo a Mosston, M (1978) vamos a llevar a cabo los estilos de enseñanza de Mando Directo en cuanto a tareas a realizar y organización y de Enseñanza Recíproca llevada a cabo entre el alumnado con discapacidad motriz y todas aquellas personas que serán ayudantes.

5. FUNCIONAMIENTO DE LA SESIÓN DE EDUCACIÓN FÍSICA ADAPTADA

La puesta en práctica de este programa se realiza con una previa coordinación de todas las personas que intervienen en este proceso, tanto de forma directa como indirecta, empezando por el equipo directivo, que es quien aprueba este proyecto, continuando por las familias, sabedoras del trabajo que se va a realizar con sus hijos e hijas, seguido de la coordinación con los tutores y tutoras, destacando su conocimiento sobre los estudiantes, fisioterapeutas, aportando una visión específica y concreta sobre las pautas a tener en cuenta en determinados ejercicios indicados y contraindicados que se pueden realizar con el alumnado y por último el maestro de Educación Física, que se encarga de organizar y estructurar las actividades llevadas a cabo durante la sesión, favoreciendo la dinámica de grupo y sobre todo plasmando los objetivos propuestos.

El funcionamiento de la sesión de Educación Física Adaptada sería similar al de una sesión de Educación Física ordinaria, con las mismas partes, la única excepción sería el calentamiento con música del esquema corporal y las actividades a impartir, que en este caso serían diferentes y adaptadas al alumnado con discapacidad motriz.



Imagen 1. Organigrama de la sesión de Educación Física Adaptada.

6. ESTRUCTURA DE LA SESIÓN

6.1. Parte inicial o calentamiento:

La parte inicial o calentamiento, comienza con la realización de un círculo con el alumnado con discapacidad, teniendo como principal objetivo, que se puedan ver las caras. A continuación, se van colocando las fisioterapeutas y el maestro de Educación Física con los estudiantes, acompañado por el compañero o compañera que hace de ayudante colaborando en las diferentes funciones de la clase, para mejorar y facilitar el trabajo individualizado del alumnado.



Imagen 2. Fisioterapeutas, maestro de E.F y alumnado ayudante, trabajando una de las canciones del esquema corporal al inicio de la sesión.

Es muy importante el elemento de la música, para que los practicantes identifiquen que se está produciendo el inicio de la sesión. Para ello, utilizamos normalmente dos canciones que desarrollan el esquema corporal.

Con ayuda de las fisioterapeutas, el maestro de Educación Física y el alumnado ayudante, van incidiendo en todas las partes del cuerpo que cita la canción, intentando que el alumnado con discapacidades pueda reconocerlas.

6.2. Parte principal:

Actividades propuestas durante la sesión, (explicadas posteriormente en el apartado 7 y 8).

6.3. Parte final o vuelta a la calma:

- Relajación con música en el rincón específico, utilizando las colchonetas y controlando en cierto modo su propia respiración.
- El alumnado más afectado requiere de ayuda externa para poder acomodarlos en las colchonetas y poder vivenciar dentro de sus posibilidades la relajación con música.

7. ACTIVIDADES PROPUESTAS EN LA PARTE PRINCIPAL PARA EL ALUMNADO DE LOS CURSOS DE 2º Y 3º DE E.B.O.

Una vez finalizada la parte inicial, nos dividimos en subgrupos y cada especialista se coloca en un rincón con los chicos y chicas en concreto. Se va a realizar un trabajo sensorial y de estimulación, incidiendo tanto en el tren superior como en el tren inferior, planificando actividades específicas para cada sesión.

7.1. Primer cuatrimestre.

Nos centraremos en realizar ejercicios tanto del tren superior como tren inferior, con una actividad de movilidad articular y terminando con una actividad sensorial y de estimulación.

- Movilidad articular: Movimientos con ayuda externa: arriba- abajo, derecha-izquierda, circulares, dentro- fuera...
- Sensorial: Trabajo de uno de los sentidos, principalmente el tacto, utilizando para ello una caja, en la cual, se encuentran materiales como: pañuelos de diferentes texturas, pelotas con diferentes formas y sonidos, algodón, papel de lija... Teniendo como objetivo, la alternancia entre texturas, formas, tamaños... Y que puedan percibir la diferencia existente entre un material y otro.

Se pueden utilizar materiales sonoros (maracas, panderetas...) para trabajar el sentido del oído y se pueden llevar a cabo diferentes actividades para las estaciones del año, incidiendo en los materiales más comunes de cada una de ellas.

Un ejemplo podría ser:

- **Estación de otoño:** Trabajar el tren inferior quitando el calzado y que puedan percibir las sensaciones a través de hojas caducas, elemento típico otoñal.
- **Estación de invierno:** Trabajar el contraste de frío- calor, utilizando para ello hielo o nieve y para el calor se podría utilizar una manta eléctrica o sacos térmicos.

7.2. Segundo cuatrimestre.

Se continuará trabajando tanto el tren superior como inferior siguiendo la misma dinámica que en el primer cuatrimestre.

- **Movilidad articular:** Utilización de un elemento externo como es la música clásica, realizando golpes al ritmo de la música, utilizando para ello una serie de objetos blandos (material de psicomotricidad), para transmitir las sensaciones al tren inferior a la hora del golpeo.
- **Movimiento con música trabajando al mismo tiempo la movilidad articular.** Cuando pare la música, realizamos movilidad articular.
- Movimientos de arriba- abajo, dentro- fuera, circulares...
- **Sensorial:** Estimulación a través de objetos sonoros y vibratorios (maracas, panderetas...) trabajando el ritmo con sus extremidades.

Continuamos trabajando el resto de las estaciones del año:

- **Estación de primavera:** En esta estación se puede trabajar el olfato, con diferentes flores típicas de la estación.
- **Estación de verano:** Se trabajaría tanto el tren superior como inferior a través de arena o agua.



Imagen 3. Tabla de estimulación realizada en el taller de madera.

Además se lleva a cabo un trabajo con la utilización de una tabla realizada en el taller de madera de TVA (Transición a la Vida Adulta), en la cual, se colocan los diferentes materiales pegados en la misma (pelotas de diferentes texturas, pañuelos, lija, algodón) y los practicantes con discapacidades tiene que ir pasando por cada uno de ellos, vivenciando las diferentes sensaciones que le transmite.

7.3. Sesiones.

▪ Sesión con mini tramp.

Objetivos:

- Trabajar el desplazamiento por un medio diferente (colchonetas).
- Vivenciar diferentes situaciones de movimiento.
- Mejorar el control postural y sobre todo el equilibrio en entornos distintos.

Desarrollo:

Con ayuda externa, se colocan 3 a 4 colchonetas a lo largo del gimnasio, finalizando con un mini tramp. Los chicos y chicas con discapacidades con ayuda de los profesionales en bipedestación, van caminando por las colchonetas hasta llegar a la parte final, donde se trabajará la sensación del movimiento y del balanceo en el mini- tramp.



Imagen 4. Trabajo en mini tramp del alumnado con las fisioterapeutas.



Imagen 5. Trabajo en mini tramp del alumnado con el maestro de E.F y una fisioterapeuta.

▪ Sesión en el aula de vídeo.

Objetivos:

- Favorecer la estimulación visual.
- Utilizar diferentes objetos luminosos.
- Adaptar la clase de Educación Física a otros ámbitos o entornos, pudiendo ser llevada a cabo sin ningún tipo de dificultad.

Desarrollo:

Esta sesión se lleva a cabo en otro espacio diferente como es el aula de vídeo, favoreciendo la estimulación visual, gracias a la posibilidad de mantener esta sala completamente oscurecida y poder trabajar con la luz a través de objetos luminosos (linternas, laser, pelotas...) y sobre todo una relajación acorde con el espacio y la iluminación.

▪ Sesión con colchonetas.

Objetivos:

- Conocer diferentes tipos de desplazamientos.
- Trabajar la interacción entre el alumnado con discapacidades, al ayudar en los desplazamientos.
- Vivenciar diferentes formas de movimiento.



Imágenes 6 y 7. Trabajo del alumnado en colchonetas.

Desarrollo:

El Desarrollo de esta sesión se lleva a cabo en el gimnasio con el objetivo de que los escolares con discapacidades puedan cambiar de una superficie como es la silla de ruedas a otra muy diferente como es una colchoneta, teniendo como interés principal el movimiento. El alumnado ayudante, junto con los profesionales, tiene que ayudar en el desplazamiento por el gimnasio de los practicantes con discapacidad motriz, obteniendo un gran resultado a nivel de estimulación, percepción y control postural, intentando no caerse de la colchoneta, destacando al mismo tiempo el componente de la velocidad o el giro de la misma.

▪ Sesión con paracaídas:

Objetivos:

- Potenciar la estimulación visual con los diferentes colores del paracaídas.
- Trabajar la estimulación perceptiva con los diferentes movimientos del paracaídas, haciéndoles partícipes e involucrándolos directamente en los juegos propuestos.

Desarrollo:

- Juegos con pelotas; con el objetivo de que la pelota consiga estar el mayor tiempo posible dentro del paracaídas.
- Introducimos la cabeza del alumnado con discapacidad motriz dentro del agujero que contiene el paracaídas para que puedan apreciarlo desde otra perspectiva.
- Simular los movimientos de las olas del mar.
- Hacer la vuelta a la calma con todo el alumnado dentro del paracaídas.



Imagen 8. Escolares utilizando el paracaídas con ayuda de los profesionales.

8. ACTIVIDADES PROPUESTAS EN LA PARTE PRINCIPAL PARA EL ALUMNADO CON DISCAPACIDAD MOTRIZ DE LOS CURSOS DE 4º Y 5º DE E.B.O Y T.V.A.

8.1. Sesiones:

▪ Desplazamientos.

Una vez finalizada la parte inicial o calentamiento con la canción del esquema corporal, se realizan desplazamientos por el gimnasio al ritmo de la música, cuando se pare la música se pueden realizar diferentes ejercicios:

- Hacer “la estatua”, buscando la posición estática de los chicos y chicas con discapacidades
- El alumnado ayudante tiene que cambiar de practicantes con discapacidad lo antes posible, hasta que hayan pasado por todos los compañeros y compañeras.
- El alumnado ayudante cada vez que se pare la música se tiene que inventar un paso o desplazamiento con los chicos y chicas con discapacidad, el cual, posteriormente tiene que repetir el resto de la clase, así hasta que todos se hayan inventado uno.
- Todo el grupo se dirige hacia el centro y tienen que volver de espaldas a su sitio.
- Cambiar los desplazamientos: Hacia delante, hacia atrás, hacia un lado, hacia otro...
- Decir un color y tocar cualquier objeto de ese color que haya en el gimnasio, ayudando al alumnado con discapacidad a que lo haga.
- Desplazamientos solo por las líneas del campo.
- Desplazamientos por cualquier parte del gimnasio y cuando nos encontramos de frente a otro compañero o compañera, hay que saludarlo haciendo un paso inventado.
- Trabajo del espejo por parejas, con el objetivo de imitar lo que hace un compañero o compañera. En este caso el alumnado ayudante con los

practicantes con discapacidad se contaría como uno en la pareja, por lo que habría que buscar otros dos compañeros o compañeras más.

- Formación de grupos, cuando pare la música dependiendo de lo que diga el maestro de Educación Física se tienen que formar grupos (parejas, tríos, grupos de 4, grupos de 5...).

▪ **Circuito.**

Objetivos:

- Utilizar diferentes tipos de desplazamientos adaptando los materiales de Educación Física a la sesión.
- Asociar la música con el desplazamiento y el juego.
- Trabajar en un ambiente lúdico y distendido a través de juegos cooperativos.

Estaciones:

1ª Estación: *Desplazamientos en zig-zag.*

Utilizando diferentes obstáculos (aros, ruedas...), con desplazamientos hacia delante, hacia atrás, con giros, con una mano arriba, por parejas...

2ª Estación: *Juego de "Los aros musicales".*

Cuando se pare la música, tenemos que ocupar los aros y el alumnado con discapacidades que se quede sin aro, perderá un punto. Con solo tocar el aro con las ruedas de la silla es suficiente.

3ª Estación: *"1, 2, 3 pollito inglés".*

Utilizando para ello todo el gimnasio, en un lado del mismo, se colocaría quien se la quede que sería el pollito inglés y en el otro los profesionales y el alumnado ayudante con los chicos y chicas con discapacidad motriz que deberán avanzar hacia la pared sin que el pollito les vea. Si el pollito pilla a alguien moviéndose, hará que retroceda hasta la línea de inicio. Gana el primero que llegue a la pared sin ser descubierto por el pollito inglés.

4ª Estación: *"Las 4 esquinas".*

Aunque para realizar este juego es necesario tener solo 5 componentes, adaptamos el juego al número de alumnado con discapacidades que haya, utilizando conos y aros para distinguir las esquinas, trabajando principalmente el desplazamiento por el espacio. Se coloca una persona en cada cono y otra en el centro, los de las esquinas deben de ir moviéndose de un lado a otro, cambiando de cono y el del centro, ha de intentar colocarse en una de las esquinas que quede libre y así el que se quede sin esquina será el que se coloque en el centro.

▪ **Sesión con canaletas:**

Objetivos:

- Trabajar la motricidad fina a través de las canaletas, que es un material realizado en el taller de madera con cartón, que lo utilizamos para que los escolares con discapacidad tengan más facilidades en colocar una pelota en él y puede lanzar buscando una mayor precisión.
- Adaptar materiales no convencionales al área de Educación Física, utilizando para ello canaletas realizadas con cartones, llevadas a cabo en el taller de madera del centro, trabajando la interdisciplinariedad con otras áreas.
- Favorecer el trabajo realizado en clase de Educación Física Adaptada con una de las salidas complementarias que se realiza a lo largo del curso “la bolera”.

Desarrollo:

- **Bolos:** El juego de los bolos se lleva a cabo para que el alumnado con discapacidad motriz pueda colocar una pelota en las canaletas y con ayuda de los profesionales, puedan derribar el mayor número posible de bolos.
- **Bolos humanos por equipos:** enfrentando dos equipos, con el objetivo de que la pelota toque a cualquiera de los participantes, ya sea silla o parte del cuerpo, por lo que el equipo contrario al que lanza, tiene que mantener la posición estática justo antes de lanzar.



Imágenes 9 y 10. Sesión de canaletas con el alumnado y profesionales en el gimnasio.

▪ La “Habilidoca”:

Objetivos:

- Fomentar el trabajo cooperativo por equipos, interrelacionando al alumnado ayudante con los chicos y chicas con discapacidad motriz, junto con los profesionales que intervienen en la actividad.
- Llevar a cabo una actividad lúdica poniendo en práctica uno de los juegos de mesa más populares, como es el “juego de la Oca”, donde cada participante avanza su ficha por un tablero y dependiendo de la casilla puede avanzar o retroceder y gana quien llegue antes a la última casilla. Este juego se adaptaría, buscando el desarrollo de diferentes habilidades por parte del alumnado con discapacidad motriz.

- Trabajar la expresión corporal, dramatización, danza, habilidades motrices...

Desarrollo:

Utilización de un tablero junto con diferentes pruebas adaptadas al nivel y a la clase de Educación Física Adaptada. Para ello, es fundamental la ayuda de los especialistas y del alumnado ayudante, los cuales, juegan un papel muy importante dentro de esta actividad, teniendo una duración aproximada entre 4 y 6 sesiones, debido a la cantidad de casillas existentes.

Algunos ejemplos de casillas en las que pueden caer son actividades ya propuestas en sesiones anteriores: “Cuatro esquinas”, “Pollito inglés”, “Dramatización a través de cuentos motores”, “Mímica”, “Danzas utilizando diferentes materiales”, “desplazamientos con música”...



Imagen 11. Tablero de la “Habilidoca”.

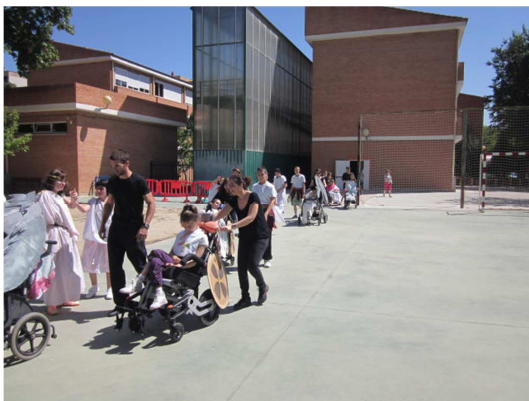
▪ **Sesión de expresión corporal:**

Objetivos:

- Conocer y desarrollar la expresión- comunicación a través del ejercicio dramático.
- Trabajar la expresión corporal con el alumnado ayudante junto con los escolares con discapacidad motriz, destacando la dramatización y puesta en escena como punto de partida en esta sesión.

Finalidad:

Realización de una coreografía con el chicos y chicas de Educación Física Adaptada, ensayando en clase los diferentes pasos. Como se puede apreciar en las imágenes, estaba ambientada en la película de “Ben Hur”, utilizando la banda sonora de la misma.



Imágenes 12 y 13. Representación de la coreografía ensayada de "Ben Hur".

9. EVALUACIÓN

Para la evaluación de las técnicas de enseñanza y estilos de enseñanza, se va a proponer una de las corrientes que plantean Monereo (1988) y Ruiz Pérez (1994), como es el procesamiento de la información en el modelo cognoscitivo (Kagan y Kogan, 1970; Bisell, White y Zivin, 1981).

Esta corriente adopta las siguientes dimensiones:

- **Modalidad sensorial preferente.** Es la habilidad que muestra un individuo para aprender y retener la información por determinados canales sensoriales. En función de las limitaciones del alumno o alumna en uno o más de sus sentidos, deberán buscarse otras alternativas sensoriales para transmitir la información.
- **Atención controlada.** Observación de la cantidad de tiempo que el alumnado con discapacidades es capaz de mantener la atención para la realización de una tarea determinada.
- **Reflexión/impulsividad.** Analizar la tendencia de niño o niña con discapacidad a responder de una manera más o menos reflexiva, y observar su índice de errores.
- **Refuerzos idóneos.** Se deben detectar los tipos de refuerzos más adecuados y preferidos por los practicantes con discapacidad.

La evaluación sería continua y se dividiría en tres trimestres. Principalmente la evaluación que se ha llevado a cabo en este programa, ha sido a través de la observación indirecta, en la cual, se determina de manera preliminar los hechos que van a ser observados. El instrumento utilizado es una escala de calificación, donde se evalúa al alumnado en función de los estándares de aprendizaje propuestos.

Tabla 1. Escala de calificación.

Leyenda: NC (No Conseguido) EP (En Proceso) C (Conseguido)	NC	EP	C
Toma conciencia del propio cuerpo en relación con la tensión, relajación y respiración.			
Realiza un trabajo sensorial.			
Manipula los materiales trabajando la estimulación.			
Experimenta posturas corporales diferentes.			
Se relaja con música.			

10. EXPERIENCIAS DE LOS PROFESIONALES QUE HAN INTERVENIDO EN EL DESARROLLO DEL PROGRAMA DE EDUCACIÓN FÍSICA ADAPTADA

- **Equipo directivo:**

“En nuestro colegio se lleva haciendo Educación Física Adaptada desde hace varios cursos, con unos resultados excelentes. A su vez, resulta una clase muy motivadora tanto para los chicos y chicas como para los profesionales que la llevan a cabo, permite la relación de nuestro alumnado con otras personas, en un ambiente distendido y de trabajo, diferente al ambiente del aula.

Estas sesiones se desarrollan en el gimnasio, los profesionales implicados son los fisioterapeutas y el profesor de Educación Física, utilizan música y desprenden una gran diversión, haciendo que el alumnado se sienta motivado y útil y que a su vez se pueda trabajar los aspectos motrices que se desea”.

- **Departamento de Fisioterapia:**

“En Educación Especial la afectación neuromotriz y el retraso en el desarrollo psicomotor del alumnado hace necesaria la intervención del fisioterapeuta como un apoyo más en su desarrollo global. En este sentido coincide con el profesor de Educación Física en el trabajo de diversos contenidos que se incluyen en el ámbito de la autonomía personal y de la construcción de la propia identidad, y que pueden abordarse de forma conjunta.

Gracias a este proyecto, los niños y niñas que participan pueden acceder a experiencias motrices y sensoriales a través de la música y el movimiento, abriendo nuevas vías de información y creándose vínculos emocionales que favorecen y facilitan la adaptación del alumnado a otros entornos, generalizando los aprendizajes.

La coordinación entre profesionales facilita el trabajo haciendo de la actividad, una experiencia completa, eficaz, lúdica, positiva y muy enriquecedora para todos los participantes.”

- **Padres y madres:**

“Nosotros como padres y madres del alumnado que interviene directamente en el programa de Educación Física Adaptada llevado a cabo en el colegio de

Educación Especial Pablo Picasso de Alcalá de Henares, consideramos muy positivo que nuestros hijos e hijas tengan una atención individualizada por parte de todos los profesionales que intervienen en este programa, sobre todo destacando el beneficio para ellos tanto a nivel psicomotor como a la hora de interactuar con sus compañeros y compañeras.

- Profesorado tutor:

“La Educación Física Adaptada supone, no solo una oportunidad para los chicos y chicas con discapacidad grave y múltiple de poder recibir una atención especializada y multidisciplinar en este área, sino también una gran posibilidad para los profesionales de dar respuesta de calidad a este tipo de alumnado, pudiendo así responder a sus necesidades.

Como maestra especialista en Pedagogía Terapéutica me ha permitido intercambiar información y conocimientos no solo con otros docentes, sino con los fisioterapeutas del centro, cuyas orientaciones son fundamentales en la práctica diaria con mi alumnado.

El trabajo diario en el centro en Educación Especial supone un replanteamiento continuo de todo aquello que hemos aprendido o hemos creído aprender, ya que es un reto continuo a la hora de buscar nuevas soluciones, actividades, recursos, tiempos, etc.”

“Durante el curso pasado, tuve la gran experiencia de asistir a una de las clases de Educación Física adaptada que se llevan a cabo con el alumnado del centro. Sin duda fue una vivencia muy positiva para mí. Mi compañero de Educación Física me lo había propuesto varias veces, y a pesar de que estaba complicado en horario, un día próximo a las vacaciones pude apuntarme.

A menudo tenemos esa imagen de las clases de Educación Física del alumnado que va en silla de ruedas, aquellos a los que cariñosamente llamamos “pluris”, y nos preguntamos cómo será el trabajo en el aula del alumnado de esta índole. Pues bien, me quedé maravillada con la organización de la sesión y la cantidad de recursos que se utilizan para que el trabajo con cada alumnado se realice de la forma más individualizada posible. En todos los momentos de la sesión se considera imprescindible que alguien acompañe al alumnado para que se puedan realizar todos los ejercicios con la ayuda necesaria. A menudo se cuenta incluso con un alumnado más autónomo para llevar a cabo la sesión. Estos ayudan a sus compañeros y compañeras con una seriedad increíble, e incluso en el cole hemos llegado a ver que el alumnado más disruptivo mejora su conducta en las sesiones, dedicando su tiempo en ese momento en ayudar al compañero y compañera y estar atento de lo que hay que hacer. Sin duda, el darle responsabilidades a este alumnado es algo muy positivo para su aprendizaje.

Creo que la experiencia de Educación Física Adaptada es un avance grandioso en el desarrollo físico y mental para todas las personas que la integran, tanto alumnado como profesionales. Creo que es altamente recomendable en todos los centros de Educación Especial.”

11. CONCLUSIÓN

La Educación Física Adaptada se puede plantear como un proyecto diferente en cualquier centro de Educación Especial, no hacen falta grandes recursos materiales ni espaciales, lo único necesario son los recursos personales.

Es un programa donde el alumnado con discapacidad motriz es el principal eje vertebrador, a través del cual circula el resto de profesionales que trabajan junto a estas personas, mejorando su desarrollo motor, cognitivo y afectivo, además de potenciar los aprendizajes instrumentales básicos y las posibilidades expresivas cognitivas, lúdicas y de movimiento.

La Educación Física Adaptada podría llegar a ser un pilar fundamental e imprescindible en centros con estas características, dada la gran repercusión que esta tiene sobre los chicos y chicas con discapacidades y los beneficios que puede conllevar en ellos. Es de relevada importancia que las personas intervinientes en él, deban de mostrar una mentalidad flexible y con capacidad de adaptación, para que el trabajo realizado surta efecto en este alumnado. Habrá ocasiones en las que se obtenga un resultado con mayor éxito que otras, pero lo más importante es que se trabaje para ello, porque de cualquier situación por insólita que sea, el alumnado puede salir beneficiado y seguir avanzando en su aprendizaje.

12. REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- BLÁZQUEZ (1994): *“Los recursos en el currículum”*. Didáctica general. Alcoy: Marfil
- BUENO MORAL, M, L. (1990): *“La educación Primaria en E.F. Las situaciones problema”*. Stadium.
- CASALS, A. (2009): *El mundo sobre ruedas*. Barcelona: Martínez Roca.
- CASTAÑER Y CAMERINO (1991): *“La educación Física en la enseñanza primaria”*. Barcelona: Inde.
- CONTRERAS (1998): *“Didáctica de la Educación Física”*. Barcelona: Inde.
- CUMELLAS, M. Y ESTRANY, C. (2006): *“Discapacidades motoras y sensoriales en primaria. La inclusión del alumnado en educación física*. Barcelona: Inde.
- CUMELLAS, M (2009): *“La Educación Física Adaptada para el alumnado que presenta discapacidad motriz en los centros ordinarios de primaria de Cataluña*. Tesis Doctoral. Universidad de Barcelona.
- CHINCHILLA Y MORENO (2000): *“Desarrollo curricular de la Educación Física en Primaria”*. Sevilla: Wanceulen.
- DEL CARMEN Y ZABALA (2008): *“Del proyecto educativo a la programación de aula”*. Barcelona.
- DELGADO NOGUERA, M. A (1991): *“Los estilos de enseñanza en la Educación Física”*. Universidad de Granada.

DEVIS, J; PEIRO, C (1992): *“Nuevas perspectivas curriculares en Educación Física: La salud y los juegos modificados”*. Barcelona: Inde.

JOLLIEN, A. (2003). *Elogio de la debilidad*. Barcelona: RBA libros.

LLEIXÀ, T. (2003): *“Educación Física hoy. Realidad y cambio curricular”*. Barcelona: ICE-Hosori.

MONEREO, C. (1988). *“Integració educativa: sistemes i tecniques”*. Barcelona: Generalitat de Catalunya. Departament d`Ensenyament.

MOSSTON, M (1978): *“La enseñanza de la E.F del comando al descubrimiento”*. Edit. Paidós.

ORTIZ, C. (1988). *“Pedagogía terapéutica. Educación especial”*. Salamanca: Amarú.

PIERON, M (1988): *“Didáctica de las actividades físicas y deportivas”*. Madrid: Gymnos.

RÍOS HERNÁNDEZ, M (2003): *“Manual de Educación Física Adaptada”*. Barcelona: Paidotribo.

RÍOS, M. Y OTROS (2003): *“El juego y los alumnos con discapacidad”*. Barcelona: Paidotribo.

RÍOS, M. Y OTROS (2005): *“La educación física como componente socializador en la inclusión del alumnado con discapacidad motriz”*. Tesis doctoral. Universidad de Barcelona.

RUIZ PÉREZ, L. M. (1994). *Desarrollo motor y actividades físicas*. Gymnos: Madrid.

SÁENZ BARRIO (1994): *“Didáctica general. Un enfoque curricular”*. Alcoy: Marfil.

SÁNCHEZ BAÑUELOS (1986): *“Didáctica de la E.F y los deportes”*. Madrid: Gymnos.

SÁNCHEZ BAÑUELOS (1989): *“Bases para una didáctica de la Educación Física y el deporte”*. Madrid: Gymnos.

SICILIA CAMACHO, A., DELGADO NOGUERA, M. A. (2002): *“Educación física y estilos de enseñanza”*. Barcelona: Inde.

ZEA, Mª J. y MONTÁVEZ, M. (1998): *“Expresión corporal. Propuestas para la acción”*. Editorial Re-Crea y Educa.

Fecha de recepción: 27/1/2016

Fecha de aceptación: 4/4/2016