



---

**Universidad de Valladolid**

**DESARROLLO DE LA AUTONOMÍA  
PERSONAL EN LA EDUCACIÓN  
PRIMARIA APLICADA AL ALUMNO  
CON DISCAPACIDAD INTELECTUAL  
LEVE: PROPUESTA DE INTERVENCIÓN**

**Trabajo de Fin de Grado de Educación Primaria  
Mención Educación Especial**

**Autora: Raquel Pascual San Cristóbal**

Tutor: Prof. Dr. Juan Antonio Valdivieso Burón  
(Departamento de Psicología)

**FACULTAD DE EDUCACIÓN Y TRABAJO SOCIAL**

**VALLADOLID**

**SEPTIEMBRE 2015**

## **Resumen**

En el presente TFG se desarrolla una propuesta de intervención, realizada desde el ámbito de la Educación Especial, para el entrenamiento de la Autonomía Personal y las Habilidades de la vida diaria del alumnado con Discapacidad Intelectual Leve en la Educación Primaria. En la actualidad existe un gran número de casos de alumnos de esta tipología, escolarizados en centros educativos ordinarios, por ello la importancia de atenderles y proponer una respuesta educativa acorde a sus necesidades. Las actividades que se proponen están integradas dentro del currículo ordinario de las áreas instrumentales básicas, con las que se pretenden trabajar aspectos relacionados con la Autonomía Personal, favoreciendo así el desarrollo integral del colectivo al que van dirigidas, así como proporcionarles una mayor calidad de vida.

**Palabras Clave:** Discapacidad Intelectual Leve, Atención Educativa, Autonomía Personal, necesidades educativas, propuesta de intervención, Educación Especial.

## **Abstract**

In the present work I'm proposing an intervention strategy with regards to special education, for the development of personal autonomy and to further the ability of students to cope with the challenges of daily life in primary education. Currently there exist a great number of cases of students with special needs, enrolled in ordinary schools. For that reason it's very important to attend to the particular needs of each student.. The methods I intend to propose are already integrated into the curriculum and are aimed at furthering the personal autonomy. This way, it could be achieved the entire development of the group we have focused the project on, as well as to provide them quality of life.

**Keywords:** Intellectual Disability, Educative attention, Personal Autonomy, Educational needs, proposed intervention, Special Education.

# ÍNDICE

1. Introducción	6
2. Objetivos	8
3. Justificación	9
4. Fundamentación teórica	11
4.1. Discapacidad intelectual: concepto, características y tipología.	11
4.2. Aspectos psicoevolutivos de la Discapacidad Intelectual leve	15
4.3. Respuesta educativa adaptada a la Discapacidad Intelectual leve	17
4.3.1. Ámbitos de intervención para el desarrollo personal	19
4.3.2. Organización curricular y respuestas educativas específicas	20
4.4. Autonomía personal y desarrollo curricular en la Educación	
Primaria	22
4.4.1. Conceptualización	23
4.4.2. Familia y Autonomía Personal	25
4.4.3. Áreas de intervención educativa	25
4.4.4. Metodología de intervención psicopedagógica	27
4.4.5. Programas aplicados para el desarrollo de la Autonomía	
Personal	28
5. Propuesta de intervención para el desarrollo de la Autonomía Personal del	
alumnado con Discapacidad Intelectual Leve	30
5.1. Destinatarios	30
5.2. Metodología	31
5.3. Orientaciones didácticas para su aplicación	32
5.4. Evaluación	34
5.5. Actividades	35

6. Conclusiones	37
7. Referencias bibliográficas	40
8. Anexos	44

# 1. INTRODUCCIÓN

En la actualidad la atención a la diversidad se encuentra enmarcada dentro del sistema educativo español como uno de los principios de mayor importancia encargado del desarrollo integral del alumnado, así como de generar un ambiente de igualdad en el que la inclusión y la integración sean dos de los protagonistas fundamentales, tal y como promulga la ley orgánica (LOE, 2006). En torno a este mecanismo impulsor de la atención individualizada y personalizada se encuentran también el resto de países europeos que ven en la atención a la diversidad un factor importante para la calidad de la enseñanza (Castaño, 2010).

Una de las piezas clave que hace posible la atención a la diversidad es el maestro de Educación Especial, agente encargado de proporcionar apoyo individualizado y específico al alumno con necesidades educativas especiales o específicas (NEE). Es un maestro más, y como tal forma parte del claustro del centro; entre sus funciones se encuentran colaborar y coordinarse con la comunidad educativa para favorecer el desarrollo de los alumnos, identificar al alumnado con NEE y elaborar materiales que se adapten a sus necesidades.

De esta manera, en el presente Trabajo Fin de Grado (en adelante TFG) se muestra una propuesta de intervención para alumnos escolarizados en centro ordinario con discapacidad intelectual leve, centrada en el desarrollo de las habilidades de la vida diaria y la autonomía personal. Todo ello con el objetivo de proporcionarles un aprendizaje que facilite su vida adulta y complete su desarrollo en todos los ámbitos.

Según Verdugo y otros (2006) en la enseñanza han de implementarse programas de entrenamiento en habilidades de la vida diaria cuando los sujetos presentan problemas a nivel cognitivo, que le restan funcionalidad en la transferencia de los aprendizajes. Por lo tanto nos encontramos ante la necesidad de dotar de estrategias de este tipo a este alumnado, para mejorar en la medida de lo posible su calidad de vida, no solo proporcionándoles conocimientos de carácter instrumental sino también habilidades funcionales y prácticas con las que puedan llegar a tener una vida cotidiana lo más normalizada posible.

De forma concreta, en este TFG se ha tratado lo siguiente:

En primer lugar, se analiza teóricamente y de manera conceptual las características y necesidades de la discapacidad intelectual, principalmente la de tipo leve, ya que es la más común en los centros educativos ordinarios en la etapa de Educación Primaria. Así mismo, se hace hincapié en el entrenamiento de habilidades básicas para la vida diaria con lo que se pretende el desarrollo pleno del alumnado al que va dirigido. El uso de información actualizada es relevante para la realización de un trabajo de estas características, ya que la mayoría de los conceptos con los que se trabaja han ido sufriendo transformaciones a lo largo de los años.

En segundo lugar, se presenta un programa de intervención como maestra de Educación Especial para el desarrollo de la autonomía personal y del entrenamiento de habilidades de la vida diaria, destinado a este tipo de alumnado. Se trabajará desde las áreas instrumentales de Lengua y Matemáticas. Para ello partiremos de una base curricular, aunque centrada en el desarrollo personal del alumno y así poder construir una autonomía clave en el desarrollo de habilidades de la vida diaria. Se incluirán en este apartado una metodología adecuada, así como una serie de actividades acorde a aquellos aspectos en los que deseamos incidir.

## 2. OBJETIVOS

El TFG tiene como objetivo principal diseñar una propuesta de intervención aplicada al alumnado con Discapacidad Intelectual en la etapa de Educación Primaria circunscrito en un centro educativo ordinario. Para ello, previamente y constituyendo otro foco de interés, está la conceptualización de dicha discapacidad.

La búsqueda de información bibliográfica sobre la Discapacidad Intelectual en Educación Primaria se ha centrado en:

- a. Analizar terminología, definiciones, conceptos y modelos teóricos.
- b. Abordar de manera comprensiva el desarrollo y las pautas evolutivas en los distintos ámbitos del alumno con Discapacidad Intelectual en la Educación Primaria.
- c. Exponer de manera sistemática y organizada tipologías de métodos y técnicas de intervención psicopedagógica que desde la Educación Especial se desarrollan en un contexto escolar ordinario con el alumnado con Discapacidad Intelectual.

Con respecto al diseño de una propuesta de intervención en un centro ordinario de Educación Primaria, llevado a cabo desde el punto de vista de la labor del maestro de Educación Especial y del currículo correspondiente, se citan los siguientes objetivos específicos:

- a. Dar respuesta de manera globalizada a las distintas necesidades educativas que están presentes en el alumnado de Educación Primaria con Discapacidad Intelectual.
- b. Facilitar y promover acciones educativas desde planteamientos normalizadores, sujetos a las máximas de inclusión.
- c. Diseñar un plan de trabajo de carácter individual con el alumnado, que favorezca el desarrollo integral del mismo en todos los aspectos, tanto dentro como fuera del aula, a través de las áreas curriculares instrumentales básicas (Lengua Castellana y Literatura y Matemáticas).
- d. Proponer actividades funcionales y prácticas, así como estrategias para la vida diaria, reforzando de manera simultánea la autonomía personal.

### 3. JUSTIFICACIÓN

Actualmente en los centros educativos ordinarios de Educación Primaria existe un número importante de alumnos con necesidades educativas especiales, debiendo ser objeto de respuesta educativa lo más ajustada y adaptada posible, tal y como se recoge en la normativa vigente (LOMCE, 2013). Para que esta labor sea posible, el profesorado especialista en Pedagogía Terapéutica es el encargado de intervenir con este tipo de alumnado, ya que es el agente facilitador de la integración de los mismos en el aula; posee conocimientos especializados y hace uso de técnicas alternativas para conseguir este fin principal, la inclusión.

En numerosas fuentes de información (Alemañy, 2009; Molina, 2010; UNESCO, 2011) encontramos el término “educación especial” unido al de “inclusión”, esto es debido principalmente a la realidad que existe en las aulas, a que la heterogeneidad que hay dentro de las mismas debe atenderse para frenar y disminuir las situaciones de marginalidad, y uno de los medios que se utiliza para combatir las es la educación especial y a los maestros encargados de la misma.

En el ámbito educativo uno de los colectivos que debe recibir atención individualizada por parte de los maestros de Educación Especial en los centros educativos, es el alumnado con Discapacidad Intelectual leve, según se recoge en documentos técnicos elaborados por el MEC y FEAPs.

Asimismo, según Shalock y Verdugo (2007) se debe asegurar y proporcionar a este colectivo calidad de vida por medio de servicios y apoyos, ya que la Ley española de Promoción de la Autonomía Personal y Atención a las personas en situación de dependencia, así lo exige.

No existe una prevalencia exacta del número de casos de niños en edad educativa que padecen Discapacidad intelectual leve; sin embargo, encontramos que la presencia de la misma asociada o no a otro trastorno es significativa y por tanto debemos contribuir a que su desarrollo sea integral (UNICEF, 2013)

Desde el ámbito de la Educación Especial normalmente se trabaja con este tipo de alumnado en las áreas instrumentales de Lengua Castellana y Matemáticas, como mecanismos curriculares compensadores de los déficits y habilidades culturales y



académicas, que favorecen la inclusividad y la adaptación normalizada en los entornos escolares, incluyendo objetivos y contenidos de carácter transversal propios de los ámbitos de desarrollo y promoción de habilidades para la vida diaria y de autonomía personal.

A través de una propuesta curricular ordinaria se ha de introducir elementos propios de programas específicos de ayuda a la mejora de la autonomía personal, desarrollo de habilidades necesarias para desenvolverse en los entornos sociales próximos, significativos del alumnado, potenciando los ámbitos sociofamiliares, la integración y el equilibrio personal, como factor de inclusividad, además de velar por el progreso académico lo más normalizado posible.

## 4. FUNDAMENTACIÓN TEÓRICA

### 4.1. DISCAPACIDAD INTELECTUAL: CONCEPTO, CARACTERÍSTICAS Y TIPOLOGÍA

En la Discapacidad intelectual existen numerosas definiciones, a continuación haremos mención a algunas de las más utilizadas sin olvidar que, anteriormente, tanto el nombre que ahora recibe como su concepto han ido variando a lo largo de los años.

La Discapacidad Intelectual es considerada por el *Manual de Diagnóstico y Estadístico de los Trastornos Mentales Quinta Edición (DSM-5)* (APA, 2013), como “*un trastorno que comienza durante el período de desarrollo y que incluye limitaciones del funcionamiento intelectual como también del comportamiento adaptativo en los dominios conceptual, social y práctico*” (p.33).

Otra definición significativa es la que aportan Luckasson y cols. (2002, p. 31), “*discapacidad caracterizada por limitaciones significativas en el funcionamiento intelectual y en la conducta adaptativa que se manifiesta en habilidades adaptativas conceptuales, sociales y prácticas. Esta discapacidad comienza antes de los 18 años*”.

La Asociación Americana del desarrollo de la Discapacidad Intelectual (AAIDD) (2010, p. 1), también aporta, que “*la discapacidad intelectual se caracteriza por limitaciones significativas tanto en el funcionamiento intelectual como en la conducta adaptativa tal y como se ha manifestado en habilidades adaptativas conceptuales, sociales y prácticas. Esta discapacidad aparece antes de los 18 años*”.

De todo ello, se desprende la idea de que la Discapacidad Intelectual se configura como un conjunto de elementos propios tanto de la persona como del entorno. La interacción entre estos dos factores junto con los apoyos que le sean proporcionados a la persona, serán los que permitan evaluar y mejorar su funcionamiento individual. Actualmente el modelo teórico multidimensional (Luckason et al, 2002) es el que permite conocer y comprender ampliamente el concepto de Discapacidad Intelectual, así como asegurar que los apoyos facilitados son los adecuados, cuya representación de las dimensiones y ámbitos de intervención quedan definidos en la figura 1.

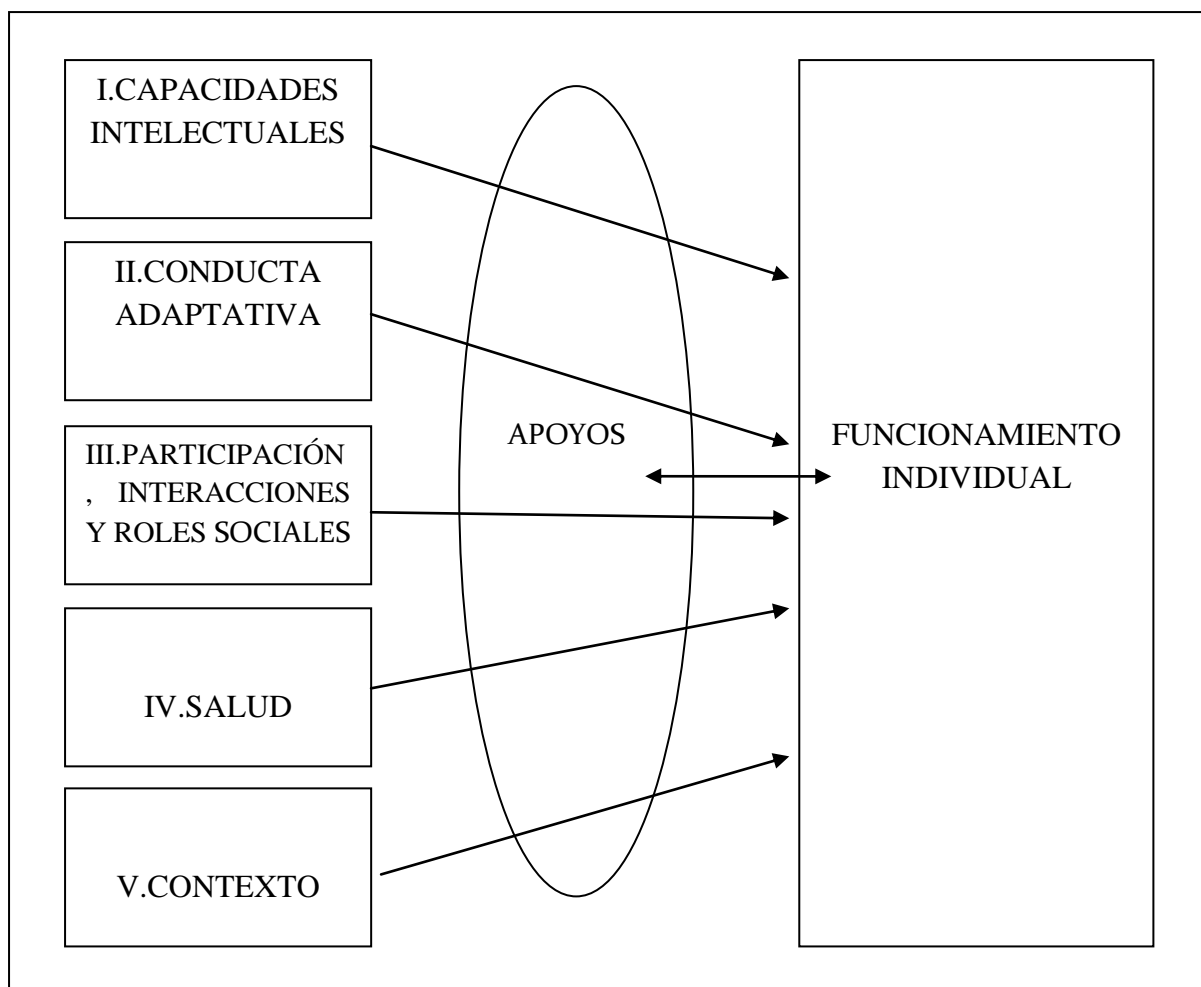


Figura 1. Modelo teórico de retraso mental (adaptado de Luckasson y cols., 2002)

La primera de las cinco dimensiones que se relacionan con el funcionamiento individual y que aparecen en la figura anterior, se corresponde con las capacidades intelectuales, aquello que tiene que ver con la inteligencia: razonamiento, planificación, resolución de problemas, pensamiento abstracto, comprensión de ideas complejas, aprendizaje rápido y aprendizaje mediante la experiencia. La siguiente de las dimensiones tiene que ver con la conducta adaptativa del individuo, y son los comportamientos que le permitirán desenvolverse en la vida diaria. El tercer aspecto, denominado participación, interacciones y roles sociales, se basa en la capacidad de participación e intervención en las diferentes prácticas sociales (Verdugo, 2002).

La salud es otra de las dimensiones del modelo, ya que influye y puede afectar al funcionamiento individual. La última dimensión es el contexto, ha referencia a la importancia del entorno de la persona (Schalock, 2009).

En el ámbito de la Discapacidad intelectual se hace referencia a cuatro tipos, los cuales se clasifican según la gravedad de de la patología, teniendo en cuenta una serie

de características pertenecientes a los diferentes factores que intervienen en el desarrollo de la persona: cognitivo, lenguaje y comunicación y socioemocional. A continuación, se describirá de manera breve y general los tipos que forman parte de esta clasificación, de menor a mayor gravedad.

La Discapacidad Intelectual leve, se encuentra delimitada con un cociente intelectual de entre 50-69, en la mayoría de los casos no se detecta durante los primeros años de vida, ya que su desarrollo a edades tempranas es el normal (Cegarra y García, 2007), tampoco físicamente existe ningún rasgo típico que les diferencie de sus iguales (Antequera et al. 2008). Asimismo las habilidades básicas de autonomía llegan a adquirirlas, aunque con ciertos límites y de manera más lenta a lo habitual. Los procesos de atención y memoria se ven afectados, así como la comprensión y la expresión en el área del lenguaje.

La Discapacidad Intelectual de tipo moderado, se encuentra delimitada con un cociente intelectual entre 35-49, los aspectos motores se ven ligeramente afectados pero no les limita en la actividad diaria por lo que no necesitan atenciones específicas en este campo. El nivel de autonomía personal es aceptable y pueden valerse por sí mismos, aunque en determinadas situaciones requieren de la presencia de un adulto que actúe como guía. Las relaciones sociales que establecen son limitadas debido a su bajo nivel de comunicación, así como a los problemas de autocontrol que poseen. Existen importantes déficits en las funciones cognitivas y en cuanto al lenguaje que utilizan es reducido y en ocasiones está acompañado de problemas articulatorios (Antequera et al. 2008).

La Discapacidad Intelectual grave, se encuentra delimitada con un cociente intelectual entre 20-34, el desarrollo motor es lento con control escaso de postura y equilibrio, esto afecta al progreso de la autonomía ya que poseen problemas manipulativos que impiden la realización de determinadas tareas. Las alteraciones y desajustes tanto en las funciones cognitivas como en las metacognitivas son evidentes y afectan en gran medida a su aprendizaje. El lenguaje y la comunicación se adquieren de manera extremadamente lenta y su uso se caracteriza por ser funcional y básico, e incluso en algunos casos puede no llegar a desarrollarse el lenguaje oral. A menudo existen comportamientos impulsivos, poseen baja tolerancia a la frustración y bajo nivel de autoestima (Antequera et al. 2008).

La Discapacidad Intelectual profunda, se encuentra delimitada con un cociente intelectual igual o inferior a 20, su desarrollo general equivale al de un niño de tres años, presentan alteraciones graves en el sistema sensoriomotor, que dificultan en gran medida su vida diaria. Para llegar a adquirir habilidades básicas de autonomía y cuidado personal se requiere de entrenamientos metódicos, y aún así los resultados serán limitados y escasos (Cegarra y García, 2007). Las capacidades cognitivas se encuentran en general gravemente afectadas, al igual que el lenguaje y la comunicación, que son nulos, únicamente comprenden mensajes elementales y sencillos habituales (Antequera et al. 2008).

Las causas de la Discapacidad Intelectual se clasifican en tres tipos según Verdugo y Schalock (2010):

Tabla 1

*Factores etiológicos de la Discapacidad Intelectual* (adaptado de Verdugo y Shalock, 2010)

	PRENATAL	PERINATAL	POSTNATAL
BIOMÉDICO	Alteraciones cromosómicas, metabólicas, infecciones transplacentarias, malnutrición.	Prematuridad, daño cerebral, hipoxia, alteraciones neonatales.	Daño cerebral traumático, malnutrición, trastornos degenerativos/ataques, toxinas.
SOCIAL	Pobreza, malnutrición materna, violencia doméstica, falta de cuidado prenatal.	Carencia de acceso a cuidados en el nacimiento.	Falta de estimulación adecuada, pobreza familiar, enfermedad crónica.
CONDUCTUAL	Uso de drogas por los padres, inmadurez parental.	Rechazo parental de cuidados.	Abuso y abandono infantil, violencia doméstica.
EDUCATIVO	Padres con discapacidad sin apoyos.	Falta de derivación hacia servicios de intervención tras el alta médica.	Retraso diagnóstico, intervención temprana inadecuada, servicios de educación especial inadecuados, apoyo familiar inadecuado

## 4.2. ASPECTOS PSICOEVOLUTIVOS DE LA DISCAPACIDAD INTELECTUAL LEVE

La discapacidad intelectual leve es la de menor afectación según la clasificación que existe dentro de este campo. Conocemos que las personas que padecen esta afectación poseen un cociente intelectual de entre un 50 y un 70 de manera aproximada, de igual forma se tienen en cuenta otra serie de aspectos ajenos al nivel de inteligencia que pasaremos a describir a continuación.

Como hemos mencionado en el apartado anterior su identificación en los primeros meses de vida es prácticamente indetectable, ya que el desarrollo es el esperado para un niño de su edad. Las diferencias comienzan a detectarse más adelante, físicamente no poseen ningún rasgo que los defina y sus dificultades motoras o sensoriales en el caso de que existan son leves. Respecto a la autonomía personal llegan a desarrollar aunque de manera perceptiblemente más lenta habilidades que les permiten desenvolverse en su vida diaria, así como ser independientes en su cuidado personal. Se implican activamente en prácticas que pueden llevar a cabo de manera aceptable, sin embargo suele darse falta de iniciativa, lo que ocasiona en numerosas situaciones cierta dependencia de un adulto y falta de responsabilidad y compromiso individual. Por otro lado, a menudo presentan baja autoestima y episodios de ansiedad; y en situaciones nuevas puede tener comportamientos disruptivos e impulsivos.

Las capacidades cognitivas se ven ligeramente afectadas, procesos como el de atención y memoria pueden ser menos efectivos. Tienen problemas a la hora de discriminar y seleccionar la información, también en los procesos de simbolización y abstracción; pueden aparecer dificultades a la hora de llevar a cabo habilidades académicas, como pueden ser la lectura, escritura, operaciones aritméticas, prácticas con tiempo o dinero, etc.

El lenguaje oral se adquiere de manera más lenta, pero se ajusta a los patrones estándar y sigue una evolución normal, aunque puedan surgir problemas de comprensión, el vocabulario sea más reducido y pobre, presenten problemas con la interpretación y selección de la información. La comunicación y las relaciones sociales se ven afectadas, muestran cierta inmadurez, que conlleva a la no aceptación por parte de sus iguales, llegando a darse situaciones de manipulación o sometimiento como único medio para ser aceptados por el grupo. Causantes de esto también son la manera que tienen de percibir o interpretar la información, la inestabilidad emocional que sufren en muchos casos, la carencia de criterio para expresarse en situaciones que requieran juicio social, la autodeterminación o la toma de decisiones importantes, etc. Asimismo, les supone un gran esfuerzo empatizar con los demás en determinadas situaciones, así como comprender sus gustos y motivaciones; teniendo en cuenta que exteriorizar sus sentimientos también es algo que les supone un gran esfuerzo.

Recogeremos las principales características del alumno con Discapacidad Intelectual leve expuestas detalladamente en este apartado en una tabla:

Tabla 2

*Características Discapacidad Intelectual leve*

---

<i>Características Discapacidad Intelectual leve</i>
— Cociente intelectual entre 50 y 70
— Desarrollo normal en los primeros meses
— Apariencia física normal
— Si aparecen dificultades motoras o sensoriales son leves
— Desarrollo lento de la autonomía personal
— Falta de iniciativa y responsabilidad
— Baja autoestima
— Comportamientos disruptivos
— Afectadas atención y memoria
— Problemas de comprensión, vocabulario reducido
— Dificultades para establecer relaciones sociales
— Inestabilidad emocional

---

### **4.3. RESPUESTA EDUCATIVA ADAPTADA A LA DISCAPACIDAD INTELECTUAL LEVE**

El alumnado con Discapacidad Intelectual leve, debe ser evaluado para que la respuesta proporcionada atienda y responda a sus necesidades lo más ampliamente posible. Este colectivo se encuentra enmarcado dentro de los alumnos con necesidades educativas especiales y por tanto, el centro escolar del que forme parte debe actuar según mande el currículo y valorar no sólo las capacidades y conocimientos del alumno, sino también sus características y recursos personales y familiares, para poder desarrollar una propuesta lo más ajustada a sus posibilidades.

Tras explicar sus principales dificultades y características, pueden derivar de las mismas una serie de necesidades que nos servirán como punto de partida para considerar la respuesta educativa que sea más adecuada. Navas et al. (2008) recogen y



sintetiza las necesidades educativas más frecuentes en el alumnado con discapacidad intelectual, siendo estas:

- Desarrollar la autonomía personal en los contextos habituales del escolar.
- Potenciar habilidades sociales: comprender y sintetizar informaciones y símbolos, empatizar, interactuar, aumentar vocabulario para mantener una comunicación fluida.
- Desarrollar y afianzar los procesos cognitivos básicos: percepción, atención y memoria.
- Fomentar autoestima y autoconcepto.
- Adquirir estrategias que faciliten el aprendizaje.
- Promover aprendizajes globalizadores y funcionales para las diferentes situaciones de la vida diaria.

Por otro lado, más detalladamente se explicarán las necesidades según las cinco dimensiones desarrolladas en el apartado en el que se define el concepto de Discapacidad Intelectual.

Siguiendo a Antequera et al. (2008), al igual que existen cinco dimensiones según el enfoque multidimensional de Schalock, existirían derivadas de las mismas, otras cinco necesidades.

La primera de ellas mantiene relación con la capacidad intelectual que, como ya sabemos en el alumnado con discapacidad intelectual, pueden encontrarse alterados algunos de los funcionamientos como: atención y memoria, el procesamiento de la información y los procesos cognitivos básicos.

Las siguientes necesidades derivan de las necesidades adaptativas: comunicación, autocuidado, habilidades de vida en el hogar, habilidades sociales, utilización de la comunidad, autodeterminación, salud y seguridad, académicas funcionales, ocio y tiempo libre y trabajo.

En relación con la participación, la interacción y roles sociales, surgen necesidades de tipo social. Se valora su implicación e integración en su comunidad valorando o teniendo en cuenta su nivel de funcionamiento y disponibilidad.

La cuarta necesidad tiene que ver con las limitaciones que pueden existir respecto a la salud del alumnado. Debe ser capaz de reconocer sus propios síntomas así como describirlos. También se tendrá en cuenta la salud psíquica, ya que pueden existir alteraciones de tipo emocional.

Por último hablaremos de las necesidades surgidas del contexto, que como hemos visto es un agente que puede contribuir o perjudicar al desarrollo de la persona. Para proporcionar un entorno óptimo y facilitador de oportunidades debe construirse sobre la base de la experimentación, prácticas funcionales, integración, participación

#### **4.3.1. ÁMBITOS DE INTERVENCIÓN PARA EL DESARROLLO PERSONAL**

El concepto de calidad de vida se encuentra estrechamente relacionado con el bienestar de la persona, con aquellos aspectos que le hacen sentir bien y también los objetivos que nos planteamos para llegar a ser felices en la vida, tanto en el ámbito profesional como en el personal, también tiene que ver con la participación social y las oportunidades. Por lo tanto es un concepto en gran parte subjetivo ya que cada persona tiene unas necesidades y pretensiones diferentes, sin embargo todos los seres humanos compartimos determinadas condiciones de vida que son las que ofrecen a este concepto cierto grado de generalización, que no es posible en situaciones en las que las condiciones, ya sean ambientales o personales, limiten la posibilidad de obtener un nivel y calidad de vida aceptable (Giné, 2004).

Para delimitar el término de calidad de vida existen según Schalock (1999) ocho dimensiones:

- Bienestar emocional: felicidad, autoconcepto.
- Relaciones interpersonales: intimidad, familia, amistades.
- Bienestar material: pertinencias, seguridad, trabajo.
- Desarrollo personal: educación, habilidades, competencias.
- Bienestar físico: salud, nutrición.
- Autodeterminación: elecciones, control personal.
- Inclusión social: aceptación, participación en la comunidad.
- Derechos: privacidad, libertades.

Estas dimensiones que describe Schalock se encuentran relacionadas entre sí e influyen directamente en la vida de las personas.

En definitiva con la calidad de vida unida a la Discapacidad Intelectual se pretende ofrecer oportunidades, dar servicio que responda a las necesidades de estas personas, y les permita ser independientes.

Los apoyos son un aspecto importante en este campo, ya que en gran parte depende de ellos que esa calidad de vida de la que hemos estado hablando llegue a conseguirse, también tener en cuenta la importancia que tienen estos apoyos para el desarrollo de la autonomía personal (FEAPS). Según (Schalock, 1999) existen cuatro tipos de apoyos según la intensidad que diferenciaremos en la siguiente tabla:

Tabla 3

*Tipos de apoyos (Shalock, 1999)*

TIPOS DE APOYOS	
INTERMITENTE	Apoyos a corto plazo, que se utilizan únicamente en épocas de tránsito. Su intensidad puede ser alta o baja.
LIMITADO	Se utilizan de manera intermitente, pero son limitados en el tiempo.
AMPLIO	Apoyos a largo plazo y de carácter regular. A veces, se encuentran sujetos a algunos ambientes.
GENERALIZADO	Apoyo de alta intensidad, se proporcionan en distintos contextos y son necesarios para la supervivencia de la persona.

#### **4.3.2. ORGANIZACIÓN CURRICULAR Y RESPUESTAS EDUCATIVAS ESPECÍFICAS**

Atendiendo a la ley orgánica (LOE, 2006), encontramos que existen dos modalidades de escolarización para el alumnado con necesidades educativas especiales, con la finalidad que ofrecer el tipo de respuesta más adecuada a sus características

personales. A continuación describiremos las dos modalidades de escolarización (CREENA, 2013):

a) Centro de Educación ordinario

1. Centros de Educación Preferente para la discapacidad motora y auditiva

Estos centros están especializados en alumnos con algún tipo de discapacidad motora grave y por consiguiente sus infraestructuras están preparadas para atender a sus dificultades de desplazamiento. También están destinados a los alumnos con discapacidad auditiva grave y poseen material específico para compensar sus déficits.

2. Unidades de transición/ TGD

Centro al que asiste el alumnado que presente algún Trastorno Generalizado del Desarrollo. Normalmente son grupos muy reducidos dirigidos por un maestro de Pedagogía Terapéutica.

3. Unidades de currículo especial (UCE)

Esta opción está destinada a alumnos con Discapacidad Intelectual leve o moderada, y que durante la etapa de Educación Primaria han estado escolarizados en un centro educativo ordinario. El objetivo primordial de estas unidades es la integración de este tipo de alumnado en el centro de Educación Secundaria, con ayuda de apoyos intensivos por parte de los profesionales oportunos.

4. Programas de Cualificación Profesional Inicial Especial (PCPIE)

Estos programas están dirigidos a jóvenes con Discapacidad Intelectual con la suficiente Autonomía Personal, que les permita desempeñar algún tipo de trabajo profesional.

b) Centro de Educación Especial

1. Aula Alternativa a Centro de Educación Especial en Zona Rural

Estas aulas están preparadas para atender al alumnado con necesidades educativas especiales con recursos y materiales extraordinarios.

2. Programas de Cualificación Profesional Inicial Especial (PCPIE)

Dirigidos a los jóvenes que provienen de centros de Educación Especial y les preparan en estudios de Formación Profesional.

Tras comentar brevemente las modalidades de escolarización, exponer que siempre que sea posible, el alumno con necesidades educativas especiales acudirá a un centro de Educación ordinario, y solo en los casos más extremos y graves se recurrirá a los Centros de Educación Especial o a una educación combinada entre los dos centros, sobre todo con el objetivo de contribuir a su integración y socialización.

Por otro lado recoger los documentos que son necesarios para un alumno con necesidades educativas especiales y que deben ser revisados y modificados anualmente (Fernández, 2010):

- Informe de Evaluación Psicopedagógica
- Adaptación curricular individual
- Informes de evaluación trimestrales
- Posibles informes de centros ajenos

#### **4.4. AUTONOMÍA PERSONAL Y DESARROLLO CURRICULAR EN LA EDUCACIÓN PRIMARIA**

En primer lugar, antes de explicar los conceptos que engloban a la Autonomía Personal, hacer hincapié en la importancia que tiene este aspecto en la sociedad en general, destacar que junto con la independencia es uno de los bienes personales más valorados en el mundo actual (Soto, 2009).

También en el ámbito educativo deja huella la Autonomía Personal, dando nombre a una de las competencias del currículo “Autonomía e Iniciativa Personal”, teniendo ésta gran vinculación con el desarrollo integral de la persona y siendo la que nos da la posibilidad de actuar por nosotros mismos. El Gobierno Vasco hace una representación visual con las claves principales de la competencia “Autonomía e Iniciativa Personal”:

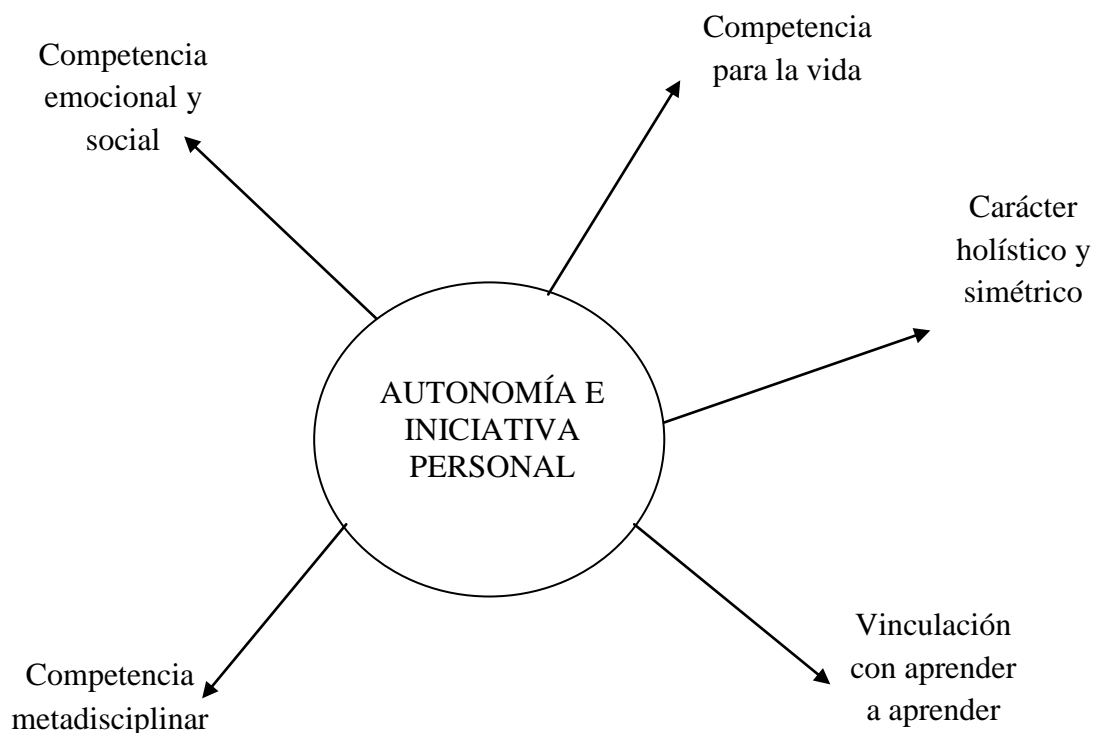


Figura 2. Claves de la competencia curricular “Autonomía e Iniciativa Personal”

Como se observa en el esquema es una competencia que contribuye a múltiples aspectos de importancia para la vida y la formación integral de la persona.

En este apartado del TFG desarrollaremos una serie de puntos clave a tratar con la Autonomía Personal.

#### 4.4.1. CONCEPTUALIZACIÓN

En primer lugar definir el término de Autonomía Personal en sí mismo; siguiendo al MEC (2011) y atendiendo a la legislación española, se refiere a la capacidad que tenemos los seres humanos para controlar y tomar decisiones, regirnos por una serie de normas sociales, así como ser capaces de llevar a cabo las actividades básicas para la vida diaria.

En segundo lugar poner en relación el concepto de Autonomía Personal y la Discapacidad Intelectual según describe Tello (2013), que entiende la Autonomía Personal como un derecho fundamental del que todos debemos gozar independientemente de nuestras características personales, y tener capacidad de elegir y tomar nuestras propias decisiones. Señala que debemos ser conscientes de que las

personas con Discapacidad Intelectual tienen cosas que aportar a la sociedad y por ellos debemos hacerles partícipes activos de la misma, entre otras cosas porque existe el Derecho a la Igualdad, en el que se asegura que todos los seres humanos somos iguales y tenemos los mismos derechos, y no debemos excluir a aquellos que presentan unas necesidades diferentes al resto, sino que debemos adaptar y modificar los entornos para adecuarlos a sus necesidades y características. Reivindica un cambio de pensamiento y la movilización de la sociedad para que las personas con DI puedan adaptarse conseguir una sociedad inclusiva; para ello propone compensar sus dificultades potenciando su Autonomía Personal y haciéndoles partícipes de su propio proceso de desarrollo.

Este mismo autor recoge algunos objetivos de los que se debe partir para trabajar la Autonomía Personal con las personas con DI, uno de ellos atiende a que las se debe profundizar en el concepto de Autonomía Personal y también en el de autodeterminación, comprendiéndolo como un derecho de este colectivo. El siguiente objetivo apunta que se debe dotar de herramientas a las personas con DI para que sean capaces de reflexionar acerca de sus derechos y la manera de integrarlos en sus vidas.

Debemos definir también el término de Habilidades de la vida diaria, relacionadas estrechamente con la vida independiente, y a las que se hace referencia en numerosas ocasiones en nuestro programa de intervención. Para el desarrollo de las habilidades de la vida diaria se ponen en juego tres factores: las destrezas de la propia persona, la tarea a realizar y en contexto en el que se lleva a cabo la misma; son actividades o prácticas rutinarias comunes a todo ser humano, están ligadas a la supervivencia de la persona y a las necesidades básicas de la misma. También relacionadas con las responsabilidades personales y la salud y tienen como fin lograr la autonomía y la independencia personal (Romero, 2007). Según este mismo autor, mientras que con la independencia somos capaces de satisfacer las necesidades básicas o llevar a cabo estas habilidades de la vida diaria de las que estamos hablando, la autonomía personal es la que es responsable de la independencia económica, la capacidad para tomar decisiones y actuar de acuerdo con las normas y creencias de uno mismo.

#### **4.4.2. FAMILIA Y AUTONOMÍA PERSONAL**

Soto (2009) destaca el papel de las familias como un elemento fundamental para el desarrollo de la Autonomía Personal en las personas con Discapacidad Intelectual, ya que es en ellas donde comienza la convivencia, la comunicación, el respeto, los valores. Relaciona esta socialización con la Autonomía personal y apunta que son aspectos claves en el proceso de desarrollo de las personas, entra en juego entonces el rol y el ambiente familiar que debe ofrecer oportunidades para que los niños con DI sean capaces de desarrollar esas capacidades y competencias personales y sociales.

Es muy común la sobreprotección de los padres hacia aquellos alumnos que tienen algún tipo de necesidad educativa especial, siendo este un aspecto que hace crecer la dependencia del entorno familiar y la causa principal de la falta de responsabilidad y autonomía. Por ello el apoyo y asesoramiento a las familias por parte del centro, así como la colaboración con las mismas, es una de las claves del proceso, va a ayudar y contribuir sustancialmente al desarrollo del alumno (Fantova, 2000).

Carretero, propone una serie de indicaciones para padres que tienen como objetivo principal potenciar la Autonomía personal en los niños con dificultades:

- No hacer por el niño lo que él pueda hacer por sí mismo
- Darle la oportunidad de tomar decisiones
- Dar ánimos de manera continuada, hacerle saber que se le apoya
- Cuidar la comunicación, ser explícitos
- Dejarle investigar y buscar soluciones
- Valorar y reforzar las conductas autónomas
- Dejar que asuma las consecuencias de sus actos
- Tener en cuenta sus pensamientos y opiniones en todo momento

#### **4.4.3. ÁREAS DE INTERVENCIÓN EDUCATIVA**

Centellas (2007) hace una clasificación de las áreas de intervención educativa en referencia a la Autonomía Personal para los menores con Discapacidad Intelectual, y la divide en dos grandes grupos, que a su vez se encuentran subdivididos en otros más específicos. A continuación, detallamos la clasificación y definimos las partes de mayor interés para nuestro proyecto:



a) *Áreas de desarrollo personal*

Entre las áreas de desarrollo personal que se destacan y que conviene tener en cuenta a la hora del trabajo de intervención psicoeducativa están:

1. *Cognitivo- intelectual*: Centradas en adquirir habilidades académicas funcionales y prácticas, en términos de vida independientes. Forman parte de esta área las habilidades intelectuales básicas, las habilidades lingüísticas, las habilidades psicomotoras y las habilidades de aprendizaje.
2. *Afectivo- emocional*: Se tienen en cuenta conceptos como la autoestima o el autoconcepto, y trabaja la expresión y el control de sentimientos propios y ajenos con el objetivo de mejorar las relaciones personales.
3. *Habilidades instrumentales*: En esta área se recogen los aspectos que más nos interesan en la realización de nuestro programa y son, los hábitos de higiene personal, el orden, la limpieza, la economía, etc.
4. *Desarrollo físico y de salud*: Que comprende los hábitos de nutrición y alimentación.
5. *Valores y actitudes*.

b) *Áreas de adaptación e integración en contextos significativos*

En estas áreas se engloban los aspectos referidos al contexto de interacción del alumnado, concretados en la familia y en el centro escolar. La importancia del entorno más cercano promueve consecuencias positivas de una actuación correcta de la familia en el desarrollo del alumno, debiendo ser igualmente efectiva en el contexto escolar-formativo.

Igualmente el centro escolar debe ser facilitador y promovedor de su desarrollo personal, de manera que estimule su autonomía y provea de herramientas e instrucciones para conseguir una vida independiente.

En este sentido, y aunque no tenga una relación directa con el ámbito educativo, se tiene que tener muy en cuenta los contextos laborales, residenciales, comunitarios... haciéndoles participes de la comunidad de la que forman parte, teniendo en cuenta sus posibilidades y eliminando barreras tanto arquitectónicas como sociales.

#### **4.4.4. METODOLOGÍA DE INTERVENCIÓN PSICOPEDAGÓGICA**

Para el correcto desarrollo psicopedagógico de la autonomía personal en relación con las habilidades de la vida diaria el CEAPAT-IMSERSO (2012) establece una guía de prácticas que contribuyen a la independencia personal, y las podemos trabajar desde el ámbito educativo, son las siguientes:

- Comer y beber
- Higiene personal relacionada con la micción y la defecación
- Lavarse
- Realizar otros cuidados corporales
- Vestirse
- Mantenimiento de la salud
- Cambiar y mantener la posición del cuerpo
- Desplazarse dentro del hogar
- Desplazarse fuera del hogar
- Realizar tareas domésticas
- Tomar decisiones

Debemos, como maestros especializados en Pedagogía Terapéutica, trabajar todos estos aspectos de la Autonomía Personal desde una perspectiva curricular, para la formación integral del alumnado.

Una de las técnicas que nos ha llamado la atención, ha sido la elaborada por Limón (2000) y consiste en el desarrollo de la Autonomía Personal a través de los procesos participativos. Introduciéndonos el autor plantea una serie de estrategias de trabajo que tienen como base la educación en valores y el trabajo colectivo; la primera de ellas promueve generar un ambiente dispares en las aulas que favorezcan a la participación activa, crítica que sirva como base para el análisis y la creación de la autoconciencia social y colectiva; la segunda táctica que plantea consiste en fomentar el desarrollo de la autoestima personal basada en la confianza, para encontrar soluciones a problemas colectivos e individuales que puedan surgir, la siguiente técnica atiende a valorar la solidaridad, aprender a agradecer la ayuda que los demás nos prestan y ser capaces de ofrecerla nosotros mismos. La cuarta de las técnicas que desarrolla Limón tiene que ver con el respeto a los demás, el conocimiento de las diferentes culturas y la tolerancia

ante la diversidad existente en las aulas. Otra de las estrategias a las que hace alusión, es aprender a descubrir a someter a análisis todos los aprendizajes con capacidad crítica. La última de ellas responde a reaccionar ante el conflicto de una manera positiva, utilizarlo como medio para ofrecer alternativas y expresar opiniones diversas.

En definitiva, se debe recurrir al grupo clase en su totalidad para trabajar la Autonomía y la Independencia personal, contribuye también de manera individual al desarrollo madurativo del alumno y sobre todo a la inclusión e integración, mecanismo clave sobre el que se asienta nuestro trabajo como maestros de Pedagogía Terapéutica.

#### **4.4.5. PROGRAMAS APLICADOS PARA EL DESARROLLO DE LA AUTONOMÍA PERSONAL**

Existen programas dedicados al tema que estamos tratando, en este apartado vamos a destacar y explicar brevemente algunos de ellos.

La Asociación para personas con Síndrome de Down (ASSIDO) lleva a cabo un programa de autonomía, que comienza facilitando instrucciones al entorno familiar para trabajar la independencia desde temprana edad, y se va avanzando de manera progresiva de acuerdo a la edad de madurez de la persona con la que se está llevando a cabo.

En líneas generales establece una serie de objetivos específicos para trabajar el aseo y la higiene, el vestido, la alimentación, el desenvolvimiento en casa, la inclusión en su propio hogar. Por otro lado se fomenta la interacción social, a través de la potenciación de repertorios básicos y el uso de un lenguaje adecuado a diferentes contextos y situaciones; también se trabajan la responsabilidad y las rutinas. Subraya que en estas áreas se tiene en cuenta la transversalidad y son revisadas periódicamente por todos los implicados en el proceso de formación. Además el programa está sujeto a una serie de principios:

- Atender de manera individualizada
- Contribuir al desarrollo global de la persona
- Trabajar con actividades funcionales, necesarias y útiles para la vida diaria
- Usar una metodología de “acompañamiento dirigido” y “riesgo controlado”, asegurando un apoyo y supervisión continua para el alumno

- Detallar en aspectos muy concretos, desglosando y simplificando tareas

Verdugo (2006) desarrolla un Programa de Habilidades de la Vida Diaria para la mejora de la conducta autodeterminada en personas con enfermedad mental grave y prolongada, en el que trata las siguientes áreas:

- Higiene y salud personal
- Cuidados personales
- Habilidades domésticas
- Prevención de riesgos en el hogar
- Utilización de monedas y billetes y planificación de gastos e ingresos
- Autonomía en la alimentación
- Actividades comunitarias
- Conocimiento y utilización del tiempo libre y de ocio

En cada uno de estos temas desarrolla una primera parte teórica en la que encontramos instrucciones, herramientas, consejos y pasos a seguir para conseguir la finalidad propuesta, existe una segunda parte con actividades a completar, para consolidar los conocimientos aprendidos. Incluye también una guía para el profesor y un cuaderno de actividades para el alumno.

## **5. PROPUESTA DE INTERVENCIÓN PARA EL DESARROLLO DE LA AUTONOMÍA PERSONAL DEL ALUMNADO CON DISCAPACIDAD INTELECTUAL LEVE**

En este apartado se desarrolla una propuesta de intervención para el alumnado con Discapacidad Intelectual leve, el objetivo principal de la misma será entrenar y potenciar la autonomía personal y las habilidades para la vida diaria, con la pretensión de alcanzar el desarrollo integral de este colectivo, que en el futuro pueda tener cierta calidad de vida y valerse por sí mismos.

Contiene los destinatarios hacia los que va dirigida la intervención, la metodología y el procedimiento que se ha seguido durante el trabajo, también algunas orientaciones didácticas que nos han servido de guía y apoyo.

Por último la parte más extensa será la descripción de las actividades que se han elaborado, con ellas se pretende trabajar, fomentar y afianzar la autonomía personal del alumnado con Discapacidad Intelectual leve, ya que es uno de los aspectos prioritarios para su progreso y desarrollo. Todo ello se llevará a cabo teniendo en cuenta el currículo vigente de Educación Primaria, se trabajará desde el ámbito de la Educación Especial y desde las áreas instrumentales, contando con la colaboración fundamental del maestro de Pedagogía Terapéutica.

### **5.1. DESTINATARIOS**

La propuesta de intervención está dirigida, como ya hemos señalado anteriormente, al alumnado con Discapacidad Intelectual Leve matriculado en los dos últimos cursos de la Educación Primaria, debido a que se encuentran cerca de un momento de tránsito, siendo éste el cambio a la Educación Secundaria Obligatoria, en el que se les va a exigir cierto grado de madurez, y en el que les va a ayudar a su integración, entre otras cosas, el hecho de ser autónomos e independientes en sus tareas tanto personales como académicas.

Las actividades planteadas intentan completar el desarrollo de la autonomía personal de los alumnos, con actividades y prácticas funcionales relacionadas con habilidades y necesidades básicas para la vida diaria, tratando de facilitarles y asegurarles cierta calidad de vida y la aceptación por parte de los iguales y la sociedad en general.

Algunas de ellas pueden parecer demasiado sencillas, pero se encuentran adaptadas, teniendo en cuenta que el alumno en cuestión tiene dificultades y algún año de desfase curricular.

Es importante trabajar aspectos de autonomía en todos los cursos de Educación Primaria y con todo tipo de alumnado, por ello se puede y debe integrar en este proyecto a todos los alumnos de aula, ya que todos necesitan tener cierta capacidad crítica, ser responsables, estar motivados, potenciar su autoconcepto y autoestima, etc.

## 5.2. METODOLOGÍA

Para la elaboración de este TFG se ha seguido un proceso caracterizado por cierta continuidad, que es la que nos ha permitido avanzar en el trabajo con seguridad, ya que previamente hemos hecho una selección de la bibliografía adecuada para la composición de la fundamentación teórica y posteriormente una propuesta de intervención para el alumnado con Discapacidad Intelectual Leve basada en los conceptos estudiados y contrastados. A continuación en la figura 3 se incluye un esquema de acción metodológica que facilita la comprensión de los pasos que se han ido siguiendo e integrando para la composición del trabajo:



*Figura 3. Metodología del TFG*

Se ha comenzado realizando una búsqueda de información en numerosas fuentes bibliográficas, centrada primeramente en el tema del alumnado de Educación Primaria con Discapacidad Intelectual Leve y adentrándonos más tarde en el tema de la

Autonomía Personal y las Habilidades para la vida diaria. Se han consultado bases de datos electrónicas, al igual que revistas científicas especializadas. Asimismo se ha profundizado sobre su importancia y conexión con el alumnado con Discapacidad Intelectual analizando documentos técnicos de organismos (MEC, UNESCO) y asociaciones (CEAPAT, ASSIDO).

Tras éste análisis bibliográfico se ha realizado la fundamentación teórica, comenzando por mencionar los aspectos principales de la DI como son su concepto y características, continuando por la autonomía personal y tratando de crear un nexo de unión entre los dos términos.

Una vez explorados los dos temas principales del trabajo (las características de la discapacidad intelectual leve y el desarrollo de la autonomía personal) se ha elaborado la propuesta de intervención que tendrá lugar en un centro ordinario acorde con el objetivo previamente definido.

### **5.3. ORIENTACIONES DIDÁCTICAS**

El diseño de la propuesta de intervención vendrá de la mano del profesional de Pedagogía Terapéutica, enmarcada dentro del currículo de Educación Primaria y en directa relación con el tutor del grupo-clase al que pertenece el alumno con DI, sin olvidarnos por supuesto del resto de profesionales que se ocupan en algún momento del escolar así como su entorno más cercano y familia. Se debe atender de manera principal a las necesidades del alumno, por lo que no se prioriza sobre la propuesta sino sobre sus principales requerimientos e intereses.

Según García (2013), existe una fase previa al entrenamiento en habilidades de autonomía personal y una serie de elementos a tener en cuenta como se describe en la siguiente figura (Figura 4):

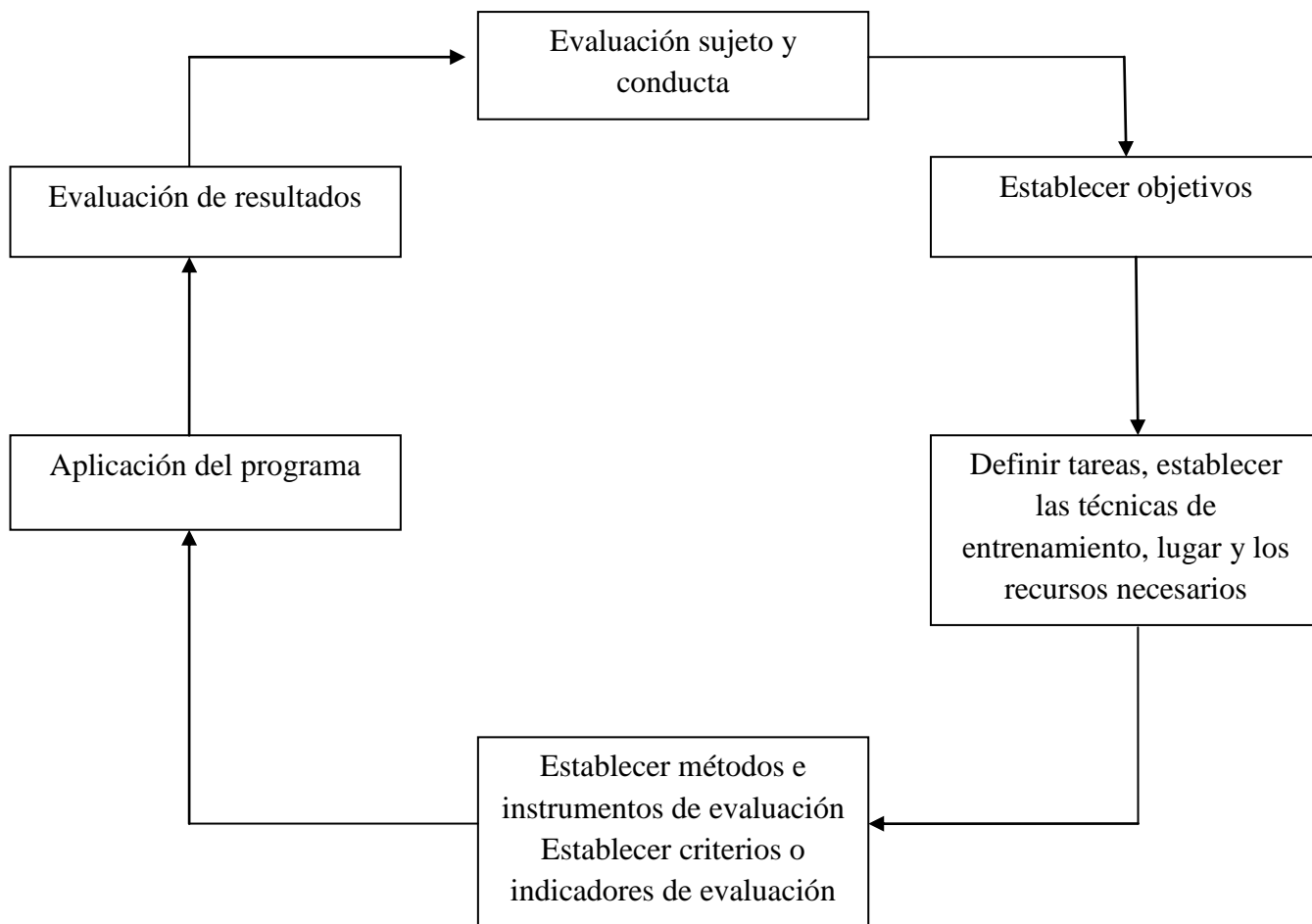


Figura 4. Elementos en la planificación de la intervención en habilidades de autonomía personal  
(adaptado de García, 2013)

Como se observa en la representación el alumno es sometido a una evaluación previa en la que se tiene en cuenta no solo sus capacidades y habilidades sino también sus necesidades y demandas, pero sobre todo incide en la conducta del sujeto como punto de partida para dirigir la intervención y pasar a establecer una serie de objetivos que es con lo que nos encontramos en el siguiente paso, estos objetivos están directamente relacionados con la calidad de vida y la autodeterminación.

Tras establecer los objetivos se deciden las técnicas de entrenamiento, el lugar y los recursos necesarios; algunas de las técnicas que se utilizan son el modelado, el encadenamiento o el role playing. Después de esto, debemos decidir cuál va a ser el método de evaluación del programa, para ello se pueden realizar entrevistas, cuestionarios, registros de observación, etc. También se deben tener en cuenta los criterios de evaluación, como si se han cumplido o no los objetivos propuestos, si se ha



obtenido la conducta deseada o si el ritmo de aprendizaje ha sido el correcto, entre otros aspectos.

Por último se procede a la aplicación del programa, junto con su posterior evaluación, en la fase de puesta en práctica hace hincapié sobre la colaboración familiar y los tipos de refuerzo. Posteriormente deben analizarse los resultados, observando si se han logrado los objetivos, y si no ha sido así introducir modificaciones en la propuesta inicial.

#### **5.4. EVALUACIÓN**

El proceso de evaluación que se propone para la intervención realizada consiste en una evaluación inicial para la cual nos ayudaremos del Índice de Katz, destinado a toda la población, por lo que lo realizarán todos los alumnos del aula. Este cuestionario cuenta con ocho niveles, y se encarga de valorar la realización de las actividades de la vida diaria a través de seis ítems generales que son: baño, vestido, uso del WC, movilidad, continencia y alimentación, después son divididos cada uno de ellos en independiente o dependiente con su correspondiente aclaración. Así pues introducimos el Índice de Katz según lo recoge la Consejería de Salud de la Junta de Andalucía (Anexo 1).

Con esta primera evaluación inicial pretendemos especificar las necesidades concretas del alumno con Discapacidad Intelectual, pero también las del resto ya que seguramente alguno de ellos sea dependiente de alguno de sus familiares en alguna de las prácticas, y tenemos que conseguir llegar a esa independencia y romper con la sobreprotección y la falta de responsabilidad que reina en las aulas actuales. A partir de este método podremos delimitar algunas de las actividades, en cuestión de dedicarlas a unos contenidos o a otros.

Tras esta primera fase, pondremos en marcha la propuesta de intervención para el desarrollo de la Autonomía Personal y con ella una evaluación continua basada en la recogida de datos y en la observación. Haremos especial hincapié en los aspectos generales que tienen que ver con la autonomía personal como son la toma de decisiones o la responsabilidad, mientras que por otro lado analizaremos las prácticas en sí mismas con los temas de hábitos de higiene o el dinero. Para ello diseñaremos una tabla en la que aparecerán estos aspectos y temas con un sistema de medición (Anexo 2). Apuntar que este sistema no es decisivo en la evaluación, sino que la actitud positiva, el nivel de

participación en las actividades y el respeto hacia los demás, se tendrán en cuenta a lo largo de todo el proceso.

A modo de evaluación final, llevaremos a cabo una asamblea todos juntos en la se expresarán opiniones y sentimientos, con el objetivo de afianzar conocimientos y sensibilizar con estos temas de autonomía que tantas repercusiones pueden tener en las prácticas generales de la vida diaria. También para poner punto y seguido a un proyecto que tienen que continuar fomentando dentro y fuera de las aulas.

## **5.5. ACTIVIDADES**

La propuesta de intervención realizada incluye un total de ocho actividades que se llevarán a cabo siempre bajo el mando del maestro especializado en Pedagogía Terapéutica, con el apoyo siempre del tutor y del resto de la comunidad educativa. Todas las sesiones que se plantean son independientes y siempre que sea posible serán integradas dentro del grupo clase al que pertenece el alumno que presenta necesidades educativas especiales.

Cada una de las actividades posee unos objetivos específicos, sin embargo todas cumplen unos generales que han servido de eje vertebrador en su planificación:

- Desarrollar la autonomía personal a través de diferentes conceptos
- Trabajar con aprendizajes funcionales
- Fomentar habilidades básicas de la vida diaria

Con ayuda de estos objetivos se pretende lograr el desarrollo integral del alumnado y por consiguiente asegurarle una calidad de vida lo más alta posible, respondiendo a sus necesidades e intereses.

Las prácticas que se proponen en la intervención han sido descritas detalladamente e incluyen objetivos específicos, como ya hemos mencionado, además de contenidos, recursos necesarios, procedimiento, justificación, temporalización y observaciones en las que se aportan posibles variaciones o ampliaciones. En muchas de las actividades se trabaja de manera grupal aunque se encuentran adaptadas al nivel del alumno, pero al ser de carácter lúdico y trabajarse contenidos de interés pueden realizarlas el resto de compañeros, esto ayudará a su integración en el aula.

Las actividades a desarrollar son las siguientes:

- “*Mi rutina diaria*” (Anexo 3).
- “*Higiene personal*” (Anexo 4).
- “*Las estaciones*” (Anexo 5).
- “*Fábulas*” (Anexo 6).
- “*La caja de las emociones*” (Anexo 7).
- “*Soy responsable*” (Anexo 8).
- “*Menú saludable*” (Anexo 9).
- “*Un supermercado en el aula*” (Anexo 10).

## 6. CONCLUSIONES

Al comienzo de este trabajo nos planteamos una serie de objetivos a los que hemos dado respuesta durante su realización. El primero de ellos, la búsqueda de información en fuentes bibliográficas, para documentarnos sobre la terminología y los modelos teóricos más relevantes en torno a la Discapacidad Intelectual, las características evolutivas de esta patología en la Educación Primaria y también métodos y técnicas a los que recurren los profesionales de los centros para intervenir con este alumnado, a medida que hemos ido avanzando en esta búsqueda, se ha ido concretando sobre la tipología que se corresponde con la Discapacidad Intelectual Leve. De la misma manera, y basándonos en la fundamentación teórica, se ha desarrollado una propuesta de intervención, que tenía como objetivos principales atender a las necesidades educativas del alumnado con DI leve escolarizado en centros ordinarios de Educación Primaria, asimismo favorecer su inclusión consiguiendo la máxima aceptación social a través de actividades funcionales y prácticas con las que desarrollar al máximo su Autonomía Personal y así conseguir su desarrollo integral de la persona.

Soto (2009) señala la importancia de trabajar de manera continuada en aspecto de la Autonomía Personal para compensar déficits de dependencia, motivación, autorregulación, sobreprotección, con todo el alumnado de Educación Primaria y en especial con los que se ven afectados por DI; debido en parte a su alto grado de importancia en la vida adulta para alcanzar cierta calidad de vida que los permita tener una vida lo más normalizada posible y convivir sociedad.

El desarrollo de la Autonomía Personal es una pieza clave en la formación de las personas ya que es uno de los valores más preciados en la sociedad actual según indica Romero (2007). Además, el currículo lo recoge como una de las competencias a trabajar de manera simultánea a través de las disciplinas que se estudian en el aula. Por otra parte la Autonomía Personal se encuentra estrechamente unida a las habilidades de la vida diaria; prácticas comunes a todos los seres humanos, que contribuyen a la supervivencia y al mantenimiento personal, asimismo poder ser independientes para suplir las necesidades básicas propias.

Desde el campo de la Educación Especial, debemos tomar conciencia sobre la importancia de trabajar estos aspectos que con contribuyen al desarrollo integral de la

persona, y forman una relación directa con su inclusión, de manera específica y no centrar los conocimientos en aspectos curriculares, sino más bien ampliar la perspectiva actual y atender a las necesidades e intereses del alumnado potenciando sus habilidades personales y sociales con la pretensión de promover su calidad de vida e independencia para conseguir una inserción exitosa y normalizada en la sociedad. Sin olvidarnos de que el maestro especializado en Pedagogía Terapéutica tiene la posibilidad atender al alumnado de manera más individualizada, lo cual contribuye a su comunicación y confianza, pero debe mantener estrecho contacto con el resto de profesionales del centro y el entorno familiar del alumno, y siempre que se pueda, realizar alguna práctica con todo el grupo-clase para afianzar conocimientos y proporcionarle seguridad al alumno.

A lo largo de la composición del TFG hemos topado con algunas complicaciones, bajo mi punto de vista la más relevante ha sido el planteamiento de una propuesta de intervención basada en un aula hipotética en la que teníamos a un alumno con DI leve, y debíamos dar respuesta a sus necesidades a través de una serie de actividades que no podíamos poner en práctica para comprobar su efectividad para el desarrollo de la Autonomía Personal. Este hecho ha generado numerosas dudas e inseguridades, por ello se ha intentado dirigir teniendo en cuenta conocimientos del currículo de las áreas instrumentales, así como los aspectos más esenciales y necesarios para el desarrollo de la Autonomía Personal; y con la fusión de estos dos elementos se ha desarrollado una posible propuesta.

Considero que la formación de los profesionales que trabajan en un centro debe ser continuada y permanente, no sólo los que trabajan en el ámbito de la Educación Especial deben conocer las dificultades de los alumnos con necesidades educativas especiales, ni son los encargados de compensarlas, sino que es un trabajo constante de toda la comunidad educativa. Por ello, y dado que todos consideramos el hecho de ser independientes un derecho indispensable, debemos ofrecerles y facilitarles su alcance a las personas con Discapacidad Intelectual.

En cuanto a lo que a mí respecta, en el ámbito académico, este TFG ha supuesto un gran aprendizaje acerca del tema a tratar. Se han empleado largos periodos de tiempo en la búsqueda de información fiable y contrastada, esta dedicación es la que ha permitido obtener la información suficiente para profundizar, analizar y reflexionar sobre el tema, y finalmente realizar un trabajo acorde con lo programado en un primer momento.

Concluir mencionando que ha supuesto un reto su realización, pero valoro la ampliación de conocimientos que me ha aportado, y no descarto llevarlo a la práctica en mi futura labor como docente. Si para algo me ha servido, es para tener aún más claro que en el aula siempre debemos optar por dar respuesta y atender a las necesidades individuales de nuestros alumnos, es el único camino para lograr el desarrollo integral de los mismos.

## 7. REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Alemañy, C. (2009). Integración e inclusión: dos caminos diferenciados en el entorno educativo. *Cuadernos de Educación y Desarrollo*, 1(2), 22-34. Tomado de <http://www.eumed.net/rev/ced/02/cam5.htm> (el 21/5/2015).
- APA (2013). *Manual de Diagnóstico y Estadístico de los Trastornos Mentales DSM-5*. Madrid: Editorial Médica Panamericana.
- Antequera, M., Bachiller, B., Calderón, M. T., Cruz, A., Cruz, P. L., García, F. J., Reche, M. L., Montero, F., Orellana, F. M., Ortega, R. (2008). *Manual de atención al alumnado con necesidades específicas de apoyo educativo derivadas de discapacidad intelectual*. Consejería de Educación. Junta de Andalucía. Tomado de [http://www.juntadeandalucia.es/averroes/~29070760/images/manuales\\_neae/10\\_intelec.pdf](http://www.juntadeandalucia.es/averroes/~29070760/images/manuales_neae/10_intelec.pdf) (el 3/7/2015).
- Araque, N. y Barrio, J. L. (2010). Atención a la diversidad y desarrollo de procesos educativos inclusivos. *Revista de Ciencias Sociales. Prisma Social*, 4, 1-37.
- ASSIDO (2011). *Programa de Autonomía*. Tomado de <http://www.assido.org/acciones.php?cat=6> (el 22/07/2015).
- Campoy, I. (2013). Estudio sobre la situación de los niños y las niñas con discapacidad en España. *Cuadernos para el Debate. UNICEF*. Tomado de [http://solidaria.unicef.es/pdf/Cuadernos\\_debateII\\_infancia\\_discapacidad\\_2013.pdf](http://solidaria.unicef.es/pdf/Cuadernos_debateII_infancia_discapacidad_2013.pdf) (el 17/4/2015).
- Carretero, L. (s/f). *Autonomía personal, objetivo principal en la educación de niños/as con EB*. Tomado de <http://www.pieldemariposa.es/fotos/Autonomia%20personal.pdf> (el 12/7/2015).
- Castaño, R. (2010). El Currículum y la Atención a la Diversidad en las etapas de la Educación Básicas, Primaria y Secundaria Obligatorias, en el marco de la Ley Orgánica de la Educación. *Hekademos: revista educativa digital*, 6, 5-26.. Tomado de [http://www.hekademos.com/hekademos/media/articulos/06/01\\_Curriculum\\_y\\_atencion\\_a\\_la\\_diversidad.pdf](http://www.hekademos.com/hekademos/media/articulos/06/01_Curriculum_y_atencion_a_la_diversidad.pdf) (el 08/07/2015)
- CEAPAT-IMSERSO (2012). *Guía de orientación en la práctica profesional de la valoración reglamentaria de la situación de dependencia: productos de Apoyo*

- para la Autonomía Personal*. Madrid: Ministerio de Sanidad, Servicios Sociales e Igualdad.
- Cegarra, F. y García, G. (2007). *Necesidades educativas especiales del alumnado con discapacidad intelectual*. Tomado de <http://diversidad.murciaeduca.es/orientamur/gestion/documentos/unidad11.pdf> (el 21/3/2015).
- Centellas, R., Julve, C., Marco, M., Martínez, R., Morel, M. A., Navarro, A. L. , Pedro, M. D. (2007). *Proyecto de autonomía personal. Manual de buenas prácticas. Volumen I*. Tomado de [http://iass.aragon.es/adjuntos/raiz/AutonomiaPersonal\\_VolI.pdf](http://iass.aragon.es/adjuntos/raiz/AutonomiaPersonal_VolI.pdf) (el 10/7/2015).
- CREENA (2013). *Información y orientaciones para la escolarización del alumnado con Necesidades Educativas Especiales*. Tomado de [http://creena.educacion.navarra.es/docs/documento\\_modalidades\\_escolarizacion\\_2013\\_14.pdf](http://creena.educacion.navarra.es/docs/documento_modalidades_escolarizacion_2013_14.pdf) (el 11/7/2015).
- Fantova, F. (2000). Trabajar con las familias de las personas con discapacidades. *Siglo Cero*, 31 (6), 33-49.
- Fernández, F. y Nieva, A. (2010). Desafíos de la diferencia en la escuela. *Escuelas Católicas*. Tomado de <http://www2.escuelascaticas.es/publicaciones/GRATUITAS/DESAFIOSDELA DIFERENCIAENLAESCUELA.pdf> (el 19/8/2015).
- García, M. L. (2013). *Programaciones de entrenamiento en Habilidades de Autonomía Personal y Social*. Tomado de [http://fp.edu.gva.es/av/pluginfile.php/689279/mod\\_resource/content/2/haps\\_13\\_4.pdf](http://fp.edu.gva.es/av/pluginfile.php/689279/mod_resource/content/2/haps_13_4.pdf) (el 23/6/2015).
- Giné, C. (2004). Servicios y calidad de vida para las personas con discapacidad intelectual. *Siglo Cero*, 35 (2), 1-14.
- Gobierno vasco. (s/f). *Competencia para la autonomía e iniciativa personal*. Tomado de [http://ediagnostikoak.net/edweb/cas/materiales-informativos/ED\\_marko\\_teorikoak/Autonomia\\_e\\_iniciativa\\_personal.pdf](http://ediagnostikoak.net/edweb/cas/materiales-informativos/ED_marko_teorikoak/Autonomia_e_iniciativa_personal.pdf) (el 31/8/2015).



- Ley Orgánica 2/2006, de 3 de mayo, de Educación (LOE). BOE n.º 106, de 4 de mayo de 2006.
- Ley Orgánica 8/2013, de 9 de diciembre, para la Mejora de la Calidad Educativa (LOMCE). BOE n.º 295, de 10 de diciembre de 2013.
- Limón, D. (s/f). *El desarrollo de la autonomía personal desde los procesos participativos -o cómo buscar una mayor calidad ambiental desde una ecociudadanía crítica y responsable-*. Tomado de <https://institucional.us.es/laboraforo/lolaautonomiapersonal.pdf> (el 31/8/2015).
- Luckasson, R., Borthwick-Duffy, S., Buntinx, W. H., Coulter, D. L., Craig, E. M. P., Reeve, A y Tasse, M. J. (2002). *Mental retardation: Definition, classification, and systems of supports*. Washington DC: American Association on Mental Retardation.
- M. E. C. (2011). *Autonomía personal y situación de dependencia conceptos básicos*. Madrid: Ministerio de Sanidad, Servicios Sociales e Igualdad.
- Molina, S. y Holland, C. (2010). Educación especial e inclusión: aportes desde la investigación. *Revista de Educación y Pedagogía*, 22 (56), 31- 43.
- Navas, P., Verdugo, M. A., Gómez, L. E. (2008). Diagnóstico y Clasificación en Discapacidad Intelectual. *Intervención Psicosocial*, 17 (2), 143- 152.
- Romero, D. M. (2007). Actividades de la vida diaria. *Anales de Psicología*, 23 (2), 246- 271. Tomado de [http://www.um.es/analesps/v23/v23\\_2/13-23\\_2.pdf](http://www.um.es/analesps/v23/v23_2/13-23_2.pdf) (el 27/8/2015).
- Schalock, R. L. (1999). Hacia una nueva concepción de la discapacidad. *III Jornadas Científicas de Investigación sobre Personas con Discapacidad*. Universidad de Salamanca, España. Tomado de <https://campus.usal.es/~inico/investigacion/jornadas/jornada3/actas/conf6.pdf> (el 16/4/2015).
- Schalock, R. L. y Verdugo, M. A. (2007). El concepto de calidad de vida en los servicios y apoyos para personas con discapacidad intelectual. *Siglo Cero. Revista Española sobre Discapacidad Intelectual*, 38 (4), 31- 36.
- Schalock, R. L. (2009). La nueva definición de discapacidad intelectual, apoyos individuales y resultados personales. *Siglo Cero. Revista Española sobre Discapacidad Intelectual*, 40 (1), 22-39.

- Soto, M. P. (2009). Habilidades básicas de desarrollo personal y social en personas con discapacidad intelectual: Autonomía personal. *Innovación y experiencias educativas*, 14. Tomado de [http://www.csi-csif.es/andalucia/modules/mod\\_ense/revista/pdf/Numero\\_14/MPAZ\\_SOTO\\_2.pdf](http://www.csi-csif.es/andalucia/modules/mod_ense/revista/pdf/Numero_14/MPAZ_SOTO_2.pdf) (el 25/7/2015).
- Tello, R. y Sancho, I. (2013). *Potenciación de la autonomía en personas con discapacidad intelectual desde la perspectiva de los derechos humanos*. Tomado de <http://www3.uah.es/congresoreps2013/Paneles/panel4/sesion3/isancho@ugr.es/TCPONENCIAPANEL4ENVIADA.pdf> (el 24/7/2015).
- UNESCO (2011). *Educación Especial e Inclusión Educativa. Estrategias para el desarrollo de escuelas y aulas inclusivas*. Ministerio de Educación.
- Verdugo, M. A. (2002). Análisis de la definición de discapacidad intelectual de la asociación americana sobre retraso mental de 2002. *Siglo Cero. Revista Española sobre Discapacidad Intelectual*, 34 (1), 5-19.
- Verdugo, M. A. y Schalock, R. L. (2010). Últimos avances en el enfoque y concepción de las personas con discapacidad intelectual. *Siglo Cero*, 41 (4), 7- 21.
- Verdugo (2006). *Programa de habilidades de la vida diaria para la mejora de la conducta autodeterminada en personas con enfermedad mental grave y prolongada*. Salamanca. Publicaciones del INICO. Tomado de <http://sid.usal.es/idocs/F8/FDO13084/habilidadesdelavidad.pdf> (el 24/8/2015).

## 8. ANEXOS

ANEXO 1: Índice de Katz (Consejería de Salud de la Junta de Andalucía).

ANEXO 2: Tabla de registro de evaluación continua.

ANEXO 3: Actividad 1: *“Mi rutina diaria”*

ANEXO 4: Actividad 2: *“Higiene Personal”*

ANEXO 5: Actividad 3: *“Las estaciones”*

ANEXO 6: Actividad 4: *“Fábulas”*

ANEXO 7: Actividad 5: *“La caja de las emociones”*

ANEXO 8: Actividad 6: *“Soy responsable”*

ANEXO 9: Actividad 7: *“Menú saludable”*

ANEXO 10: Actividad 8: *“Un supermercado en el aula”*

## **ANEXO 1.**

### Índice de Katz (Consejería de Salud de la Junta de Andalucía)

1.Baño	Independiente
	Dependiente
2.Vestido	Independiente
	Dependiente
3.Uso del WC	Independiente
	Dependiente
4.Movilidad	Independiente
	Dependiente
5.Continencia	Independiente
	Dependiente
6.Alimentación	Independiente
	Dependiente

## ANEXO 2.

Tabla de registro de evaluación continua

Aspectos y temas relacionados con la Autonomía Personal	Grado de obtención				
Responsabilidad					
Autodeterminación					
Toma de decisiones					
Independiente					
Hábitos de higiene					
Las horas					
El dinero					

1- Nunca 2- Casi nunca 3- A veces 4- Casi siempre 5- Siempre

## **ANEXO 3.**

### *ACTIVIDAD 1: “Mi rutina diaria”*

#### **OBJETIVOS ESPECÍFICOS**

- Leer las horas del reloj
- Relacionar las horas del día con acciones cotidianas
- Establecer un orden lógico para las prácticas diarias y en consecuencia una rutina
- Promover autonomía personal y crear hábitos de vida saludables

#### **CONTENIDOS**

- Rutinas de la vida diaria
- Secuencias temporales
- Las horas: reloj analógico y digital

#### **RECURSOS**

Adjuntos a la actividad.

#### **PROCEDIMIENTO**

Se le facilitarán al alumno unos pictogramas en los que aparecen acciones que se llevan a cabo habitualmente en una jornada. El alumno deberá recortar y ponerlas en el orden en el que el mismo las ejecuta, después comparará con los compañeros y dialogarán sobre cuál sería el orden lógico. A continuación deberá relacionar los relojes analógicos y digitales con la hora que considere adecuada para realizar la práctica, de tal manera que al final de la actividad obtendremos una especie de guía de referencia para llevar unas prácticas diarias ordenadas y saludables.

#### **JUSTIFICACIÓN**

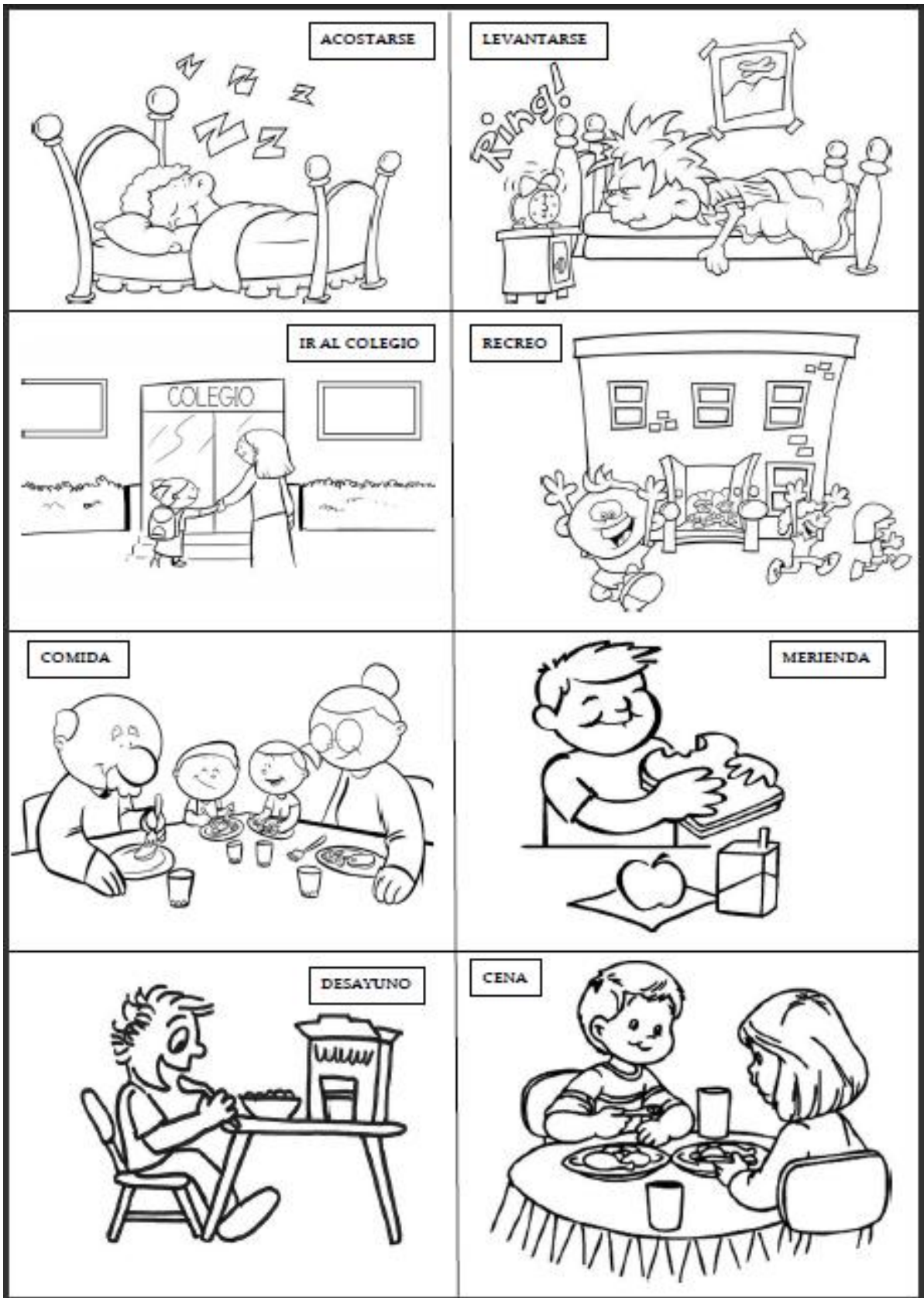
Estudiar un aprendizaje funcional y necesario como son las horas del reloj, además de impulsar y promover lo que sería una rutina diaria correcta con acciones de su vida cotidiana.

## TEMPORALIZACIÓN

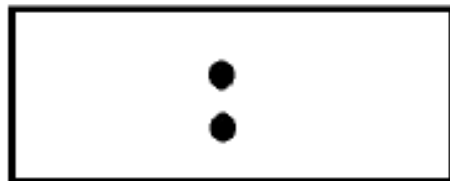
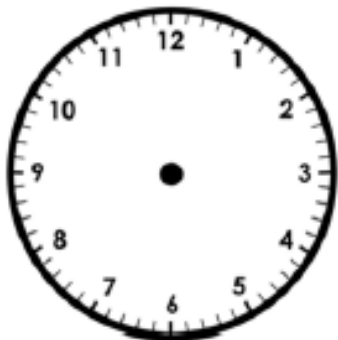
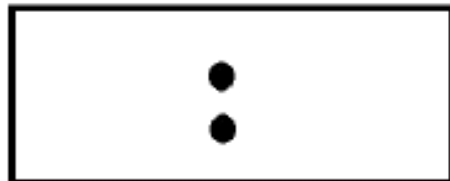
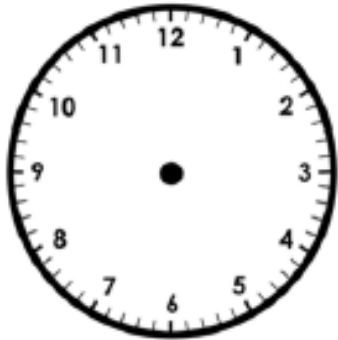
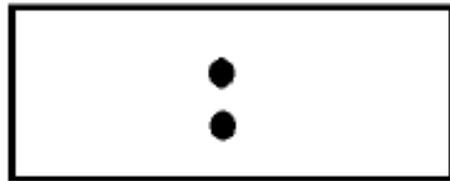
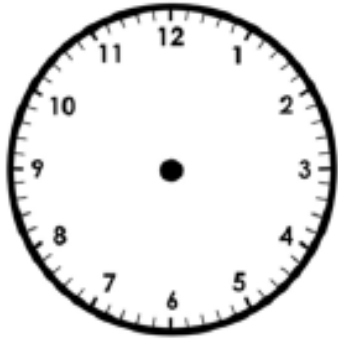
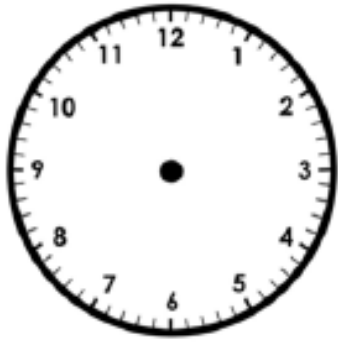
Para la realización de esta actividad utilizaríamos en torno a una sesión, ya que construiríamos una especie de cuadernillo- guía en el que pegaríamos cada una de las imágenes con sus correspondientes relojes.

## OBSERVACIONES

Como variantes de la actividad podríamos ir incluyendo más tarjetas con acciones para ir completando la jornada diaria de manera más detallada, algunas de ellas podrían ser: lavarse los dientes, lavarse las manos, vestirse, hacer la comida, poner la mesa, peinarse, etc. También se podría incorporar algún componente lúdico, se podrían repartir las tarjetas de las acciones y los relojes, y únicamente mediante gestos ir formando y ordenando la rutina diaria.







## **ANEXO 4.**

### *ACTIVIDAD 2: “Higiene personal”*

#### **OBJETIVOS ESPECÍFICOS**

- Promover autonomía personal y crear hábitos saludables
- Fomentar higiene personal adecuada
- Sensibilizar y reflexionar sobre los hábitos de higiene saludables

#### **CONTENIDOS**

- Salud e higiene personal

#### **RECURSOS**

Adjuntos a la actividad.

#### **PROCEDIMIENTO**

Previamente, antes de entregar la ficha se dialogará sobre los hábitos de higiene que llevan a cabo diariamente. En la actividad hay una sopa de letras en la que tienen que buscar las partes del cuerpo o acciones que aparecen en los dibujos que la rodean, después de esto rellenarán las frases que se encuentran a continuación con la palabra correcta de las encontradas en la práctica previa.

Tras la confección de la ficha se invitará a la reflexión sobre si ellos cumplen o no la mayoría de estos hábitos y promoveremos su práctica habitual haciendo hincapié en la importancia y las consecuencias que puede provocar el no tener unos hábitos de higiene.

#### **JUSTIFICACIÓN**

Los hábitos de higiene tienen gran importancia en los niños que se encuentran en edad escolar, no solo es significativo conocer los hábitos sino también concienciar a las familias de que deben ir relegando esas tareas en los niños para lograr completa autonomía y responsabilidad en el ámbito de la higiene. Tiene como objetivo también esta actividad la prevención de enfermedades, así como el evitar el rechazo social a causa de la falta de higiene que puede darse en algunos casos.

## TEMPORALIZACIÓN

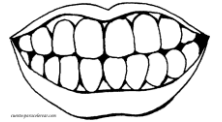
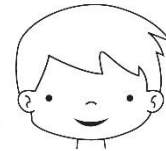
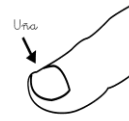
Se llevará a cabo en una sesión y podremos promover hábitos saludables como lavarse las manos o cepillarse los dientes después del almuerzo diario en el centro.

### Nuestra higiene personal

Busca en la sopa de letras palabras relacionadas con la higiene diaria.



M	A	E	Z	R	K	N	A	R	I	Z	X
A	V	P	R	O	P	A	I	M	U	D	J
N	T	Q	W	E	Y	B	N	P	O	U	X
O	A	S	U	O	T	F	H	G	Ñ	C	T
S	Q	Z	V	R	M	Ñ	I	P	U	H	O
D	R	T	Y	E	I	L	D	W	G	A	N
Z	X	F	E	J	G	N	I	V	Ñ	R	P
U	B	L	F	A	K	R	E	N	E	M	I
S	U	Ñ	A	S	S	V	N	D	Z	E	C
T	I	D	S	H	P	A	T	E	H	O	A
R	P	E	L	O	C	B	E	U	G	P	R
O	V	M	A	N	V	U	S	F	Z	Ñ	A



Con las palabras anteriores debes completar las siguientes frases.

- Debo lavarme las \_\_\_\_\_ antes de comer y después de ir al baño.
- Debo mantener limpias mis \_\_\_\_\_ y mis \_\_\_\_\_
- Debo lavarme los \_\_\_\_\_ después de cada comida.
- Debo mantener mi \_\_\_\_\_ siempre limpia.
- Debo \_\_\_\_\_ diariamente con agua y con jabón.
- Debo lavarme la \_\_\_\_\_ cuando me despierto.
- Debo mantener mi \_\_\_\_\_ limpio para prevenir lichitos.
- Debo vestir siempre con \_\_\_\_\_ limpia.

## **ANEXO 5.**

### *ACTIVIDAD 3: “Las estaciones”*

#### **OBJETIVOS ESPECÍFICOS**

- Conocer meses y estaciones del año
- Desarrollar la higiene del vestir

#### **CONTENIDOS**

- Organización temporal: meses y estaciones
- Hábitos de higiene: higiene del vestir

#### **RECURSOS**

Adjuntos a la actividad.

#### **PROCEDIMIENTO**

Para la realización de la ficha es necesario recordar los meses y las estaciones del año, deben conocer la duración de las mismas así como cuando empiezan y cuando terminan. También reconocer el clima y la temperatura característica de cada una de ellas para vestir a los niños que aparecen desnudos, deberán añadir una actividad o acontecimiento típico a cada estación; por ejemplo ir a la piscina en verano o recoger hojas secas en otoño.

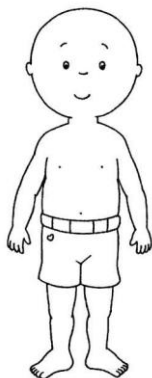
#### **JUSTIFICACIÓN**

Tanto saber vestirse eligiendo la ropa adecuada como conocer y dominar los meses y las estaciones del año son aprendizajes funcionales que sirven para desenvolverse en la vida diaria y desarrollar la autonomía personal.

#### **TEMPORALIZACIÓN**

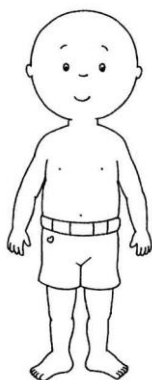
Una sesión aproximadamente.

## LAS ESTACIONES



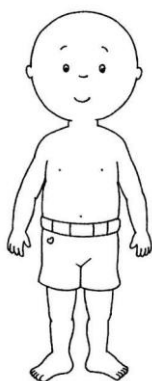
Es \_\_\_\_\_, y está lloviendo ahí fuera. Las primeras flores empiezan a brotar.

Esta estación del año empieza el 21 de M \_\_\_\_\_ y termina el 20 de J \_\_\_\_\_.



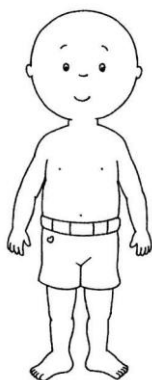
Estamos en \_\_\_\_\_, hace mucho calor y me gustaría darme un baño.

Esta estación del año empieza el 21 de J \_\_\_\_\_ y termina el 20 de S \_\_\_\_\_.



Si las hojas de los árboles ves caer es porque \_\_\_\_\_ ha de ser.

Esta estación del año empieza el 21 de S \_\_\_\_\_ y termina el 20 de D \_\_\_\_\_.



Esta estación del año empieza el 21 de D \_\_\_\_\_ y termina el 20 de M \_\_\_\_\_.

Con el frío que hace en \_\_\_\_\_, el abrigo es lo primero.

## **ANEXO 6.**

### *ACTIVIDAD 4: “Fábulas”*

#### **OBJETIVOS ESPECÍFICOS**

- Promover actitudes críticas y trabajar la toma de decisiones
- Comprender los sentimientos y reacciones de los demás para saber la manera correcta de actuar
- Reconocer y comprender moraleja de los textos y fábulas, para establecer comparaciones y conexiones con la vida diaria
- Trabajar comprensión lectora y promover actitudes positivas hacia la lectura

#### **CONTENIDOS**

- Habilidades y experiencias de la vida diaria
- Lectura

#### **RECURSOS**

Ejemplo de Fábula para trabajar la amistad adjunto a la actividad.

#### **PROCEDIMIENTO**

A principio del proyecto cada uno de los alumnos escogerá una fábula y la llevará al aula y una vez a la semana leeremos una de ellas, primero de manera individual y después entre todos. Se extraerán las ideas principales y trataremos de comprender la situación que aparece así como la manera de proceder de los personajes que aparecen, trabajando también la empatía. Se dialogará y discutirá sobre la enseñanza que trasmite la moraleja y cuál puede ser su uso en la vida diaria.

#### **JUSTIFICACIÓN**

Las fábulas son capaces de contar situaciones cotidianas a través del mundo de la fantasía, en esta actividad nos servirán como forma de trabajo para trabajar la toma de decisiones y promover actitudes críticas que consolidarán la autodeterminación, concepto clave para el desarrollo de la autonomía personal.

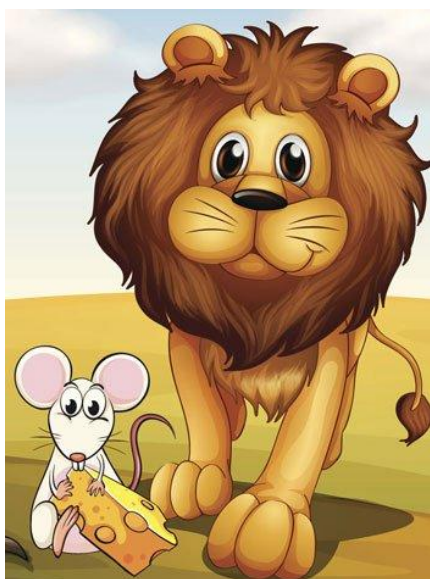
## TEMPORALIZACIÓN

Como hemos comentado en el procedimiento esta actividad se llevará a cabo semanalmente y dependiendo de su repercusión tendrá una duración de un trimestre, podremos alargarlo en el tiempo incorporando lecturas de otros géneros, siempre fijándonos en los comportamientos de los personajes.

## OBSERVACIONES

Se podrán llevar a cabo representaciones, variaciones en las fábulas, trabajar el ejercicio al contrario escogiendo una experiencia de la vida diaria que les haya ocurrido a ellos y escribir una fábula en torno a ella asignándole los personajes adecuados.

### EL LEÓN Y EL RATÓN



Un día un gran león dormitaba bajo el sol cuando un ratoncito pasó corriendo sobre su pata y le despertó. El león estaba a punto de comérselo cuando el ratón gritó:

-Por favor, señor, dejadme marchar. Quizá algún día podré seros útil.

Al león le hizo reír la idea de que un ratón tan pequeño pudiera servirle de ayuda alguna vez. Pero era un animal noble y lo dejó partir.

Poco tiempo después, el león cayó preso en una red. El animal se debatió con furia, pero las cuerdas eran demasiado fuertes. Entonces rugió con toda su potencia. El ratoncito le oyó y corrió hacia donde se encontraba.

-No te muevas león, y yo te libraré. Voy a roer las cuerdas.

El ratón cortó las cuerdas con sus afilados dientecillos y el león pudo escaparse de la red.

-Una vez te reíste de mí- dijo el ratón.- Pensaste que yo era demasiado pequeño para verte de alguna ayuda. Pero ya lo ves, debes la vida a un pequeño y humilde ratoncito.

## **ANEXO 7.**

### *ACTIVIDAD 5: “La caja de las emociones”*

#### **OBJETIVOS ESPECÍFICOS**

- Reconocer y expresar sentimientos propios y ajenos
- Desenvolverse en situaciones cotidianas y conversaciones
- Ayudar a los demás

#### **CONTENIDOS**

- Sentimientos y emociones
- Expresión oral

#### **RECURSOS**

Cajas con carteles de emociones

#### **PROCEDIMIENTO**

Cada día al llegar al aula o después del recreo cada alumno en un papel escribirá cómo se siente hoy, una frase que defina su estado de ánimo. Después las juntaremos todas y se repartirán de manera aleatoria, cada uno expondrá la frase que le ha tocado e intentará definir qué es lo que le puede ocurrir a esa persona y si fuese algo negativo buscar solución al problema, si por el contrario la frase es positiva animaremos a que ese estado de bienestar perdure en el tiempo y se darán consejos sobre cómo mantenerlo y también sobre como reponerse a una situación de estrés o malestar; todo ello se hará de manera anónima teniendo en cuenta que cuesta reconocer las dificultades en uno mismo, sin embargo de esta manera facilitamos la fluidez de la expresión de sentimientos y la solución de los problemas ya que van a ser contados y vistos desde otras perspectivas.



Después de la lectura y comentario de los estados de ánimo de todos los compañeros los depositaremos en unas cajas en las que aparecerán diferentes sentimientos:

- Felicidad
- Tristeza
- Enfado
- Miedo
- Sorpresa
- Otros: vergüenza, estrés, disgusto, aburrimiento, etc.

Esta última parte tiene como objetivo recontar al final del proyecto en cual de estas cajas se encuentra la mayoría de papeles, esperando que los mayoritarios sean los de sentimientos positivos y valorar y reflexionar después sobre saber mantener un equilibrio emocional y sobrellevar las situaciones que nos generan cierta incomodidad.

#### JUSTIFICACIÓN

Con esta actividad a parte de reconocer y comprender sentimientos propios y ajenos se intenta que el alumno gane seguridad en sí mismo escuchando experiencias ajenas y trabajando la empatía poniéndose en el lugar del otro.

#### TEMPORALIZACIÓN

Es una actividad que se realizará cada día, su duración no será siempre la misma ya que las situaciones planteadas algunos días serán más sencillas que otros pero se calcula dedicarla en torno a quince minutos diarios.

## **ANEXO 8.**

### *ACTIVIDAD 6: “Soy responsable”*

#### **OBJETIVOS ESPECÍFICOS**

- Desarrollar la autonomía personal a través de la responsabilidad
- Promover la motivación
- Concienciar de la responsabilidad que conlleva tener un compromiso con el grupo-clase

#### **CONTENIDOS**

- Autonomía personal, relaciones personales
- Expresión oral

#### **RECURSOS**

Se construirá un panel semanal en el que aparezcan las tareas acordadas con los nombres de los alumnos encargados de las mismas. Se puede hacer con tarjetas móviles ya que van a ir rotando.

#### **PROCEDIMIENTO**

A principio de curso se llegará a un acuerdo con los alumnos sobre cuáles son las tareas de la clase que requieren algún tipo de supervisión, como por ejemplo poner la fecha cada mañana, que la clase se encuentre recogida antes de marcharnos a casa, que el material común esté en su sitio después de cada tarea, que exista un moderador para los conflictos que puedan surgir, etc. Tras la elaboración de esta lista de tareas, se asignará un nombre de un alumno aleatorio a cada una de ellas, y estos irán rotando semanalmente de manera que deberán conocer los aspectos y los trabajos que conlleva cada responsabilidad.

#### **JUSTIFICACIÓN**

Los alumnos en edad escolar deben tener responsabilidades tanto en casa como en la escuela, ya que está comprobado que es un aspecto que ayuda sustancialmente al desarrollo de la independencia y la autonomía personal. El hecho de tener un cargo y unas tareas con las que cumplir diariamente implica tener seguridad en uno mismo y

entablar conversaciones con los compañeros, así como en algunos casos emitir órdenes y también acatarlas cuando te encuentras al otro lado. Con esta actividad se pretende establecer en el aula también un clima de respeto y armonía, también aprender a escuchar a nuestros iguales.

#### TEMPORALIZACIÓN

Se llevará a cabo a lo largo de todo el curso académico.

#### OBSERVACIONES

Es una actividad que puede ser modificada en todo momento, siempre que se considere que una de las tareas no es necesaria o surja alguna otra que requiera ser integrada en la lista.

## ANEXO 9.

### ACTIVIDAD 7: "Menú saludable"

#### OBJETIVOS ESPECÍFICOS

- Desarrollo de la autonomía personal trabajando aspectos de la alimentación
- Sensibilizar al alumnado sobre la importancia que tiene llevar una dieta equilibrada

#### CONTENIDOS

- Hábitos saludables: alimentación.
- Operaciones matemáticas

#### RECURSOS

Comidas	Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Sábado	Domingo
Desayuno							
Almuerzo							
Comida							
Merienda							
Cena							

#### PROCEDIMIENTO

Los alumnos formarán un total de siete grupos, compuestos por tres o cuatro personas y a cada uno se le asignará un día de la semana, tendrán que elaborar un menú diario ajustando cada una de las cinco comidas teniendo en cuenta las calorías diarias recomendadas. Después se pondrán todos en común y construiremos la semana completa analizando si es adecuada o no y si se corresponde con una dieta saludable y equilibrada, en la que aparezcan todo tipo de alimentos.

#### JUSTIFICACIÓN

El tema de la alimentación es clave durante la etapa de Educación Primaria y por ello es necesario tratarlo en el aula, y más teniendo en cuenta el aumento de casos de obesidad en las primeras etapas debido a una mala alimentación combinado con la falta

de ejercicio. Por ello es importante concienciar tanto a los alumnos como a las familias de la importancia que tiene llevar una dieta equilibrada, y quizá si son ellos los encargados de confeccionar su propio menú consigamos que lo trasladen a sus casas para seguirlo.

#### TEMPORALIZACIÓN

Se le dedicará a esta actividad una hora a la semana, de tal manera que todas las semanas se elaborará entre todos un menú semanal, hasta llegar a tener uno mensual.

#### OBSERVACIONES

Se podrá incorporar al menú la realización de diferentes actividades físicas en relación con la ingesta de alimentos.

## **ANEXO 10.**

### *ACTIVIDAD 8: “Un supermercado en el aula”*

#### **OBJETIVOS ESPECÍFICOS**

- Desarrollar la autonomía personal a través de la moneda Euro.

#### **CONTENIDOS**

- Autonomía personal
- Habilidades de la vida diaria
- Moneda: el Euro
- Operaciones matemáticas

#### **RECURSOS**

Serán necesarios envases de alimentos y objetos de compra de todo tipo, así como monedas y billetes impresos.

#### **PROCEDIMIENTO**

Haremos a principio de curso una recopilación de envases de alimentos, objetos como bolígrafos gastados o alguna prenda que ya no utilicemos; entre todos las pondremos un precio estimado y etiquetaremos. Prepararemos un lugar de la clase para construir nuestro propio supermercado en el que el vendedor irá rotando diariamente y haremos operaciones con los cambios al pagar los productos. De vez en cuando se propondrán retos de tipo tienes tanto dinero para comprar la comida para una familia de cuatro miembros ¿Qué puedes comprar saludable y económico?

#### **JUSTIFICACIÓN**

El conocimiento de la moneda y el saber administrarlo son destrezas claves para desenvolverse en la vida diaria, implica capacidad crítica y cognitiva pero también cierta responsabilidad.

#### **TEMPORALIZACIÓN**

Es una actividad que la podremos utilizar en los tiempos que algunos alumnos se queden desocupados, es decir, no tendrá una hora dedicada exclusivamente a no ser que

nos pueda servir como complemento o ayuda para otra práctica, sino que será un espacio “lúdico”.