

## Crédito variable: “Conocer es amar”

### Esther Vilalta

Licenciada en Educación Física  
Master en Educación Física Adaptada  
Profesora de Educación Física  
del IES Bisbe Berenguer

### Palabras clave

crédito variable, n.e.e., integración,  
Secundaria

### Abstract

*The article that we present is a collection of the main parts of a variable credit, designed and carried out in a Secondary school in the suburbs of Barcelona.*

*It forms a part of the thesis of Adapted Physical Activities presented to the National Institute of Physical Education of Barcelona, under the title of "Normalising sport in Secondary Schools": a line of work to facilitate integration amongst students of secondary education, through the subject of PE (variable credit, common credit, middle cycle credit)*

*"To know is to like" tries to give ways of communication between secondary students: often the students are afraid of or don't know how to relate with those who present special educative needs. Adapted sport could be a starting point.*

*The credit is designed in such a way that all students (with or without special educative needs) take maximum advantage. The first find and live new enriching situations in the development of their personality, the students with special educative needs, for the first time, could find themselves superior to their companions, their differences will make them reply better to the necessities of concentration or skill that adapted or specific sport requires.*

*We sincerely believe that this credit should form a part of the list of typified credits that the Education Department facilitates. The work that is currently being done in Primary Schools to normalise integration cannot be curtailed with the change to Secondary. The ESO allows us to do it, let's try it!*

### Resumen

El artículo que presentamos es un compendio de las partes fundamentales de un crédito variable diseñado y experimentado en un centro de Secundaria de las cercanías de Barcelona.

Forma parte de la tesis del Master de Actividades físicas Adaptadas presentado en el INEFC de Barcelona con el título: "Normalicemos el deporte en Secundaria": línea de trabajo para facilitar la integración entre los alumnos de Secundaria, mediante la asignatura de Educación Física (Crédito variable, Crédito Común, Ciclo de grado medio).

"Conocer es amar" pretende dar herramientas de comunicación entre el alumnado de Secundaria; a menudo los alumnos tienen cierto miedo o no saben como relacionarse con aquellos que presentan necesidades educativas especiales (n.e.e.). El deporte adaptado puede ser un punto de partida.

El crédito está diseñado de manera que todos los alumnos (con o sin n.e.e.) saquen el máximo provecho. Los primeros extraerán y vivenciarán situaciones nuevas y enriquecedoras de cara al desarrollo de su personalidad, los alumnos con n.e.e. podrán por primera vez situarse por encima de sus compañeros, sus diferencias les harán responder mejor a las exigencias de concentración o habilidad que el deporte adaptado o específico exige.

Creemos sinceramente que este crédito debería formar parte de la lista de créditos tipificados que el Departament d'Ensenyament facilita. El trabajo que actualmente se realiza en las escuelas de Primaria con el fin de normalizar la integración no debe quedar interrumpido con el paso a Secundaria. La ESO nos permite hacerlo, ¡intentémoslo!

### Introducción

El crédito "Conocer es amar" nace de la necesidad de encontrar herramientas para conseguir la integración real de los alumnos con necesidades educativas especiales (n.e.e.) en los centros de Secundaria mediante la asignatura de Educación Física.

La actual reforma educativa de la Enseñanza Secundaria ha supuesto una serie de cambios para todo el profesorado, generando, por un lado, situaciones de bloqueo en más de un profesional, y por otro, un estímulo para buscar nuevas fórmulas para conseguir lo que en realidad se nos pide: **Educar**. La irrupción en las aulas de los antiguos bachilleratos o formación permitían, de chicos y chicas con n.e.e. serias, ha hecho tambalear los esquemas sólidos que nos permitían: **Enseñar** los contenidos de las diferentes materias.

La reforma en secundaria permite atender la diversidad del alumnado de manera seria, aunque los recursos materiales de los que se dispone son del todo insuficientes.

Las contradicciones que desde la administración de enseñanza se generan en los Institutos son más de una vez irresolubles; ¿Cómo se puede integrar a los alumnos que para desplazarse utilizan sillas de ruedas, si en los centros no se dispone de un elevador para acceder a las aulas? Medios tan básicos como la falta de material adecuado, o la falta de presupuestos, para reducir barreras arquitectónicas en los edificios donde conviven alumnos con n.e.e. físicas i/o sensoriales, hacen que la ilusión y dedicación del profesorado día a día se deteriore y se acabe por ignorar a los alumnos que no presenten trastornos de conducta, confiándolos a las manos de los maestros de pedagogía terapéutica (MPT) o a psicopedagogos que, con más o menos suerte,

encontrarán algún curso de garantía social cuando los alumnos alcancen la edad laboral.

En el caso de los alumnos que presentan trastornos de conducta, seguramente se utilizarán los reglamentos de régimen interior (RRI) para despedir o sancionar a aquellos que por incapacidad social, conductual, o psíquica, no consiguen cumplir con las normas de convivencia mínimas de los centros. En los casos de los más pequeños (1er ciclo de la ESO), puede que se opte por una derivación hacia las escuelas más especializadas, las escuelas de Educación Especial de toda la vida, siempre y cuando los padres puedan pagarlo, ya que, actualmente la red de escuelas públicas para alumnos con n.e.e. es ínfima y casi podríamos decir que insultante (1).

Si bien todo lo que acabo de exponer tiene difícil solución, y a la vez resulta desalentador, no es menos cierto que aún podemos contar con los recursos personales del profesorado. La reforma educativa permite adecuar la secuencia de contenidos a las necesidades individuales de cada centro, de cada grupo y de cada alumno en particular. Es imprescindible sólo que el educador esté dispuesto a dedicar muchas más horas para conseguirlo. Las actitudes de los profesores de secundaria no son negativas de cara a la integración (ver J. Hernández y V. Hospital, 1997/1998), pero la formación para conseguir el reto es insuficiente y las horas para realizarla pasan por horarios totalmente extraprofesionales.

Centrándonos en la asignatura de Educación Física, podemos asegurar que actualmente sólo a través de la escuela de verano, o los cursos de postgrado del INEFC, un licenciado en Educación Física puede formarse en el *campo de las necesidades educativas especiales de alumnos de secundaria*. Estos cursos son de pago y no se cuenta con ayuda o beca significativa y específica por parte del Departament d'Ensenyament, que de alguna manera compense el esfuerzo personal.

Con el crédito variable "Conocer es amar" he intentado transmitir las experiencias llevadas a cabo en un IES de las cercanías de Barcelona, que pueden ser extrapolables a cualquier IES.

El crédito se diseñó pensando en la atención de los alumnos con n.e.e. desde el punto de vista de la integración.

El objetivo primordial del crédito era dar herramientas de comunicación a los alumnos que en principio no presentaban n.e.e. Era necesario perder el miedo a comunicarse con aquellos que sentían la vida de manera diferente, hacía falta vivir situaciones extremas para poder extrapolar los resultados a la vida cotidiana del IES. Y el deporte podía ser el punto de partida.

La atención individualizada de los casos más relevantes de alumnos con n.e.e. se había planteado seriamente. Cada uno de ellos podía conseguir unos objetivos a la medida de sus posibles capacidades. Se habían hecho dos ACI (adaptaciones curriculares individualizadas) y una modificación curricular. Pero el hecho de adecuar los contenidos de los alumnos con n.e.e. no solucionaba lo que en definitiva nos habíamos planteado, la integración de todos los alumnos en la dinámica del grupo tanto dentro de las clases específicas como fuera de ellas. Los alumnos con n.e.e. que durante las clases de Educación Física compartían espacios, conversaciones, juegos y material, en las horas de recreo quedaban aislados en el patio. Hacía falta, pues, encontrar algo más para conseguir la integración. No era suficiente con incentivar, animar, adaptar y/o modificar los contenidos del alumno n.e.e., posiblemente **faltaba modificar actitudes en los alumnos que no presentaban ninguna discapacidad**.

Llegar a esta conclusión costó un año de trabajo, de aciertos y desaciertos. Parecía que todo aquello que el despliegue curricular del Área de Educación Física permitía se había intentado y habíamos avanzado de cara a la integración del alumno con n.e.e. al grupo-clase dentro del horario lectivo. Pero los compañeros seguían ignorando su presencia fuera de las aulas o el gimnasio. Los alumnos con n.e.e. quedaban solos durante las horas de recreo, en las entradas y salidas, en las excursiones, nadie reparaba en las dificultades de transporte; las barreras arquitectónicas se hacían evidentes, frente al silencio de un alumno



que se quedaba quieto y solo mirando como sus compañeros desaparecían, entendiéndolo, o no, que él era diferente.

Hacía falta encontrar herramientas correctoras de estas conductas urgentemente. La cotidianidad de ver "aparcado" al compañero era más peligrosa que el hecho de no saber que existía. La constatación diaria de que esta sociedad no tiene en cuenta a aquel que es diferente y la práctica diaria de este "contravalor" dentro de un centro de educación ya desde la adolescencia sorprendía nuestra sensibilidad. En pocas palabras, **estábamos enseñando a nuestros alumnos el "valor" de la indiferencia**.

A raíz del *procticum* de deporte adaptado, del Master en AFA y el de Centros Específicos, decidí abordar la integración desde la otra perspectiva: **Nuestras acciones no irían encaminadas a mejorar o integrar a los alumnos con n.e.e. sino a dar a conocer y buscar herramientas de comunicación para aquellos que no tienen ninguna dificultad**. El campo de la Educación Física y el deporte adaptado podían ser el punto de partida.



(1) En la ciudad de L'Hospitalet de Llobregat, de 250.000 habitantes, sólo se cuenta con una escuela pública que atiende a los alumnos con n.e.e.



Así nació el proyecto: "**Conocer es amar**". Dado el éxito y los resultados obtenidos me animé a plantear una nueva acción dentro de la franja de créditos comunes: "**Acerquémonos**", y finalmente hemos planteado un nuevo proyecto, aún más participativo, ya que moverá la totalidad del Claustro, AMPA y el alumnado: "**Citius, Altius, Fortius... ¿nuevo siglo, nuevo eslogan?**". Hay que decir que estos proyectos no habrían visto la luz si no hubiera contado con el soporte, tanto técnico como moral, del Master AFA, la aportación material y también moral del Institut Municipal d'Educació (IMEB) y el hecho de disfrutar de una dirección abierta e innovadora en el Centro donde se han llevado a cabo, de un equipo de profesores, en general, dispuesto a entender las n.e.e. y el soporte del EAP. Finalmente sólo querría hacer constar que este artículo pretende especialmente dar herramientas a todos aquellos que como a mí, un día, una mirada, un gesto, les hace reaccionar, olvidando todo lo que la administración nos niega, y sacando lo mejor de cualquier **profesor de Educación Física** lleva dentro de sí mismo: ilusión, persistencia, resistencia a las frustraciones, tolerancia, cierto idealismo, planificación o cuantas cosas que el deporte nos ha marcado fuera de las aulas y cuantas sentimos dentro del INEFC! En definitiva: **ganar retos a medida que se nos presenten sin cobrar el esfuerzo que nos plantea**.

### Objetivos terminales

Los objetivos terminales determinados por el Departament d'Ensenyament no contemplan objetivos específicos sobre el conocimiento del deporte adaptado, las dife-

rencias físicas, sensoriales o psíquicas. Se valora el efecto del entrenamiento sobre el organismo normalizado.

No vienen marcados específicamente la utilización de asignaturas como un medio de integración de los alumnos con n.e.e. Ya que la integración es patente en los centros de Secundaria, creo que se tendrían que añadir algunos objetivos didácticos de los que en esta tesis se plantean, como objetivos terminales de la Educación Física en la Enseñanza Secundaria Obligatoria.

- Usar las diferentes técnicas y habilidades en la práctica del ejercicio físico. (2)
- Aplicar las reglas y normas de los diferentes juegos, deportes y otras actividades físicas. (7)
- Mejorar y combinar las habilidades motrices como base para poner en práctica las técnicas y destrezas específicas más adecuadas en cada situación motriz. (13)
- Comunicarse con los otros mediante elementos propios de la actividad motriz. (14)
- Aceptar la propia realidad corporal. (17)
- Valorar diversas formas de comunicación no verbal. (18)
- Aceptar las diferentes habilidades entre personas, sin discriminación por razones de sexo o capacidad física, sensorial o psíquica. (19) (\*)
- Respetar las reglas y normas de las diferentes actividades.

### Objetivos didácticos

A la finalización del crédito, el alumno habrá practicado y será capaz de:

- Realizar diferentes habilidades motrices con falta de visión o dificultad motórica.
- Conocerá y practicará las normas y reglas básicas de los deportes adaptados.
  - ◆ Boccia
  - ◆ Goalball
  - ◆ Atletismo adaptado a la falta de visión
  - ◆ Atletismo adaptado a la dificultad motórica
  - ◆ Voleibol sentados en el suelo
  - ◆ Hockey interior
- Habrá ejecutado prácticas lúdicas de habilidades y juegos motrices, con falta de alguna cualidad sensitiva o motora.

- Habrá reflexionado y será capaz de extraer conclusiones para mejorar la comunicación con los demás sin limitación por razón de diferencias motrices, sensoriales, psíquicas o culturales.
- Habrá vencido el miedo o reticencia a compartir espacios o experiencias con otras personas diferentes.
- Sentirá la necesidad de mejorar el espacio y el material cercano, para que todo el mundo pueda disfrutar, sin ser excluido por causa de diferencias de ningún tipo.
- Será capaz de explicar al resto de compañeros la necesidad y la diversión que el deporte adaptado nos ofrece, consiguiendo una mejora en la comunicación.
- Será capaz de valorar el esfuerzo que los deportistas con discapacidad realizan con el fin de practicar actividad física.
- Valorará el deporte como una herramienta de comunicación con aquellos que son diferentes.
- Conocerá los elementos que favorecen la comunicación y aquellos que la dificultan.
- Conocerá las normas básicas de funcionamiento del cuerpo humano, y valorará positivamente las adaptaciones que se desarrolla ante las discapacidades.
- Conocerá la importancia del Barón de Coubertin, en el resurgimiento del movimiento olímpico, y valorará positivamente el empeño y la lucha del personaje histórico.
- Conocerá el movimiento paralímpico y los principales aspectos de su organización y evolución.
- Se le habrá despertado un espíritu crítico y un deseo de lucha frente a la intolerancia y los estereotipos corporales que se nos imponen.
- Conocerá las características de las diferentes discapacidades motrices y sensoriales. Limitaciones, clasificaciones y posibles ayudas que faciliten la vida de cada día.
- Conocerá las características generales de los retrasos intelectuales y Síndrome de Down.
- Habrá entendido las principales habilidades sociales necesarias para poder tratar correctamente con personas discapacitadas.

(\*) En el objetivo terminal n.º 19 sólo se habla de diferencia física.

## Contenidos procedimentales

### Habilidades motrices

Utilización de las diferentes habilidades motrices para aplicarlas posteriormente en el aprendizaje de técnicas, habilidades y destrezas específicas.

- Práctica de lanzamientos y recepciones
    - Con antifaz y pelota de cascabeles
    - En silla de ruedas
    - Sentados en el suelo
    - Con material alternativo (picas y disco de felpa)
  - Práctica de diferentes posibilidades de impactos, golpes y paradas
    - Con antifaz y pelota de cascabeles
    - En silla de ruedas
    - Sentados en el suelo
    - Con material alternativo (picas y disco de felpa)
    - Con segmento corporal atado al cuerpo (manos o una pierna)
- Adecuación de las habilidades de giros, desplazamientos, saltos y equilibrios y sus combinaciones en situaciones de complejidad creciente
- Práctica de desplazamientos
    - En diferentes direcciones y apoyos utilizando las sillas de ruedas, los antifaces, los compañeros guías, sentados en el suelo, y con algún segmento corporal atado al cuerpo, etc.
  - Práctica de giros
    - Práctica de giros en diferentes ejes, con los ojos vendados, en silla de ruedas, desde la posición de sentados en el suelo

### Técnicas de expresión corporal

Prácticas de comunicación corporal espontánea

- Representación de sensaciones, sentimientos, estados de ánimo, etc. Sin utilizar la voz

### Prácticas de actividades físico-deportivas

Ejecución de gestos técnicos de los juegos y de los deportes colectivos con oposición cooperación, de oposición e individuales sin oposición, adaptados a deficiencias físicas, psíquicas o sensoriales

- Práctica del voleibol sentados en el suelo
  - Práctica del pase, en parado y en desplazamiento con las manos
  - Práctica del servicio desde el suelo
  - Práctica del bloqueo y el remate
  - Partidos
- Práctica del Atletismo
  - Carreras con falta de visión, con o sin guía
  - Saltos de longitud con falta de visión
  - Lanzamiento de peso con falta de visión
  - Carreras en silla de ruedas
  - Lanzamiento en silla de ruedas
  - Carreras y lanzamientos con un segmento corporal atado al cuerpo
- Práctica del Goalball
  - Práctica del lanzamiento de la pelota de cascabeles
  - Práctica de la parada de la pelota de cascabeles
  - Práctica de estrategias básicas de equipo
  - Partidos
  - Construcción de material (antifaces, pelota de cascabeles)

- Práctica de equilibrios
  - Práctica y experimentación de equilibrios, con antifaz, en silla de ruedas, modificando la altura del centro de gravedad, y la superficie de contacto
  - Práctica de equilibrios y reequilibrios sin visión
- Práctica de saltos
  - Práctica sin y con aplicación de diferentes tipos de carrera de impulso, sin visión
  - Experimentación con un segmento corporal atado al cuerpo.
- Ejercitación de la coordinación
  - Ejercitación de situaciones desconocidas de dificultad variable y progresiva y que impliquen la intervención de los mecanismos de percepción, decisión y ejecución
    - ♦ Con antifaz y pelota de cascabeles
    - ♦ En silla de ruedas
    - ♦ Sentados en el suelo
    - ♦ Con material alternativo
    - ♦ Con algún segmento corporal atado al cuerpo
  - Ejercitación con material variado, y en la medida de nuestras posibilidades desconocido por el alumno
  - Picas, disco de felpa, pelotas de cascabeles, pelotas de arroz, cubos de espuma, etc.

Técnicas de expresión corporal con movilidad y coordinaciones diversas

- Prácticas que favorecen la desinhibición y la superación del ridículo, utilizando los antifaces

- Práctica del baloncesto en silla de ruedas
  - Práctica del bote en parado y en movimiento
  - Práctica de los pases en parada y en movimiento
  - Práctica de tiro a canasta
  - Partidos
- Práctica de Boccia
  - Práctica del lanzamiento en precisión
  - Partidos en equipo
  - Construcción del material (pelotas de arroz)
- Práctica del hockey interior
  - Prácticas de pasadas, recepciones y tiros a portería en movimiento o parado
  - Prácticas de estrategias básicas del juego (organización de los jugadores en el terreno de juego y ocupación correcta del espacio, utilización de los desmarques, etc.)
  - Partidos
  - Aplicación de las normas y reglas en los juegos y deportes adaptados, trabajados

Cuadro 1.



## Hechos, conceptos y sistemas conceptuales

### Adecuación del cuerpo a la actividad física

*Repercusiones de la actividad física para mejorar la salud y la calidad de vida*

- Actividad física y salud
  - Funcionamiento básico del cuerpo humano
    - ♦ Aparato locomotor
    - ♦ Sistema cárdio-vascular
    - ♦ Sistema nervioso
    - ♦ Aparato respiratorio
    - ♦ Los sentidos (vista, tacto, olfato, gusto y oído)
  - Tipos de discapacidades (físicas, sensoriales, mentales)
    - ♦ Discapacidad visual (B1, B2, B3)

- ♦ Amputaciones, paraplejas
- ♦ Parálisis cerebral
- ♦ Retrasos mentales (Síndrome de Down)
- ♦ Discapacidades de comunicación
  - † Auditivas y de habla
- Formas diferentes de comunicación (culturales sensoriales)
  - † Hábitos en otras culturas (árabe)
  - † Lenguajes: Braille, de signos, no verbal, etc.
- La salud como algo más que ausencia de enfermedad
  - † Posibilidades que ofrece el deporte adaptado
- La comunicación, aspectos que la favorecen

### Juegos y Deportes

*Principales gestos técnicos de los deportes y juegos colectivos*

- Principales gestos técnicos del Goalball
    - Los lanzamientos
    - Las paradas
    - Los pases
    - Acciones de defensa y ataque
  - Principales gestos técnicos de la Boccia
    - Acciones de defensa y ataque, individual y en equipo
    - Acciones de ataque y defensa con estría
  - Principales gestos técnicos del Buscad en silla de ruedas
- Reglas y normas de los deportes y juegos colectivos*
- Principales normas del Goalball
  - Principales normas de la Boccia en equipo
  - Principales normas y adaptaciones del Voleibol sentado
  - Principales normas y adaptaciones del baloncesto en silla de ruedas
  - Principales normas y adaptaciones del Hockey interior

*Principios de la comunicación motriz y la estrategia consiguiente en los juegos y deportes colectivos.*

- En el Goalball
- En la Boccia
- En el atletismo adaptado a las dificultades visuales (guía)

*Reglas y normas de los deportes individuales sin oposición*

- Principales reglas del Atletismo adaptado a la falta de visión
- Principales reglas del Atletismo adaptado a dificultad motórica

*Conocimiento de un personaje histórico, relacionado con el deporte:*

*Pierre Fredy de Coubertin*

- Datos cronológicos y principales acciones con el fin de resurgir el movimiento olímpico

*Conocimiento del movimiento paralímpico*

- Organización y evolución de las paralimpiadas
- Principales deportes y deportistas paralímpicos

Cuadro 2.

## Valores, normas y actitudes

### Valoración del propio cuerpo

*Aceptación, valoración y respeto del propio cuerpo*

- Concienciación de la necesidad de conocer el propio cuerpo
- Predisposición para mejorar cualquier aspecto motriz

*Valoración de los efectos positivos de las actividades físicas*

- Valoración del gusto por la actividad física no competitiva, por el propio placer de la práctica.
- Respeto al juego como medio socializador
- Valoración de la actividad física para disfrutar del tiempo libre
- Valoración de la actividad física como herramienta de comunicación con aquellos que son diferentes a nivel sensitivo, motor, social o intelectual.

### Valoración de la comunicación con los otros

*Tolerancia con respecto a los comportamientos de los otros*

- Aceptación de los errores de los compañeros y compañeras durante la actividad física
- Aceptación de las propias posibilidades respecto al oponente
- Atención a la diversidad (sensorial, física, intelectual o cultural)
- Aceptación de los diferentes comportamientos de los participantes en el juego y los resultados de los partidos
- Aceptación y tolerancia de los diferentes rendimientos al ejercicio respecto a cualquier diferencia

(motórica, sensitiva, cultural o intelectual)

- Tolerancia con respecto a la tradición con cualquier grupo de los compañeros y compañeras

*Aceptación de los resultados en los juegos y deportes*

*Preocupación por la consecución de los hitos comunes*

- Aceptación de las actividades propuestas por los compañeros y compañeras
- Deseo de colaboración con los otros, con el fin de conseguir hitos comunes

*Aceptación de las reglas y normas de la actividad física*

- Respeto hacia las decisiones arbitrales

### Respeto por el entorno

*Respeto hacia el entorno natural y urbano*

- Preocupación por detectar las barreras arquitectónicas
- Sensibilización y actuación con el fin de reivindicar la mejora de las instalaciones y del material porqué todos podemos disfrutar, sin limitación, por causas físicas, psíquicas o sensoriales.

*Preocupación y respeto por la utilización adecuada del material y las instalaciones*

- Sensibilización por la conservación y el mantenimiento del material utilizado en las actividades de las instalaciones
- Preocupación para disfrutar del material necesario, para la práctica del deporte adaptado

Cuadro 3.

## Actividades de enseñanza aprendizaje

SESIÓN	CONTENIDOS	MODIFICACIÓN
1	Debate tema "Deporte-Salud" (que es tener salud). Una persona con <i>handicaps</i> , ¿Puede tener máxima salud? Pena-lástima-miedo. FALTA DE HERRAMIENTAS PARA LA COMUNICACIÓN	Introducir un video para sensibilizar de entrada
2	El cuerpo humano. <b>Murales en grupo</b>	Hacen falta imágenes
3	<b>Exposición Oral</b> sobre diferentes trabajos hechos y exponer en el aula o gimnasio los murales	Sería bueno registrarlo en video
4	Diseción de algún órgano (cordero o cerdo). Esqueleto - Clase en el Laboratorio	Contar con la ayuda del profesor de Biología
5	Discapacidad - Minusvalía - "necesidades especiales". <b>VIDEOS</b>	
6	<b>Construcción de objetos:</b> Pelota de Cascabeles, máscaras. Pelotas de Boccia. Máscaras de deficiencia visual.	Herramientas de "Tecnología"
7	<b>La Falta de visión</b> -Video-	Colaboración ONCE
8/9	<b>Práctica "falta de visión"</b> Recorridos, esquema del recorrido, juegos, salir del IES/dif. temperaturas y ruidos, recoger cosas del suelo, juegos, carreras. <b>ATENCIÓN-RESPONSABILIDAD DEL GUÍA</b>	
10	<b>Goalball</b> "normas de juego"	
11/12	Goalball - Atletismo con guía	
13	<b>ALMORZAR A OSCURAS</b>	Cada uno se lleva "la comida"
14	Deficiencia <b>auditiva</b>	Profesor invitado
15	<b>Debate:</b> Deficiencias sensoriales	
16	<b>Lesiones medulares y amputaciones</b> "normas de juego" Voleibol	
17/18	Práctica de iniciación al <b>Voleibol</b> , nadie puede levantarse	
19	<b>Atletismo amputados</b>	Cuerdas o cinturones
20	<b>Desplazamientos en sillas de ruedas</b> dentro y fuera del IES. Romper barreras arquitectónicas y sociales	Sillas Diputación o ECOM
21	Normas de juego del <b>Baloncesto</b> en silla. Ejercicios de pases, desplazamientos, lanzamientos,...	
22	Baloncesto en silla	
23	<b>Parálisis cerebral</b>	Fed. Boccia
24	Boccia / Boccia con canal	
25	<b>Aerobic</b>	Ellos llevan la música
26	LAS PARALIMPIADAS	
27	<b>La Comunicación Retraso intelectual / dificultades culturales y sociales</b>	EAP/ Psicopedagogo
28	<b>Hockey interior</b>	
29	<b>Judo para invidentes</b> (Adversario - Guía)	
30	<b>Esgrima para lesionados medulares</b>	
31	<b>Coloquio puesta en común</b>	
32	<b>Organización de un campeonato de diferentes deportes adaptados</b>	
33	Organización de un campeonato	
34	Evaluación	
35	Evaluación	

## Temporalización

### Relación de contenidos por sesión (evaluación)

SESIÓN	CONTENIDOS	HORAS	
1	Debate tema "Deporte-Salud" (¿qué es tener salud?) Una persona con <i>handicaps</i> , ¿Puede tener máxima salud? Pena-lástima-miedo. FALTA DE HERRAMIENTAS PARA LA COMUNICACIÓN	Presentación y explicación de objetivos 1 h	
2	El cuerpo humano. Murales en grupo	Conocimiento del cuerpo humano	
3	Exposición oral sobre diferentes trabajos hechos y exponer en el aula o gimnasio los murales		
4	Diseción de algún órgano (cordero o cerdo). Esqueleto - Clase en el Laboratorio.		
5	Discapacidad - Minusvalía - "necesidades especiales". <b>VIDEOS</b>		
6	Construcción de objetos: Pelota de cascabeles, máscaras. Pelotas de Boccia. Máscaras de deficiencia visual	Construcción de objetos 1 h	
7	La falta de visión -Video-	Deficiencia sensorial	
8/9	Práctica "falta de visión"		
10	Recorridos, esquema de recorrido, juegos		
11/12	Salir del IES/dif. temperaturas y ruidos, recoger cosas del suelo, juegos, carreras. <b>ATENCIÓN-RESPONSABILIDAD DEL GUÍA.</b> Goalball "normas de juego" Goalball - Atletismo con guía		
13	<b>ALMORZAR CIEGOS</b>		
14	Deficiencia auditiva		
15	Debate: Deficiencias sensoriales		
16	Lesiones medulares y amputaciones "normas de juego" Voleibol		Deficiencia física y motora
17/18	Práctica de iniciación al Voleibol, nadie puede levantarse		
19	Voleibol		
20	Atletismo amputados		
21	Desplazamientos en sillas de ruedas dentro y fuera del IES		
22	Romper barreras arquitectónicas y sociales		
23	Normas de juego del Baloncesto en silla. Ejercicios de pases, desplazamientos, lanzamientos...		
24	Baloncesto en silla		
25	Aerobic		
26	Parálisis cerebral Boccia / Boccia con canal		
27	LAS PARALIMPIADAS	Juegos olímpicos 1 h	
28	La Comunicación Retraso intelectual / dificultades culturales y sociales	Retraso intelectual	
29	Hockey interior	2 h	
30	Judo para invidentes (Adversario - Guía)	Deportes de adversario	
31	Esgrima para lesionados medulares		
32	Coloquio puesta en común	1 h	
33	Organización de un campeonato de diferentes deportes adaptados	2 h	
34/35	Evaluación	2 h	

### Atención a la diversidad

Dados los objetivos y contenidos de este crédito, resulta clara la necesidad de atender la diversidad, en cualquier momento, tanto para aquellos chicos que se encuentran por encima de la mediana, como para aquellos que quedan por debajo.

Para todos ellos, la falta de estabilidad por falta de alguna extremidad o de algún sentido es una situación totalmente nueva, y las reacciones serán también nuevas para todos.

Entenderemos en esta ocasión, que algunos alumnos no puedan superar la angustia que supone quedar una hora sin visión, o bien superar la sensación de impotencia que provoca un paseo por el exterior del centro en silla de ruedas, si se da esta situación, los animamos a actuar como guías o colaboradores de aquellos más atrevidos. La calificación global del crédito, en principio, no ha de ser el objetivo del alumnado, no buscamos aquel que es excelente en deporte adaptado, o aquel que sólo obtiene un resultado suficiente, busca-

mos que todos los alumnos que cursen este crédito despierten una sensibilidad especial de cara a aquellos compañeros o compañeras que dentro del mismo IES presentan ciertas discapacidades. Queremos que todos, en su vida, reflexionen y se conciencien sobre las posibilidades de diversión y comunicación que les brinda el deporte adaptado.

Para aquellos alumnos que deseen más información, se les facilitará direcciones y bibliografía con el fin de involucrarles más en este mundo.

#### ACTIVIDAD DE EVALUACIÓN - 1: Los alumnos valorarán del 1 al 5

	5	4	3	2	1
1. Eres capaz de realizar diferentes habilidades motrices con falta de visión o disminución grave de movilidad.					
2. Conoces y has practicado las normas y reglas básicas de los deportes adaptados					
Goalball .....					
Boccia .....					
Atletismo adaptado a deficiencia visual.....					
Atletismo en silla de ruedas.....					
Atletismo para amputados.....					
Voleibol sentados en el suelo.....					
Hockey interior.....					
Rugby/Esgrima o Judo .....					
Aerobic .....					
3. ¿Has encontrado algún deporte adaptado que te haya gustado mucho?					
4. ¿Estás interesado en ir a ver partidos o entrenamientos?					
5. ¿Sabes diferenciar los conceptos: minusvalía, discapacidad, integración, adaptación?					
6. ¿Conoces la diferencia entre discapacidad física, sensorial, psíquica, social o cultural?					
7. ¿Conoces los elementos que originan las diferentes discapacidades y de aquellos que las padecen?					
8. ¿Has descubierto nuevas maneras de relacionarte?					
9. Este crédito me ha gustado					
10. ¿Te gustaría en un futuro dedicarte a un trabajo donde los conocimientos sobre las diferentes discapacidades fuesen imprescindibles?					

#### EVALUACIÓN - 2: Los alumnos valorarán del 1 al 5 y harán un comentario adjunto a cada una de las preguntas

	5	4	3	2	1
1. ¿Has extraído conclusiones con el fin de mejorar la comunicación con aquellas personas a las que no sabías cómo acercarte?					
2. Da ejemplos de cómo modificar instalaciones o material para que todo el mundo tenga acceso a la práctica de la actividad física.					
3. ¿Aplicas los contenidos actitudinales dentro de las clases de crédito común, durante las horas de recreo?					
4. ¿Sabes quién fue el instaurador del nuevo movimiento olímpico y el paralímpico?					
5. ¿Valoras el deporte como una primera herramienta de comunicación?					
6. ¿Conoces y practicas, en la medida que te es posible, las habilidades sociales necesarias para tratar correctamente con personas que sienten de manera diferente?					
7. ¿Que piensas de los modelos estereotipados que la sociedad nos intenta dar como válidos?					
8. Piensa qué profesión te gustaría hacer y cómo aplicarías los conocimientos adquiridos en este crédito. (Ej.: si fuese arquitecto, creo que diseñaría casas diferentes, sin escaleras, con timbres visuales además de los acústicos...)					
9. ¿Qué sesión ha sido para ti la mejor y cuál la peor? Mejor: Peor:					
10. ¿Como valoras a los deportistas paralímpicos? ¿Cuáles crees que son sus características principales?					

# ANEXOS

## Anexo 1

<b>CONOCER ES AMAR (C.V.)</b>		<b>Curso: 3.º ESO</b> <b>3.º Trimestre</b>	
<b>Sesión:</b> 10 <b>Goalball:</b> normas de juego / práctica	<b>Institución o persona colaboradora:</b> ninguna		
<b>Objetivo didáctico de la sesión</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Conocerá y practicará las normas y reglas básicas de los deportes adaptados: Goalball (2).</li> <li>• Realizar diferentes habilidades motrices con falta de visión (1).</li> <li>• Sentir que el deporte adaptado provoca diversión y puede ser una herramienta para mejorar la comunicación (7).</li> <li>• Valorar el deporte adaptado como una herramienta de comunicación (9).</li> <li>• Despertar el espíritu crítico y el deseo de lucha frente a la intolerancia y los estereotipos corporales que los diferentes medios de comunicación nos imponen. (14)</li> </ul>		<b>Material necesario</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Pelota de goalball</li> <li>• Máscaras</li> <li>• Cintas adhesivas</li> <li>• Cuerdas</li> </ul>	
<b>Presentación y desarrollo de la actividad</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Se dará el dossier de normas de juego y se hará una breve explicación.</li> <li>• Los propios alumnos marcarán con las cuerdas y la cinta adhesiva el campo. Se agruparán en equipos de 4 (3 jugadores y un delegado de equipo).</li> <li>• El delegado, una vez colocadas las máscaras, acompañará a los jugadores a sus lugares.</li> <li>• Cada equipo jugará durante 10 minutos, y dará paso a 2 equipos nuevos.</li> <li>• El resto de los alumnos quedará callado y observará los aciertos y errores cometidos por sus compañeros.</li> </ul>			
<b>Trabajo a realizar por parte del alumnado</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Durante la sesión los alumnos que no estén jugando, tomarán nota de aquellos aciertos o errores más evidentes.</li> <li>• Leer y subrayar los conceptos más importantes del dossier de normas de juego del goalball.</li> <li>• Redacción sobre lo que han sentido mientras jugaban o veían jugar, y las características que creen imprescindibles para poder practicar este deporte.</li> </ul>			

### EVALUACIÓN DE LA SESIÓN

Ítems a valorar	Fuerza	De tanto en tanto	Nada	Actitudes negativas
Los alumnos han mostrado interés inicial en realizar la práctica, prestándose voluntarios para su inicio				
Los alumnos han colaborado en el marcaje de la pista				
Han entendido y practicado en silencio				
Han visto el Goalball como un deporte, igual que los que hasta ahora conocen a nivel normalizado				
Habían visto jugar al Goalball en directo				
En las redacciones empieza a verse más la admiración y las ganas de practicar, que la "pena" por no poder ver.				
Han sentido, aparte de congoja, sensaciones positivas.				
Creo que han entendido el mensaje.				

**SESIÓN PRESCINDIBLE**

**SESIÓN IMPRESCINDIBLE**

#### Mejoras

- Si se puede contar con material propio de goalball es mucho más real y atractivo.
- Es interesante hacer una grabación en vídeo, de manera que después puedan observarse.



## Anexo 2

<b>CONOCER ES AMAR (C.V.)</b>		<b>Curso: 3.º ESO</b> <b>3.º Trimestre</b>
<b>Sesión: 13</b> <b>Comer a oscuras (*)</b>	<b>Institución o persona colaboradora:</b> Alumnos colaboradores (¿UAC?)	
<b>Objetivo didáctico de la sesión</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Despertar un espíritu crítico y deseo de lucha frente a la intolerancia (14).</li> <li>• Reflexionar y extraer conclusiones para mejorar la comunicación con otras personas que ven y sienten de manera diferente (4).</li> <li>• Vencer el miedo o reticencia a compartir espacios o experiencias con otras personas diferentes (5).</li> <li>• Sentir el deseo de mejorar el espacio y el material cercano, para que todo el mundo pueda disfrutar (6).</li> <li>• Valorar el esfuerzo que otras personas hacen para integrarse en una sociedad que les es adversa (8).</li> <li>• Practicar y conocer los elementos que mejoren la comunicación (10).</li> <li>• Sentir las adaptaciones que hace el organismo con el fin de adaptarse a la falta de visión (11).</li> </ul>		<b>Material necesario</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Sala amplia</li> <li>• Mesas amplias</li> <li>• Sillas</li> <li>• Posibilidad de agua</li> <li>• Papeles y trapos</li> <li>• Enseres de limpieza</li> <li>• Platos, cubiertos y vasos de plástico</li> <li>• Pastel (tipo nata)</li> </ul>
<b>Presentación y desarrollo de la actividad</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Los alumnos que están matriculados en el C.V. llevarán de su casa el almuerzo, intentando que el resto de compañeros no sepan qué es, pueden engañarse.</li> <li>• Las comidas tienen que ser frías con el fin de que resulte más fácil la práctica (tortillas, croquetas, ensaladas de pasta, pollo, embutido, etc.) y una bebida, de cualquier tipo (desde leche a refrescos o zumos).</li> <li>• Cada bolsa se dará a la profesora a primera hora de la mañana.</li> <li>• Los alumnos colaboradores y el profesor/a distribuirán la comida en diferentes platos intentando que haya diferentes sabores y texturas en cada uno de ellos.</li> <li>• Pondrán la mesa y distribuirán las sillas en grupos de 4 o 6.</li> <li>• Todos los alumnos se pondrán las máscaras y serán guiados por los alumnos colaboradores a una sala diferente de las habituales.</li> <li>• Una vez los alumnos estén sentados, y hayan intentado averiguar dónde se encuentran, con quién, y qué tienen sobre la mesa (vaso, cubiertos, pan, servilleta, etc.), se repartirán los platos llenos y las bebidas, intentando que cada alumno tenga una diferente.</li> <li>• A modo de sorpresa se repartirán los postres</li> <li>• Finalmente, los alumnos se sacarán las máscaras y comprobarán si lo que se imaginaban tenía relación con lo que ven.</li> </ul>		
<b>Trabajo a realizar por parte del alumnado</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Llevar de casa la comida fría, una bebida, una servilleta, cubiertos.</li> <li>• Redactar las sensaciones vividas desde antes de empezar la comida, durante y después.</li> <li>• Explicar las estrategias realizadas con el fin de averiguar dónde se encuentran, identificar la bebida o la comida, pequeños fracasos (caídas de vasos...) sensaciones importantes (olores, conversaciones, reacciones... etc.).</li> </ul>		

### EVALUACIÓN DE LA SESIÓN

Ítems a valorar	Fuerza	De tanto en tanto	Nada	Actitudes negativas
Los alumnos han mostrado interés en realizar la práctica				
Los alumnos han llevado comida y bebida				
Se han dejado aconsejar por los alumnos colaboradores				
Se han mostrado alegres durante la práctica				
Han buscado estrategias para situarse				
Los contenidos de los textos escritos hacen valoraciones sobre las diferentes estrategias utilizadas				
Se muestran críticos en la falta de medios para facilitar las tareas cotidianas que han de realizar las personas invidentes				
Los alumnos han valorado la dificultad con que las personas invidentes realizan sus actividades cotidianamente				
Creo que han entendido el mensaje				

**SESIÓN PRESCINDIBLE**

**SESIÓN IMPRESCINDIBLE**

#### Mejoras

- Grabación de la actividad en vídeo.
- Atención con los alumnos que por diferentes motivos no pueden comer algún tipo de alimento (azúcar, carne de cerdo, etc.).

(\*) Sesión ideada originalmente por Santiago Sanz, profesor máster AFA (INEFC).

## Anexo 3

<b>CONOCER ES AMAR (C.V.)</b>		<b>Curso: 3.º ESO</b> <b>3.º Trimestre</b>	
<b>Sesión: 14</b> <b>Deficiencia auditiva</b>	<b>Institución o persona colaboradora:</b> Profesor de lenguaje de signos		
<b>Objetivo didáctico de la sesión</b>		<b>Material necesario</b>	
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Sentir personalmente el esfuerzo que los deficientes auditivos han de realizar con el fin de desenvolverse normalmente en lugares y actividades cotidianos para los alumnos (8).</li> <li>• Reflexionar y extraer conclusiones para conocer y mejorar los elementos que conformen la comunicación (4).</li> <li>• Conocer el lenguaje de los signos (10).</li> <li>• Valorar el deporte como una herramienta de comunicación, con aquellos que son diferentes (9).</li> <li>• Despertar el espíritu crítico y deseo de mejora frente a la intolerancia.</li> </ul>		<ul style="list-style-type: none"> <li>• Video programa "Entre líneas" de TV3.</li> <li>• Hoja del abecedario del lenguaje con las manos</li> </ul>	
<b>Presentación y desarrollo de la actividad</b>			
<ul style="list-style-type: none"> <li>• El profesor invitado se hará pasar por deficiente auditivo, y comenzará a hablar con los alumnos, ellos han de intentar comprender el significado de su presentación.</li> <li>• Se buscarán detalles que de alguna manera sorprendan a los alumnos, por ejemplo un portazo fuerte, que el profesor ignorará y pedirá por signos que le expliquen lo que ha pasado.</li> <li>• Al cabo de un rato, el profesor invitado empezará a hablar con normalidad provocando un gran desconcierto entre los alumnos.</li> <li>• Les explicará en que consiste este tipo de lenguaje, repartirá las hojas y repasarán el abecedario cada alumno intentará deletrear su nombre a un compañero o profesor invitado.</li> <li>• Se explicarán las normas básicas de comunicación y relación con un compañero deficiente auditivo.</li> <li>• Se pasará un vídeo sobre la vida cotidiana de una persona con deficiencia auditiva.</li> </ul>			
<b>Trabajo a realizar por parte del alumnado</b>			
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Los alumnos realizarán una redacción sobre las impresiones vividas y dibujarán su nombre y signo.</li> </ul>			

### EVALUACIÓN DE LA SESIÓN

Items a valorar	Fuerza	De tanto en tanto	Nada	Actitudes negativas
Los alumnos han mostrado interés en realizar la práctica				
Los alumnos se han mostrado atentos y han hecho preguntas al profesor/a invitado/a				
Han seguido el vídeo con atención				
Se relacionan dentro de su ambiente próximo con personas deficientes auditivas				
Conocen el lenguaje de signos				
Han presentado las redacciones y hacían constar la necesidad de aprender el lenguaje de signos				
Han entendido la presentación del profesor/a invitado/a				
Creo que han entendido el mensaje				

**SESIÓN PRESCINDIBLE**

**SESIÓN IMPRESCINDIBLE**

#### Mejoras

- Seguir parte de un programa con teletexto
- Proyección de la película "Hijos de un Dios menor" (no apta para menores de 16 años) (\*)

(\*) Para esta sesión he contado con la ayuda de María Zapata (postgraduada en AFA).

## Bibliografía

- ARIÑO, J.; BENABARRE, R.; BLANC, F.; LUQUE, M. A. y LLANDRES, E. (1996), "Educación Física ESO Primer Ciclo, primero y segundo curso", Barcelona: Ediciones Serval.
- DÍAZ, J. (1993), "Unidades didácticas para secundaria", Col. *La Educación física... en Reforma*. Barcelona: Inde.
- HAAN, J. (1994), *Voleibol Sentados*. Netherlands: Uitgeverij De Vrieseborch.
- HERNÁNDEZ VÁZQUEZ, F. J. (1994), "Actividades Físicas Adaptadas: Perspectiva Interdisciplinar y bases conceptuales", *Apunts. Educación Física y Deportes*, 38, pp. 8-16. Barcelona.
- (1995), *Torpeza Motriz*. Barcelona: EUB.
- (1997), "El deporte adaptado. Su identidad y sus perspectivas". V *Cursos de verano de la educación Física y el deporte*. Barcelona: INEFC.
- (1998), "El deporte instrumento de integración social", *Apunts. Educación Física y Deportes*, 14, pp. 9-11. Barcelona.
- HERNÁNDEZ, F. J. y HOSPITAL, V. (1998), *Atención a la Diversidad*. IAD.
- MOSSTON, M. (1982), *La enseñanza de la educación física*. Barcelona: Paidós.
- MIRO, J. (1994), "Educación Física y Espina Bífida. Una experiencia de integración", *Revista de Educación Física y Deportes*, 3, pp. 22-25. Madrid.
- RUIBAL PLANA, O. (1997), "Unidades didácticas para secundaria", V *Expresión Corporal*. Col. *Unidades didácticas de aplicación*. Barcelona: Inde.
- SÁNCHEZ BAÑUELOS, F. (1986), "Bases para una didáctica de la educación física y el deporte". Madrid: Gymnos.
- SANZ, S. (1994), "El Voleibol Adaptado, un deporte para atender la diversidad", *Apunts. Educación Física y Deportes*, 38, pp. 86-92. Barcelona.
- TORO, S. y ZARCO, J. A. (1995), *Educación Física para niños y niñas con necesidades educativas especiales*. Málaga: Aljibe.
- UTLEY, A. (1994), "Enseñanza de la Educación Física y necesidades Educativas Especiales", *Revista de Educación Física y deportes*, 4, pp. 24-29.
- Enseñanza Secundaria Obligatoria. Diseño Curricular*. Área de Educación Física. Departament d'Ensenyament. Generalitat de Catalunya. Barcelona (diciembre 91).
- Revista Apunts. Educación Física*, n.º 38 (oct. 1994). Dossier "Actividades Físicas adaptadas: innovación educativa y deportiva". Ed. Generalitat de Catalunya, INEFC.
- Apunts Máster Educación Física Adaptada* (1998). INEFC de Barcelona.
- VÍDEOS "LOS DEPORTES ADAPTADOS 1 y 2". European Sport Video. Col. Índice. Gabinete de Estudios Cinematográficos S.L. Barcelona.