



Facultad de educación de Palencia

UNIVERSIDAD DE VALLADOLID

EL LANZAMIENTO DE DISCO “FRISBEE”, UNA UNIDAD DIDÁCTICA PARA EL AUTISMO DENTRO DE LA EDUCACIÓN FÍSICA ESCOLAR

TRABAJO FIN DE GRADO

GRADO EN EDUCACIÓN PRIMARIA/MENCIÓN EN EDUCACIÓN FÍSICA

AUTOR: DAVID SÁNCHEZ YUSTOS

TUTOR: LUCIO MARTÍNEZ ÁLVAREZ

PALENCIA, 2018

Resumen

Este trabajo se ha llevado a cabo tras una experiencia educativa en un Centro Público de Educación Infantil y Primaria de Palencia, donde pude realicé varias actividades físicas con un niño con Trastorno del Espectro Autista, dándole la educación necesaria sin que este se sintiese discriminado o diferente a los demás.

Tras unos análisis previos de las primeras clases, así como un informe por parte del tutor, pude realizar la Unidad Didáctica “*Frisbee, El Disco Volador*” añadiendo en ella alguna pequeña modificación para niños con TEA.

Lo que pretendo con este trabajo, es favorecer una serie de mejoras dentro de la Educación Física Escolar, ayudando en la labor docente a educar de una mejor manera aspectos sociales y psicomotrices dentro del Trastorno del Espectro Autista.

Palabras clave

Trastorno del Espectro Autista, Educación Física Escolar, Actividades físicas, Metodología, Unidad Didáctica, Frisbee - Disco Volador.

Abstract

This work has been carried out after a educational experience in a Public Center for Early Childhood and Primary Education in Palencia, where I did several physical activities with a child with Autism Spectrum Disorder, giving him the necessary education without feeling discriminated or different to the other classmates.

After previous analyzes of the first classes, as well as a report by the tutor, I could make the didactic Unit, “*Frisbee, The Flying Disc* ”adding in it Some small

modification for children with ASD.

What I intend with this work, is to favor improvements within the School Physical Education, helping as a teacher to better educate social and psychomotor aspects of Autism Spectrum Disorder.

Key words

Autism spectrum disorder, school physical education, Physical activities, Methodology, Didactic Unit, Frisbee - Flying Disc.

ÍNDICE

Resumen / Palabras clave / Abstract / Key words	2
ÍNDICE	4
0. INTRODUCCIÓN	5
1. JUSTIFICACIÓN	6
2. OBJETIVOS	8
3. FUNDAMENTACIÓN TEÓRICA	10
3.1. CONCEPTUALIZACIÓN DEL TRASTORNO CON ESPECTRO AUTISTA	10
3.2. INTEGRACIÓN DEL TRASTORNO DEL ESPECTRO AUTISTA EN LAS AULAS DE EDUCACIÓN PRIMARIA	11
4. METODOLOGÍA	14
5. PRESENTACIÓN DE DATOS O DE LA PROPUESTA	16
5.1. PLANTEAMIENTO DE LA PROPUESTA	16
5.2. UNIDAD DIDÁCTICA EL “FRISBEE” LANZAMIENTO DE DISCO (ADAPTACIÓN PARA UN NIÑO CON AUTISMO)	19
6. CONCLUSIONES	30
7. BIBLIOGRAFÍA	31
8. ANEXOS	34

0. INTRODUCCIÓN

Muchas veces pasamos por alto las necesidades de nuestros alumnos; ni tan siquiera nos paramos a pensar por que no progresan o aprenden en las clases de educación física.

Tras cuatro años cursando la especialidad de educación física dentro la etapa de la educación primaria y multitud de asignaturas en las que destaco Potencial Educativo de lo Corporal, Educación Física Escolar o atención a la diversidad, la idea de crear este Trabajo Fin de Grado empezó tras cursar el practicum I, y con las ganas de progresar en mi rama educativa con el practicum II.

Fue en ese tiempo, donde los caminos de un niño con un tipo de Trastorno del Espectro Autista y el mío se cruzaron. Había trabajado con más personas con alguna discapacidad en el practicum I, e incluso había realizado un curso de monitor para niños con educación especial, pero este trabajo fue para mí un nuevo reto.

Gracias a la Asociación Autismo Palencia, pude conocer más a fondo las necesidades educativas especiales de estos niños. Ese intercambio, me ayudó a crear distintos objetivos para que los niños con Trastorno del Espectro Autista, puedan progresar y aprender en las aulas de primaria, a la vez que conocen otros aspectos básicos en la educación como las habilidades motrices y habilidades sociales. Todas estas características hacen que el juego sea una de las actividades donde el niño además de aprender se divierte, creando su espacio.

Para llevar a cabo estas premisas, primero realizaremos un análisis que nos hizo conocer qué es el Autismo y cómo tiene que ser la integración para la etapa de Educación Primaria, para luego más tarde diseñar una programación didáctica de carácter general sobre el frisbee para luego adaptarla a nuestro alumno.

1. JUSTIFICACIÓN

La diversidad escolar no tiene por qué ser un problema dentro de nuestra labor docente, sino que tiene que tener de alguna manera una pequeña adaptación o modificación en las actividades, para que las personas no se sientan diferentes, o en muchos casos excluidas de lo que es una educación obligatoria.

Dentro de la diversidad, podemos ver cómo la escuela acoge a niños y niñas con Trastorno del Espectro Autista y, por lo tanto, los docentes de Educación Física deben conocer más sobre las características de quienes lo tienen y las actuaciones que pueden hacer.

Con este trabajo pretendo mostrar cómo podemos realizar dentro de las diferentes actividades físicas escolares, pequeñas adaptaciones que hagan que los niños y niñas con Trastorno del Espectro Autista (TEA) puedan participar y obtener una educación plena.

En los últimos años, son muchos los casos detectados en España sobre algún tipo de Trastorno del Espectro Autista. Esta discapacidad aparece generalmente en los niños y niñas más pequeños, un momento clave en la educación, lo cual tiene que ser importantísima nuestra labor para que estos niños no pierdan el ritmo y puedan aprovechar todo el tiempo dentro del horario escolar.

Por las cosas anteriormente mencionadas, me pareció realmente interesante realizar este trabajo sobre el TEA, con el objetivo de favorecer a los niños y niñas de este colectivo una mejor educación.

Mi punto de partida para decidir realizar sobre este tema mi TFG fue la existencia de un niño en mi Practicum II. Desde el primer día me tocó vivir de una manera muy especial un caso de TEA, por lo que primero me informé y me documenté a través del tutor y la

Asociación Autismo Palencia, para luego poder tratar de una manera más profesional y personal a esta persona, sin que él se sintiese excluido o diferente a los demás compañeros.

Por eso este TFG lo que pretende es ayudar a los maestros que se encuentren en un futuro un caso como el mío, para que ellos puedan tratar de una forma especial este trastorno y ofrezcan a sus alumnos una educación plena, donde todos aprendan y se diviertan sin que nadie quede discriminado por ser “diferente”.

2. OBJETIVOS

- Conocer las diferentes características del Trastorno del Espectro Autista dentro de la educación.
- Conocer el Trastorno del Espectro Autista, para poder ponerlo en práctica en un futuro dentro de mis clases y/o proyectos.
- Facilitar a las personas con TEA diferentes actividades físicas para mejorar su educación dentro de los centros escolares.
- Proporcionar diferentes técnicas de cómo tratar a las personas con TEA dentro de las aulas escolares.
- Demostrar de manera práctica una Unidad Didáctica sobre el disco volador.
- Crecer profesionalmente a través de la elaboración del TFG, para saber documentarme y así poder redactar una propuesta educativa que me sirva en un futuro para mi labor profesional.

3. FUNDAMENTACIÓN TEÓRICA

3.1. CONCEPTUALIZACIÓN DEL TRASTORNO CON ESPECTRO AUTISTA

Desde que el Trastorno del Espectro Autista fue descubierto en 1943 por el psiquiatra austriaco Leo Kanner y Hans Asperger en 1994, han sido muchos los autores que han debatido sobre cómo tratarlo desde diferentes ramas como la medicina o la psicología. En mi caso intentaré tratarlo y explicarlo desde la educación (Villalba Urbaneja, 2015).

En la actualidad existen muchos casos de personas que padecen este tipo de trastorno a una edad muy temprana como puede ser el primer año de vida. Tras este descubrimiento se confirmó que el autismo no tiene cura, y que acompañará al niño durante toda su vida (Biasatti, 2007).

Una de las principales características del autismo no es que no sean cariñosos o tengan un trastorno en el desarrollo mental, sino que estos niños lo que sufren son los cambios en sus rutinas, o poseen una estructura mental que les inquieta cuando sufren algún cambio inesperado (Biasatti, 2007).

“Es importante entrar a valorar las características existentes entre el síndrome de Asperger y el autismo, pues ambos pertenecen a los Trastornos del Espectro Autista, pero existe una clara diferenciación de sintomatologías entre los mismos” (Villalba Urbaneja, 2015, página 14).

	AUTISMO	SINDROME DE ASPERGER
COEFICIENTE INTELLECTUAL	Generalmente por debajo de lo normal.	Generalmente por encima de lo normal.
DIAGNOSTICO	Antes de los 3 años de edad.	Después de los 3 años de edad.
APARICIÓN DE LENGUAJE	Caracterizado por un notable retraso en su aparición.	Acorde con la edad biológica establecida.

RELACIONES SOCIALES	Presentan un desinterés en términos generales por las mismas.	Presentan un interés general por las mismas, aunque en la mayoría de los casos no sepan gestionarlas.
INTERÉS OBSESIVO	Pueden sentir interés o dominar una técnica en concreto, pero sin llegar a un estadio obsesivo por la misma.	Caracterizados por interés obsesivos de alto nivel.
GRAMÁTICA Y VOCABULARIO	Limitados.	Por encima del promedio llegando a tener un dominio por encima de edad cronológica.
DESARROLLO FISICO	Normalizado.	Presentan una serie de torpezas motrices.
EL DIAGNÓSTICO SE HACE...	A partir de una edad de media de 5,5 años de edad (pudiendo ser antes).	A partir de una edad media 11,3 años de edad. (Pudiendo ser antes).
DETECCIÓN POR PARTE DE LA FAMILIA	Alrededor de los 18 meses.	Alrededor de los 2,5 años.
PRINCIPALES LIMITACIONES	Retardados en el lenguaje.	Problemas de lenguaje o en socialización o conducta.

3.2. INTEGRACIÓN DEL TRASTORNO DEL ESPECTRO AUTISTA EN LAS AULAS DE EDUCACIÓN PRIMARIA

Con este trabajo pretendo promover la integración del autismo en las aulas de Educación Primaria; es decir, educar juntos a niños y jóvenes con y sin discapacidad. El proceso de integración debe ser un elemento dinamizador, que cambie la forma de enseñar para todos (Biasatti, 2007).

Tras una primera entrevista con la asociación autismo Palencia, lo que más me recalcaron fueron las seis técnicas claves que como docentes debemos de hacer para

ayudar de alguna manera a los estudiantes con algún tipo de Trastorno del Espectro Autista, estos consejos previos fueron:

1. Evitar la sobrecarga sensorial.
2. Usar apoyos visuales.
3. Ser predecible.
4. Mantener un lenguaje concreto.
5. Enseñar directamente habilidades sociales.
6. Tratar a los estudiantes como individuos.

Además de esto en las primeras fases debemos cuidar mucho los procesos de aprendizaje del niño, siguiendo una serie de normas (Crespo Cuadrado, 2001).

- Asegurar la motivación.
- Presentar las tareas de forma clara y ordenada, y solo cuando el niño atienda.
- Realizar tareas con aprendizajes previamente adquiridos, los cuales se adapten a sus capacidades y a su evolución.
- Utilizar procedimientos de ayuda.
- Proporcionar reforzadores inmediatamente después de la actividad.

Para conseguir nuestro objetivo, debemos tener en cuenta tanto los factores del niño, como los factores del centro educativo; muchas veces nos centramos solo en cambiar o modificar una parte, olvidando la otra por completo (Crespo Cuadrado, 2001).

FACTORES DEL NIÑO	FACTORES DEL CENTRO EDUCATIVO
Capacidad intelectual.	Tamaño de los centros y números de alumnos.
Nivel comunicativo y lingüístico.	Estructuración del centro.
Alteraciones de conducta.	Compromiso por parte de los docentes.
Grado de inflexibilidad cognitiva y	Existencia de distintos profesionales como

comportamental.	psicopedagogo, logopeda, etc.
Nivel de desarrollo social.	Relación con la familia y comunidad.

Por eso, en la actualidad muchos programas de intervención constan de cuatro componentes fundamentales que hacen que la integración sea realmente útil.

- Necesidad de enseñarles y motivarlos a actuar comunicativamente en el medio social en el que viven y se desarrollan.
- Necesidad de enseñarles a responder a contextos estimulares complejos.
- Tener en cuenta las características de desarrollo y el grado de afectación de cada persona para adecuar el programa de enseñanza.
- Considerar que el objetivo último de la educación es prepararles para la vida en la comunidad (Crespo Cuadrado, 2001).

En la rama de la Educación Física debemos tener muy en cuenta tanto nuestro propio trabajo como las características de los deportes para ofrecer a este colectivo una mejor educación. (Biasatti, 2007).

Para poder intervenir, indudablemente lo fundamental es identificar las necesidades del alumno. Los docentes tenemos muchas herramientas, pero también contamos con diferentes experiencias que se repiten erróneamente y en muchos casos no sabemos cómo actuar; esto puede ser por que los alumnos con TEA nos llamen la atención, por la dificultad que estos tienen a las afectaciones personales o incluso a la hora de compartir el diferente material con los demás compañeros; también nos puede llamar la atención que un niño con esta patología no se gire cuando se le llama por su nombre o parezca que en ocasiones no nos hace caso. Por el contrario si juega con un objeto, es posible que este quiera quedárselo, dirigir la clase o hacer el mismo juego una y otra vez, le costará preguntar y puede que en muchos casos reacciona con rabia o incluso lo contrario, que no muestre emoción alguna al supuestamente divertirse. (Merino, 2016).

4. METODOLOGÍA

El pasado mes de mayo de 2017, después de varias semanas de observación mientras cursaba el practicum II como tutor/especialista de Educación Física del 4º curso de Educación Primaria en un Colegio Público de Palencia, pude conocer mucho más a fondo las características de este grupo, así como las características especiales de un niño con Trastorno del Espectro Autista. Esto me hizo pensar y reflexionar qué podía diseñar para este Trabajo Fin de Grado una Unidad Didáctica de carácter general sobre el “Frisbee” El lanzamiento de disco, adaptandola de algún modo para este alumno con TEA.

De esta manera, podría ofrecerle una mejor educación, sin que este se sintiese discriminado; para ello me informé de cómo poder tratar esas diferentes características dentro de un aula escolar, y que este niño tuviese la oportunidad de aprender y de divertirse igual que los demás.

Aprovechando que hoy en día tenemos muchas fuentes tanto de información como de formación para obtener de alguna manera ideas o recursos con los que poder trabajar dentro del aula, mi primera opción para realizar un trabajo fundamentado en la experiencia, fue la visita que realice a la asociación autismo Palencia, allí me enseñaron las distintas técnicas o consejos para poner en práctica dentro de la clase, y ayudar de algún modo al niño con autismo. También tuve la oportunidad de conocer a la familia tras una entrevista con la madre, donde la expuse mi caso y dije que si podía realizar la próxima Unidad Didáctica tratando el caso de su hijo, el cual no lo iba a notar nada, pero nosotros como docentes ibamos a ver las diferencias que había enseñando de una manera más normal con un caso de TEA o atendendolo de primera mano.

Con estas dos entrevistas, pude conocer mejor el caso particular de este niño, el cual no tiene un tipo muy alto de Trastorno del Espectro Autista, ya que puede seguir la clase

casi con normalidad, su mayor problema es la afectación hacia los demás compañeros de la clase, ya que solo suele relacionarse con un niño tanto dentro como fuera del aula, además de realizar gestos de aleteo esporádicamente con las manos.

Tras este tiempo recogiendo todo estos datos, finalmente me reuní con mi tutor en el colegio, para explicarle todo lo que había conocido y obtenido tras las diferentes entrevistas con el entorno del niño; le expliqué que mi deseo sería realizar la próxima Unidad Didáctica con las diferentes adaptaciones para que el niño con Trastorno del Espectro Autista pudiese aprender y progresar dentro del aula junto a sus compañeros.

Con todos los datos encima de la mesa, mi tutor y yo nos pusimos manos a la obra y diseñamos una unidad didáctica sobre el frisbee con cinco sesiones, donde el alumno fuese poco a poco en cada sesión progresando y aprendiendo, a la vez que iba perdiendo los diferentes miedos a las relaciones personales.

Este trabajo de preparación duró tres semanas, donde aprovechamos tiempos libres y recreos para diseñar esta unidad didáctica.

Un punto clave en la elaboración de este trabajo , además de los datos obtenidos en las entrevistas, fueron los datos que recogimos mediante la observación los días previos a la unidad didáctica, estos datos nos hicieron ver y conocer de una manera más específica los distintos gustos, y así poderlos adaptar de algún modo a nuestro trabajo.

5. PRESENTACIÓN DE DATOS O DE LA PROPUESTA

5.1. PLANTEAMIENTO DE LA PROPUESTA

Para las personas con algún tipo de Trastorno del Espectro Autista, hay que tener muy en cuenta la estructuración de las sesiones, quedando bien diferenciadas las partes de cada sesión.

En mi caso, cada sesión constará de 3 partes fundamentales:

Una primera parte inicial, donde comenzará en el aula y terminará en el gimnasio tras unos ejercicios de calentamiento de las diferentes partes que vamos a utilizar y un breve juego que nos haga subir las pulsaciones para evitar las posibles lesiones.

La segunda parte tiene que ser la más importante de la sesión, ya que es aquí donde el alumno va a adquirir los diferentes conocimientos, por lo que tenemos que cuidar muy bien cada detalle y aplicar las adaptaciones propuestas.

Finalmente nos encontramos con la última parte de la sesión, la fase final; esta nos tiene que permitir absorber y retener los diferentes conocimientos que hemos obtenido con algun juego que nos haga intercambiar nuestras opiniones, así como la vuelta a la calma para poder seguir con el horario escolar.

Es muy importante para los alumnos con algún tipo de Trastorno del Espectro Autista, enseñar las distintas reglas y normas de una en una, para conseguir una mejor implicación y favorecer de algún modo el aprendizaje del niño. Para ello es necesaria la utilización de distintas técnicas de modificación de conducta:

- Segmentar los pequeños pasos del aprendizaje para dar apoyos en todos ellos.

- Tener un control a través de una ficha tanto de lo planificado, como de lo aprendido.
- Estimular la probabilidad de volver a realizar una conducta en el futuro.
- Evitar la extinción de cualquier conducta empleando diferentes reforzadores.
- Promover que el aprendizaje se lleve a cabo a partir de los conocimientos previos.
- Representar e imitar las actividades que realicen los demás compañeros.

Además de estas técnicas es importante saber que las personas con algún tipo de Trastorno del Espectro Autista, necesitan estructuración de los espacios, materiales y tareas. Es importante utilizar explicaciones breves, concretas y explícitas, así como indicadores visuales o auditivos, así como las consignas individuales de la información importante (pactos, contratos, etc).

Para ello es muy importante tener en cuenta una serie de aspectos dentro de las personas con algún tipo de Trastorno del Espectro Autista como:

- El bienestar emocional.
- Promover la autonomía personal.
- Desarrollar destrezas cognitivas, trabajando a partir de la estimulación sensorial.
- Diseñar un ambiente estructurado.
- Trabajar diferentes estrategias como la imitación.
- Poner en práctica visual diferentes explicaciones y ejemplos.

Además en el área de Educación Física, debemos de conseguir trabajar las habilidades sociales a través de:

- La interacción directa entre sí.
- Incentivar el espíritu de cooperación y compañerismo para la realización de las actividades grupales.

Con todo esto, lo que los maestros conseguimos es mejorar el entorno social y físico de

los alumnos con TEA, además de mejorar la calidad de vida desde los sentidos y aumentar su autonomía dentro de la clase.

5.2. UNIDAD DIDÁCTICA EL “FRISBEE” LANZAMIENTO DE DISCO (ADAPTACIÓN PARA UN NIÑO CON AUTISMO)

1. CONOCEMOS EL MATERIAL		
<p><u>OBJETIVO DE LA SESIÓN:</u></p> <p>Conocer las diferentes partes del frisbee.</p> <p>Conocer las distintas formas de agarre, lanzamientos y recepciones.</p> <p>Participar activamente en las actividades mostrando una buena actitud y disposición.</p>		
<p><u>CONTENIDOS</u></p> <p><u>CONCEPTUALES:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - Conocimiento del agarre y lanzamiento básico y la recepción con una o dos manos. 	<p><u>CONTENIDOS</u></p> <p><u>PROCEDIMENTALES:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - Agarre básico del disco. - Lanzamiento del disco con la mano dominante. - Recepción del disco con una o dos manos. 	<p><u>CONTENIDOS</u></p> <p><u>ACTITUDINALES:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - Participación e interés durante las actividades propuestas. - Respeto al material y a los compañeros.
<p><u>MATERIALES Y ESPACIOS:</u></p> <p>1 frisbee por cada alumno, 1 aro por cada alumno.</p>		
<p><u>FASE INICIAL:</u></p> <p>Antes de comenzar la clase, es muy importante para el niño con TEA decir qué necesitamos llevar al gimnasio (playeras de recambio, botella de agua y toalla), luego diremos la estructura de las diferentes actividades que vamos a hacer y el tiempo más o menos que nos va a llevar.</p> <p>Una vez en el gimnasio, realizaremos un pequeño calentamiento con diferentes actividades de movilidad articular del tren superior, centrándonos en los hombros, codos y muñecas.</p> <p>Luego antes de entregar el material, realizaremos el juego “Stop”, donde dos alumnos previamente se la quedaran e intentarán pillar al resto de compañeros, los alumnos pueden correr para no ser pillados o decir la palabra “stop” y poner con los brazos y las piernas abiertas para que otro compañero pueda salvarle pasando por debajo de sus piernas. Si un alumno es pillado, este pasará a ayudar a su nuevo equipo e intentar pillar a los demás compañeros.</p>		

FASE PRINCIPAL:

Se entregará un frisbee por cada alumno y se les explicará todas sus partes, además de la forma de cogerlo, lanzarlo y recibirlo.

Una vez entregado y explicado el material lanzarán libremente el frisbee al aire con cuidado de no hacerse daño y no hacer daño a los demás. Segun vayan progresando los niños se les entregará un aro a cada uno, estos tienen que intentar dejar el frisbee dentro del aro aumentando poco a poco la distancia a la vez que se aumenta la dificultad.

Por último se pondrán en parejas según diga el profesor (atendiendo al niño con TEA, al cual le pondremos en primer lugar con su mejor amigo) y tendrán que intercambiarse los frisbees entre ellos aumentando poco a poco la distancia y la dificultad.

FASE FINAL:

Tumbados en forma de estrella en el suelo y con los ojos cerrados, deberán de mover lentamente las muñecas, codos y hombros.

Finalmente daremos un frisbee al niño con TEA, este tiene que decir algo que le ha gustado de la clase de hoy y algo que no le haya gustado; una vez dicho pasará el disco al compañero de la derecha el cual dirá otras dos cosas, así sucesivamente hasta que el frisbee vuelva al niño con TEA.

2. TÉCNICAS BÁSICAS DE AGARRE Y LANZAMIENTOS

OBJETIVOS DE LA SESIÓN:

Experimentar los diferentes tipos de agarre: en uve, de pulgar, invertido, normal y del revés.

Experimentar los diferentes tipos de lanzamientos: normal, revés e invertido.

Mejorar el control y dominio del disco.

Participación activa en las actividades mostrando una buena actitud y disposición.

CONTENIDOS

CONCEPTUALES:

- Conocimiento de los agarres: en uve, de pulgar, invertido y en pinza.

-Conocimiento del lanzamiento: del revés y por lo alto.

- La técnica como medio para mejorar los juegos y rendimiento en las actividades.

CONTENIDOS

PROCEDIMENTALES:

- Lanzamiento con la mano hábil de forma normal, de revés e invertido.

- La puntería y la coordinación a la hora de aplicarlos a determinadas actividades que requieran de ello.

CONTENIDOS

ACTITUDINALES:

- Participación, interés e implicación en las actividades propuestas.

- Respeto por los compañeros y por las normas del juego.

MATERIALES Y ESPACIOS:

1 frisbee,, 1 hoja de control y 1 aro por cada dos alumnos, 52 conos y 1 disco blando.

FASE INICIAL:

Como en el primer día, antes de comenzar la clase, es muy importante para el niño con TEA decir qué necesitamos llevar al gimnasio (playeras de recambio, botella de agua y toalla), y explicar cómo va a ser la estructura de la clase, con las diferentes actividades que vamos a hacer y el tiempo más o menos que nos va a llevar.

Una vez en el gimnasio, realizaremos un pequeño calentamiento con diferentes actividades de movilidad articular del tren superior, centrándonos en los hombros, codos y muñecas. A partir de hoy, cada día un alumno realizará el calentamiento inicial; para este primer calentamiento, elegiremos al amigo del niño con TEA, de esta manera, nuestro alumno con TEA no tendrá vergüenza en realizar las actividades y aprenderá como se realiza un calentamiento a través de la imitación.

Por último, antes de entregar el material, realizaremos el juego de las estatuas, donde el responsable de hoy será el encargado de quedarsela, y tras contar 10 segundos mirando a la pared, se dará la vuelta y

verá que compañeros están en movimiento, quedandose la a partir de ese momento junto a él.

FASE PRINCIPAL:

Primero antes de entregar el material explicaremos los cinco tipos de agarre (Uve, Pulgar, Invertido, Normal y del Revés) y los tres tipos de lanzamientos (Normal, del Revés e Invertido). A continuación les diremos que se agrupen por parejas libremente y entregaremos 1 frisbee y 1 hoja por cada pareja; en la hoja deben apuntar cuantos pases han dado con cada estilo de lanzamiento y cual ha sido el tipo de agarre utilizado; en este ejercicio la recepción será libre.

Una vez realizado este ejercicio, limitaremos el espacio de la recepción, los alumnos tendrán que moverse por un espacio rectangular (8m X 3m) delimitado por 4 conos, durante este ejercicio tendrán que rellenar la segunda columna de la tabla, viendo que cuando el espacio es más reducido, la dificultad es mayor.

Superado estos dos ejercicios se les entregará a cada pareja 1 aro, ellos alternativamente deberán de introducir el frisbee dentro del aro situado a 10 m de distancia, anotando los resultados obtenidos en la tercera columna de la hoja de control.

Finalmente deberán sumar los puntos obtenidos. El resultado de la primera columna se multiplicará por 2, en la segunda columna el resultado se multiplicará por 4 y en la tercera columna el resultado se multiplicará por 6; sumando los tres resultados obtenidos y animándolos en la cuarta columna, el cual será el resultado final y que nos servirá para tener una primera evaluación de la UD.

FASE FINAL:

Sentados con las piernas y los brazos estiradas, mientras contraemos la parte baja del estomago y con los ojos cerrados iremos diciendo una cosa buena y una cosa mala de la clase de hoy según el profesor nos toque la cabeza.

Finalmente nos cambiaremos y volveremos al aula.

3. TÉCNICAS DE RECUPERACIÓN DEL MATERIAL

OBJETIVO DE LA SESIÓN:

Experimentar la recepción del disco.
Mejorar el control y dominio del disco volador.
Participar activamente en los juegos y actividades propuestas.

CONTENIDOS

CONCEPTUALES:

-Conocer la forma de recepcionar el disco.

-Desarrollo de actividades lúdicas no competitivas que motiven la cooperación.

CONTENIDOS

PROCEDIMENTALES:

-Recepción del disco en las diferentes actividades propuestas.

CONTENIDOS

ACTITUDINALES:

-Participación, interés e implicación en las actividades propuestas.

- Respeto por los compañeros y por las normas del juego.

MATERIALES Y ESPACIOS:

26 Frisbees.

FASE INICIAL:

Como viene siendo habitual, vamos a decir qué necesitamos llevar al gimnasio (playeras de recambio, botella de agua y toalla), y explicar cómo va a ser la estructura de la clase, con las diferentes actividades que vamos a hacer y el tiempo más o menos que nos va a llevar cada una.

Una vez en el gimnasio, realizaremos un pequeño calentamiento con diferentes actividades de movilidad articular del tren superior, centrándonos en los hombros, codos y muñecas. Para este segundo calentamiento dirigido, elegiremos al niño con TEA, ya tiene la idea de como se hace tras una primera experiencia por parte de su amigo, por lo que le ayudaremos a través de esta responsabilidad a coger mucha más confianza.

Por último, antes de entregar el material, realizaremos el juego del pañuelito, pero en este caso con un disco. Dividiremos la clase en dos mitades y a cada uno le asignaremos un número, de tal manera que ese mismo número le tenga otro compañero del lado de enfrente; el niño con TEA se la quedara y tendrá que decir un número, de modo que los dos alumnos que lo tengan tendran que luchar por el disco. Este juego lo iremos complicando, sacando el número tras una operación matemática (suma, resta o multiplicación) el equipo que consiga llevar el disco más veces a su lado será el equipo ganador.

FASE PRINCIPAL:

Primero antes de entregar el material explicaremos como recepcionamos un disco, de tal manera que no nos hagamos daño y no hagamos daño al resto de compañeros..

A continuación pasamos a realizar la primera actividad, pasaremos el disco libremente intentando que este no se caiga al suelo, cada alumno tiene 10 vidas y cada vez que a un alumno se le caiga al suelo, se le quitará 1 vida. Tras varios minutos pararemos el juego y veremos que alumno de cada pareja tiene menos vidas, ellos formaran un equipo y los que han conservado más vidas formaran otro.

Esta división nos va servir para jugar al siguiente juego “La araña” los alumnos que han tenido menos vidas tras el primer ejercicio se colocaran en el medio, mientras que los que han conseguido conservar más vidas se dividirán en dos equipos equipos iguales, un equipo conservará los discos poniéndose a la derecha de los compañeros que se la quedan, mientras que la otra mitad se pondrá a la izquierda sin los discos, los que tienen el disco debe de intentar pasar al otro lado el disco, de tal manera que este no sea capturado por un rival o se caiga al suelo, si ocurre alguna de las dos cosas el jugador pasará a quedarsela, así hasta que tengamos un ganador.

FASE FINAL:

Para finalizar jugaremos a un último juego, el alumno con TEA comenzará con el disco en la mano y tendrá que decir una cosa buena y una cosa mala de la clase, y rápidamente lanzar el disco al aire diciendo el nombre de un compañero, el cual debe de cogerle antes de que este caiga al suelo. Los alumnos que hayan hablado se irán sentando en el suelo escuchando a los demás compañeros
Finalmente nos cambiaremos y volveremos al aula.

4. COMPETICIÓN SOBRE LAS HABILIDADES ADQUIRIDAS

OBJETIVO DE LA SESIÓN:

Realizar competiciones con juegos individuales para que los alumnos puedan disfrutar de los aprendizajes conseguidos de forma recreativa y comprueben sus posibilidades para ocupar su tiempo de ocio.

Poner en práctica todas las habilidades motrices trabajadas en la realización de los juegos.

Conocer y respetar las normas de seguridad para los juegos colectivos reglados.

Participar activamente en los juegos y actividades propuestas.

CONTENIDOS

CONCEPTUALES:

- Los juegos individuales como medio de disfrute.
- Las habilidades motrices específicas como forma de mejorar los lanzamientos y recepciones y como medio para lograr la victoria en los juegos colectivos.

CONTENIDOS

PROCEDIMENTALES:

- Experimentación y utilización de las habilidades motrices necesarias en diferentes situaciones y formas de juego.
- Exploración y utilización de sus potencialidades de esfuerzo y trabajo físico, en función de su desarrollo.
- Aplicación de las normas y reglas en los juegos colectivos.

CONTENIDOS

ACTITUDINALES:

- Participación, interés e implicación en las actividades propuestas.
- Respeto por los compañeros y por las normas del juego.
- Valoración del juego como medio para mejorar sus habilidades motrices, su relación con los demás y como elemento de diversión.

MATERIALES Y ESPACIOS:

26 Frisbees, 1 cronómetro y 1 cinta métrica.

FASE INICIAL:

De nuevo, antes de ir al gimnasio, vamos a decir qué necesitamos llevar (playeras de recambio, botella de agua y toalla), y explicar como va a ser la estructura de la clase, con las diferentes actividades que vamos a hacer y el tiempo más o menos que nos va a llevar.

Una vez en el gimnasio, realizaremos un pequeño calentamiento con diferentes actividades de movilidad articular del tren superior, centrándonos en los hombros, codos y muñecas. Para este tercer calentamiento dirigido, elegiremos al número de alumno, que coincida con el día de hoy , de esta

manera ningún alumno notará que en las sesiones 2 y 3 los alumnos fueron elegidos. Este alumno, además de realizar el calentamiento, elegirá para terminar un juego donde el objeto principal sea el frisbee.

FASE PRINCIPAL:

Antes de comenzar esta fase, repetiremos de nuevo los seis juegos que vamos a hacer en la competición, pero sobretodo recalca caremos la norma principal de cualquier deporte, “No hacerse daño y no hacer daño”.

La competición constará de diferentes pruebas y retos para que los alumnos practiquen todo lo aprendido y además lleven a cabo una autoevaluación de sus resultados, así como de los aspectos que deben mejorar.

Dividiremos a la clase en 4 grupos de 4 personas y 2 grupos de 5 personas; cada uno de los cuales se dirigirá a una de las siguientes estaciones. A la señal del profesor los grupos rotarán y pasarán a la siguiente prueba.

Concurso de distancia. Combinación fuerza y técnica, los mejores jugadores pueden lanzarlo fácilmente a más de 13 metros.

Concurso de máximo tiempo en el aire. Los jugadores lo arrojan al aire y reciben el vuelo de retorno con una mano. Una buena técnica y conocimiento del viento permite unos tiempos de 12 segundos.

Concurso de exactitud. Los jugadores hacen 28 lanzamientos a un blanco cuadrado de 5x5, desde varios ángulos y distancias.

Concurso de lanzamiento, recorrido y captura: Cortando el viento en ángulo, los jugadores pueden recuperar sus propios lanzamientos a casi 10 metros del lugar de lanzamiento.

Concurso juego doble de disco: Es un juego en el que se utilizan dos discos al mismo tiempo. De lo que se trata es de que los dos discos no estén en el terreno de juego al mismo tiempo.

Discathon: Los jugadores lanzan los discos y dan vueltas corriendo en un terreno de juego de un kilómetro.

FASE FINAL:

Tumbados en forma de estrella en el suelo y con los ojos cerrados, deberán de mover lentamente las muñecas, codos y hombros.

Finalmente nos cambiaremos y volveremos al aula.

5. INICIACIÓN AL JUEGO DEL ULTIMATE

OBJETIVO DE LA SESIÓN:

- Practicar juegos que faciliten la aplicación de los aprendizajes adquiridos.
- Conocer algunos juegos colectivos de frisbee reglados: el Ultimate.
- Conocer y respetar las normas de seguridad para los juegos colectivos reglados.
- Poner en práctica las habilidades motrices específicas en las diferentes tareas.
- Participar activamente en los juegos y actividades propuestas.

CONTENIDOS

CONCEPTUALES:

- Las normas de los juegos colectivos reglados: el Ultimate.
- Las habilidades motrices específicas como forma de mejorar los lanzamientos y recepciones y como medio para lograr la victoria en los juegos colectivos.
- Las acciones de colaboración-oposición.

CONTENIDOS

PROCEDIMENTALES:

- Experimentación y utilización de las habilidades motrices necesarias en diferentes situaciones y formas de juego.
- Exploración y utilización de sus potencialidades de esfuerzo y trabajo físico en función de su desarrollo.
- Aplicación de las normas y reglas en los juegos colectivos.

CONTENIDOS

ACTITUDINALES:

- Participación, interés e implicación en las actividades propuestas.
- Respeto por los compañeros y por las normas del juego.
- Valoración del juego como medio para mejorar sus habilidades motrices, su relación con los demás y como elemento de diversión.

MATERIALES Y ESPACIOS:

26 frisbee, 1 disco blando.

FASE INICIAL:

Como en sesiones anteriores, antes de ir al gimnasio, vamos a decir qué necesitamos llevar (playeras de recambio, botella de agua y toalla), y explicar como va a ser la estructura de la clase, hoy un poco más especial, porque vamos a realizar un simulacro del Ultimate.

Una vez en el gimnasio, realizaremos un pequeño calentamiento con diferentes actividades de

movilidad articular del tren superior, centrándonos en los hombros, codos y muñecas. Para este calentamiento volveremos a elegir al alumno del día, el cual deberá de dirigir el calentamiento haciendo varios movimientos, mientras que los demás compañeros le imitan.

FASE PRINCIPAL:

Antes de comenzar la fase principal, volvemos a recordar la norma más importante en cualquier deporte, la cual es “No hacerse daño y no hacer daño a los demás”.

A continuación y antes de entregar el material, explicaremos como se juega al deporte del Ultimate a través de una cartulina educativa que presidirá toda la clase, esto es muy importante para que el niño con TEA entienda bien la idea del juego (movimientos, puntuación, etc).

Ultimate: El objetivo del juego es pasar el disco a un compañero de equipo que está colocado en la zona del equipo contrario.

Los dos equipos lanzan una moneda al aire para ver quien realiza el saque. Los equipos están uno enfrente del otro tras la línea que marca su zona conocida como meta, el disco se arroja hacia el equipo que lo recibe aplicando las siguientes normas:

1. El disco no se debe retener en la mano, hay que lanzarlo siempre.
2. Ningún jugador debe moverse mientras esté en posesión del disco. En ella pueden girar sobre un pie en cualquier dirección al igual que en el baloncesto.
3. El disco puede lanzarse en cualquier dirección.
4. No más de una persona puede marcar a un lanzador.
5. El equipo defensivo consigue la posesión del disco siempre que el pase del equipo atacante sea incompleto, interceptado, abatido o se salga del terreno de juego.
6. Los lanzamientos desde fuera del terreno los hace el equipo contrario en el lugar donde sale el disco. Si el disco sale del terreno de juego después de cruzar la línea de meta, el equipo contrario puede lanzar desde cualquier esquina de la zona final de meta.

El número de tantos es de 21 en partidos oficiales con un margen de victoria de por lo menos 2 puntos.

FASE FINAL:

Finalmente terminaremos la sesión con la fase final de relajamiento, agarrados en los hombros de un compañero realizaremos unos pequeños ejercicios de estiramiento, terminando sentados en círculo y diciendo que es lo que más nos ha gustado y lo que menos nos ha gustado tanto de la clase de hoy como del deporte del Ultimate.

6. CONCLUSIONES

Con esta Unidad Didáctica del Lanzamiento de disco “Frisbee”, en primer lugar, he conseguido conocer las diferentes características que las personas con Trastorno del Espectro Autista padecen dentro de la educación; para luego darlas una vuelta y conseguir mediante una unidad didáctica adaptada: una educación que sea más atractiva y motivante para los alumnos con estas necesidades y donde sean ellos los verdaderos protagonistas de su educación. En este caso hemos podido ver y comprobar como el niño con Trastorno del Espectro Autista ha podido aprender y progresar a lo largo de esta unidad didáctica, llevando su aprendizaje fuera del aula escolar.

Cuando hablamos de TEA, tenemos que tener claro que no existe un criterio fijo de trabajo, sino que cada persona tiene que ser estudiada y valorada desde unos análisis previos, de este modo conseguiremos facilitar de una manera más personal y profesional las diferentes actividades físicas.

La unidad didáctica adaptada del lanzamiento de disco “Frisbee”, permite conocer y demostrar de una forma más práctica un ejemplo de las diferentes técnicas, que como maestros debemos de conocer y trabajar para así poder dar una mejor educación para este colectivo.

Mediante este trabajo he podido entender la importancia que tiene esta profesión en dedicar un tiempo para leer y documentarse profesionalmente, para más tarde plasmarlo de forma gráfica y que en un futuro pueda llevarse a cabo dentro de un aula de educación primaria.

Lograr que un niño con autismo aprenda y se divierta dentro de una clase de educación física, no solo ha sido un trabajo para mí, sino que ha sido un reto dentro de mi carrera profesional.

7. BIBLIOGRAFÍA

ABARCA SOS, ALBERTO. JULIÁN CLEMENTE, JOSÉ ANTONIO. GARCÍA GONZÁLEZ, LUIS. (2013) Adaptación del currículum ordinario de educación física en educación primaria y propuesta metodológica para alumnado escolarizado en centros de educación especial. *Ágora para la EF y el deporte*, No15 (3) sept.-dic. 2013, 228-242 pp.

http://agora-revista.blogs.uva.es/files/2013/12/agora_15_3e_abarca_et_al.pdf

ABARCA SOS, ALBERTO. (2015) Secuenciación de juegos populares en educación física con alumnado diagnosticado dentro del Trastorno del Espectro Autista. *Rev. Tándem, Didáctica de la Educación Física*, No47.

ARRÁEZ, J.M. (1997) ¿Puedo jugar yo? El juego modificado. Propuesta para la integración de niños y niñas con necesidades educativas especiales. Proyecto Sur. Granada.

ARTIGAS-PALLARÈS, JOSEP. PAULA, ISABEL. (2012) El autismo 70 años después de Leo Kanner y Hans Asperger. *Revista Española de Neuropsiquiatría* 2012; 32 (115); 567-587.

<http://scielo.isciii.es/pdf/neuropsiq/v32n115/08.pdf>

BIASATTI, MARCELO FABIAN. (2007) La integración de niños con autismo a las clases de educación física convencionales. *Revista Digital, Buenos Aires*, Año 12, No110, Julio de 2007.

<http://www.efdeportes.com/efd110/la-integracion-de-ninos-con-autismo-en-las-clases-de-educacion-fisica.htm>

CALLEJA DE FRUTOS, CARLOS. MENDEZ GIMENEZ, ANTONIO. (1993) La educación física con autistas y psicóticos. Congreso Nacional de Educación Física Salud y Calidad de Vida: La actividad física mejora la calidad de vida.

http://www.researchgate.net/publication/236340266_La_Educacin_Fsica_con_autistas_y_psic_ticos

CRESPO CUADRADO, MANUELA. (2001) Autismo y Educación. III Congreso “La Atención a la Diversidad en el Sistema Educativo”. Facultad de Psicología, Universidad de Salamanca, Instituto Universitario de la Investigación en la Comunidad (INICO).

<https://campus.usal.es/~inico/actividades/actasuruguay2001/8.pdf>

GARCÍA VILLAMISAR, D. POLAINO LORENTE, A. (1993) Principios psicológicos para la educación de los niños autistas en el ocio y tiempo libre. Revista Complutense de Educación. Vol. 4 (1). Ed. Universidad Complutense de Madrid.

<http://revistas.ucm.es/index.php/RCED/article/viewFile/RCED9393120011A/17960>

HAPPÉ, F. (1994) Introducción al autismo. Alianza editorial S.A. Madrid.

LÁZARO FERNÁNDEZ, YOLANDA. (Ed.) (2004) Ocio, inclusión y discapacidad. Estudios de Ocio, Universidad de Deusto, Bilbao. Documentos de Estudios de Ocio, No28.

http://www.deusto-publicaciones.es/ud/openaccess/ocio/pdfs_ocio/ocio33.pdf

MERINO MARTINEZ, MARIA. (2016) Todo sobre el Asperger. Guía de comprensión. Publicaciones Altamira S.L. Tarragona.

MINISTERIO DE EDUCACIÓN Y CIENCIA; MINISTERIO DE SANIDAD Y CONSUMO. Actividad física y salud en la infancia y adolescencia. Guía para todas las personas que participan en su educación. Imprime: Grafo S.A. (Consultado el 14/04/2015)

<http://www.msssi.gob.es/ciudadanos/proteccionSalud/adultos/actiFisica/docs/Actividad Fisica SaludEspanol.pdf>

RIVIÈRE, ÁNGEL. MARTOS, JUAN. (Comp.) (2000) El niño pequeño con autismo. Ministerio de Trabajo y Asuntos Sociales. Ed. Asociación de Padres de Niños Autistas (APNA). Madrid.

https://enlafiladeatras.files.wordpress.com/2013/01/nic3blo_pequec3blo_con_autismo.pdf

RÍOS HERNÁNDEZ, MERCHE. (2009) La inclusión en el área de Educación Física en España. Análisis de las barreras para la participación y aprendizaje. Revista Ágora para la Educación Física y el Deporte (Ejemplar dedicado a: Educación Física y Discapacidad), No9, 2009, 83-144pp.

http://www5.uva.es/agora/revista/9/agora9_rios_6.pdf

VILLALBA URBANEJA, IRENE MARIA (2015) Coopedaleando: ocio y actividad física para personas con TEA

<http://uvadoc.uva.es/handle/10324/15899>

8. ANEXOS

Actividades realizadas por el alumno una vez terminada la unidad didáctica.



