



## Desarrollo curricular en el área de autonomía personal: programación para alumnos de Educación Primaria y Secundaria con discapacidad visual

M. A. Arnau Gilbarte(1)  
M. Orta Molins

**RESUMEN:** el área de autonomía personal (orientación y movilidad, habilidades de la vida diaria) puede considerarse como un eje transversal básico en los programas de estudios para alumnos con deficiencias visuales graves, especialmente en la educación obligatoria (Enseñanza Primaria y Secundaria). Las autoras presentan propuestas de programación educativa específica, elaboradas de acuerdo con las directrices marcadas por la legislación estatal y autonómica catalana. Se detalla la programación de contenidos de orientación y movilidad para los ciclos inicial, medio y superior de Educación Primaria, así como cuatro ejemplos de créditos variables (optativos para los alumnos) correspondientes a la programación de autonomía personal para Educación Secundaria.

**PALABRAS CLAVE:** Educación. Educación integrada. Programas de estudios. Adaptaciones curriculares. Enseñanza Primaria. Enseñanza Secundaria. Autonomía personal. Movilidad. Habilidades de la vida diaria.

**ABSTRACT:** *Curriculum development of the independent living subject area: programming for primary and secondary education pupils with visual disabilities.* The independent living subject area (orientation and mobility, daily living skills) is generally accepted to be a curricular mainstay for pupils with severe visual impairment, particularly during compulsory education (primary and secondary schooling). The authors discuss specific proposals for educational programming, formulated in accordance with guidelines laid out in national and Catalan regional legislation. A detailed account is given of orientation and mobility course content for initial, intermediate and advanced primary school levels, along with four examples of elective credits (optional for pupils) included under personal independence training for secondary school pupils.

**KEY WORDS:** Education. Mainstreaming. Curriculum development. Primary education. Secondary education. Independent living. Mobility. Daily living skills.

### INTRODUCCIÓN

Durante estos últimos años el mundo de la educación ha experimentado un intenso trabajo de investigación, experiencias y otras innovaciones realizadas en el terreno de la didáctica.

(1) Agradecemos a Antonio Rodríguez, maestro de Educación Física del CRE «Joan Amades», su colaboración en la elaboración del artículo.

La administración educativa, en nuestro caso el gobierno de la Generalitat, ha decretado un desarrollo del curriculum educativo en la enseñanza obligatoria, tanto en primaria como en secundaria.

«La educación primaria es la primera etapa educativa de la enseñanza obligatoria y tiene que atender a todo el alumnado, cumpliendo unas finalidades propias de la escuela que difícilmente se pueden cubrir desde otros ámbitos

las finalidades básicas de esta etapa educativa son proporcionar al alumno un marco de aprendizajes instrumentales para desarrollar las capacidades de sociabilidad, de relación y de descubrimiento dentro de un ámbito físico y afectivo adecuado a sus características y a sus experiencias previas». (Curriculum. Educación Primaria. Departament de Ensenyament. Generalitat de Catalunya.)

Para garantizar el cumplimiento de estos objetivos, en la población de alumnos ciegos y deficientes visuales, se deberá realizar una intervención pedagógica desde una óptica constructivista, concretándose en unas actuaciones coherentes. En este sentido, cabe destacar que el método más óptimo para ajustarse a las características de este alumnado es una enseñanza especializada para favorecer la construcción de conocimientos por parte de nuestros alumnos. La manera de llegar a esta enseñanza personalizada será organizar la programación y determinar los métodos concretos a utilizar en este proceso de enseñanza-aprendizaje.

Una de las limitaciones que nos encontramos en los alumnos con deficiencia visual severa es la dificultad de imitar algunas actividades de la vida cotidiana. Esto dificulta la adquisición de unos aprendizajes básicos para conseguir una progresiva autonomía. Debido a ello, es necesario tener presente estas necesidades en el momento de realizar el diseño curricular.

Siendo la autonomía personal uno de los ámbitos desarrollados tradicionalmente desde todas las áreas —aspectos como el orden, la limpieza, la higiene personal, la pulcritud en el vestir, son trabajados de forma multidisciplinar— y dadas las necesidades específicas de los niños/as de baja visión y ciegos totales, nos planteamos cómo solventar las que no pueden ser trabajadas mediante el desarrollo del curriculum ordinario.

Fruto del estudio del curriculum y de nuestra reflexión y análisis dentro de este campo, han surgido las consideraciones que presentamos sobre el programa educativo establecido en Cataluña y la importancia de la autonomía personal en alumnos con deficiencia visual severa. Además, incluimos una programación estándar de los contenidos para Educación Primaria en el ámbito de la orientación y la movilidad (ciclo inicial, medio y superior) y de las habilidades de la vida diaria (ciclo inicial), así como cuatro ejemplos de programaciones de autonomía personal para Educación Secundaria.

## **EL CURRÍCULUM DE EDUCACIÓN PRIMARIA EN CATALUÑA**

---

### **Orientaciones y organización general**

---

Teniendo en cuenta la Ley General del Sistema Educativo (LOGSE 1990), el Departament d'Ensenyament de la Generalitat de Catalunya ha mantenido el programa educativo de la educación primaria y organizado la educación secundaria mediante los llamados créditos comunes, variables y de síntesis que explicaremos más adelante.

Dentro de la educación primaria podemos considerar el área de autonomía personal susceptible de ser tratada como un *eje transversal* a lo largo del curriculum del alumno. Así pues, durante el paso académico del alumno por los diferentes ciclos educativos irá recibiendo aportaciones desde las diferentes áreas educativas que le facilitarán un correcto desarrollo de su autonomía personal. Al finalizar su curriculum el alumno habrá aprendido unos procedimientos, unos conocimientos y unos valores que le posibilitarán ser autónomo. Estos aprendizajes tendrán que ser evaluados continuamente. Si no fueran adquiridos adecuadamente o presentaran dificultades sería necesario una incidencia específica en este campo. Dicha intervención se realizaría en función de las necesidades de cada alumno y de su proceso de desarrollo personal.

La estructura de la educación primaria permite la atención específica directa en el centro ordinario y/o el servicio de atención específica transitoria impartido en los centros de recursos educativos para ciegos y deficientes visuales (CRE).

La función de la escuela debe orientarse hacia el desarrollo de las capacidades que faciliten a las personas su integración y adaptación en una sociedad compleja y cambiante. La autonomía personal es un proceso de formación y de responsabilidad del individuo con la finalidad de que adquiera los conocimientos, las actitudes, las estrategias y los hábitos básicos para un correcto y armónico desarrollo dentro de las posibilidades de cada alumno.

### **El ámbito de la autonomía personal como eje transversal**

---

La adquisición de la autonomía personal es un proceso paralelo a cualquier otra intervención educativa que está relacionado con un conjunto de aprendizajes que tienen que ver con sus necesidades más básicas, su vida diaria, sus relaciones personales, etc.

Ha de promocionar la responsabilidad, la autonomía y la reflexión crítica individual y colectiva preparando al alumno para la toma de decisiones, a partir del análisis de alternativas posibles y la valoración de sus consecuencias.

Ha de aumentar las capacidades de interrelacionarse con otras personas generando satisfacción en uno mismo y en el prójimo.

Por otra parte el marco escolar, el medio ambiente, las relaciones sociales entre alumnos, padres, maestros y personal no docente constituyen un conjunto de experiencias y mensajes con una implicación educativa muy importante. Toda escuela ha de ser promotora de la autonomía personal.

Las bases metodológicas son las siguientes:

- Integración en el curriculum de las distintas áreas, como un eje transversal con aplicación de una metodología participativa.
- Adaptación a cada realidad a partir de un análisis de la situación personal de cada alumno, las barreras arquitectónicas del centro y el entorno, así como de las posibilidades que le ofrece.
- Trabajo en equipo de los maestros acudiendo, cuando sea necesario, los profesionales especialistas en deficiencia visual.

La evaluación continua ha de permitir identificar cuándo es conveniente para un alumno o un grupo de ellos, una respuesta singular adecuada a sus posibilidades en un momento dado del proceso de aprendizaje.

Las ayudas que el alumno ha de recibir se deben determinar en función de las dificultades para seguir el curriculum y avanzar en su proceso global. Estas necesidades pueden cubrirse desde diferentes áreas incluyendo, en las programaciones correspondientes, los objetivos y contenidos de la autonomía personal.

Los objetivos que propondremos vendrán determinados por:

- el nivel actual de competencias del alumno,
- otros factores que influyan en el desarrollo y aprendizaje del alumno siendo significativos: preferencias, motivaciones, expectativas personales y de la familia...
- y la identificación de las habilidades y conocimientos que el alumno deberá tener adquiridos para hacer efectiva su participación en el entorno: técnicas de movilidad por interiores, técnica de bastón, uso de cubiertos (cuchara, cuchillo...), estrategias y técnicas en el arreglo personal.

Teniendo en cuenta la valoración de estos tres factores propondríamos una programación individualizada de los contenidos (procedimentales, conceptuales y actitudinales) a trabajar por el profesional teniendo en cuenta los distintos ciclos educativos de Primaria en el ámbito de la orientación y la movilidad.

## **PROPUESTA DE UNA PROGRAMACIÓN PARA EDUCACIÓN PRIMARIA DE ORIENTACIÓN Y MOVILIDAD**

---

### **Ciclo inicial**

---

#### **Procedimientos**

- Orientación y movilidad en interiores
  - Técnica del guía vidente cogido de la mano (localizar el guía y agarrarse, cambiarse de brazo, pasar lugares estrechos, escaleras con y sin barandilla).
  - Técnicas de protección personal (protección alta y baja, trailing o seguimiento de paredes, establecimiento de referencias, técnica del take contact, localización de objetos caídos en el suelo).

#### **Conceptos**

- Conocimiento del cuerpo.
- Conocimiento del espacio.
- Noción de peligro.
- Creación de imágenes espaciales.

#### **Valores**

- Reconocer la necesidad de unas normas de seguridad para moverse solo en interiores con autonomía.
- Actuación responsable ante estas normas.

### **Ciclo medio**

---

#### **Procedimientos**

- Adiestramiento sensorial con guía en la ciudad
  - Tránsito:
    - localización
    - discriminación (autobús, camión, coche, moto.)
    - notar la sombra del sonido (camión, cabina de teléfono, quiosco...)

- sentido del obstáculo (notar paredes, quiosco...)

## Conceptos

- Sonidos urbanos.
- Elementos urbanísticos.
- Estructura de una calle.

## Valores

- Reconocerse a sí mismo como un elemento del funcionamiento urbano.
- Concienciación de la responsabilidad.
- Aceptación de las normas establecidas de seguridad vial.
- Sensibilización de los derechos y deberes del peatón.

## Ciclo superior

---

### Procedimientos

- Instrucción formal de orientación y movilidad en interiores
  - Técnica del guía vidente (localizar el guía y agarrarse, cambiarse de brazo, pasar por lugares estrechos, escaleras con y sin barandilla).
  - Técnicas de protección personal (protección alta y baja).
  - Trailing (seguimiento de paredes).
  - Técnica del «take contact».
  - Localización de objetos caídos.
  - Establecimiento de referencias.
  - Creación de imágenes espaciales.
  - Técnica del bastón:
    - conocimiento (partes del bastón, posición corporal, posición segmentaria, plegar y desplegar);
    - técnica de los dos puntos (arco, ritmo, coordinación);
    - técnica de deslizar;
    - técnica diagonal (seguir la pared de la derecha, seguir la pared de la izquierda);
    - técnica de tres puntos;
    - técnica para subir y bajar escaleras;
    - tacto indirecto con el bastón.
- Instrucción formal de orientación y movilidad en exteriores
  - Zonas tranquilas
    - seguir una pared;
    - notar la esquina;

- sentido del tránsito y alineación con él;
- texturas del suelo;
- notar puertas y garajes;
- realización de cruces sencillos;
- encontrar la acera;
- alinearse con la acera;
- escuchar el tránsito;
- cruzar en línea recta;
- realización del cruce de seguridad;
- conocer las diferentes formas de las esquinas (redondas, chaflán, irregulares);
- uso de claves sensoriales para la orientación;
- establecimiento de referencias;
- creación de imágenes espaciales;
- realización de itinerarios con un objetivo;
- uso del público;
- uso de planos y maquetas;
- Zonas semicomplejas
  - cruces con semáforos;
  - uso del guía vidente ocasional;
  - plazas;
  - itinerarios con obstáculos;
  - utilización de transportes públicos de superficie;
  - realización de gestiones y compras;
  - realización de itinerarios con la ayuda del público;
  - uso de planos y maquetas.

### Conceptos

- Conocimiento del cuerpo.
- Conocimiento del espacio.
- Noción de peligro.
- Creación de imágenes espaciales.
- Estructura de una ciudad.
- Normas viales.

### Valores

- Reconocer la necesidad de unas normas de seguridad para moverse sin ayuda en interiores con total autonomía.
- Actuación responsable ante estas normas.
- Concienciación de la responsabilidad.
- Aceptación de las normas establecidas de seguridad vial.
- Sensibilización hacia los derechos y deberes del peatón.

# **PROPUESTA DE UNA PROGRAMACIÓN PARA CICLO INICIAL DE HABILIDADES DE LA VIDA DIARIA**

---

## **Procedimientos**

---

### **Higiene**

- Manipulación y utilización de los diferentes elementos que componen las herramientas de limpieza diaria.
- Control de la limpieza del cuerpo a causa de las funciones fisiológicas (saber sonarse, saber limpiarse cuando va al wc).
- Control de la limpieza habitual del cuerpo (lavarse las manos y la cara correctamente, dominio de las habilidades para ducharse, conocimiento y uso de las técnicas para bañarse, uso de las técnicas adecuadas para lavarse los dientes).
- Uso de las estrategias precisas para poder peinarse.
- Localización temporal de los hechos y procesos habituales en la higiene de la vida cotidiana.

### **Arreglo personal**

- Manipulación y utilización de los diferentes elementos que componen las herramientas habituales para vestirse.
- Identificar y reconocer los diferentes elementos que componen el vestido habitual.
- Identificar y reconocer los diferentes elementos que componen el vestido propio.
- Manipular y saber reproducir los diferentes modelos de abrochar y desabrochar elementos de vestir.
- Reconocer el derecho y el revés de los elementos de vestir.

### **Comportamiento en la mesa**

- Reconocimiento del espacio físico.
- Aplicación de la memoria espacial para poder localizar su mesa.
- Contraste de diferentes posturas corporales (saber sentarse, saber situarse posturalmente, saber situarse posturalmente con relación a los otros elementos, saberse levantar con control de los elementos de su entorno y de su orientación espacial).
- Manipulación y utilización de los diferentes elementos que se encuentran en la mesa.
- Conocer la localización y distribución de los diferentes elementos que se encuentran a la mesa.

- Uso de las técnicas idóneas para comer adecuadamente: utilización de la cuchara, utilización del tenedor para pinchar, utilización del tenedor para recoger, correcto uso del pan, correcto uso de la servilleta.
- Ejecución de habilidades coordinadas para poder realizar determinadas acciones: verter líquidos, ponerse azúcar.

### **Uso de material**

- Manipulación y utilización de diferentes elementos de uso común (paraguas, tijeras).
- Manipulación y utilización de diferentes elementos de uso específico (detectores de luz, etiquetas para marcar objetos, etiquetas de colores en braille...)
- Uso de las técnicas adecuadas para utilizar los teléfonos, tanto de teclas como de disco.

### **Actividades del hogar**

- Reproducción de actividades sencillas de limpieza y cuidado del hogar, teniendo en cuenta la observación táctil y la reproducción oral de ideas.

## **Conceptos**

---

- Normas de higiene
- Herramientas habituales para la higiene.
- Diferentes formatos de los elementos fungibles relacionados con la higiene y el cuidado personal.
- Funcionamiento corporal y postural en la realización de actividades físicas.
- Normas sociales.
- Los alimentos.
- Elementos de relación y comunicación.
- La ropa y su utilización.
- El hogar y su cuidado.

## **Actitudes**

---

- Cuidado de la higiene personal y del orden en todos los ámbitos de la vida social y privada.
- Esfuerzo en la práctica de hábitos relativos a la seguridad e higiene del propio cuerpo.
- Comportamiento prudente frente los peligros potenciales o inmediatos del entorno.
- Exteriorizar dudas, preguntas...
- Formas y maneras convencionalmente correctas referentes a: normas en la mesa, maneras de dirigirse a los otros, pedir, dar las gracias, normas sociales del vestir.

- Aceptación en cuanto a las normas sociales y hábitos de comer.
- Aceptación de sus limitaciones por la deficiencia visual.
- Esfuerzo en la superación de dificultades.
- Aceptación y respeto a la diversidad.

## **EL CURRÍCULUM DE EDUCACIÓN SECUNDARIA EN CATALUÑA**

### **Orientaciones y organización general**

En esta etapa los alumnos deben adquirir los conceptos, las habilidades, las actitudes y los valores que los conduzcan a una autonomía individual, a la construcción de la propia personalidad y a un autoconcepto positivo.

«El currículum que seguirán los alumnos tiene que atender la diversidad de necesidades, capacidades e intereses que se producen entre los 12 y los 16 años. Diversidad que, entendida como un elemento positivo, pide un currículum que facilite a todos los alumnos la adquisición de capacidades generales al mismo tiempo que otras más específicas. Por tanto debe ser un proceso abierto y flexible». (Decret. 96/1992, de 28 de abril del Diari Oficial de la Generalitat de Catalunya).

Debido a la necesidad de una escuela comprensiva, es decir, que integre realmente la diversidad de chicos y chicas y que dé respuesta a los diferentes intereses capacidades y ritmos de aprendizaje, se precisa un diseño curricular de las áreas abierto, que permita a cada centro adecuarse a las características de su alumno y de su entorno. Para ello se adoptarán los métodos pedagógicos que mejor se adecuen a estas necesidades.

Los contenidos curriculares incluyen aprendizajes relacionados con las diferentes capacidades cognitivas, afectivas, psicomotrices, de inserción social y de relación interpersonal. En este sentido, cabe destacar la gran importancia que toma la autonomía personal para los alumnos ciegos o deficientes visuales, ya que potencia una educación en igualdad atendiendo a su diversidad.

Para ello, en Cataluña, la reforma educativa dispone de la existencia de diferentes tipos de créditos que conforman el currículum de la etapa de educación secundaria obligatoria.

Los tipos de créditos que podemos encontrar en el currículum de un alumno de secundaria son:

créditos comunes, que corresponden a la concreción del diseño curricular de las áreas comunes; los créditos variables, que pudiendo ser optados por los alumnos refuerzan y amplían sus posibilidades de autonomía; y créditos de síntesis, que están formados por un conjunto de actividades de enseñanza-aprendizaje concebidas para comprobar si se han conseguido, y hasta qué punto, las capacidades formuladas en los objetivos generales establecidos en las distintas áreas curriculares.

Partiendo de estas premisas consideramos que el alumno ciego o deficiente visual debería contar con la posibilidad de escoger unos créditos variables específicos que le ofrecieran un mayor abanico de ofertas a fin de conseguir los objetivos generales de la etapa.

### **Créditos variables**

Esta tipología de créditos tienen como finalidad consolidar y ampliar las capacidades y conocimientos propios, atendiendo a su diversidad.

Cada crédito variable es una unidad cerrada e independiente del resto, aunque es una propuesta educativa completa. Estos créditos tienen una asignación horaria lectiva de 35 horas que se repartirán a lo largo de un trimestre.

Estos créditos deben cubrir los objetivos generales de la etapa y garantizar la presencia de aspectos importantes para la formación integral del alumno.

A continuación presentamos una breve muestra de los objetivos y contenidos de algunos de estos créditos específicos de autonomía personal, que consideramos de especial interés para los alumnos con deficiencia visual. Los modelos de realización son distintos y deben adaptarse al Marco del Proyecto Educativo del Centro donde se realice dicho currículum.

## **PROPUESTA DE PROGRAMACIONES PARA EDUCACIÓN SECUNDARIA**

### **Crédito variable 1: autonomía personal (orientación y movilidad)**

Se trata de un crédito cuyo objetivo final es el desplazamiento, con el máximo de autonomía, del alumno por un itinerario concreto.

Al alumno se le presentará este crédito con el título de: «yo también voy en transporte público»

## Objetivos

Que el alumno sea capaz de:

- adquirir una técnica correcta en el uso del bastón que le permita realizar desplazamientos con seguridad;
- realizar con independencia, seguridad y autonomía el itinerario domicilio-escuela en autobús urbano;
- realizar con independencia, seguridad y autonomía el itinerario escuela-domicilio a pie;
- utilizar el autobús urbano hasta el centro escolar.

## Procedimientos

- Adiestramiento sensorial en la ciudad
  - tránsito (dirección, localización, alinearse en paralelo, alinearse en perpendicular);
  - notar sombra del obstáculo (camión, cabina de teléfono...);
  - sentido del obstáculo (notar pared);
  - conocer el funcionamiento regular e irregular de los semáforos;
  - uso de semáforos sonoros.
- Orientación y movilidad por exteriores con bastón.
- Uso de las técnicas aprendidas anteriormente para:
  - localizar el sentido del tránsito y alinearse con él;
  - notar puertas y garajes;
  - bordear obstáculos;
  - realización de cruces sencillos;
  - realización de cruces complejos con semáforos;
  - realización de cruces complejas con ayuda de la gente;
  - escuchar el tránsito;
  - cruzar en línea recta;
  - realización del cruce de seguridad;
  - uso de claves sensoriales para la orientación;
  - establecimiento de referencias;
  - creación de imágenes espaciales;
  - realización de itinerarios con un objetivo;
  - uso del público;
  - uso del guía vidente ocasional;
  - itinerarios con obstáculos;
  - utilización de transportes públicos de superficie;
  - realización de gestiones y compras;
  - realización de itinerarios con la ayuda del público.

## Conceptos

- Normas viales
- Estructura de una ciudad
- Elementos urbanísticos
- Los transportes: el autobús
- Estructura de Barcelona.

## Actitudes

- Concienciación de la responsabilidad y de la toma de decisiones.
- Aceptación de las normas establecidas de seguridad vial.
- Sensibilización y concienciación de los derechos y deberes del peatón.
- Consciencia del peligro físico.
- Reconocerse a sí mismo como un elemento del funcionamiento urbano.
- Reconocer los momentos en los que se necesita ayuda.
- Ser capaz de pedir y aceptar esta ayuda.

### ANEXO 1a

#### Crédito variable: el trabajo compartido es más divertido

##### Exploración de las ideas previas

1. ¿Quién hace el trabajo de casa? ¿Por qué?
2. ¿Te ordenas tu habitación? ¿Cuándo? ¿Por qué?
3. ¿Ayudas tú a hacer el trabajo? ¿Por qué?
4. ¿Crees que hacer el trabajo de casa es propio de un sexo? (Argumentalo)
5. ¿Sabes poner y quitar la mesa?
6. ¿Haces tu cama?
7. ¿Tienes microondas? ¿Sabes hacerlo funcionar?
8. ¿Quién debe preparar la comida?
  - Tu padre
  - Tu madre
  - Tu hermana
  - La empleada del hogar
  - Todos
9. ¿Quién debe hacer las camas?
  - Tu padre
  - Tu madre
  - Tu hermana
  - La empleada del hogar
  - Cada uno el suyo
10. ¿Te gustaría hacer todo el trabajo de tu casa? ¿Por qué?

## Crédito variable 2: transportes urbanos

El objetivo general de este crédito es aprender a desplazarse por una ciudad utilizando los transportes públicos.

### Objetivos

#### — Procedimentales

- Conocimiento de los distintos transporte públicos
  - tipos
- Utilización de los distintos transporte públicos:
  - con ayuda de guía vidente;
  - con ayuda del resto visual;
  - con las técnicas específicas de movilidad con bastón.

#### • Conceptuales

- Normas de circulación viaria.
- Estructura de una ciudad.
- Elementos urbanísticos.
- El transporte público: taxi, autobús y metro.

#### • Actitudinales

- Concienciación de la responsabilidad y de la toma de decisiones.
- Aceptación de las normas establecidas de seguridad vial.
- Sensibilización y concienciación de los derechos y deberes del peatón.
- Conciencia del peligro físico.
- Reconocerse a sí mismo como un elemento del funcionamiento urbano.
- Reconocer los momentos en los que se necesita ayuda.
- Ser capaz de pedir y aceptar esta ayuda.

### ANEXO 1b

#### Crédito variable: el trabajo compartido es más divertido

*Reestructuración de las ideas mediante explicación y actividades de observación (Caso simulado: Laura y Manuel)*

Laura es telefonista. Vive en Barcelona. Vive sola en un piso. Por la mañana se levanta, se arregla, se hace el café con leche en el microondas, las tostadas en la tostadora y con un poco de mermelada ya tiene el desayuno preparado. Cuando acaba lava el plato y va a la estación para coger el tren.

Manuel trabaja en una lavandería. Vive en Barcelona con sus padres. Por la mañana se levanta, se arregla y toma el sabroso desayuno que le ha preparado su madre. Siempre tiene que salir corriendo para coger el tren de las 9 de la mañana.

Laura y Manuel se han conocido en el tren. Los dos viven en Barcelona y trabajan fuera, en la localidad de Molins de Rei.

Actualmente Laura y Manuel viven juntos. Por la mañana, cuando se levantan, Laura prepara el desayuno mientras Manuel acaba de afeitarse. Al acabar el desayuno limpia los platos y arregla la cocina rápidamente mientras Manuel se prepara la bolsa de trabajo.

Por la noche, cuando Manuel llega Laura tiene preparado una maravillosa cena: sopa de verduras y patatas con bechamel al horno.

A lo largo de la semana no comen nunca en casa, pero el resto transcurre como el primer día, más o menos.

El viernes al volver Manuel del trabajo Laura le dice:

— Manuel deberíamos hablar.

— ¿De qué? (contesta Manuel)

— Del trabajo de casa. Para poder limpiarlo todo tendríamos que compartir la limpieza (dice Laura). Y él le contesta:

— ¿Para qué reina? Si lo tienes todo muy limpio...

#### *Preguntas*

¿Quién, de los dos protagonistas, crees que tiene razón?

¿A cual de los dos te gustaría parecerle? ¿Por qué?

¿Cómo podrían organizarse para poder tener todo limpio sin que uno se canse más que el otro?

¿Crees que podrías hacerte el desayuno que se hace Laura cada día?

Cuándo vivas en pareja, ¿te gustaría que los trabajos de casa fueran compartidos? ¿Cómo los repartirías?

¿Sabes que también se puede contratar a personas para que nos hagan los trabajos de casa?

¿Limpias los platos en casa?

¿Barres o friegas o quitas el polvo?

¿Pones lavadoras? ¿Tiendes o doblas la ropa?

¿Haces tú tus bocadillos?

## Crédito variable 3: el trabajo compartido es más divertido

### Objetivos

- Valorar la importancia de la limpieza en general y de los aspectos concretos de la misma.
- Valorar la importancia del orden personal.
- Reconocer los elementos y las zonas a limpiar.
- Reconocer los elementos susceptibles de ser ordenados.
- Relacionar los utensilios implicados en el proceso de limpieza.
- Planificar el proceso para prever los utensilios, metodología, tiempo... necesarios en la elaboración.
- Extraer las ideas básicas de un texto demostrativo.
- Participar en debates, actividades grupales (rol-playing).

### Contenidos

- Procedimentales
  - obtención de información participando activa y pasivamente en actividades grupales;
  - interpretación de la información extraída de una situación simulada;
  - confección de diferentes listas;
  - representación escénica de la opinión personal sobre una situación concreta y su argumentación;
  - técnica propia individualizada.
- Conceptuales
  - diferentes técnicas para facilitar la limpieza de la casa y el orden personal;
  - material necesario: cocina, escoba, aspirador, microondas...
- Actitudinales
  - valoración de los hábitos y costumbres en el orden personal;
  - valoración de los hábitos y costumbres referentes a la limpieza de la casa;
  - valoración del respeto hacia diferentes hábitos de orden y limpieza;
  - respeto propio y al mismo tiempo toma de conciencia de la importancia del orden y de la limpieza en la vida diaria;
  - valoración del trabajo grupal como una forma de enriquecimiento de los conocimientos, ideas y decisiones.

### Estructura de la secuencia

- Presentación del crédito*
- título de la unidad

- explicación de la dinámica empleada
- realización de un esquema concreto

#### *Exploración de las ideas previas*

- mediante un cuestionario con 5 preguntas abiertas y 5 cerradas, 3 de respuesta Sí/No y 2 de escoger una respuesta (ver Anexo 1a).

#### *Contrastación-confrontación de las ideas previas*

- entre ellos conforme van acabando
- en grupo exponiendo respuestas y argumentos. A la vez el resto de alumnos participan para matizar, comentar o preguntar cosas concretas.

#### *Reestructuración de las ideas mediante explicación y actividades de observación*

- lectura individual y colectiva de un caso simulado (ver Anexo 1b);
- representación de los alumnos de la situación concreta y su desarrollo a partir del inicio del diálogo expuesto; intercambio de papeles (rol-playing);
- comentario sobre la situación simulada y respuestas a unas preguntas concretas;
- explicación oral de diferentes técnicas y recogida de información (apuntes);
- observación del material preparado.

#### *Aplicación de los conocimientos*

- división de los alumnos en dos grupos. Invención, de forma grupal, de una situación de desorden, diferente de la simulada. Intercambio de situaciones entre los dos grupos. Búsqueda de soluciones a la situación en concreto.

#### *Evaluación*

- Entrega de un caso, individualmente, y comentario sobre el caso y posibles soluciones

### ANEXO 2a

#### Crédito variable: «yo también quiero ir como ellos»

#### *Exploración de las ideas previas*

1. ¿Qué es la moda? ¿Qué piensas sobre ella?
2. ¿Hay diferentes maneras de vestir? (Razona)
3. ¿Crees que la moda influye sólo en la ropa? ¿También en zapatos, complementos...?
4. ¿Crees que nos depilamos, afeitamos o cortamos el pelo según las modas?
5. ¿Quién ha de decidir si quiere ir según la moda determinada? ¿Cómo se pueden conocer las diferentes modas?

## Crédito variable 4: «yo también quiero ir como ellos»

---

### Objetivos

- Valorar la importancia de ir bien vestidos.
- Interesarse por la imagen exterior propia.
- Interesarse para conocer un poco las corrientes actuales referidas a modas juveniles.
- Reconocer la ropa propia y cómo combinarla.
- Saber reconocer las diferentes situaciones y adecuar el vestuario.
- Decidir una imagen final y prever los elementos que participan en este proceso.
- Aprender técnicas concretas según necesidades.
- Potenciar estrategias que favorecen la autonomía.
- Reflexionar a partir de un planteamiento concreto.
- Participar en debates, actividades grupales (rol-playing).

### Contenidos

- Procedimentales
  - obtención de información participando activa y pasivamente de actividades grupales;
  - reflexión a partir de unas pautas concretas;
  - intercambios de argumentos según las diferentes opiniones;
  - interpretación de la información extraída de un debate;
  - aplicación de la técnica concreta;
  - técnica propia individualizada.
- Conceptuales
  - diferentes técnicas para facilitar el orden personal;
  - material necesario: ropa, zapatos, máquinas de afeitar, conocimiento;
  - información concreta sobre el tema.
- Actitudinales
  - valoración de los hábitos y costumbres hacia la apariencia externa;
  - valoración de los hábitos y costumbres referidas al cuidado de los elementos que nos visten y adornan;
  - valoración del respeto hacia diferentes opiniones e ideas sobre la imagen personal;
  - respeto propio y a nuestro tiempo: toma de consciencia de la importancia de nuestra apariencia, nuestra imagen personal y social;
  - valoración del trabajo grupal como una forma de enriquecimiento en el ámbito de conocimientos, ideas y decisiones.

### Estructura de la secuencia

#### *Presentación del crédito*

- título de la unidad
- explicación de la dinámica empleada
- entrega de un esquema concreto

#### *Exploración de las ideas previas*

- mediante un cuestionario con 5 preguntas abiertas (ver Anexo 2a)

#### *Contrastación-confrontación de las ideas previas*

- entre ellos, conforme van acabando.
- en grupo, exponiendo respuestas y argumentos. A la vez el resto de alumnos participan para matizar, comentar o preguntar cosas concretas.

#### *Reestructuración de las ideas mediante explicación y actividades de observación*

- lectura y reflexión individual de unas preguntas concretas (ver Anexo 2b);
- lectura y reflexión colectiva de las preguntas anteriormente trabajadas individualmente;
- debate sobre el tema: yo también quiero ir como ellos; participación activa de los alumnos a favor y en contra de ir a la moda;
- comentario sobre el debate y recogida de las diferentes opiniones salidas;
- observación del material preparado;
- explicación verbal de diferentes técnicas y recogida de información (apuntes);
- explicación práctica de las técnicas individualizadas;
- realización de compras.

#### *Aplicación de los conocimientos*

- Teórica: división de los alumnos en dos grupos. A favor y en contra de la moda. Invención, grupalmente, de diferentes argumentos que lo justifiquen. Intercambio de argumentos, reflexiones y críticas constructivas.
- Práctica: individualmente, cada alumno, va aprendiendo y practicando aquellos aspectos que quedan más flojos o son desconocidos.

#### *Evaluación*

- Teórica: entrega de un caso, individualmente, y comentario sobre él y posibles soluciones.
- Práctica: mediante la observación de la técnica aprendida.

---

María Ángela Arnau Gilbete, técnica de rehabilitación básica; Montserrat Orta Molins, maestra de apoyo. Organización Nacional de Ciegos Españoles (ONCE). Centro de Recursos Educativos «Joan Amades». Avda. d'Espluges 102-106. 08034 Barcelona (España).

## ANEXO 2b

### Crédito variable: «yo también quiero ir como ellos»

#### *Reestructuración de las ideas mediante explicación y actividades de observación*

- ¿Qué es la moda? ¿Qué piensas de la moda?
  - ¿Crees que se tiene que ir a la moda?
  - ¿En tu casa, vais a la moda?
  - ¿Tú vas a la moda?
- Hay modas más modernas y modas más habituales.
  - ¿Llevas zapatillas deportivas?
  - ¿Llevas mallas y/o tejanos?
  - ¿Llevas bolso?
  - ¿Vistes chandals?
- ¿Quién compra la ropa? ¿Quién la ha de escoger?
  - ¿Te compran la ropa? ¿Estás tú presente cuando te compran los pantalones?
  - ¿En qué criterios te basas para comprarte la ropa?
- Combinación de colores y estampados diferentes.
  - ¿Vistes siempre ropa lisa, sin dibujos?
  - ¿Sabes qué colores quedan bien entre ellos?
  - ¿Crees que es importante ir combinado de colores y de dibujos?
- Maneras diferentes de vestir
  - ¿Crees que hay alguna diferencia en vestir de diario o de fiesta?
  - ¿Y de fin de semana?
  - ¿Crees que hay una relación directa en ir de diario e ir más deportivo? ¿Y en ir de fiesta e ir más arreglado?
- Adecuación de la apariencia exterior a las situaciones concretas
  - ¿Irías en chandal a una fiesta de amigos?
  - ¿Irías en chandal al cine?
  - ¿Harías deporte en tejanos y camisa?
  - ¿Irías a la playa con un vestido de fiesta?
- Formas de vestir según las edades
  - ¿Te vistes igual cuando tienes 10 años que cuando tienes 15?
  - ¿Te vistes igual que tu madre o tu padre?
  - ¿Tu padre y tu madre se visten igual que tu abuelo y tu abuela?
- Zapatos, zapatillas de deportes
  - ¿Crees que hay un calzado determinado para los jóvenes?
  - ¿Es lo mismo ir con zapatillas deportivas que con zapatos?
  - ¿Quién escoge tu calzado? ¿Por qué?
- ¿Quién decide el corte de pelo? ¿Pedís asesoramiento?
  - ¿Cómo llevan los compañeros de clase el pelo?
  - ¿Conoces los diferentes estilos?
  - ¿Llevas el pelo como te gusta?
- Referente a la cara
  - ¿Afeitarse? ¿Barba? ¿Patillas largas?
  - ¿Depilarse las cejas? ¿Pintarse? ¿Maquillarse?
  - ¿Qué hacer con los granos?
- Complementos
- ¿Conoces estos complementos? ¿Tienes? ¿Los utilizas?
  - cinturones, zapatos, pendientes, pañuelos, bolsos, carteras, pulseras, diademas, chaquetas, cadenas, anillos, agujas de camisa...
- ¿Qué estrategias conoces para combinar la ropa, para diferenciarla...?
  - ¿Comprar siempre ropa combinable? ¿Marcar la ropa?
  - ¿Poner etiquetas? ¿Conocerla por la forma?
  - ¿Preguntando siempre?
  - Otras posibilidades...