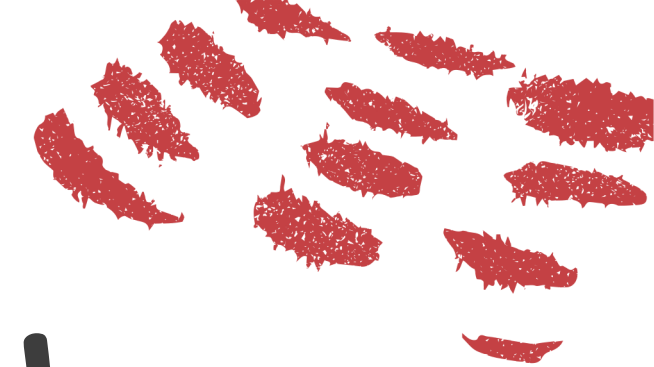


Programa "TOTEDU"

L' EDUCACIÓ FÍSICA ADAPTADA A L'AANEE

CPEE SANTO ÀNGEL DE LA GUARDA
(ALACANT)





1. NIVELL EDUCATIU

CONTEXT

L'experiència es desenvolupa en un Centre d'Educació Especial amb alumnat que presenta **diferents nivells de desenvolupament, dificultats en la comunicació, necessitats de suport intensiu**, discapacitats motrius (des de paràlisi cerebral severa fins a mobilitat reduïda) i situacions de plurideficiència. L'heterogeneïtat és elevada i requereix una **adaptació contínua i significativa** de materials



2. JUSTIFICACIÓ I PUNT DE PARTIDA

L'àrea d'Educació Física, en el nostre centre, NO ES PLANTEJA amb finalitat esportiva convencional, sinó com una eina per **desenvolupar habilitats motrius funcionals i d'autonomia**, afavorir la **regulació sensorial** i promoure el **benestar i la participació** de tot l'alumnat.



3. EN QUÉ CONSISTEIX L'EXPERIÈNCIA?

Es tracta de dissenyar i desenvolupar sessions d'Educació Física que **prioritzen**:

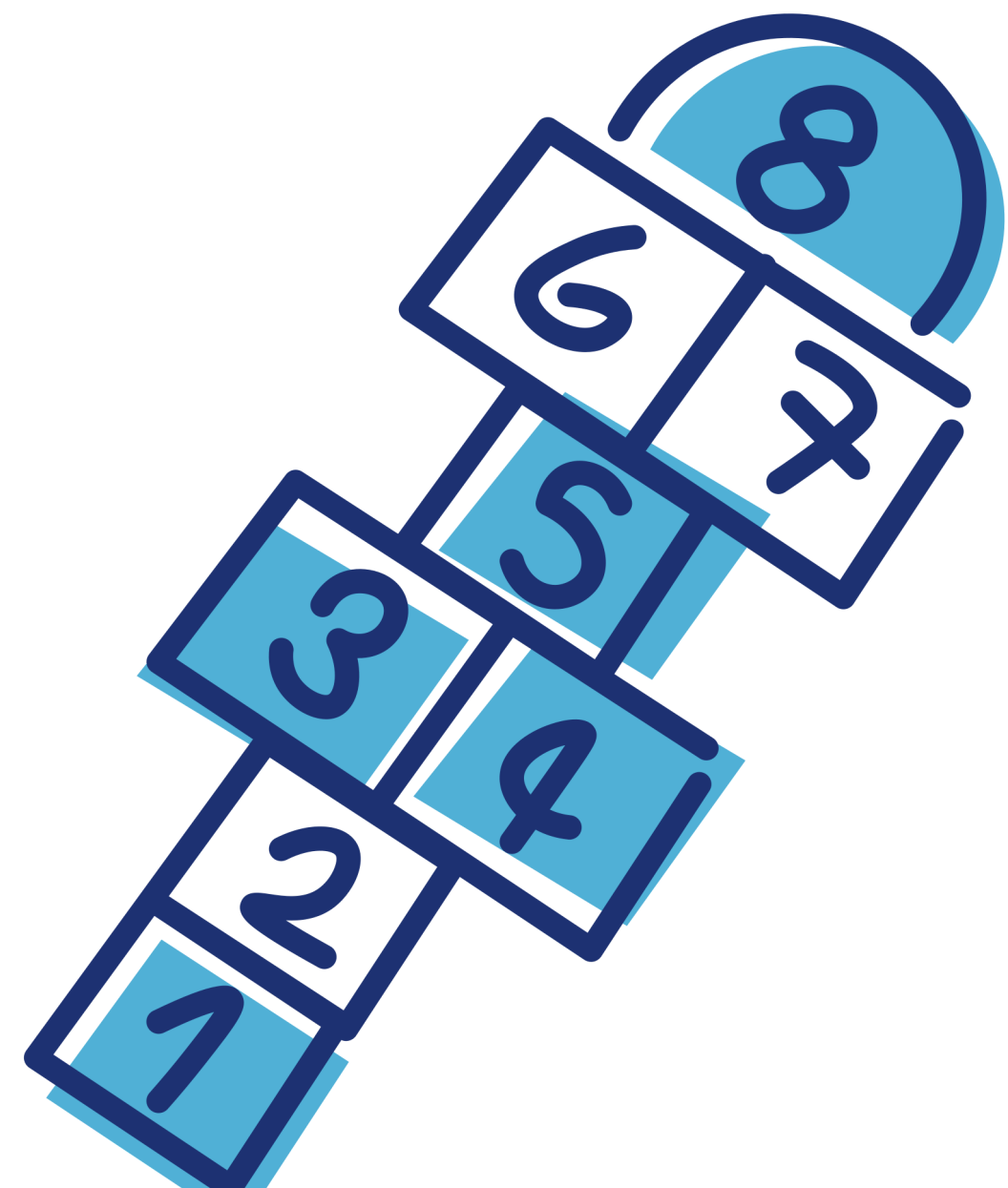


- **Moviment funcional adaptat** segons les possibilitats motrius de cada alumne.
- **Rutines estructurades i anticipació visual** per facilitar la comprensió i disminuir l'ansietat.
- **Ús de SAAC** (pictogrames, panells de peticions, tires de seqüenciació temporal, taulers de comunicació de baixa tecnologia....)
- Activitats orientades a l'**autonomia personal**.
- **Regulació sensorial**, ajustant ritme, intensitat i estímuls segons necessitats individuals.
- **Participació activa**, sempre que siga possible, respectant ritmes i temps.

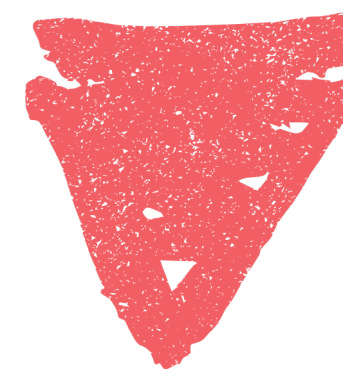


3.

OBJECTIUS

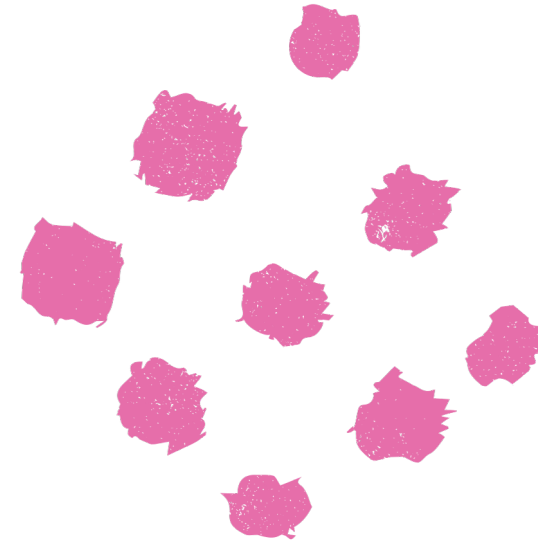


- o1 Millorar les capacitats motrius funcionals amb transferència a la vida diària.
- o2 Afavorir la participació activa i la tolerància a l'activitat física.
- o3 Desenvolupar rutines d'atenció i resposta a consignes.
- o4 Regular la percepció sensorial
- o5 Enfortir vincles i interaccions entre iguals.
- o6 Millorar l'autoestima i la percepció



S'han observat canvis significatius en:

- Major **tolerància als temps d'espera** i a les **transicions**.
- **Disminució de negatives i fugues** davant de la proposta d'activitats físiques o esportives.
- Increment de la **comprensió de consignes** i seqüències.
- Augment de la **interacció amb companys** i adults.
- Millora de la **regulació sensorial i emocional**.
- **Participació més activa** i continuada en les sessions.
- Aquest progrés ha tingut **repercussió positiva** en **altres espais** del centre, especialment en el pati, menjador i activitats col·lectives.



4.

RESULTATS I IMPACTE OBSERVAT

5. TRANSFERIBILITAT A ALTRES CENTRES

EL MODEL ÉS APLICABLE EN:



- **Centres ordinaris amb alumnat amb NESE.**
- **Aules CiL i Aules UECO.**
- **Programes de suport a l'autonomia personal.**
- **No requerix equipament especial complex, sinó planificació, anticipació visual i criteris clars d'adaptació i individualització.**

ACTIVITATS I SESIONS DESENVOLUPADES

EXEMPLES GRÀFICS



TOTES LES SESSIONS TENEN EN COMÚ:

1. Presentació visual de la seqüència (anticipació).
2. Activitats breus i clares.
3. Temps d'exploració i moviment lliure guiat.
4. Tornada a la calma estructurada.



LES SESSIONS TAMBÉ INCLOUEN:

- **Canvis posturals segurs.**
- **Transferències** cadira-banc o terra-cadira, desplaçaments amb caminador o cadira de rodes.
- **Manipulació** d'objectes quotidians (agafar, empènyer, llançar, encaixar).
- Pràctiques vinculades a **cures personals** (posar-se/traure's peces de roba o calçat simulades o reals).
- **Tolerància** a materials i **textures**, i estratègies comunicatives per demanar ajuda, triar opcions i esperar torn.



Material utilitzat per a explicar visualment i de manera estructurada, els diferents jocs i exercicis que formen part de la sessió d' Educació Física.

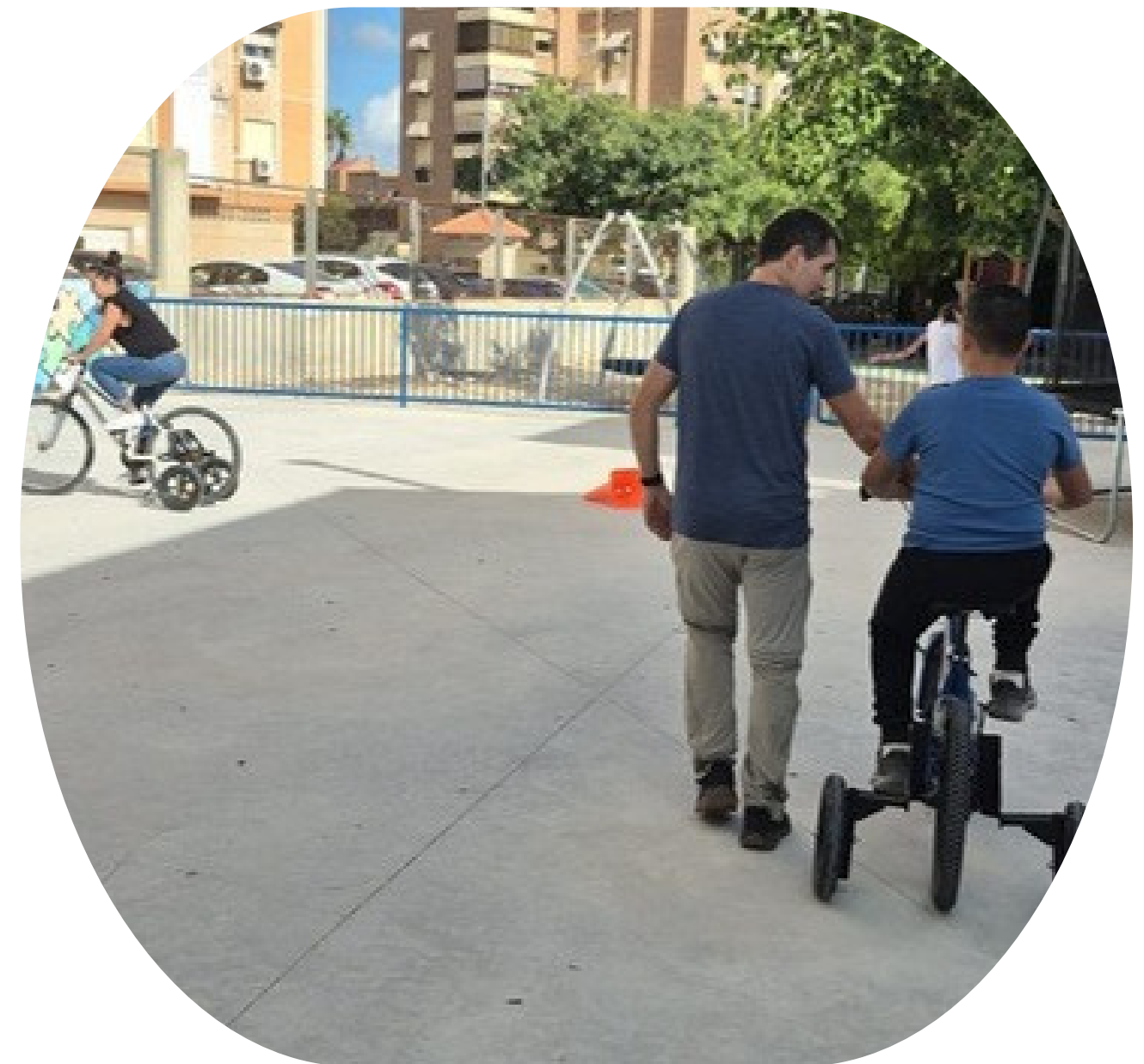


La sessió ja preparada, on trobem les cadires pictografiades per a indicar quan deuen estar asseguts per a l'explicació prèvia.



Presentació de la sessió, en **sessions conjuntes inclusives amb centres ordinaris**, que fem setmanalment, amb el material anteriorment mencionat i estructurat de manera clara i curta i visual

Sesions amb bicicletes adaptades, per a enfortir extremitats inferiors practicant el moviment i la força per a controlar-les. Utilitzem diferents adaptacions segons les destreses, capacitats i característiques de l'alumne en qüestió (indi v idualització).



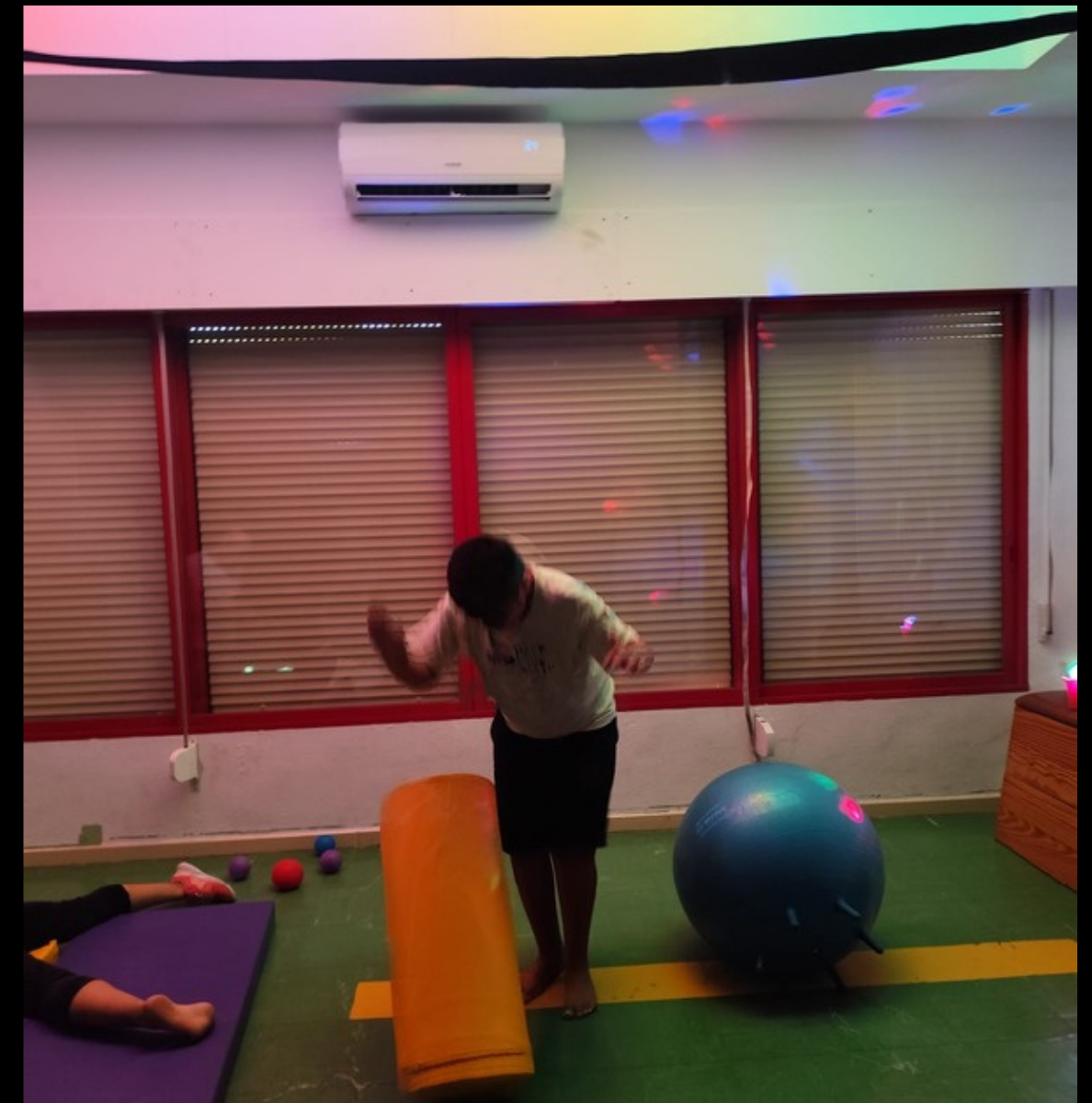
Jocs de coordinació óculo-manual , força i atenció amb
l'agarre de l'aro i les pilotes de goma adaptades, en
dinàmiques de moviment.





Exercicis en moviment guiat, amb coordinació òculo-manual, treball de l'agarre i desplaçament amb l'objecte en línia mitjana del cos. A la vegada es treballa l'atenció i la percepció visual per a realitzar la classificació.

Sessió de descobriment guiat amb exploració i manipulació del material, on l'alumne deu interactuar amb ell mitjançant el desplaçament, arrosegament, l'alçament o el llançament.



Elaborem sessions amb circuits per diferents superfícies, que fomenten l'equilibri i altres destresses com el salt a dos peus o amb peus consecutius. Açò ajuda al sistema vestibular, normalment prou desregulat amb aquest alumnat.



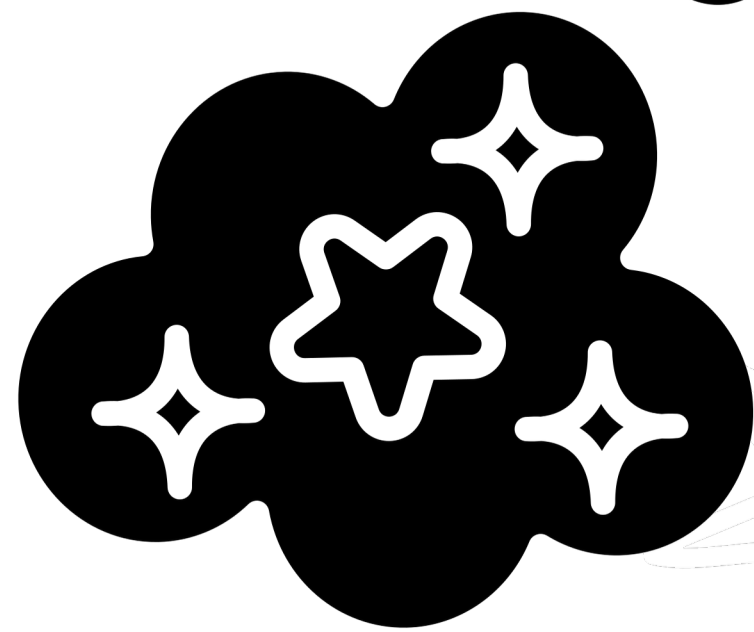
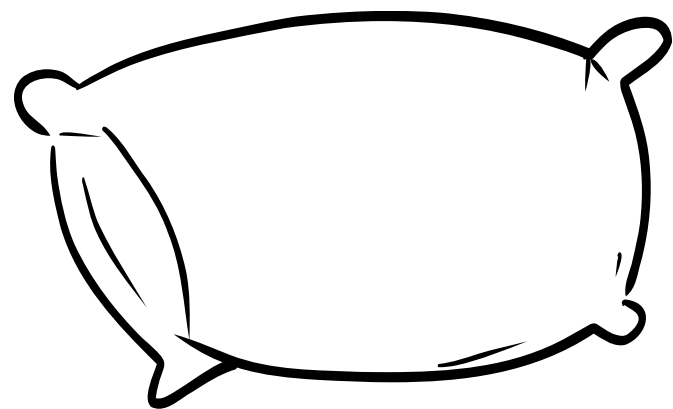
Per a l'alumnat amb PCI hemograma elaborat gronxadors adaptats per a estimular també el seu sistema vestibular



Exercicis perceptivo-motrius, mitjançant el llançament i l'agarre de pilotes de diferents textures i tamanys. Fomenta la tolerancia a textures i millora la força i el manteniment de l'objecte en la mà.

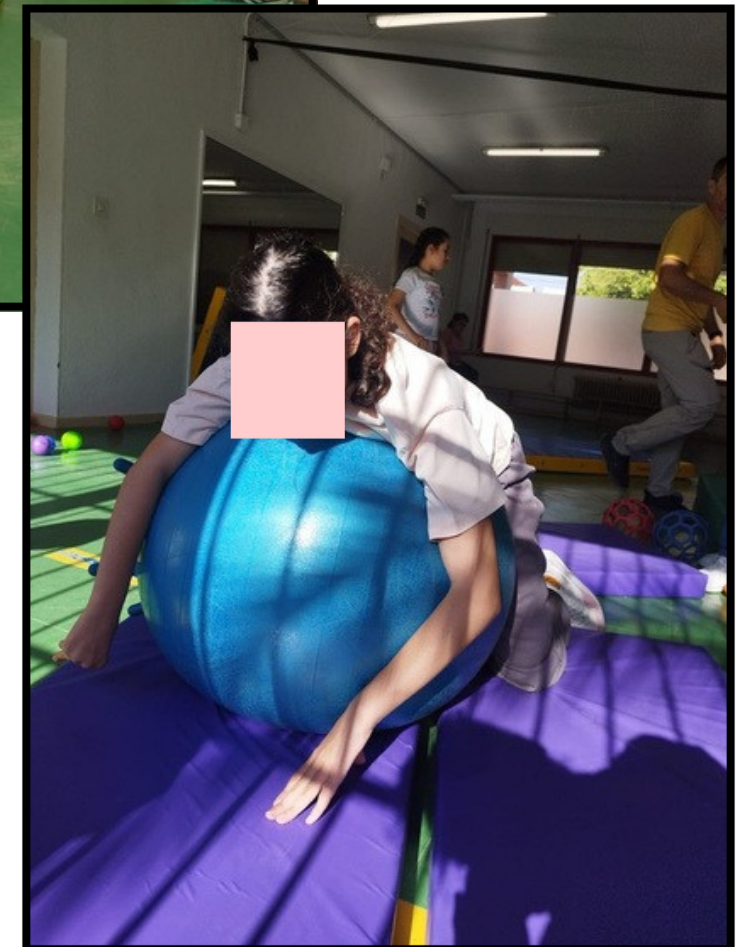


Moment de relaxació final immersiva
multisensorial amb projecció visual, música
relaxant en consonància a les imatges,
essència d'olor relacionat amb la imatge, i
propiocepció corporal amb tots els
coixins



Jocs de propiocepció i coordinació motriu i exercicis per al sistema vestibular.

Amb pilota bobath al terra amb
arrosegament de matalàs

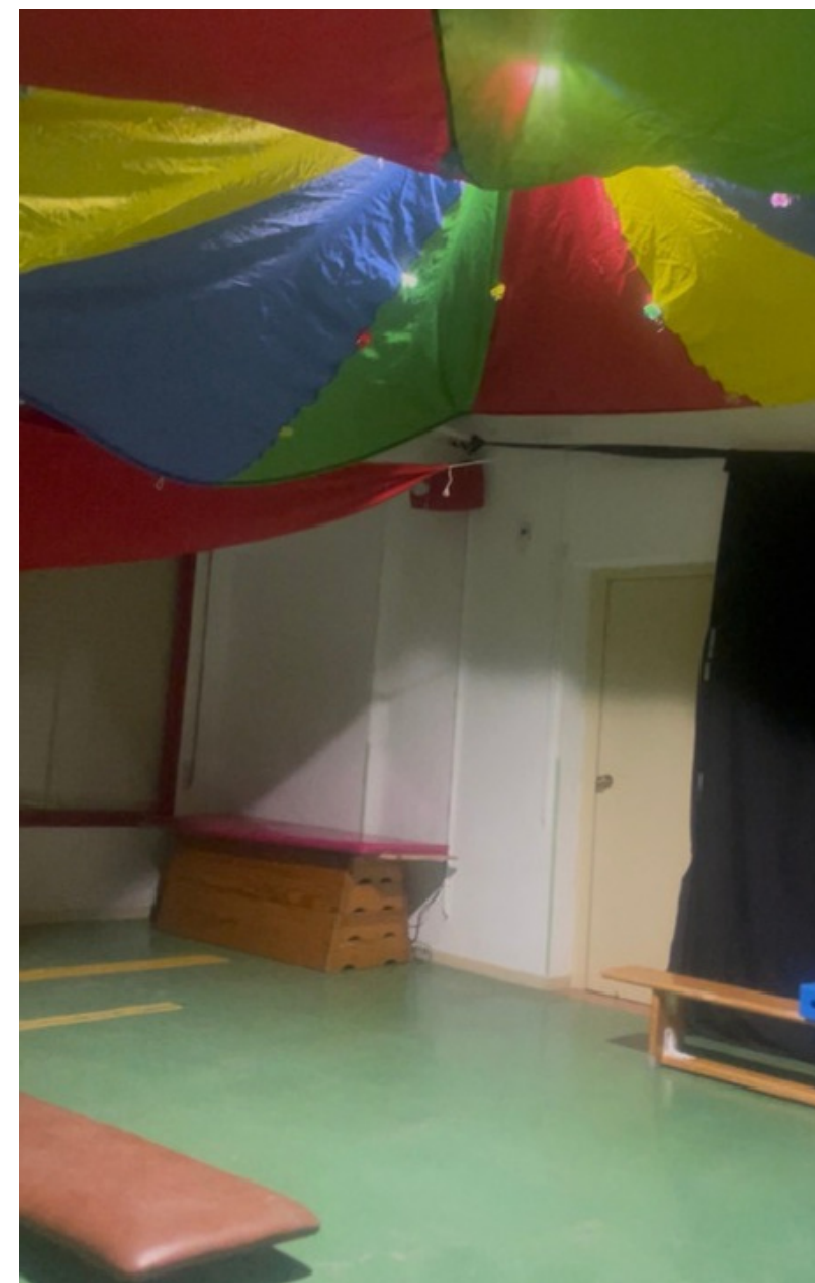
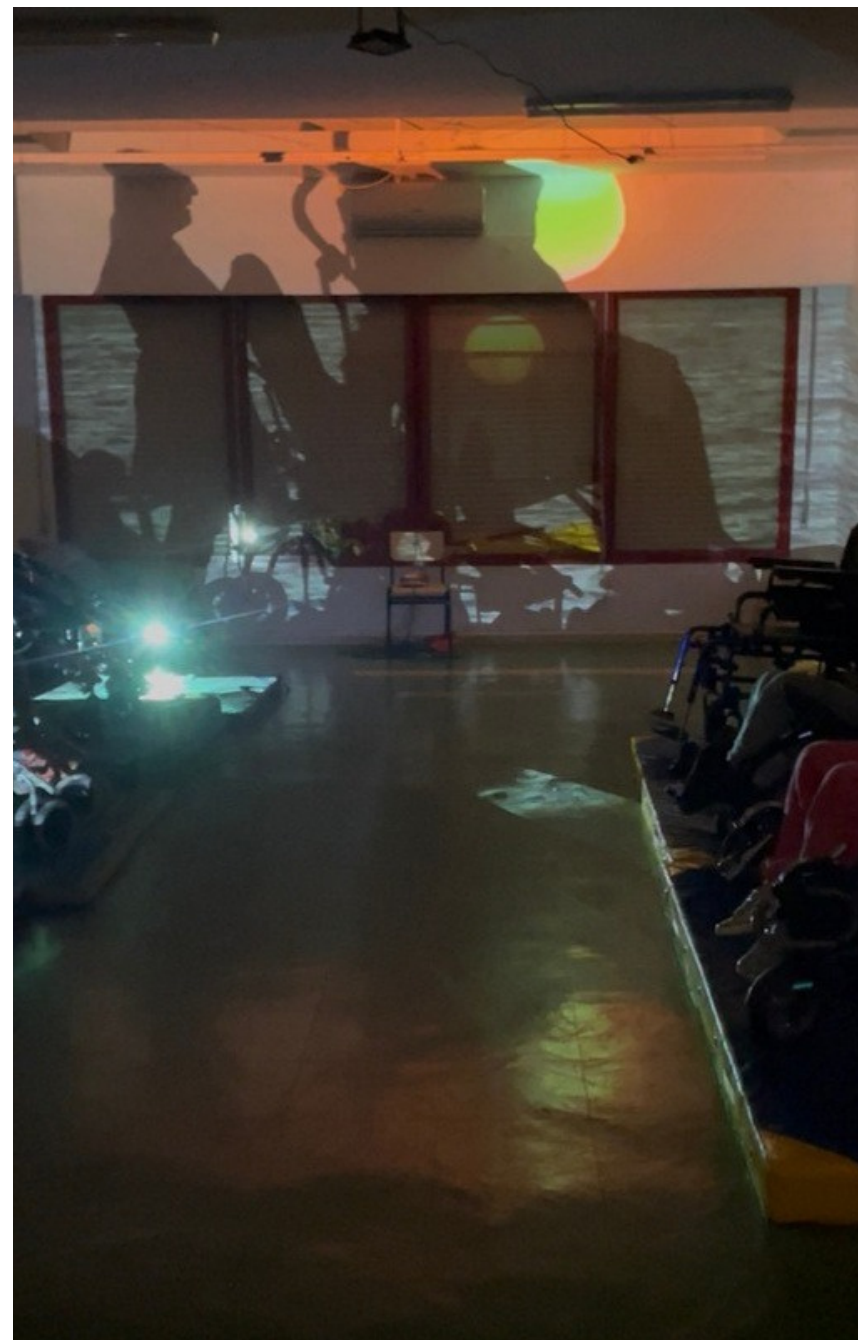


Amb rollos de paper higiènic
(es reutilitzen per a les
diferents sessions)



Descobriments guiats i d'exploració lliure, amb material de ús rutinari i de la seua zona de desenvolupament pròxim (que ells coneixen).

Cada sessió està tematitzada per a gaudir d'una experiència multisensorial immersiva. Sessions de circ, de travesies en vaixell, de llum negra, de clown i mímica....



TAULA D'INDICADORS OBSERVABLES PER A L'AVALUACIÓ

ÀMBIT	INDICADOR OBSERVABLE	COM S'OBSERVA	EVIDÈNCIA O REGISTRE
Participació	L'alumnat inicia o manté	Disminució de negatives i fugues	Registre de participació per sessió
Capacitat motriu funcional	Realitza moviments o accions útils per a la vida diària (agafar, empènyer, desplaçar-se)	Adaptació progressiva de tècniques i postures	Vídeos curts, fotos d'activitats i jocs.
Espera i Torns	Accepta moments d'espera en la rutina de la sessió	Menys necessitat d'intervenció directa de l'adult	Graella de seguiment

TAULA D'INDICADORS OBSERVABLES PER A L'AVALUACIÓ

ÀMBIT	INDICADOR OBSERVABLE	CONDUCTA PRODUÏDA	EVIDÈNCIA O REGISTRE
Comunicació	Utilitza SAAC per indicar necessitats o preferències	Iniciativa o resposta funcional amb suport visual	Inventari sobre els taulers utilitzats
Relació social	Interactua amb iguals durant jocs o activitats compartides	Mirada, imitació, entrega d'objecte o comunicador	Observacions i fotos del moment natural
Regulació emocional	Manté un estat de calma i tolerància durant la sessió	Reducció de crisis, plors o bloquejos	Registre de conducta abans-després

Cal recordar, que és prioritari per a que es realitzi un **aprenentatge significatiu**, la **coordinació entre tutores** (en aquest cas mestres de PT), **especialistes d'AL** que intervenen a l'aula i **fisioterapeutes**, ja que tots ells participen en les sessions, aportant continguts del seu àmbit (la AL s'encarrega de que sempre hi haja present alguna ferramenta de comunicació), els fisioterapeutes s'encarreguen de la seguretat en el moviment, i els mestres col·laboren en el contingut presentat per l'especialista d'EF.

TOT AÇÒ ASSEGURA LA COHERÈNCIA I
TRANSFERÈNCIA A ALTRES CONTEXTOS DEL CENTRE,
JA QUE SEMPRE PARTIM D'UN ENFOCAMENT
GLOBALITADOR.